

Ficha interactiva: Dieta balanceada: Tipos de alimentos

Apellidos y nombres: _____

Grado: _____ Fecha: _____

Profesora: Ericka Andrea Silva Fernández / Xiomara Vite Tocto.

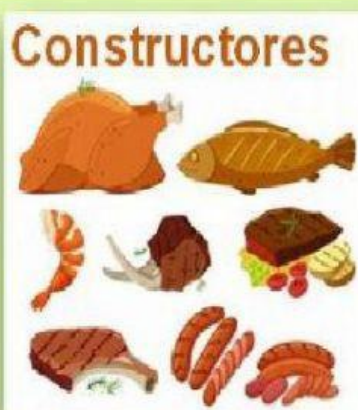
Arrastra el  a los alimentos de origen vegetal y el  a los de origen animal. (Peso 1)



Relaciona el tipo de alimento con su función correspondiente. (Peso 2)



Nos proporcionan la energía necesaria para realizar todas nuestras actividades.



Son indispensables para mantener el buen funcionamiento del cuerpo y prevenir las enfermedades.



Nos proporcionan los nutrientes indispensables para reparar heridas y ayudan a formar músculos, huesos, sangre y dientes.

Clasifica los alimentos a la tabla según el grupo que le corresponde. (Peso 3)

Lechuga

Tomates

Tallarines

Manzanas

Huevos

Pescado

Pan

Avena

Almendras

Alimentos		
REGULADORES	ENERGÉTICOS	CONSTRUCTORES

Escuchamos el cuento: La competencia de la buena salud. (Peso 4)

Responde las interrogantes:

¿De qué trata el cuento?	¿Quiénes son los participantes de la carrera?
¿Qué ocurre con los competidores que tienen por hábito comer comida chatarra?	¿Por qué Andrés es el ganador de la carrera? Explica.
Según el vídeo, ¿Qué ventajas tiene un niño bien alimentado?	