



GUÍA DE APRENDIZAJES UNIDAD 1: NUTRICIÓN Y SALUD “Tipos de Nutrientes”

Objetivo: Investigar experimentalmente y explicar las características de los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en los alimentos y sus efectos para la salud humana. (OA 06)

En esta guía daremos inicio al estudio de la unidad 1: Nutrición y salud. Comenzaremos conociendo algunos conceptos importantes, para esto tendrás que leer las páginas 11 a 13 de tu libro de Ciencias Naturales. Si no posee tu libro en forma física, puedes consultarlo en el siguiente link <https://curriculumnacional.mineduc.cl/estudiante/621/w3-article-21027.html>

Además, podrás complementar la información con el video: ¿Qué función cumplen los nutrientes en nuestro organismo? En el link <https://www.youtube.com/watch?v=OyI0H3BSy8A>

RECUERDA, las siguientes actividades deben ser respondidas en **TU CUADERNO**, no es necesario que imprimas este documento.

- Después de haber leídos las páginas, define los siguientes conceptos:
 - Nutrientes:
 - Calorías:
 - Proteínas:
 - Lípidos:
 - Carbohidratos
 - Agua
 - Vitaminas
 - Sales Minerales.
- Realiza una lista de los alimentos que consumes en las distintas comidas de un día. Por ejemplo: Desayuno Vaso de leche, pan con mantequilla.
- Clasifica los alimentos que pusiste en la actividad anterior según el tipo de nutriente que entrega en mayor proporción. Realiza en tu cuaderno un cuadro como el siguiente, para organizar tu información.

Proteínas	Lípidos	Carbohidratos	Agua	Vitaminas y Sales Minerales.

Una vez que hayas terminado tu actividad, saca una fotografía a tu tarea y envíala por correo electrónico a tu profesora:

Profesora Constanza: Constanza.arredondo@colegio-eduardodegeyter.cl