



ESCUELA SECUNDARIA OFICIAL ESTATAL 0775

BENITA GALEANA

C. ESTATAL 0711BSESUM0775 O.P. 1597881 TURNO MATUTINO CCT. 15EES1153B

CICLO ESCOLAR 2021-2022

GRADO:	1°, 2°, 3°	ASIGNATURA:	VIDA SALUDABLE	PERIODO	Del 28 de febrero al 04 de marzo	FECHA DE ENTREGA	04 de marzo
TEMA:	NATURAL VS. ULTRAPROCESADO (Periodo de evaluación)					SEMANA	11
PROPÓSITO/APRENDIZAJE/ENFASIS							
Aprendizajes Esperados: Comparar los aportes nutrimentales de los alimentos naturales contra los ultrapocados.							
ACTIVIDAD							
1. ¿Qué son los alimentos naturales?, redacta 5 ejemplos e ilustra. 2. ¿Qué son los alimentos ultrapocados?, redacta 5 ejemplos e ilustra. 3. Coloca los alimentos en donde correspondan, imprime la hoja anexa. (De lo contrario tendrás que realizar todo a mano.) 4. Resuelve la sig. Sopa de letras y contesta lo que se te pide según tus conocimientos.							



ACTIVIDAD

Alimentos naturales			Alimentos procesados		



Alimentación
Proteínas
Nutrición
Lípidos
Carbohidratos
Grasas
Vitaminas
Minerales
Obesidad
Dieta
Bebidas
Verduras
Frutas
Inocua
Cereales
Leguminosas

- ¿Por qué la alimentación es uno de los aspectos importantes en la salud del ser humano?
- ¿Qué alimentos es mejor consumir entre comidas?
- ¿Por qué es importante evitar el consumo de aguas azucaradas, golosinas y frituras en cantidades excesivas?
- ¿Qué es la dieta?
- ¿Qué es la nutrición?
- ¿Dónde se lleva a cabo la nutrición?
- ¿A qué se reducen los alimentos en el sistema digestivo?
- ¿Qué son los nutrimentos?
- ¿De dónde provienen las proteínas?
- ¿Para qué utiliza el organismo las proteínas?