



UNIDAD EDUCATIVA "28 DE SEPTIEMBRE"

Rocafuerte No. 681 y Oviedo -

Teléfono 062950451 - esc28septiembre@hotmail.com

IBARRA - ECUADOR

EXÁMEN DEL PRIMER QUIMESTRE

NIVEL:	MEDIO	ASIGNATURA:	CIENCIAS NATURALES	QUIMESTRE:	PRIMERO
GRADO:	SÉPTIMO	PARALELO:	"C"	AÑO LECTIVO:	2021/2022
ESTUDIANTE:					

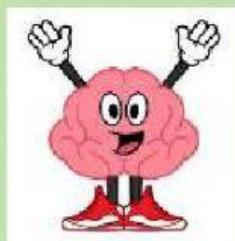
INDICADOR: Promueve medidas de prevención y cuidado (actividad física, higiene corporal, dieta equilibrada) hacia su cuerpo, (Ref. I.CN.3.5.2.)

ACTIVIDAD 1.- COMPLETA SOBRE LA SALUD EN LA PUBERTAD, ESCOGIENDO LA ALTERNATIVA CORRECTA.

La salud es el estado de _____ tanto en los aspectos físico, mental y _____.

Durante toda la vida, pero especialmente en la _____, es necesario tener una correcta

higiene. Esto nos permite estar _____, sentirnos estéticamente bien, y tener una buena _____.





ACTIVIDAD 2.- UNE CON FLECHAS LA IMAGEN CON SU DEFINICIÓN

Nuestro cuerpo se fortalece, se vuelve más ágil y elástico. También tiene beneficios para nuestra mente.



LA ALIMENTACIÓN

Es necesario para recuperar la energía para realizar las actividades y para encontrarse bien.



LA HIGIENE

Para mantenernos sanos la dieta debe ser suficiente y equilibrada y adaptarse a cada uno.



EL DESCANSO

Nos ayuda a prevenir enfermedades y a sentirnos mejor con nosotros mismos y con los demás.



EJERCICIO FÍSICO

INDICADOR. -Promueve medidas de prevención y cuidado (actividad física, higiene corporal, dieta equilibrada) hacia su cuerpo, en los sistemas nervioso, endócrino, locomotor, y reproductor. (J.3., S.2.) (Ref. I.CN.3.5.2)

ACTIVIDAD 3.- ARRASTRE LA FRASE QUE COMPLETE EL ENUNCIADO

INTERPRETAR LA
INFORMACIÓN

PERCIBIR LA
INFORMACIÓN

EJECUTAR LAS
RESPUESTAS

a.- El Tacto, la vista, el olfato, el oído y el gusto se encargan de _____

b.- El cerebro se encarga de _____

c.-Los órganos efectores son los encargados de _____

ACTIVIDAD 4.- COMPLETA LAS SIGUIENTES FRASES.

A.- Los nervios _____ transmiten la información desde los órganos receptores hasta el _____.

B.-Los nervios _____ llevan los impulsos del _____ a los órganos _____.

C.-Los _____ nerviosos se encuentran fuera del sistema nervioso central.

METACOGNICIÓN DE CIENCIAS NATURALES

Estimado y estimada estudiante: En este año de pandemia hemos descubierto muchas habilidades, y fortalezas que no sabíamos que teníamos, y a pesar de todo, logramos, como un super héroe o super heroína, alcanzar metas de aprendizaje para pasar al siguiente nivel.

Te invito a reflexionar sobre todo lo que has aprendido, Se específico/a, y honesto/a, como siempre y si necesitas ayuda, estaré para guiarte.

1.-Qué aprendí sobre el cuidado personal ?

2.-Pude aprender un concepto y las características de dichos temas por medio de?

- Powerpoint, video, libro de texto.
- Explicación docente.
- Rutinas del pensamiento.
- Organizadores gráficos.

ARGUMENTA TU RESPUESTA. -

3.-Para qué me puede servir conocer las medidas preventivas sobre el cuidado de nuestros sistemas?

4.-Qué habilidades desarrolle y en qué otras situaciones puedo aplicar lo que he aprendido?

5.-AUTORREGULACIÓN. - Llena la rutina de pensamiento tomando en cuenta tus metas, desafíos y mejoras de tu plan de vida. Puedes ayudarte de tu entorno familiar.

METAS ¿Qué te ayuda a recordar lo que aprendes?	DESAFÍOS ¿Cómo te organizas a la hora de aprender ciencias naturales?	MEJORAS DE TU PLAN DE VIDA ¿Valoras cómo aprendes?