



Ticket de salida 28: Ciencias Naturales

Curso: 3°

Nombre estudiante:

Objetivo:

Clasificar los alimentos, distinguiendo sus efectos sobre la salud, y proponer hábitos alimenticios saludables.

(OA 6)

Indicador de evaluación:

- Distinguen alimentos saludables y perjudiciales para el cuerpo humano.
- Proponen y comunican hábitos alimenticios saludables.

Preguntas de selección múltiple

Lea atentamente cada una de las preguntas y sus alternativas, recuerda solo una es la correcta:

1. ¿Cuál de las siguientes alternativas corresponde a un buen hábito de alimentación?

- a) Ingerir diariamente frutas y verduras, crudas y cocidas
- b) Consumir carnes altas en grasas
- c) Saltarse las comidas.
- d) Comer cerca de la hora de dormir.

2. ¿Qué consecuencias tiene mantener una dieta saludable?

- a) Mantener la desnutrición
- b) Genera problemas de sobrepeso en niños y niñas
- c) Mantener nuestro cuerpo fuerte y saludable
- d) Mantener horarios desordenados de alimentación

3. ¿Por qué la alimentación poco saludable es dañina para nuestro cuerpo? Nombra al menos dos razones: