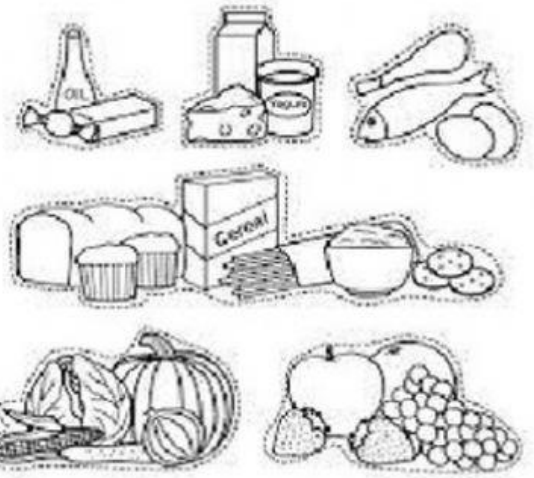
EVALUACIÓN DE CIENCIAS NATURALES

I. ESCRIBE V SI LA AFIRMACIÓN ES VERDADERA Y F SI LA AFIRMACIÓN ES FALSA. (6 puntos)

1)-_____ Para sentirnos alegres y con ánimo, necesitamos alimentarnos bien.
2)- _____ Para mantener una dieta balanceada debemos consumir solo grasas y dulces.
3)- _____ La pirámide alimenticia indica los alimentos que debemos consumir a diario y los alimentos que debemos consumir algunas veces.
4)- _____Las bebidas y las hamburguesas son ejemplos de alimentos saludables que se deben consumir a diario.
5)- _____Los vegetales son muy nutritivos para nuestro cuerpo y se debe consumir siempre sin lavarlos.
6)- _____La persona que prepara los alimentos siempre debe lavarse sus manos con abundante agua y jabón para evitar enfermedades.

II. ENCIERRA EN LA ALTERNATIVA CORRECTA. (10 puntos)

1_ ¿Cuál de estos alimentos son ricos en proteínas?
a) Cereales
b) Mantequilla
c) Legumbres



2_ ¿Cuál de los siguientes alimentos son saludables?
a) Papas fritas
b) Manzana
c) Pizza

3_ ¿En qué situaciones debo lavarme las manos?
a) Después de tomar la leche
b) Después de ducharme
c) Antes de comer una fruta

4_ ¿Que alimentos se encuentran en la cúspide de la pirámide alimenticia?
a) Frutas y verduras
b) Huevos
c) Grasas, aceite y dulces

5)_ ¿Cuál de los siguientes alimentos son considerados perjudiciales para nuestra salud?
a) Pasteles y bebidas
b) Pescado y carnes
c) Pan y cereales

6)_ ¿Cuál de estos alimentos es rico en grasas y lípidos?
a) Aceites y mantequilla
b) Huevos
c) frutas

7)_ ¿Cuál de estos alimentos es rico vitaminas?
a) Leche entera
b) Frutas y los vegetales
c) Agua y minerales

LIVEWORKSHEETS