

GUÍA N°4 CIENCIAS NATURALES

1° BÁSICO – JUNIO 2021

Nombre: _____ Curso: _____ Fecha: _____

Objetivo: OA 7: Describir, dar ejemplos y practicar hábitos de vida saludable para mantener el cuerpo sano y prevenir enfermedades.

Contenidos: Alimentación saludable.

Actividades:

- Realiza la guía de trabajo con ayuda de algún familiar.
- Lee en voz alta el texto y las instrucciones. Más de una vez si es necesario.
- Completa las actividades, de manera ordenada.
- Revisa tu trabajo al finalizar.
-

1.- Lee atentamente:

¿Por qué es importante comer saludable?

Comer saludable nos permite tener un cuerpo sano y con energía. Estás en una etapa de desarrollo y crecimiento, por lo tanto, comer una variedad de alimentos saludables, te ayudará a crecer fuerte y sano.



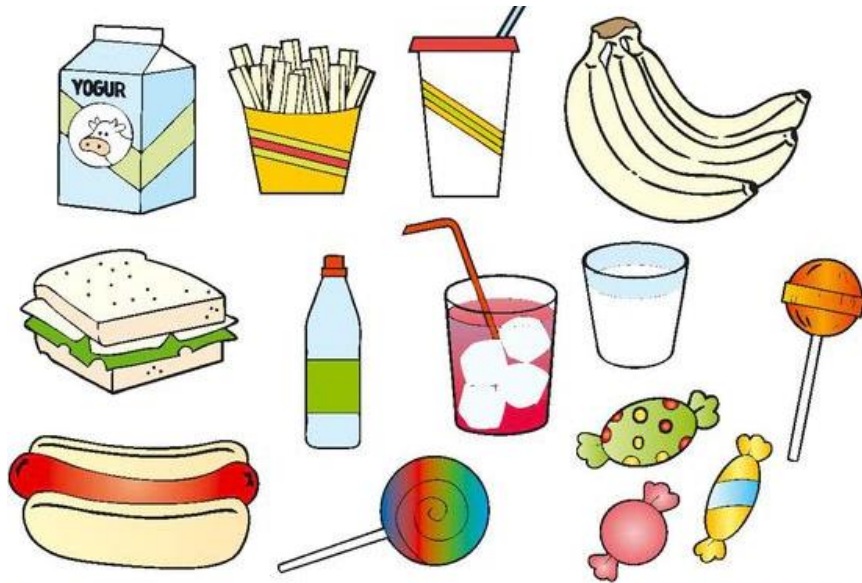
¡PERO! Hay alimentos que son poco saludables y hay que ingerirlos en menor cantidad, observa los ejemplos:



2.- Lee y observa los alimentos que debes consumir para mantenerte saludable:



3.- Observa los alimentos de la imagen, marca con una equis (X) aquellos alimentos que serían saludables para tu cuerpo:



4.- Dibuja 3 alimentos saludables y 3 alimentos poco saludables que te guste consumir (evita repetir los alimentos observados en la actividad 3):

--	--



5.- Ampliando conocimientos:

- Realiza las actividades del libro de Ciencias Naturales, página 28 a 31.
- Realiza las actividades del cuaderno de actividades, página 15 y 16.
- Observa el video:

https://www.youtube.com/watch?v=jsqONxiLcYM&t=1s&ab_channel=CNTVInfantil

¡GUARDA LA GUÍA EN TU CARPETA AL FINALIZAR!