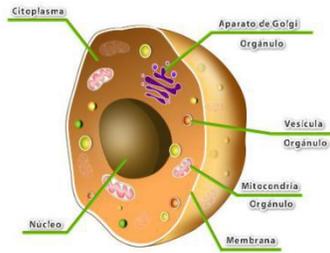




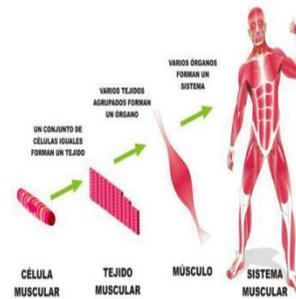
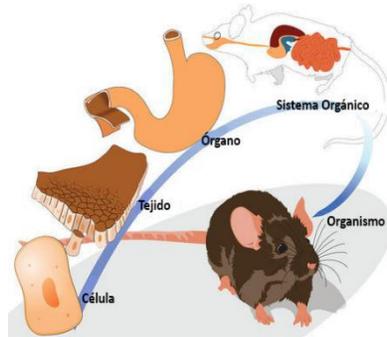
Asignatura: CIENCIAS NATURALES		Grado: 5°	
Contenido: Nutrición			
Aprendizaje: Asocia el cuidado de su sistema con una alimentación e higiene adecuada.			
Saberes Previos: La celula, niveles de organización de los seres pluricelulares			
Fases	Actividades	Recursos	Desempeños
Inicio	<ul style="list-style-type: none"> ● Saludo inicial: Reciban un cordial saludo padres de familia y estudiante de grado 5°, bienvenidos a participar de esta nueva actividad estamos trabajando en el area de ciencias naturales y el tema es NUTRICION, esperamos que sea de gran interes para ustedes. ● Preguntas indagatorias: despues de leer el tema que estudiantremos en esta oportunidad responde en tu cuaderno las siguientes preguntas: ¿Por que comemos? ¿que entienden ustedes por nutricion? ¿por que es importante la nutrición? ¿Que le ocurre a la comida cuando entra al cuerpo? ¿Cómo hacen los nutrientes para llegar a diferentes partes del cuerpo? ● Presentacion del Objetivo o aprendizaje esperado. El objetivo que se alcanzara al finalizar esta guia es: Comprender que en los seres humanos (y en muchos otros animales) la nutrición involucra el funcionamiento integrado de un conjunto de sistemas de organos digestivo, respiratorio y circulatorio. ● Resumen de la clase anterior: en clases anteriores hablamos de temas relacionados con: <u>La celula</u> la cual es la unidad fundamental de los seres vivos, que contiene todo el material necesario para mantener los procesos vitales como crecimiento, nutrición y reproducción. Ademas el cuerpo de todos los seres vivos está compuestos por células. La célula es la parte más pequeña de la que están formados los seres vivos y es capaz de actuar de manera autónoma, Se miden en centésimas o milésimas de milímetro. Para observarlas se precisa un microscopio. 	<p>Cuaderno de Ciencias Naturales.</p> <p>Celulares o computadores con acceso a internet</p> <p>Texto de ciencias naturales Lapices, Colores</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Explica la estructura (órganos, tejidos y células) y la funciones de los sistemas de su cuerpo. 2. Relaciona el funcionamiento de los tejidos de un ser vivo con los tipos de células que posee. 3. Asocia el cuidado de sus sistemas con una alimentación e higiene adecuadas.



Niveles de organización de los seres vivos: La materia se organiza en diferentes niveles de complejidad creciente denominados niveles de organización. Cada nivel proporciona a la materia propiedades que no se encuentran en los niveles inferiores.

