

EVALUACIÓN de Ciencias Naturales.

| | | | | |
|---------------------------|--|--------------|---------------------|------------------------|
| Nombre | | | | Timbre de EVALUADOR |
| Curso | 3° A | Fecha: | 03 - 08 - 2022 | |
| Asignatura | Ciencias Naturales | Profesor: | Luis Martínez Silva | |
| Objetivos de Aprendizajes | 06 Clasificar los alimentos, distinguiendo sus efectos sobre la salud y proponer hábitos alimenticios saludables. | | | |
| Puntaje IDEAL | 30 | Puntaje REAL | | CALIFICACIÓN |

INSTRUCCIONES:

Lee con mucha atención cada enunciado antes de responder.
 Si tienes dudas levanta tu mano y espera al profesor.
 Si crees que ya terminaste, espera en silencio en tu puesto.
 Cada respuesta correcta vale 3 puntos.

1.- ¿Cómo podemos clasificar los alimentos de la imagen? (3 puntos)

- A En vegetales y cárneos.
- B Frutas, frutos secos y lácteos.
- C Lácteos y frutas.
- D Congelados y no congelados.



2.- Alimentarse de forma poco saludable puede originar: (3 puntos)

- A Sobre peso y obesidad.
- B Buena salud física.
- C Solo sobre peso
- D Baja de peso.



3.- ¿Qué indican los sellos en los alimentos? (3 puntos)

- A Son para adornar el envase.
- B Son para aprender qué es un hexágono.
- C Indican qué alimentos son más saludables.
- D Nos permite saber si son dulces o salados.



4.- Irene dice que los sellos facilitan tomar decisiones de compras más saludables. ¿Estás de acuerdo con ella? (3 puntos)

- A Me falta información para decidir.
- B No estoy muy convencido(a).
- C Estoy muy de acuerdo con ella.
- D No estoy de acuerdo.

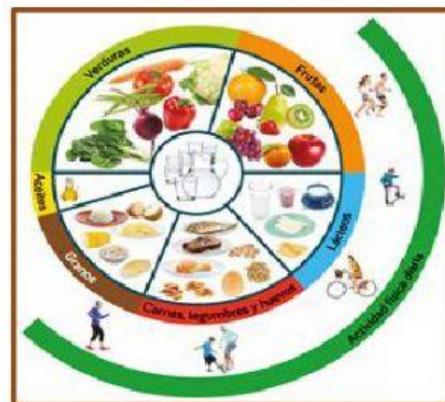


**Educación
Adventista**

 **LIVEWORKSHEETS**

5.- Tener una alimentación equilibrada significa: (3 puntos)

- A Consumir lácteos y tortas.
- B Consumir solo frutas.
- C Consumir solo legumbres.
- D Consumir una variedad de alimentos.



6.- Julián entrevistó a Consuelo, Camila y Benjamín. De acuerdo a la tabla, ¿quién está en peligro de enfermarse? (3 puntos)

- A Ninguno
- B Camila
- C Consuelo
- D Benjamín

| Nombre | | Consuelo | Camila | Benjamín |
|------------------------------|-------|---|---------------------------------------|------------------------------|
| Edad | | 35 años. | 28 años. | 43 años. |
| Comidas ingeridas y horarios | 8:00 | 2 rebanadas de pan integral con huevo. | 1 pan con palta. | - |
| | 11:00 | 1 yogur con avena. | - | 1 completo. |
| | 14:00 | Tortilla de verduras con papas cocidas. | Bistec de carne con arroz y ensalada. | Tallarines con hamburguesa. |
| | 17:00 | 1 manzana mediana. | - | 6 galletas con chocolate. |
| | 20:00 | Pollo a la plancha con ensaladas. | 1 pizza mediana con bebida gaseosa. | 2 vienesas con papas fritas. |

7.- ¿Cuál de las siguientes situaciones corresponde a una buena práctica de higiene para manipular alimentos? (3 puntos)

A. Situación 1



B. Situación 2



Educación
Adventista

LIVEWORKSHEETS

8.- ¿Cuál de los siguientes alimentos deberías consumir de manera más frecuente durante la semana? (3 puntos)

- A Tortas
- B Legumbres
- C Yogurt
- D Donas



9.- ¿Por qué debemos alimentarnos? (3 puntos)

- A Para crecer sanos y fuertes.
- B Para saborear diferentes alimentos.
- C Por pura diversión.
- D Para engordar lo suficiente.



10.- Javier dice que debe consumir al menos 5 porciones de frutas y verduras al día, Francisca dice que solo deben ser 3 porciones, de acuerdo al texto, ¿quién tiene la razón? (3 puntos)

- A Ambos
- B Ninguno
- C Francisca
- D Javier



También les dijo: «Yo les doy de la tierra todas las plantas que producen semilla y todos los árboles que dan fruto con semilla; todo esto les servirá de alimento.»

Génesis 1:29



**Educación
Adventista**

LIVEWORKSHEETS