



**Colegio Parroquial  
Aguilera  
San José**

**Profesor Sergio Aguilera**

### **EVALUACIÓN DE CIENCIAS NATURALES 4° BASICO**

<b>Nombre Alumno</b>	:	
<b>Fecha evaluación</b>	:	
<b>Contenidos</b>	:	Clasificación de los alimentos. Alimentación saludable. Medidas de higiene al manipular alimentos.
<b>Tipo de evaluación</b>	:	Sumativa

1. Escribe V si la afirmación es verdadera y F si la afirmación es falsa.

- a. \_\_\_\_\_ Para sentirnos bien y con ánimo, necesitamos alimentarnos bien.
- b. \_\_\_\_\_ Para mantenernos saludables debemos comer solo grasas y dulces.
- c. \_\_\_\_\_ Las bebidas y las papas fritas son ejemplos de alimentos saludables.
- d. \_\_\_\_\_ Los vegetales son muy nutritivos, debemos siempre debemos consumirlos sin lavarlos.
- e. \_\_\_\_\_ La persona que prepara los alimentos siempre debe lavarse las manos con jabón y agua.

2. Identifica cuales son las imágenes que muestran acciones correctas de medidas de higiene para la conservación de los alimentos.



3. Marca con una X los alimentos que consideres parte de una dieta saludable:

- |                                    |                                   |                                  |                                   |
|------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Manzana   | <input type="checkbox"/> Pizza    | <input type="checkbox"/> Yogur   | <input type="checkbox"/> Leche    |
| <input type="checkbox"/> Chocolate | <input type="checkbox"/> Pasteles | <input type="checkbox"/> Pollo   | <input type="checkbox"/> Helado   |
| <input type="checkbox"/> Porotos   | <input type="checkbox"/> Tomates  | <input type="checkbox"/> Pescado | <input type="checkbox"/> Galletas |

4. Analiza los siguientes ejemplos de opciones para responder las siguientes preguntas:



¿Cuál de las opciones sería la más saludable?

- Opción 1.     
  Opción 2.     
  Opción 3.

¿Cuál de las opciones podría provocar obesidad si lo consumimos en exceso?


5. ¿Cuáles de las siguientes imágenes representan medidas de higiene al preparar y guardar alimentos?



6. Escribe en cada cuadro si corresponde a alimentos reguladores, alimentos constructores y alimentos energéticos.



--

--

--