Puedes investigar mas en:

<https://www.areaciencias.com/biologia/organizacion-seres-vivos.html>





Asignatura: Ciencias Naturales		Grado: 5°	
Contenido: Nutricion			
Aprendizaje: Asocia el cuidado de su sistema con una alimentacion e higiene adecuada.			
Saberes previos: La celula, niveles de organizacion de los seres pluricelulares			
Fases	Actividades	Recursos	Desempeños
Desarrollo	<p>Lee y comprende con ayuda de tus padres la siguiente definicion:</p> <p>La nutrición es el conjunto de procesos por los cuales el organismo obtiene las diferentes sustancias necesarias para vivir, proporcionándole la energía y los elementos necesarios para las estructuras y el buen funcionamiento del organismo</p> <p>Analiza la información Importancia de la nutricion</p> <p>La alimentación saludable esta relacionada con la nutrición y es uno de los objetivos principales en las sociedades más avanzadas ya que permite a las personas disfrutar de una vida, además de larga en condiciones optimizadas. Para llevar a cabo una correcta nutrición debemos conocer las necesidades específicas de nuestro organismo en función de la edad, sexo y actividad que realizamos.</p> <p>La nutrición es el proceso por el cual los nutrientes contenidos en los alimentos satisfacen las necesidades de nuestras células y permiten el desarrollo adecuado de nuestros sistemas y aparatos con el fin de proporcionar a las personas de una resistencia física adecuada a nuestra actividad diaria. La dieta es el resultado de la selección de los alimentos que vamos a ingerir para proporcionar los nutrientes que requiere nuestro organismo. Por ello las dietas dependen de otros factores o condicionantes como la cultura, la disponibilidad estacional de los alimentos y los gustos específicos de cada persona, entre otros</p> 	<p>Cuaderno de Ciencias Naturales.</p> <p>Celulares o computadores con acceso a internet</p> <p>Texto de ciencias naturales Lapices, Colores, hojas de block</p>	<p>Explica la estructura (órganos, tejidos y células) y la funciones de los sistemas de su cuerpo.</p> <p>Relaciona el funcionamiento de los tejidos de un ser vivo con los tipos de células que posee.</p> <p>Asocia el cuidado de sus sistemas con una alimentación e higiene adecuadas.</p>



GUÍA DE CLASES

Asignatura: Ciencias Naturales	Grado: 5°
Contenido: Nutricion	
Aprendizaje: Asocia el cuidado de su sistema con una alimentacion e higiene adecuada.	
Saberes previos: La celula, niveles de organizacion de los seres pluricelulares	

Fases	Actividades	Recursos	Desempeños
Desarrollo	<p>Escribe en tu cuaderno la siguiente información</p> <p>LA FUNCION DE NUTRICION</p> <p>La nutrición es la función mediante la cual los seres vivos obtienen, transforman y transportan dentro de su organismo los nutrientes indispensables para obtener la energía que necesitan para vivir.</p> <p>Algunos organismos como las algas y las plantas producen sus propios nutrientes por eso se conocen como: AUTOTROFOS, otros los toman del medio como los animales y los hongos estos reciben el nombre de HETEROTROFOS.</p> <p>AUTOTROFA: Cuando un organismo fabrica su alimento a partir de sustancias inorganicas como el agua, los minerales y el dióxido de carbono, las plantas, algunas bacterias y las algas verdes-azules son animales autotrofos</p> <p>HETEROTROFOS: Cuando el organismo debe consumir otros seres o algunas partes de ellos para obtener los nutrientes que necesita, no es capaz de fabricar su propio alimento, este es el caso de los animales, algunas bacteria los protistas y los hongos.</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="338 1094 840 1448"> <p>Nutrición autótrofa</p> <p>Los seres con nutrición autótrofa son aquellos capaces de fabricar su propio alimento. Es decir, son los que realizan la fotosíntesis: las plantas.</p> </div> <div data-bbox="884 1094 1344 1448"> <p>Nutrición heterótrofa</p> <p>Los seres con nutrición heterótrofa son incapaces de fabricar su propio alimento. Son los animales y también otros seres como los hongos. Gracias a la respiración obtienen energía "quemando" alimento que toman..</p> </div> </div>	<p>Cuaderno de Ciencias Naturales.</p> <p>Celulares o computadores con acceso a internet</p> <p>Texto de ciencias naturales Lapices, Colores, hojas de block</p>	<p>Explica la estructura (órganos, tejidos y células) y la funciones de los sistemas de su cuerpo.</p> <p>Relaciona el funcionamiento de los tejidos de un ser vivo con los tipos de células que posee.</p> <p>Asocia el cuidado de sus sistemas con una alimentación e higiene adecuadas.</p>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
GESTIÓN ACADÉMICA

