



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

