**GUÍA DE CIENCIAS NATURALES**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | Curso: 8°A | Fecha: semana N° 5 |
| **¿QUÉ APRENDEREMOS?** | | |
| **Objetivo (s):** Identificar las características de los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en los alimentos y sus efectos para la salud humana. Contestando una autoevaluación. OA6 | | |
| **Contenidos:** Nutrientes | | |
| **Objetivo de la semana:** Identificar las características de los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en los alimentos y sus efectos para la salud humana. Contestando una autoevaluación. OA6 | | |
| **Habilidad:** identificar | | |

**¿Qué necesito saber?**

Para comenzar necesitas saber de qué se trata la habilidad de identificar y qué entendemos por información nutricional de alimentos.



**Entonces:**

Identificar: Identificarse se refiere a la acción de reconocer si una persona o una cosa es lo que se está buscando, estás deberán contar con ciertos rasgos característicos que serán identificables para quien los precisa reconocer.

Entendemos por identificar: reconocer características reconocibles de algo o una persona.

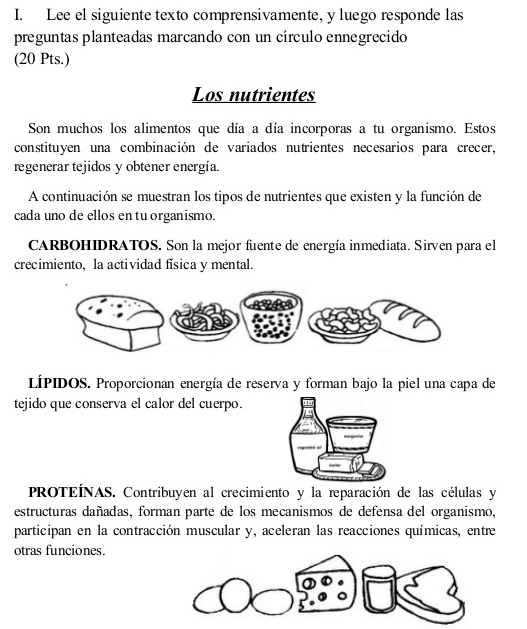
|  |
| --- |
| Información nutricional: El valor **nutricional** de los alimentos está relacionado con el contenido energético de los nutrientes. Se refiere siempre para una cantidad de 100 gramos ó 100 ml del alimento |

Entonces, en esta guía realizaremos lo siguiente **Instrucciones:**

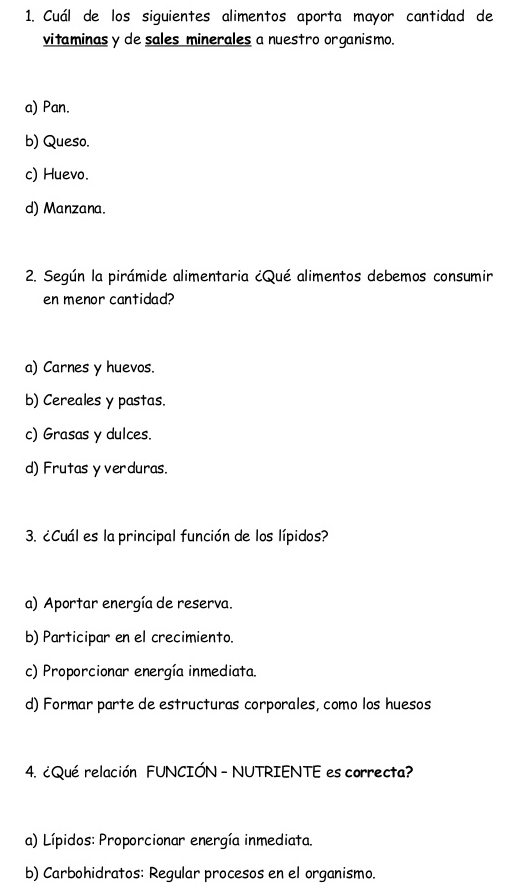
1.- Contesta la siguiente evaluación, como estas solo en casa. Primero contesta sin mirar tus apuntes, ni libros, ni ayuda de un adulto.

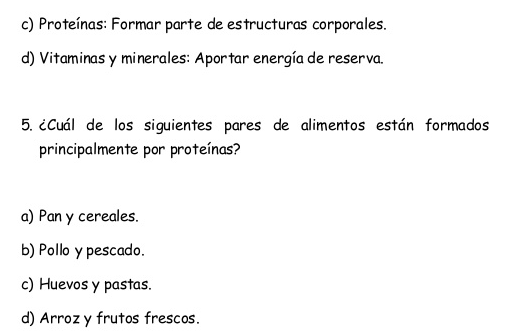
2.- Corrige tú mismo tus respuestas buscando en tus guías y libros, todo aquello que no pudiste contestar. Verifica cuanto realmente has aprendido.

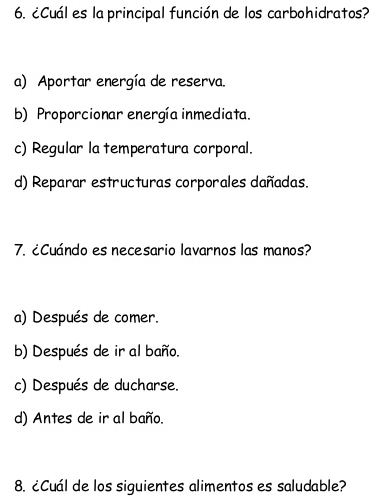
3.- Completa esta guía y estudia de ella.

