Liceo Bicentenario Pablo Neruda
Departamento de Pre básica y 1º ciclo
Lenguaje 3º básico A y B
Profesoras: Laura Villalobos y Yessica Toledo

EVALUACIÓN ASIGNATURA DE CIENCIAS
6º PERIODO

Nombre:_____

Curso: _____ Fecha:_____

Ptje. Ideal: 60 pts. Ptje. Real: _____

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE
Objetivo de la unidad n°4 Priorizados 3° Básico **OA 06:** Clasificar los alimentos, distinguiendo sus efectos sobre la salud y proponer hábitos alimenticios saludables.
CONTENIDOS
Los alimentos Clasifican alimentos según función en el organismo Clasifican alimentos según efectos sobre la salud Clasifican alimentos según su composición nutricional Comprenden la función de los sellos de advertencia Explican beneficios de una alimentación saludable Proponen hábitos de alimentación saludable

Instrucciones

Estimados estudiantes a través de esta evaluación aplicarás lo trabajado en el periodo n°6 de la unidad n°4 de Tercero Básico.

En el ítem n°1 tendrás que identificar la respuesta correcta.

En el ítem n°2 tendrás que nombrar ejemplos de alimentos según su función en el organismo.

En el ítem n°3 tendrás que responder en base a lo aprendido sobre los alimentos según sus efectos en la salud.

En el ítem n°4 tendrás que leer e interpretar un gráfico circular y responder en base a ello.

En el ítem n° 5 tendrás que nombrar ejemplos de alimentos según su composición nutricional.

En el ítem n° 6 tendrás que proponer un menú de alimentos saludables.

LIVEWORKSHEETS

Liceo Bicentenario Pablo Neruda
Departamento de Pre básica y 1° ciclo
Lenguaje 3° básico A y B
Profesoras: Laura Villalobos y Yessica Toledo

I. Responde cada una de las preguntas marcando una opción (Habilidad: Identificar) (2 puntos c/u)

1. ¿Cuál es la función de los alimentos energéticos?
   a) *Son los que proveen la energía para realizar distintas actividades*
   b) Son los que forman la piel, músculos y tejidos
   c) Son aquellos que favorecen la cicatrización de las heridas

2. ¿Cuál es la función de los alimentos reguladores?
   a) Son aquellos que favorecen la cicatrización de las heridas
   b) Son aquellos en los que predominan las proteínas y el calcio
   c) Son los que proveen los nutrientes necesarios para que los alimentos reguladores y energéticos se complementen y mantengan al cuerpo funcionando
3. ¿Cuál es la función de los alimentos constructores?
   a) Son los que forman la piel, músculos y tejidos
   b) Son aquellos que favorecen la cicatrización de las heridas
   c) Todas las anteriores

4. ¿Qué significa que un alimento tenga sellos de advertencia?
   a) Que son alimentos Libre de azúcar
   b) Que son alimentos beneficiosos para la salud
   c) Que son alimentos dañinos para la salud

II. Completa la siguiente tabla con ejemplos de Alimentos energéticos, constructores y reguladores ***(Habilidad: Clasificar***) (12 puntos)

Carne –sandia – arroz - porotos - manzanas – mantequilla - pescado- lechugas – pan – queso - leche – paltas

Energéticos	Constructores	Reguladores
- - - -	- - - -	- - - -

LIVEWORKSHEETS

Liceo Bicentenario Pablo Neruda
Departamento de Pre básica y 1º ciclo
Lenguaje 3º básico A y B
Profesoras: Laura Villalobos y Yessica Toledo

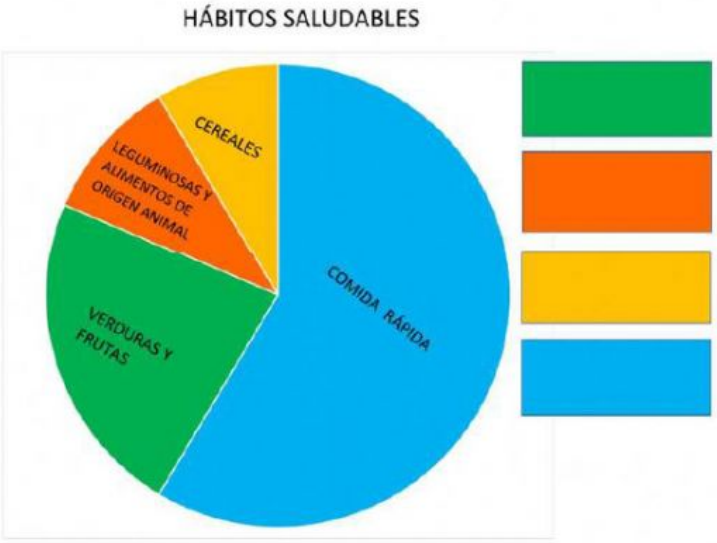
III. Responde las siguientes preguntas ***(Habilidad: recordar)*** (5 puntos c/u)

1. ¿Qué son los alimentos saludables? Menciona 4 ejemplos

2. ¿Qué son los alimentos no saludables? Menciona 4 ejemplos

3. Menciona 5 hábitos saludables

IV. Observa el siguiente gráfico y responde: (***habilidad: interpretar***)
El siguiente gráfico muestra los alimentos que prefieren los estudiantes de 3º básico durante los fines de semana. (2 puntos c/u)



1. ¿Cuál es el tipo de alimento que más consumen? ¿Por qué crees que prefieren este tipo de alimentación? (Habilidad. inferir)

2. ¿Cuál es el tipo de alimento que menos consumen? ¿A qué tipo de alimento según su función en el organismo pertenecen? (Habilidad: inferir)

LIVEWORKSHEETS

Liceo Bicentenario Pablo Neruda
Departamento de Pre básica y 1° ciclo
Lenguaje 3° básico A y B
Profesoras: Laura Villalobos y Yessica Toledo

3. Un gran porcentaje de estudiantes prefieren las frutas y verduras. ¿A qué grupo de alimentos según su función en el organismo pertenecen? (Habilidad: inferir)

4. ¿Qué tipo de alimentos prefieres? ¿Por qué? (Habilidad: interpretar)

5. ¿Cuáles son los beneficios de una alimentación saludable? (Habilidad:identificar)

V. Une con una línea los siguientes alimentos con sus nutrientes correspondientes. Habilidad: aplicar (10 puntos)

Columna A

Columna B

Carbohidratos

Vitaminas

Sales minerales

Proteínas

Lípidos.

LIVEWORKSHEETS

Liceo Bicentenario Pablo Neruda
Departamento de Pre básica y 1º ciclo
Lenguaje 3º básico A y B
Profesoras: Laura Villalobos y Yessica Toledo

VI. Escribe un menú de alimentación saludable que puedes proponer para tu curso. Recuerda que debe contener todas las comidas. (desayuno – colación media mañana - almuerzo- colación- cena) (***habilidad Aplicar) 5 ptos.***

LIVEWORKSHEETS