****Colegio República Argentina

O’Carrol # 850- Fono 72- 2230332

Rancagua

**Asignatura:** Ciencias Naturales **Curso:** Octavo

**Fecha: Semana 11** del 08 al 12 de junio 2020

|  |
| --- |
| Introducción:  Estimadas estudiantes y familia, espero que se encuentren bien, les cuento que la actividad propuesta para esta semana es el desarrollo de una evaluación formativa (no tendrá nota), puedes utilizar las guías anteriores y también tu texto de Ciencias Naturales. Confío en tus capacidades y esfuerzo. Si tienes alguna duda o inquietud puedes escribirle a tu profesora:  carmen.araya@colegio-republicaargentina.cl  [marylen.orellana@colegio-republicaargentina.cl](mailto:marylen.orellana@colegio-republicaargentina.cl)  [victoria.zuniga@colegio-republicaargentina.cl](mailto:victoria.zuniga@colegio-republicaargentina.cl)  **Además, les recuerdo que no es necesario imprimir la guía pueden escribir las preguntas y respuestas en sus cuadernos.** |

|  |
| --- |
| **OA 6**:  Explicar las características de los nutrientes (carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, minerales y agua) en los alimentos y sus efectos para la salud humana.  **OA 7**:  Analizar y evaluar, basados en evidencias los factores que contribuyen a mantener un cuerpo saludable, proponiendo un plan que considere: Una alimentación balanceada. Un ejercicio físico regular. Evitar consumo de alcohol, tabaco y drogas. |

|  |
| --- |
| A continuación te presento un resumen de los contenidos tratados en la evaluación formativa.  **Conociendo los nutrientes**    Los nutrientes, componentes fundamentales de los alimentos, son los carbohidratos, las proteínas, los lípidos, las sales minerales, el agua y las vitaminas, los que cumplen funciones específicas en el organismo.  Los alimentos se clasifican según los nutrientes que contienen, sus características y funciones. Algunos alimentos procesados presentan un exceso de grasas, azúcares y sales, los que consumidos en grandes cantidades pueden traer efectos negativos para la salud. De acuerdo a cómo se alimente cada persona, a su contextura, sexo y estatura, se puede definir su estado nutricional, y con ello, crear un plan de vida saludable, es decir, tener una alimentación equilibrada, hacer ejercicio de forma regular y evitar hábitos que dañan el organismo, como el consumo de alcohol, drogas y tabaco. |
| Observa el siguiente mapa conceptual en el que se sintetizan y organizan las nociones esenciales señaladas en el texto anterior.  Línea/divisor De Las Flores Stock de ilustración - Ilustración de ...  **No cuentes los días,**  **haz que los días cuenten.** |