



SEMANA 21 DEL 17 AL 21 AGOSTO
 GUÍA DE CIENCIAS TERCERO BÁSICO 2020
 ALIMENTACIÓN SALUDABLE



Nombre:	RUN:	Curso: 3° Letra:	Fecha:
------------------	---------------------	---------------------------	-----------------

Tiempo considerado: 90 minutos

Objetivo: OA6 Clasificar los alimentos, distinguiendo sus efectos sobre la salud y proponer hábitos alimenticios saludables.

Estándar: EC6 Poseen un conocimiento adecuado de la ubicación y función de algunas partes del cuerpo humano.

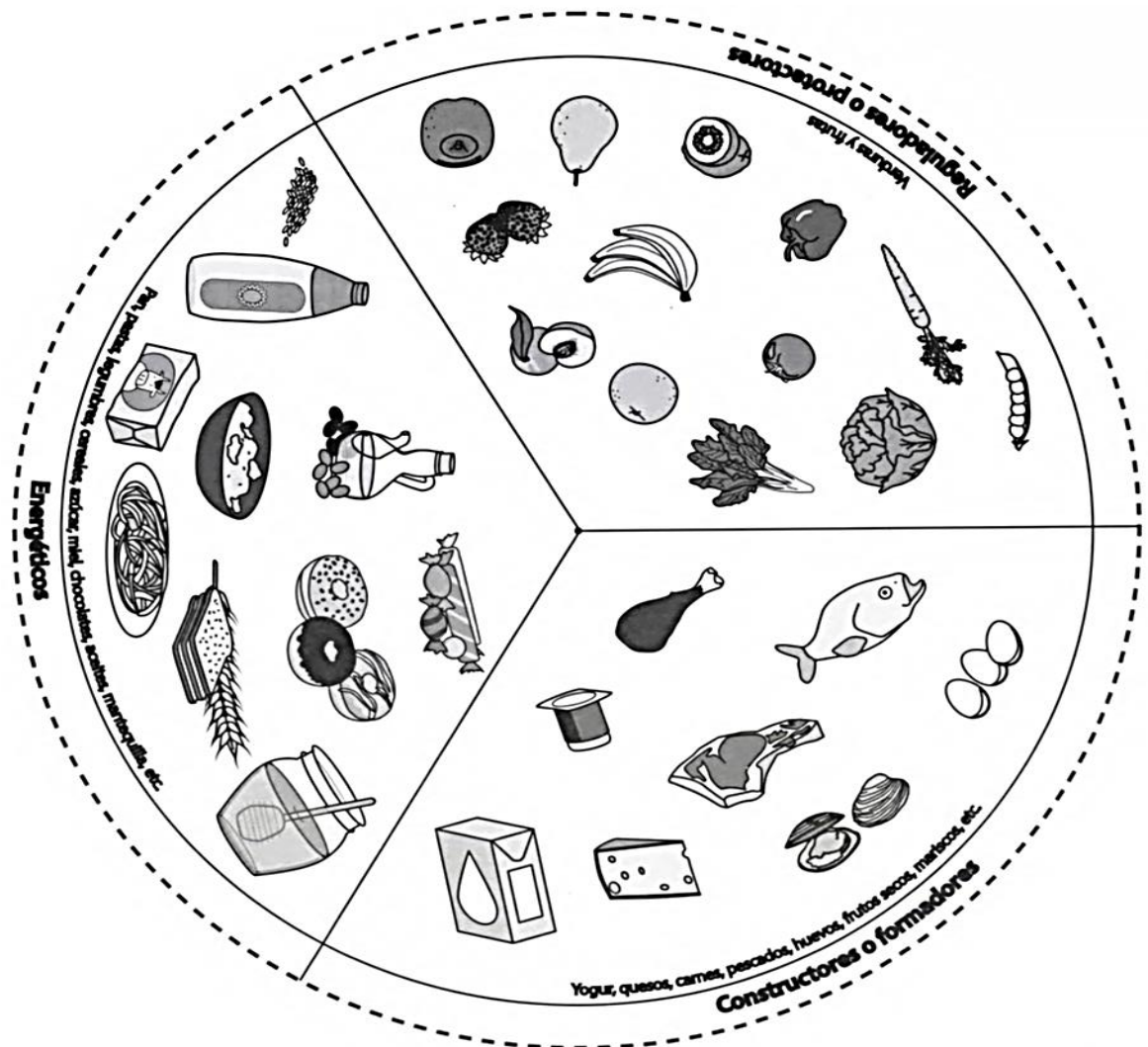
Habilidad: Demostrar

ACTIVIDADES: Muchos de los alimentos son necesarios para nuestro cuerpo, pero no todos se necesitan en la misma cantidad.

1.- En la siguiente rueda de alimentos, recorta y pega en tu cuaderno y responde las siguientes preguntas:

a.- ¿Qué alimentos de la rueda crees tú que debes comer en mayor cantidad durante un día para tener una dieta sana? Explica por qué

b.- ¿Qué alimentos de la rueda crees tú que debes comer en menor cantidad durante un día para tener una dieta sana? Explica por qué



2.- En tu cuaderno, clasifica los siguientes alimentos identificando aquellos que te mantendrán saludable y aquellos que son poco saludables causando un efecto en tu salud

Diferentes alimentos

harina 	queque 	leche 	tallarines 	agua 	café 
pescado 	cangrejo 	tomate 	damasco 	marraqueta 	huevo 
chocolate 	papas fritas 	plátano 	pollo 	frutilla 	manzana 
pera 	lentejas 	té 	alcachofa 	mermelada 	naranja 
donas 	azúcar 	pavo 	queso 	jugo 	acelga 
lechuga 	torta 	zanahoria 	yogur 	dulces 	aceite 
papas 	carne 	aceite de oliva 	almeja 	cereal 	porotos 
pimentón 	mantequilla 	camarón 	helado 	pan de molde 	longaniza 