



**QUIZ DE CIENCIAS NATURALES - PERIODO 2**

**GRADO 4°**

**Selecciona la respuesta correcta**

1. Todo aquello que los seres vivos comen y beben para su subsistencia, recibe el nombre de:
  - a. Suplementos
  - b. Bebidas
  - c. Alimentos
  - d. Complementos
  
2. Menciona 3 razones por las que los alimentos son de gran importancia para la vida del ser humano

3. Según su función, los alimentos pueden ser:
  - a. Constructores, mecánicos y articulados
  - b. Formadores, reguladores y vitamínicos
  - c. Energéticos, formadores y reguladores
  - d. Estimuladores, formadores y reguladores
  
4. Los alimentos energéticos se caracterizan por:
  - a. Aportar proteínas para lograr la reconstrucción y el desarrollo de tejidos del cuerpo
  - b. Proteger al cuerpo de enfermedades
  - c. Reforzar el sistema inmunológico
  - d. Aportar energía para realizar las actividades
  
5. Algunos ejemplos de alimentos constructores son:

6. Los alimentos reguladores tienen como función:
- Aportar proteínas para lograr la reconstrucción y el desarrollo de tejidos del cuerpo
  - Proteger al cuerpo de enfermedades
  - Aportar energía para realizar las actividades
  - Ninguna de las anteriores
7. Relaciona adecuadamente.

ALIMENTOS  
ENERGÉTICOS

ALIMENTOS  
FORMADORES

ALIMENTOS  
REGULADORES



8. Menciona como debe ser una buena alimentación

9. Las \_\_\_\_\_ se necesitan a lo largo de toda la vida para formar y reparar los tejidos del cuerpo.

10. Selecciona el nombre de cada grupo de alimentos

