

Tabla Periódica de los Elementos  
Artesanal de la UPEL - 19 de junio de 2016

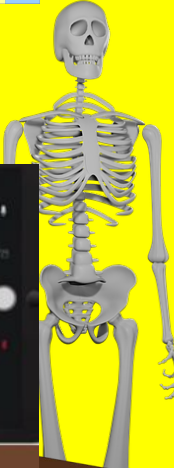
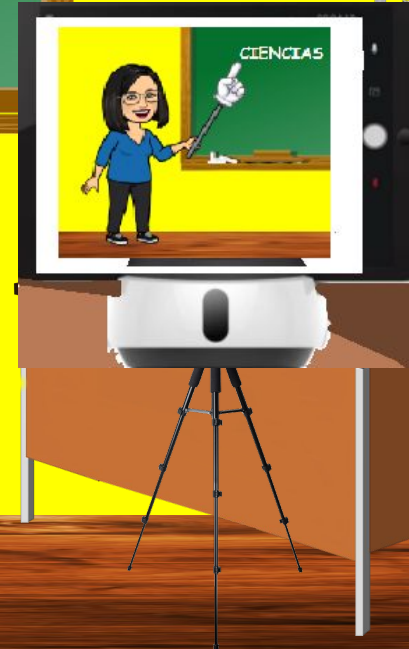
Grupos	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Periodo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	H	He																
2	Li	Be	B	C	N	O	F	Ne										
3	Na	Mg	Al	Si	P	S	Cl	Ar										
4	K	Ca	Sc	Ti	V	Cr	Mn	Fe	Co	Ni	Cu	Zn	Ga	Ge	As	Se	Br	Kr
5	Rb	Sr	Y	Zr	Nb	Mo	Tc	Ru	Rh	Pd	Ag	Cd	In	Sn	Sb	Te	I	Xe
6	Cs	Ba	La	Hf	Ta	W	Re	Os	Ir	Pt	Au	Hg	Tl	Pb	Bi	Po	At	Rn
7	Fr	Ra	Ac	Rf	Db	Sg	Bh	Hs	Mt	Ds	Rg	Cn	Nh	Fl	Mc	Lv	Ts	Og

# CIENCIAS NATURALES

## 5° básico

### Clase 22

TEMAS



¿Cómo te fue con la actividad pasada?

Autoevaluación		
¿Cómo realice mis tareas en la casa?		
		
Muy bien	Me costó realizar la tarea, pero puedo mejorar	Tuve muchos problemas para realizar la tarea.

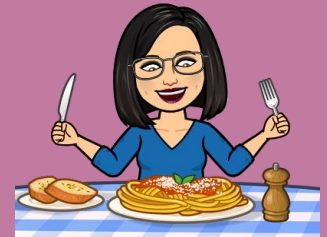
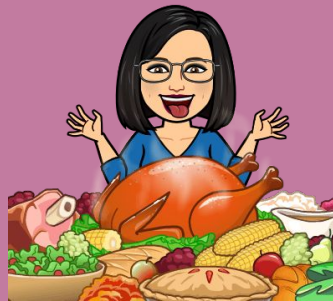
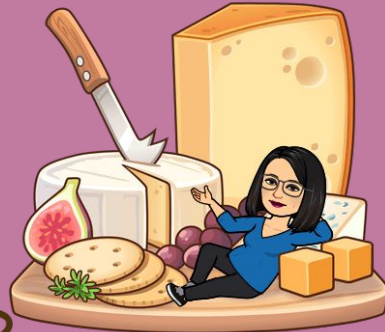
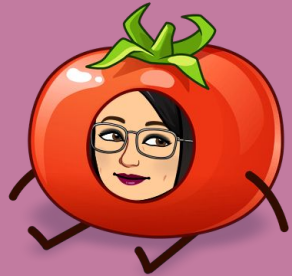




Maglene Martínez Cofré

## Clase 22 CN5° básico

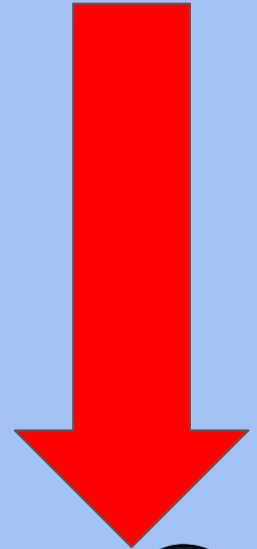
**Objetivo:** Analizar el consumo de alimento diario (variedad, tamaño y frecuencia de porciones) reconociendo los alimentos para el crecimiento, la reparación, el desarrollo y el movimiento del cuerpo.



# PIRÁMIDE ALIMENTARIA O NUTRICIONAL



La Pirámide es una forma de agrupar los alimentos





Otra forma de Clasificar los alimentos es por sus nutrientes.

Los alimentos contienen en su interior nutrientes,  
todos contienen alguno de ellos, los nutrientes son:

Carbohidratos	Proteínas	Grasas	Vitaminas	Minerales	Agua
Pan	Carnes	Aceites	Frutas	Frutas	Frutas
Arroz	Huevos	Cremas	Verduras	Verduras	Verduras
Fideos	Leche	Mantequillas			
Cereales	Legumbres	Frituras			
Harinas					

Los alimentos contienen varios nutrientes en su interior, pero siempre hay uno que predomina, por ejemplo:



**Pollo:** Contiene Proteína, vitaminas, minerales y grasa, pero lo que predomina es la PROTEÍNA por eso lo clasificamos en ese grupo.

## TAMBIÉN PODEMOS CLASIFICAR LOS ALIMENTOS POR SU FUNCIÓN:

### **FUNCIÓN ENERGÉTICA**

PROPORCIONA LA ENERGÍA PARA QUE EL CUERPO REALICE SUS DIVERSAS FUNCIONES.

**GRASAS Y CARBOHIDRATOS.**



### **FUNCIÓN CONSTRUCTORA**

PERMITE QUE EL CUERPO PUEDA FORMAR Y REPARAR TEJIDOS Y ÓRGANOS.

**PROTEÍNAS**



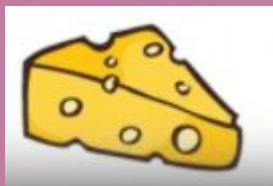
### **FUNCIÓN REGULADORA**

MANTIENE EL EQUILIBRIO DEL FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO.

**MINERALES, VITAMINAS Y AGUA.**



**AHORA LES TOCA A USTEDES: CON ALGUNOS EJEMPLOS**





2. En tu cuaderno clasifica los alimentos de la imagen según su nutriente principal. Recórtalos y pégalos en un grupo según su nutriente. Recuerda que son seis grupos:  
Carbohidratos, proteínas, vitaminas, grasas, minerales y agua.



**LECHUGA**



**PESCADO**



**JAIBA**



**TALLARINES**



**ZANAHORIA**



**YOGURTH**



**PLÁTANO**



**DULCE**



**HUEVOS**



**LECHE**



**PAN**



**ARROZ**



**PIÑA**



**FRUTILLA**



**ACEITE**



**POLLO**



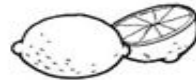
**PAPAS FRITAS**



**TOMATE**



**APIO**



**LIMÓN**

**Actividad para la casa.  
Plazo próxima clase.**

**RESUELVE TU GUÍA**

**Revisamos la próxima  
clase.**

**NECESITAMOS EL  
TEXTO PARA LA  
PRÓXIMA CLASE**

