



Plan de trabajo 12

3° Básico ciencias

Clase 40	Clase 41
Clase online zoom https://www.youtube.com/watch?v=rwnwhSW5pw pág 226 y 227	Ampliar los contenidos relacionados con los nutrientes de los alimentos. Guía: 1. alimentos
Clase 42	Clase 43
Clase online zoom Actividad libro pág 228, 229 7 230	Ampliar los contenidos relacionados con la higiene alimentaria. Guía: 2. Higiene



Alimentación y nutrición

Objetivo: Ampliar los contenidos relacionados con los nutrientes de los alimentos.

Los alimentos se pueden clasificar, además de su composición y función, según su origen. De acuerdo a este criterio, los alimentos pueden ser de origen animal o de origen vegetal.

1. Observa las imágenes de los alimentos y clasifícalos de acuerdo a su origen. Escribe el número que corresponda en cada fotografía.

1. Origen animal
2. Origen vegetal

2. Completa la siguiente imagen que representa los alimentos que debemos consumir en mayor o menor cantidad. Haz un dibujo o escribe según sea necesario.

ACTIVIDAD FÍSICA DIARIA



3. Observa los siguientes grupos de alimentos y luego responde las preguntas:

Grupo 1
Pan y pastas

Grupo 2
Pera y cebolla

Grupo 3
Carne y leche

Grupo 4
Aceituna y maní

- ¿En cuál de estos grupos clasificarías los huevos? Marca tu respuesta.

- En el grupo 2
- En el grupo 1
- En el grupo 4
- En el grupo 3

- ¿Cuál de los grupos menciona solo alimentos de origen animal? Marca tu respuesta.

- El grupo 3
- El grupo 2
- El grupo 4
- El grupo 1

- ¿En cuál de estos grupos existen alimentos con alto componente de vitaminas y sales minerales? Marca tu respuesta.

- En el grupo 1
- En el grupo 4
- En el grupo 3
- En el grupo 2

El objetivo del etiquetado nutricional es entregarnos más herramientas para que podamos elegir los alimentos que vamos a consumir. Saber lo que contienen los alimentos que consumimos nos ayudan a tener una alimentación responsable que nos ayudará a evitar enfermedades.

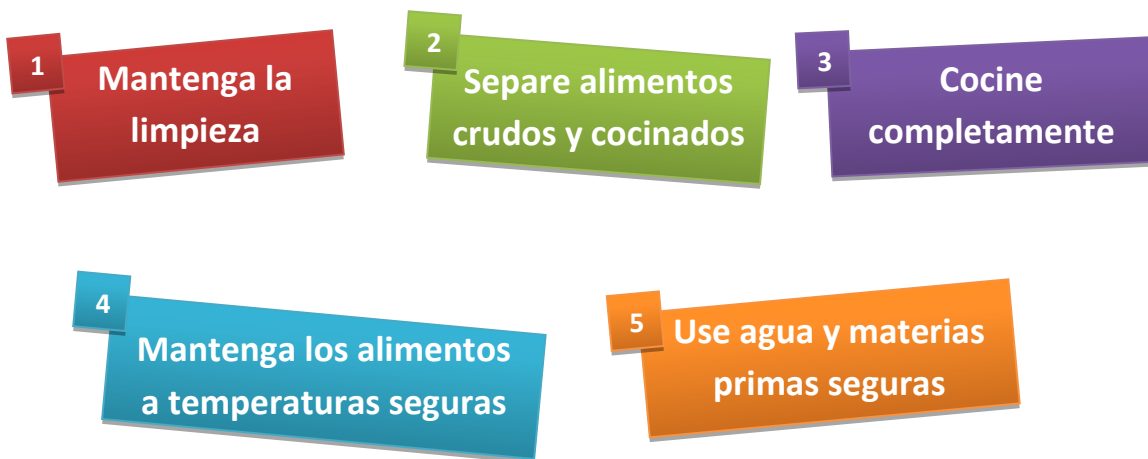


Higiene alimentaria

Objetivo: Ampliar los contenidos relacionados con la higiene alimentaria.

La mayoría de las enfermedades de transmisión alimentaria se pueden prevenir con una manipulación apropiada de los alimentos.

1. Lee las cinco claves que propone la Organización Mundial de la Salud para prevenir enfermedades por transmisión alimentaria y luego contesta las preguntas.



- ¿Crees que en tu casa se cumplen todas estas medidas?

2. Elige una de las medidas que presentamos en esta página y escribe 3 ejemplos en donde se cumpla.



3. Escribe un decálogo de las buenas prácticas de higiene en la elaboración y conservación de los alimentos.

Buenas prácticas para la elaboración y conservación de los alimentos

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

4. De las siguientes imágenes encierra la que **no** representa una buena práctica.



Entre las enfermedades transmitidas por alimentos (ETA) se encuentran la fiebre tifoidea y paratifoidea (que afectan principalmente a niños de 5 a 9 años), las diarreas infantiles, la hepatitis A y la gastroenteritis por *Vibrio parahaemolyticus*, entre otras.