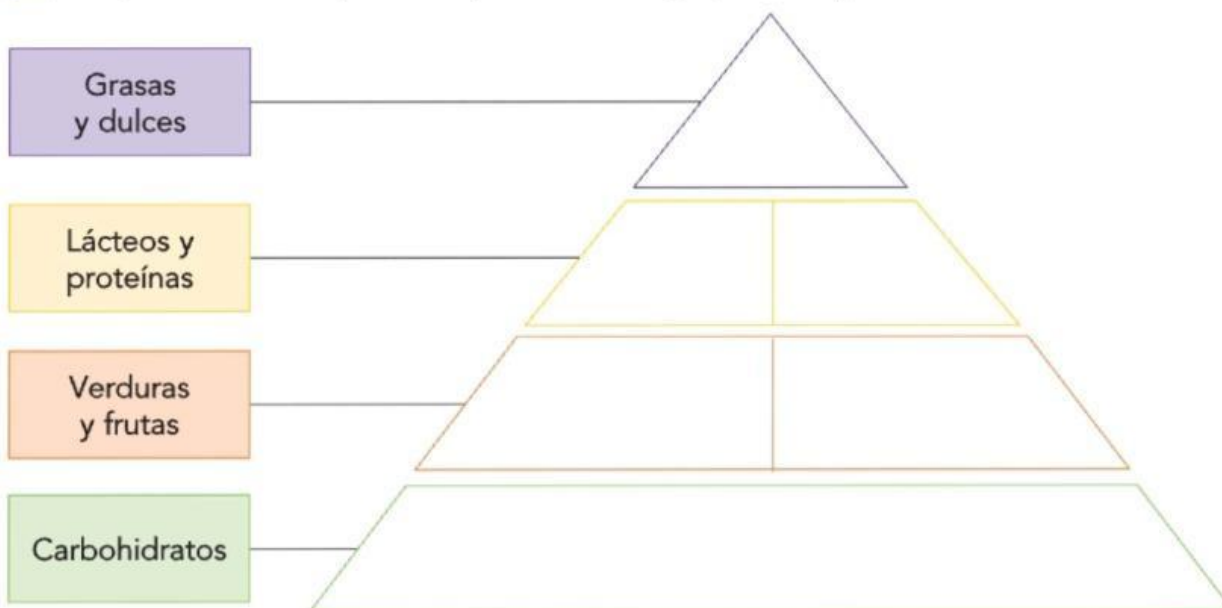


Evaluación sumativa

2
puntos

■ Observar y analizar la pirámide alimenticia, seleccionar los alimentos de una dieta diaria equilibrada y clasificarlos en energéticos, constructores y reguladores.

1 Dibuja un alimento que corresponda a cada grupo de la pirámide alimenticia.



2
puntos

2 Escribe debajo de cada alimento el grupo al que corresponde.

Constructores

Energéticos

Protectores



© Santillana

1
punto

3 Observa la pirámide de alimentos y **escribe** un menú para un almuerzo sano.



© Santillana

© SANTILLANA

2
puntos

■ Seleccionar los alimentos de una dieta equilibrada.

4 **Marca** los alimentos que se deben ingerir a diario para mantener una buena salud.



2
puntos

5 **Explica** lo que ocurre cuando la dieta de una persona es incompleta o no es equilibrada.

1
punto

6 Es importante conocer el tipo de nutrientes que tienen los alimentos que ingerimos. **Colorea** el círculo en cada comida según la clave.

- frutas
- granos
- vegetales
- proteínas



Coevaluación

Reúnete con un compañero de la clase, **revisen** sus evaluaciones y **comenten** sus resultados.

Heteroevaluación

Reúnete con tu docente para completar la ficha.

Conocimientos que domino.

Conocimientos que necesito reforzar.

Sugerencias recibidas para superar mis dificultades.