

ICLC Newsletter



Instituto de Cultura
y Lengua Costarricense

Mini-curso sobre
las frutas de Costa Rica

En Costa Rica disfrutamos de una inmensa variedad de frutas tropicales. En el ICLC se ha diseñado un mini-curso que brinda al estudiante información sobre el nombre, características físicas, sabores y composición de una gran variedad de frutas que se cultivan en la región.



La actividad es interactiva y le da al estudiante la oportunidad de ver, oler, tocar y comer una gran variedad de frutas. Además, a través de una actividad llamada "La tabla de sabores", dos o más estudiantes deben

poner en práctica el conocimiento adquirido, ya que se le vendan los ojos y posteriormente deben adivinar el nombre de la fruta.

Algunos ejemplos de frutas son:



Los jocotes



La guanábana



El marañón



El café

¿Por qué es bueno comer frutas?

- 1- Tienen un alto contenido energético.
- 2- La presencia de fibra ayuda a que las personas no tengan problemas de estreñimiento.
- 3- Poseen antioxidantes y sustancias protectoras contra el cáncer.
- 4- Los niveles de grasa son bajos y no poseen colesterol.
- 5- Poseen muchas vitaminas que no se encuentran en alimentos de origen animal.
- 6- Muchas de ellas contienen mucha agua.



Expresiones relacionadas con frutas

- 1- Parece una piña mal pelada
- 2- Lo dejaron como un caimito
- 3- Se fue como semilla de guaba
- 4- ¡Qué guaba!
- 5- Me duelen los jocotes
- 6- Pelar las guayabas
- 7- Parece un banano todo pecoso
- 8- Ella es una chica fresa
- 9- Use el coco
- 10- Parece una flor de ayote



¡Venga y disfrute con nosotros!

ICLC en Alajuela, Costa Rica
www.iclc.ws