



Ciencias Naturales

Guía 1 OA 06

16 al 20 de marzo

Objetivo semanal: Distinguir entre alimentos saludables y perjudiciales para el cuerpo humano.

Recordemos

Existen alimentos saludables y otros alimentos que son perjudiciales para nuestro cuerpo. Debemos ser cuidadosos a la hora de escoger nuestra comida. **(Observar ppt)**

Actividad

1) **Observar video:** <https://www.youtube.com/watch?v=cFUaHGIF0Dk> y luego responder las siguientes preguntas.

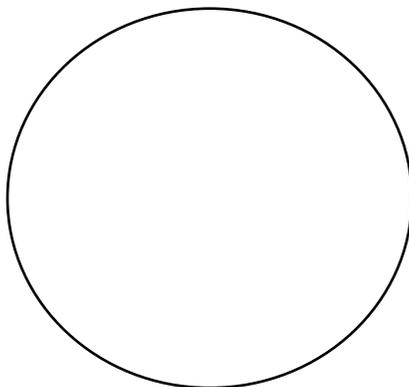
a. ¿Por qué el niño que comía alimentos “chatarra” se enfermaba más que los niños que comían muchas frutas y verduras?

b. ¿Qué alimentos ayudan a mantener nuestro cuerpo fortalecido?

2) **Realice un listado de cinco alimentos saludables y cinco alimentos perjudiciales para nuestro cuerpo.**

| Alimentos Saludables | Alimentos perjudiciales |
|----------------------|-------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

3) **Dibujar e Investigar sobre un alimento saludable y escribir tres beneficios que tenga ese alimento para nuestro cuerpo.**



| |
|---|
| Beneficios para el cuerpo humano Nombre del alimento: |
| |
| |
| |