Colegio Benjamín Vicuña Mackenna
Constanza 01650, Rancagua
F: (72) 2266214
nororiente@cormun.cl

Victoria Correa Acevedo
Ciencias Naturales

GUIA DE APRENDIZAJE: LOS NUTRIENTES		
Nombre:	Fecha:	Curso: **8° Básico**
OA	**OA 6** 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.	
Indicador(es):	- Identifican la presencia de nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en alimentos comunes mediante procedimientos experimentales. - Asocian nutrientes como proteínas, carbohidratos y lípidos a sus unidades estructurales (aminoácidos, monosacáridos y ácidos grasos respectivamente).	

Ítem I.- Lee atentamente tu texto de estudio, página n° 11 y realiza las actividades a continuación.(2 puntos)

1.- Crea u título para el texto y justifica tu elección.

_____

_____

2.- Define los siguientes conceptos:

a) Energía:_____

_____

b) Calorías: _____

_____

c) Metabolismo Basal: _____

_____

d) Nutrientes: _____

_____

Ítem II.- A partir de la definiciones que creaste anteriormente, ordena estos conceptos a través de un mapa conceptual.(5 puntos)

Colegio Benjamín Vicuña Mackenna
Constanza 01650, Rancagua
F: (72) 2266214
nororiente@cormun.cl

Victoria Correa Acevedo
Ciencias Naturales

Ítem III.- Lee las páginas de tu texto de estudio n° 12 y 13 y realiza las siguientes actividades:

1.- ¿Qué es una dieta balanceada?

_____

_____

2.- ¿Cuál es la importancia de los nutrientes en tu dieta?

_____

_____

3.- Escribe 8 ejemplos de proteínas que tú podrías incluir en tu dieta.

_____

_____

4.- ¿Qué son los carbohidratos? ¿Qué aportan a tu organismo?

_____

_____

5.- Escribe 8 ejemplos de carbohidratos que podrás incluir en tu dieta.

_____

_____

6.- Escribe 8 ejemplos de lípidos que podrás incluir en tu dieta.

_____

_____

7.- ¿Qué alimentos aportan agua a tu dieta? Nombra 6 ejemplos.

_____

_____

8.- ¿Qué alimentos contienen vitaminas y minerales? Escribe 8 ejemplos.

_____

_____