

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA FRAY PLACIDO
ÁREA CIENCIAS NATURALES
GRADO 2do. AÑO LECTIVO 2020**

ACTIVIDAD Nro. 7

APRENDAMOS SOBRE LA ALIMENTACIÓN EN EL HOMBRE

FASE AFECTIVA: Lee, memoriza y recita el poema.

| | |
|---|--|
| Viene hoy a este lugar un cocinero real, a la princesa y a los reyes les hará un menú especial. | Serafín, el cocinero , hace compras de mañana, frutas frescas y verduras para hacer comida sana. |
|---|--|

¿Qué es alimento?

Es una sustancia nutritiva que toma un organismo o un ser vivo para mantener sus funciones vitales.

Las personas como el resto de los animales **obtienen los alimentos** del medio que los rodea.

Nuestro organismo aprovecha solo parte de los alimentos que tomamos. Esta parte aprovechable de los alimentos es llamada **sustancia nutritiva o nutrientes**, y son los **carbohidratos**, las **proteínas**, las **grasas**, las **vitaminas** y los **minerales**.

Los alimentos pueden ser de:

-ORIGEN VEGETAL: Corresponden a los alimentos que obtenemos de las **plantas**, como las **verduras**, las **frutas** y los **cereales**;

-ORIGEN ANIMAL: Que corresponden a los alimentos que obtenemos de los **animales**, como el **pescado**, los **huevos**, el **pollo**, la **carne de res**, la **carne de cerdo** y la **leche**,

-ORIGEN MINERAL: corresponde a unas sustancias que no proceden de animales ni de plantas, como el **agua** y la **sal**.

De acuerdo con estas sustancias y con la función que cumplen en nuestro cuerpo, los alimentos se pueden clasificar en:

1. Frutas y verduras,

2. cereales, tubérculos como papa, yuca, yota y plátanos;

3. azúcares;

4.grasas;

5.carne, huevos y granos secos

6.leche y productos lácteos

Los alimentos se encargan de

construir o formar nuestros huesos, músculos, sangre, piel y nos permiten reparar.

Mantener el buen funcionamiento del cuerpo y previenen las enfermedades.

Brindarnos la energía.

El ser humano **debe consumir** todos los grupos de alimentos logrando así una alimentación saludable.

Después de leer con atención y entender la temática desarrolla la siguiente actividad

1-Completa las oraciones con las palabras del recuadro

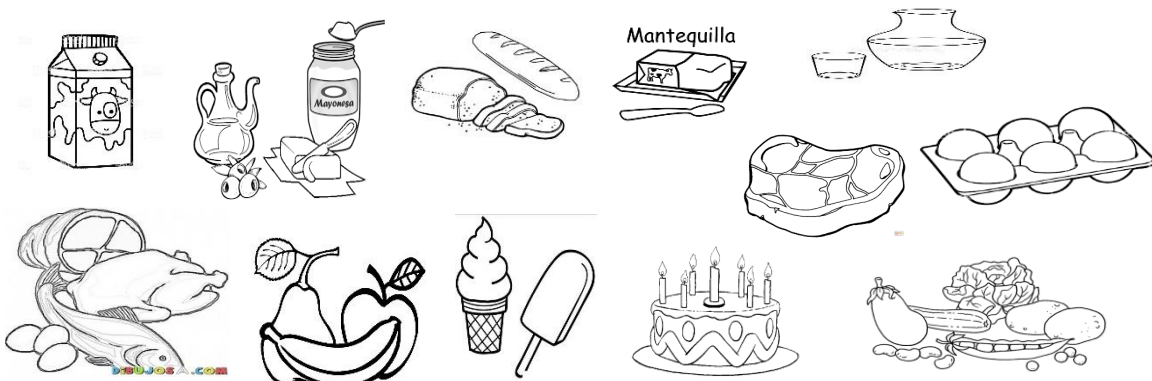
vivo- medio - nutrientes- vitales - sustancias

-Un alimento es una _____ nutritiva que toma un ser _____ para mantener sus funciones _____.

-Las personas y los animales obtienen el alimento del _____ que las rodea.

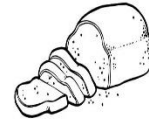
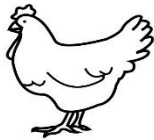
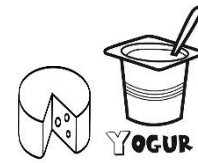
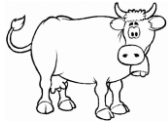
-La parte de los alimentos que aprovecha nuestro organismo se llama _____

2-Observa los alimentos y Clasifícalos.



| DE ORIGEN ANIMAL | DE ORIGEN VEGETAL | DE ORIGEN MINERAL |
|------------------|-------------------|-------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |

3- Une con diferentes colores, la fruta, la verdura o el animal del cual proviene cada alimento.



4. Contesta: ¿Por qué es importante para el ser humano consumir alimentos de todos los grupos?

5. En tu cuaderno utilizando toda una página dibuja uno de los alimentos que mas te guste. Luego escríbele el nombre y clasifícalo según el origen (animal, vegetal o mineral)