



TAREA DE EDUCACION FISICA 3° BÁSICO Semana 13 Y 14

Nombre:	
Curso: 3° A – B – C	Fecha: 22 JUNIO AL 3 DE JULIO
OA 9: Conocer y practicar hábitos de alimentación saludable.	

Queridas Estudiantes:

Es un agrado poder comunicarme con ustedes a través de este medio, esperando que se encuentren bien junto a su familia. Deben responder esta guía, en el caso de que tengan dudas pueden escribir a mi correo: ana.cabrera@colegio-republicaargentina.cl

- ✓ Recuerda que puedes realizar preguntas, yo estaré atenta y responderé lo antes posible, las dudas que tengas al respecto.
- ✓ Si no puedes imprimir las guías puedes escribir las respuestas en tu cuaderno. No olvides indicar tu nombre completo y curso.

I. Lee el siguiente texto sobre cereales con aire y lentejas para reducir la obesidad:

Cereales con aire y lentejas para reducir la obesidad.

Científicas y científicos de la Universidad Católica de Chile desarrollaron un cereal aireado y saludable, incorpora lentejas en sus ingredientes además de quínoa y arroces integrales. Los alimentos aireados y con legumbres entregan una mayor saciedad al



consumirlos, lo que puede ayudar a las personas con obesidad a combatir esta enfermedad, ya que consumirán menos alimentos. María Teresa Comparini, participante del proyecto, dijo que esperan facilitar la vida de mamás y papás, para que hijos e hijas coman legumbres, especialmente durante las colaciones en el colegio.

II. RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS: (utiliza técnica de subrayado)

1. ¿Qué ingredientes contiene el cereal aireado?

- A. Arroz, fruta, azúcar
- B. Lentejas, fruta y frutos secos
- C. Mariscos, arroz y verduras
- D. Legumbres, quínoa y arroz integral



2. ¿A qué universidad pertenecen los científicos que desarrollaron el cereal?

- A. Universidad de Concepción
- B. Universidad de Harvard
- C. Universidad Católica de Chile
- D. Universidad de Los Lagos

3. ¿Qué motivó a los científicos a crear este cereal?

- A. Ayudar a combatir la obesidad
- B. Ayudar para que los niños coman legumbres en los recreos
- C. A y B son correctas
- D. Ninguna es correcta

4. Según el texto, ¿Qué nos entregan los alimentos aireados?

- A. Calorías
- B. Mayor saciedad al consumirlos
- C. Proteínas y nutrientes
- D. Poca satisfacción

5.- ¿Cuál es la idea principal del texto?

- A. Mostrar que las legumbres se pueden comer en barras de cereal
- B. Dar a conocer un alimento saludable, hecho de aire y legumbres para reducir la obesidad.
- C. Mostrar que niños mejoran su alimentación durante recreos
- D. Dar a conocer el aumento de obesidad en Chile

¡Ficiste un excelente trabajo!





Colegio República Argentina
O'Carrol # 850- Fono 72- 2230332
Rancagua