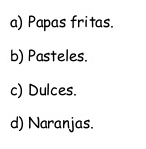


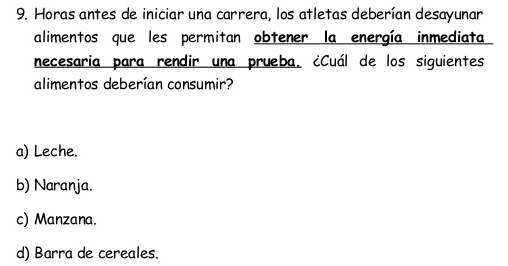


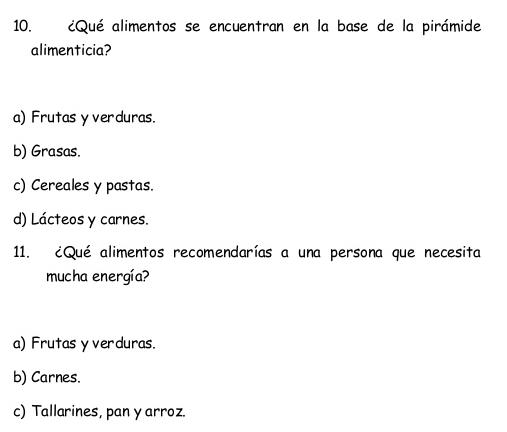


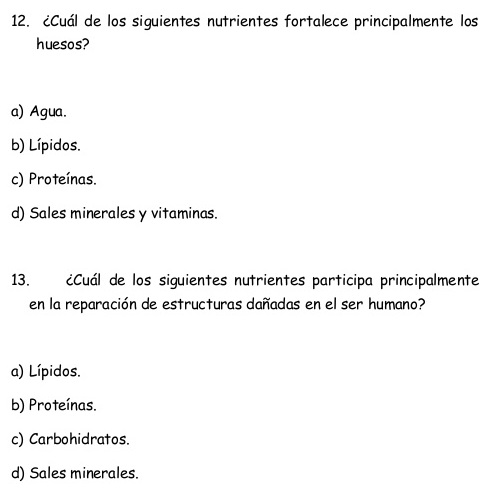


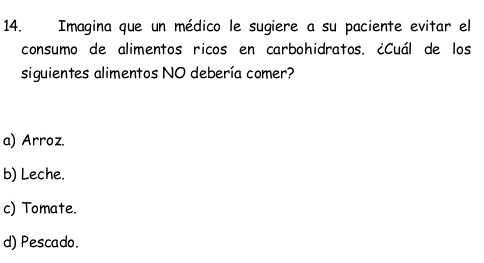
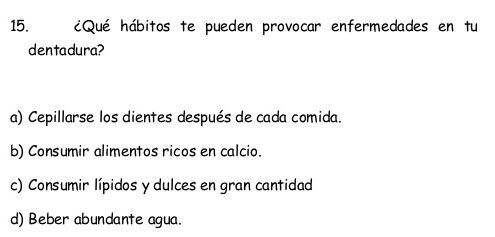


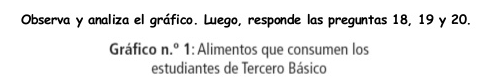


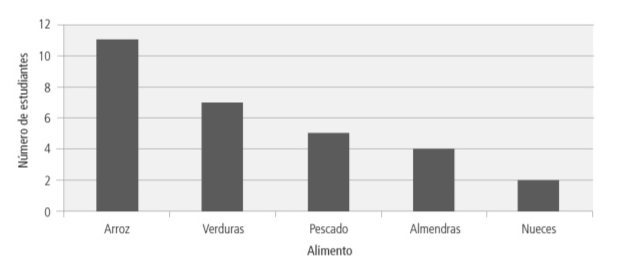


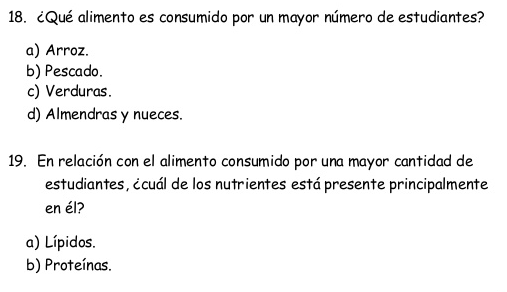
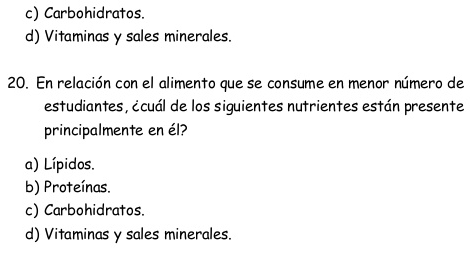


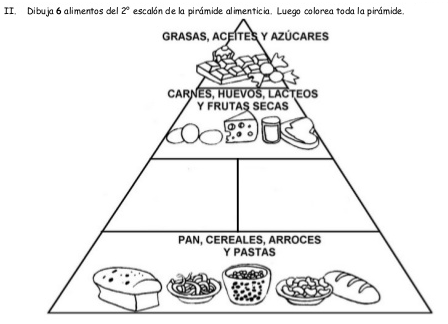












 Reflexión personal sobre la actividad:

1.- ¿Qué fue lo más difícil de este trabajo? ¿Por qué?

…………………………………………………………………………………………………………………..