



COLEGIO DOMINGO EYZAGUIRRE  
SAN BERNARDO // EL BOSQUE  
ASIGNATURA:  
PROFESOR (a): Patricia Saavedra Ortega

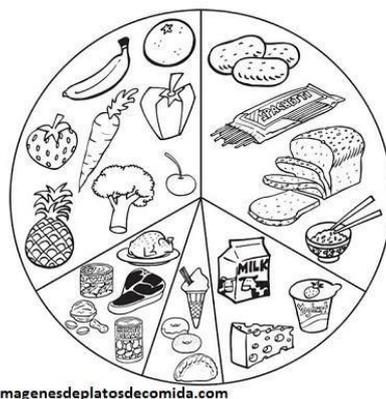
### **Guía Pedagógica N°3 (Evaluación formativa)**

Nombre:	Curso: 8 <sup>a</sup> C
Fecha inicio:	Fecha Presentación:

#### Descripción Curricular de la Evaluación

Unidad	<b>Unidad 1: ¿Para qué nos alimentamos?</b>
Objetivo	<b>Explicar las características de los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en los alimentos y sus efectos para la salud humana</b>
Habilidades a evaluar	Investigar, aplicar
Contenido	Nutrición y salud

#### “Conociendo los nutrientes”



[imagenesdeplatosdecomida.com](http://imagenesdeplatosdecomida.com)

**Responde las siguientes preguntas: (Página 17)**

**1. ¿Cuál es la composición de los alimentos?**

---

---

**2. ¿De dónde el cuerpo humano obtiene energía para vivir?**

---

---

3. ¿En qué gastas energía a diario?

---

---

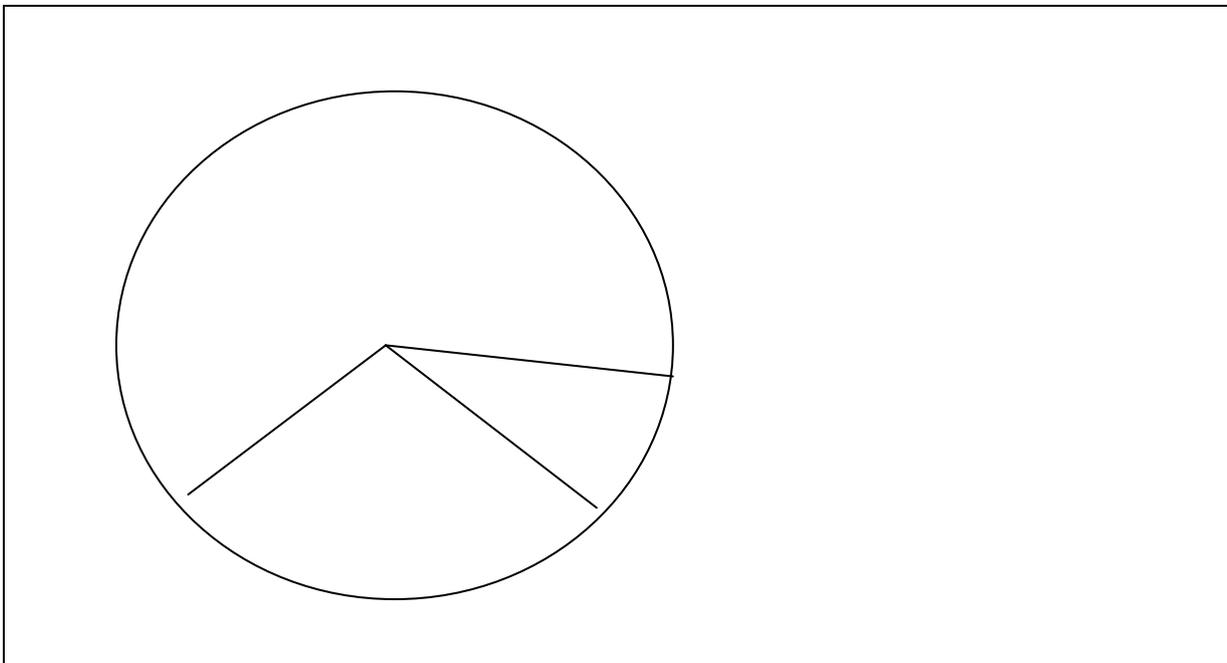
4. ¿Cómo se expresa la energía?

---

---

5. Colorea el siguiente gráfico, según las instrucciones y escribe los porcentajes en cada porción:

- a) 60% Metabolismo basal
- b) 30% Actividad física
- c) 10% Digestión de los alimentos y absorción de nutrientes



6. A partir del gráfico, explica los siguientes conceptos:

a) **Metabolismo**

**basal:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

b) **Actividad**

**física:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

c) **Digestión y absorción de**

**nutrientes:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Recuerda que los alimentos están formados por nutrientes y que tienen funciones diferentes que benefician a nuestro organismo.
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

7. **Con ayuda de tu texto de Ciencias (pàg. 18-19-20) completa el siguiente cuadro resumen:**

<b>NUTRIENTE</b>	<b>CARACTERÍSTICA</b>	<b>FUNCIÓN</b>	<b>ALIMENTOS EN QUE SE ENCUENTRAN</b>
PROTEÍNAS			
CARBOHIDRATOS			
LÍPIDOS			
VITAMINAS Y MINERALES			
AGUA			