UNIDAD EDUCATIVA "SIETE DE NOVIEMBRE"

DISTRITO 09D12

Curso: 2DO BACHILLERATO "A"

Especialidad: Ciencias

Asignatura: Nutrición Y Dietética

Docente: LIC. Carla Roman

Lección escrita

Pregunta 1: Completar

Completa la siguiente oración:

La nutrición es la ciencia que estudia la relación entre la _____ (1), la _____ (2) y la _____ (3).

(Respuestas: 1. dieta, 2. salud, 3. bienestar)

Pregunta 2: Pirámide

Ordena los siguientes grupos de alimentos en la pirámide nutricional:

- Frutas y verduras
- Granos integrales
- Proteínas animales

¿Cuál es el orden correcto?

1. _____ (Respuesta: Granos integrales)
2. _____ (Respuesta: Frutas y verduras)
3. _____ (Respuesta: Proteínas animales)

Pregunta 3: Mapa conceptual

Completa el siguiente mapa conceptual con los títulos correspondientes:

- _____ (Nivel 1)
- _____ (Nivel 2)
- _____ (Nivel 2
- _____ (Nivel 2)

- _____ (Nivel 1)
- _____ (Nivel 2)
- _____ (Nivel 2)

Mapa conceptual: RESPUESTAS

LIVEWORKSHEETS

- Macronutrientes
- Carbohidratos
- Proteínas
- Grasas
- Minerales

Micronutrientes
- Vitaminas

Pregunta 4: Fotos

Asocia cada concepto con la foto correspondiente:

- Concepto: Frutas
- Fotos:
- Foto 1: Una persona comiendo una hamburguesa
- Foto 2: Una canasta de frutas frescas
- Foto 3: Un vaso de leche

¿Cuál es la foto correcta?

(Respuesta: Foto 2)

Pregunta 5: Sopa de letras

Encuentra las siguientes palabras en la sopa de letras:

- NUTRICION
- SALUD
- DIETA

Sopa de letras:

N O I C A R T N U S

A L U D S A E T A O

T E A R I N U T R I

C I E N C I A S A L

U D A E T A O S S A

Pregunta 6: Completar

Completa la siguiente oración:

LIVEWORKSHEETS

La _____ (1) es una condición crónica caracterizada por la ingesta excesiva de _____ (2) y la falta de _____ (3).

(Respuestas: 1. obesidad, 2. alimentos, 3. actividad física)

Pregunta 7: Unir con líneas

Une cada concepto con su definición:

- Conceptos:

- Nutrición

- Dieta

- Salud

Definiciones:

- La ciencia que estudia la relación entre la dieta y la salud

- El conjunto de alimentos que se consumen diariamente

- El estado de bienestar físico, mental y social

Une cada concepto con su definición correspondiente.

Pregunta 8: Completar

Una dieta equilibrada debe incluir una variedad de _____ (1) frescas, _____ (2) integrales y fuentes de _____ (3) saludables.

(Respuestas: 1. frutas y verduras, 2. granos, 3. grasas)

Pregunta 9: Completar

La _____ (1) es un proceso que implica la ingesta, la digestión, la absorción y la utilización de los _____ (2) para mantener la _____ (3) y el bienestar general.

(Respuestas: 1. nutrición, 2. nutrientes, 3. salud)

Pregunta 10:

¿Por qué usted cree que es importante la nutrición?

LIVEWORKSHEETS