



## GUÍA DE MÓDULO DE CIENCIAS NATURALES PRIMER GRADO

NOMBRE DEL DOCENTE: EVELIA MEDINA, ADRIANA BETHANCOURT

NOMBRE DEL ESTUDIANTE: \_\_\_\_\_ GRADO: PRIMERO A-B

ASIGNATURA: CIENCIAS NATURALES FECHA DE ENTREGA: Semana del 20 al 24 de abril.

### INTRODUCCIÓN AL TEMA:

Estimados Padres de Familia Bendiciones, espero con el favor de Dios que todos estén bien y pronto estemos juntos nuevamente, gracias por su apoyo incondicional en casa que es muy valioso, para lograr el aprendizaje de nuestros niños.

¡Hola! Mis queridos niños espero que les guste mucho el tema de esta semana y aprendan junto a sus padres la importancia de la clasificación de los alimentos para una alimentación sana. Diviértanse mucho con los videos pónganlos en práctica.

Recuerden también los hábitos higiénicos que debes realizar todos los días sobre todo lavarte las manos.

### Clasificación de los Alimentos

#### Alimentos Protectores

Para que el carro este en buen estado necesita de alimentos protectores, como aceite y agua. Asimismo, tu cuerpo necesita alimentos que lo ayuden a funcionar bien y que lo protejan contra las enfermedades estos son las **vitaminas y minerales**.

En este grupo tenemos las frutas, verduras, que nos protegen de las enfermedades, así también los minerales.



#### Alimentos Energéticos

Tanto el carro como tu cuerpo necesitan energía para funcionar; la energía del carro es la gasolina y la energía que tu cuerpo necesita para desarrollar las actividades diarias te las brindan los carbohidratos y las grasas.

Por ejemplo: pan, fideos, arroz, cereales, azúcar, dulces, mantequilla, aceite y maní.



#### ALIMENTOS REGULADORES:

- Son alimentos ricos en vitaminas y minerales. Estas sustancias regulan el buen funcionamiento del organismo y evitan las enfermedades.
- Por ejemplo, la vitamina B regula el funcionamiento del sistema muscular y el sistema nervioso; el calcio fortalece los dientes, los huesos y favorece la coagulación y la actividad muscular y nerviosa. Pueden ser verduras o frutas como:



Alcachofa, lechuga, zanahoria, etc.



Pera, granadilla, papaya, naranja, piña, plátano, etc.



**OBJETIVO/ COMPETENCIAS:**

**OBJETIVO:** Identifica la función de los alimentos para mantener el cuerpo nutrido para garantizar la buena salud.

**\*COMPETENCIAS:**

Autonomía e iniciativa personal.

**ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE SOBRE LOS CONTENIDOS:**

**ACTIVIDAD 1:** Observa el video de la clasificación de los alimentos y su importancia, con un adulto. <https://www.youtube.com/watch?v=EbZhQbyJgvQ> ( si cuentas con internet)

<https://www.youtube.com/watch?v=n6Kh6Xg8oTQ>

Identifica por medio de imágenes como se clasifican los alimentos

**ACTIVIDAD 2** Reconoce los alimentos que necesita para tener una alimentación saludable.

**EVALUACIÓN (FORMATIVA/SUMATIVA)**

Formativa.

**BIBLIOGRAFÍA (WEB, LIBROS DE TEXTO, ETC.)**

Libro de texto de Susaeta de Ciencias Naturales,  
Cuadernos.

VIDEOS "<https://www.youtube.com/watch?v=EbZhQbyJgvQ>"

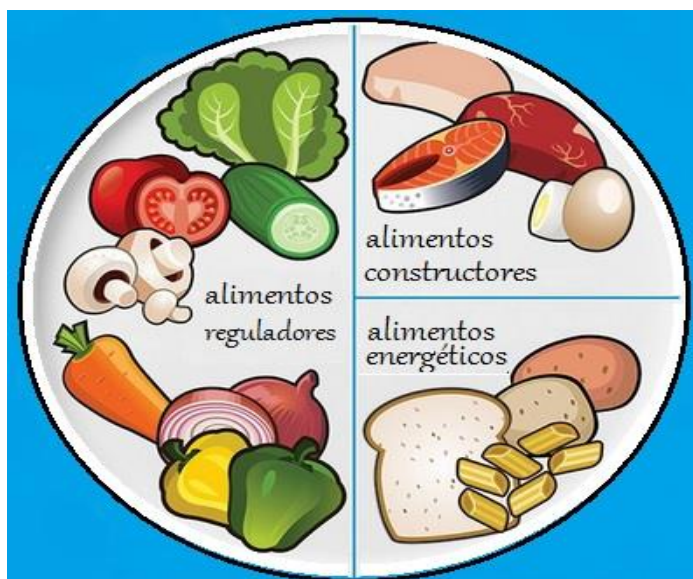


## CENTRO BILINGÜE DE FORMACION INTEGRAL NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED TALLER PRÁCTICO

### Indicaciones:

- El taller debe ser en el cuaderno.
- Con ayuda de un adulto o de tus padres, que dibuje los rectángulos luego en cada uno de ellos escribe el nombre de cada uno.
- Busca en revistas figuras de cada uno de los alimentos al que pertenece recorta y pega, también puedes dibujar y colorear los alimentos
- Desarrolla tu creatividad, diviértete.
- Escribe la fecha: Hoy es.....
- Escribe el título.

EJEMPLO:





## CLASIFICACION DE LOS ALIMENTOS

<b>ENERGETICOS</b>	<b>CONSTRUCTORES</b>	<b>REGULADORES</b>



**Indicaciones:**

- Escribe la fecha: Hoy es.....
- Recorte un pedazo de cartón con forma de plato.
- Busca en revistas figuras de alimentos y forma un desayuno, almuerzo o cena siguiendo las reglas de alimentación, debe ser saludable no solo lo que te gusta.
- Puede guardar el trabajo en una carpeta .

La Alimentación Infantil en Dibujos

# Carteles

## PLATO EQUILIBRADO

EN EL ALMUERZO Y LA CENA

Los hábitos alimentarios se adquieren desde el nacimiento.

[www.mfloresimagina.es](http://www.mfloresimagina.es)