

TRABAJANDO EN CASA



Excelencia educativa

MODULO CS.NAT.

5° AROMO- JACARANDÁ

Prof.: Sonia Valentin



Colegio Sagrado Corazón Luz y Guía N° 8229

MODULO 18 JUNIO

5° GRADO: AROMO - JACARANDA

AREA: CIENCIAS NATURALES

CONTENIDOS:

LA NUTRICION:

- SISTEMA DIGESTIVO.
- SISTEMA RESPIRATORIO.
- ORGANOS.
- INTEGRACIÓN ENTRE LOS SISTEMAS.

ACTIVIDADES DE REPASO:

1) Indicar qué tipo de nutrientes se incorporan a través de cada una de las siguientes comidas:

- Un bife con ensalada.
- Una empanada de carne.
- Un helado con crema.
- Una tarta de verdura.
- Un plato de ñoquis con manteca y queso.
- Pescado a la plancha con puré de papas

2) Observar las siguientes imágenes y responder:



¿Qué alimentos tienen las siguientes comidas?

¿Qué nutrientes hay en dichos alimentos?

¿A qué categoría del óvalo alimentario pertenecen? ¿En qué forma se cocinan?

¿Cuáles podrían comer con más frecuencia, cuáles no, y por qué?

3) Responder :

- ¿Qué diferencia hay entre comidas y alimentos? Den ejemplos.
- ¿Cuáles son los grupos de nutrientes que pueden contener los alimentos? ¿Todos los alimentos tienen los mismos nutrientes?
- ¿De qué factores depende la dieta de una persona?

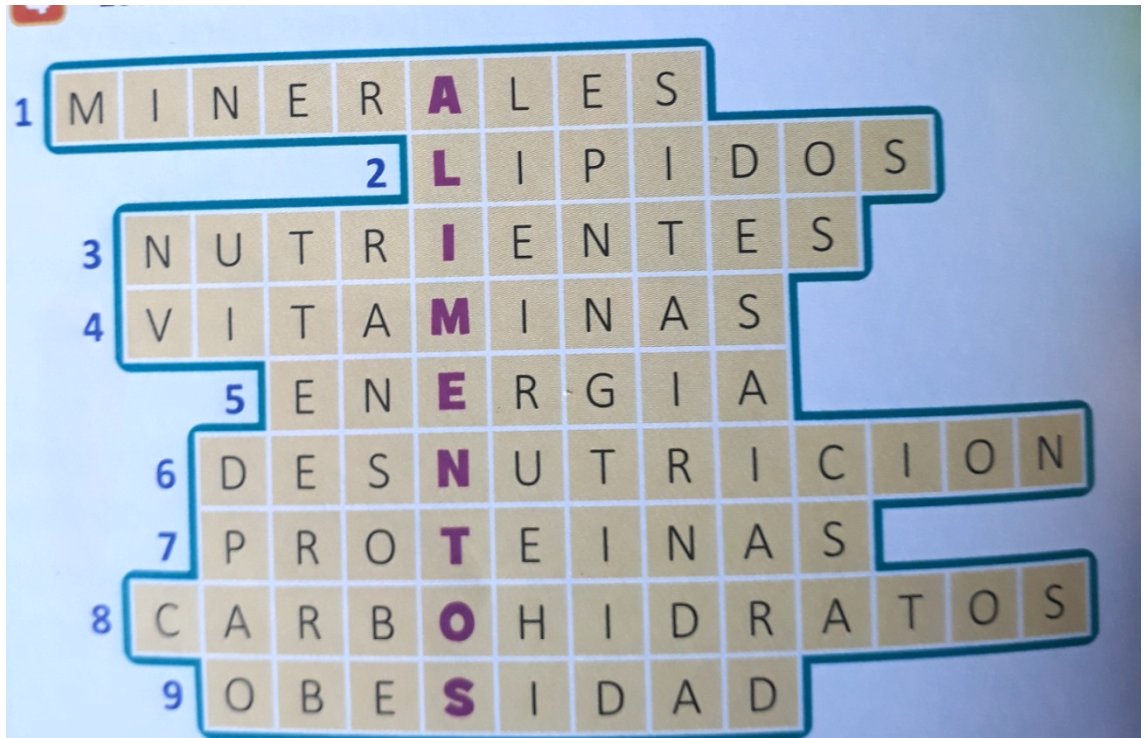
ACTIVIDADES:

- 1) Observar el diálogo entre los siguientes niños. ¿Les parece que llevan una alimentación saludable? ¿Por qué? ¿Qué nutrientes les están faltando o cuáles están consumiendo en exceso? ¿Qué consejos les darían?



- 2) Explicar el camino que realiza una galleta desde que ingresa a la boca hasta terminar el proceso de la digestión. No olvides nombrar al alimento con sus respectivos nombres (bolo alimenticio, quimo, quilo)

3) Prueba lo que aprendiste. Escribe las definiciones para el siguiente acróstico:



4) Analizar la siguiente etiqueta de información nutricional y luego responder:

¿Qué tipo de nutrientes contiene?

¿Qué nutrientes no contiene?

| INFORMACIÓN NUTRICIONAL | | |
|----------------------------|----------------------|---------------------|
| PORCIÓN: 200 ML (= 1 VASO) | | |
| | Cantidad por porción | Cantidad cada 100 g |
| Valor Energético | 116 kcal | 58 kcal |
| Carbohidratos | 9,6 g | 4,8 g |
| Proteínas | 6,0 g | 3,0 g |
| Grasas totales | 6,0 g | 3,0 g |
| Grasas saturadas | 3,6 g | 1,8 g |
| Grasas trans | 0 g | 0 g |
| Fibra alimentaria | 0 g | 0 g |
| Sodio | 100 mg | 50 mg |
| Calcio | 242 mg | 121 mg |
| Vitamina A | 150 microg | 75 microg |
| Vitamina D | 1,3 microg | 0,65 microg |

5) Unir el nombre de cada proceso de la nutrición con la tarea que le corresponde:

| | |
|--------------------|--------------------------------------------------------------|
| digestión | • Eliminar los desechos. |
| respiración | • Transformar el alimento en sustancias sencillas. |
| circulación | • Transportar las sustancias a todos los lugares del cuerpo. |
| excreción | • Incorporar el oxígeno y eliminar el dióxido de carbono. |

¡FELICITACIONES!