

Asignatura: Ciencias Naturales	
Docente : Claudia Honorato S.	Curso: 5º Básico A
Objetivo de Aprendizaje: Identificar y clasificar los alimentos, según su función y sus efectos sobre la salud del cuerpo.	
Contenido : Estructura y función de los seres vivos, los alimentos saludables, la clasificación de los alimentos y una dieta balanceada.	
Habilidad : Identificar los alimentos y comidas saludables, colaborar en la preparación de un plato simple.	
Semana N.º: 9 (Lunes 25 al Viernes 29 de Mayo del 2020)	




Unidad: Alimentación Saludable



Recuerda

¿Qué?

vimos durante el mes de Mayo?

		alimentos		
		↙	↘	
		Por función	Por efectos en la salud	
Las colaciones saludables	Los alimentos saludables	La clasificación de los alimentos		Una dieta balanceada

¿Qué? haremos hoy?

Hoy yo voy a **recordar** sobre los alimentos saludables y después elegir y colaborar en la preparación de un plato sano y fácil para **mi familia**.

1.- Para iniciar, **lee** y **pinta** el siguiente texto:












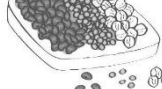
¡Que rico
es comer sano!

Dibuja alimentos saludables que te gusten mucho



2.- **Piensa** y luego **marca** la respuesta correcta:



<p>1.- ¿Cuál de estos alimentos es <u>saludable</u>?</p> <p><input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/></p>	 manzana
	 helado
	 dulce
<p>2.- ¿Cuál de estos alimentos es rico en <u>proteínas</u>?</p> <p><input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/></p>	 piña
	 carne
	 pimentón
<p>3.-¿Qué alimentos debes comer en <u>mayor</u> cantidad?</p> <p><input type="radio"/> ? <input type="radio"/></p>	 dulces
	 verduras
	 fideos
<p>3.-¿Cuál de estos alimentos son <u>legumbres</u> ?</p> <p><input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/></p>	
	
	

3.- Ahora, te invito a ser **CHEF** por un día:

Dibuja el plato elegido



¿Qué te gustaría preparar?

- ✓ Pide ayuda al papá o la mamá
- ✓ Busca recetas fáciles y saludables
- ✓ Elige uno fácil de preparar
- ✓ Reúne los ingredientes
- ✓ Colabora en la preparación
- ✓ Cuando esté listo
- ✓ Prepara la mesa
- ✓ Invita a tu familia a compartir
- ✓ Saca una gran foto familiar
- ✓ Y después me la envías.

4.- Y para terminar responde las siguientes preguntas:
Pide ayuda para escribir la respuesta:

Desde ahora, ¿Qué alimentos intentarás comer más?



Y ¿Qué alimentos intentarás comer menos?




Tu siempre puedes












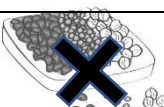


Solucionario Ciencias Naturales

Semana 9 : del Lunes 25 al Viernes 25 de Mayo del 2020

Revisa la guía,
con **ayuda** del **papá o la mamá**,
y pone un visto  **si** es correcta y si **no** inténtalo de nuevo.

2.-

1.- ¿Cuál de estos alimentos es <u>saludable</u> ? <input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/>		manzana
		helado
		dulce
2.- ¿Cuál de estos alimentos es rico en <u>proteínas</u> ? <input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/>		piña
		carne
		pimentón
3.- ¿Qué alimentos debes comer en <u>mayor</u> cantidad? <input type="radio"/> ?		dulces
		verduras
		fideos
3.- ¿Cuál de estos alimentos son <u>legumbres</u> ? <input checked="" type="radio"/> ? <input type="radio"/>		
		
		

Evaluación del colaborador

Asignatura Cs Naturales

Semana 9 del Lunes 25 al Viernes 29 de Mayo del 2020

Nombre del colaborador: _____

Se solicita evaluar el desempeño de su hijo/a según lo observado por usted, en esta guía.

Marcar con una X su evaluación

Indicador	Con mucha dificultad 1	Con algo de dificultad 2	Sin dificultad 3
Responsabilidad - disposición			
Realiza la guía con buena disposición			
Sigue las instrucciones paso a paso			
Se da cuenta de sus errores			
Corrige los errores			
Realiza la guía en los tiempos dados por el adulto			
Del contenido			
Identifica los alimentos saludables para su cuerpo			
Identifica una receta saludable			
Colabora en la preparación de una receta saludable			

De antemano

Muchas Gracias por su apoyo y colaboración permanente