Código: GA-Fo2o
Versión: 1
Vigencia: 30/03/2020

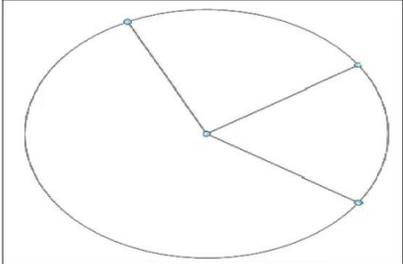
GUÍA DE CLASES

Asignatura: CIENCIAS NATURALES **Grado:** 5°

Contenido: LA NUTRICION

Aprendizaje: Asocia el cuidado de su sistema con una alimentación e higiene adecuada.

Saberes previos: La celula, niveles de organización de los seres pluricelulares

Fases		Actividades													
		Individual	Grupal												
Cierre	Dinámicas	<p>TENIENDO EN CUENTA LA TEMATICA DE NUTRICIÓN REALIZA LAS ACTIVIDADES:</p> <p>1. Escribe una lista de organismo según su forma de alimentación:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Autotrofos</th> <th style="width: 50%;">Heterotrofos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="height: 100px;"></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>2. Busca la defición de las siguientes palabras y completa el cuadro:</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr> <td style="width: 20%;">Saprofitos:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Halozoicos</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Protozoos</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Absorcion</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>3. Dibuja un plato de comida que contenga los siguientes nutrientes: carbohidratos, proteínas y vitaminas:</p> <div style="text-align: center;">  </div>	Autotrofos	Heterotrofos			Saprofitos:		Halozoicos		Protozoos		Absorcion		<p>1. ACTIVIDAD GRUPAL</p> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 80%;"> <p>En compañía de tus padres organiza una jornada de buena nutrición, elabora carteles y folletos.</p> </div>
Autotrofos	Heterotrofos														
Saprofitos:															
Halozoicos															
Protozoos															
Absorcion															



GUÍA DE CLASES

4. lee el texto y realiza la actividad.

La Alimentación y la Nutrición son dos conceptos que hay que diferenciarlos:

- **La Alimentación:** Es un proceso voluntario y consciente, suele estar condicionada por factores externos tales como hábitos y creencias culturales y religiosas, accesibilidad a determinados nutrientes, presión de la publicidad, recursos económicos, etc. De ahí que es educable, así pues, es importante que la educación intervenga primero desde la familia y después desde la escuela en la construcción de conocimientos y actitudes que ayuden a los niños a tomar decisiones sobre su propia alimentación.
- **La Nutrición:** Es un concepto que está relacionado con una serie de mecanismos fisiológicos a través de los cuales el organismo transforma y utiliza las sustancias contenidas en los alimentos mediante la digestión, que comienza con la masticación.

Una alimentación completa, variada, adecuada y suficiente, permite que el organismo funcione con normalidad, es decir que cubra por un lado las necesidades básicas y por otro reduce el riesgo de resistir enfermedades o ciertos trastornos alimentarios, como anorexia, bulimia, desnutrición, obesidad, entre otras.

Elabora un cuadro comparativo con un dibujo, que exprese gráficamente la diferencia entre alimentación y nutrición.

<i>Alimentación</i>	<i>Nutrición</i>

Evaluación
(Heteroevaluación,
Coevaluación,
Autoevaluación)

1. Revisar las actividades realizadas las cuales serán enviadas por correo o WhatsApp

Bibliografía

Zona activa ciencias Voluntad 5°
<https://www.areaciencias.com/biologia/organizacion-seres-vivos.html>
<https://www.importancia.org/nutricion.php>



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
GESTIÓN ACADÉMICA

Código: GA-Fo2o
Versión: 1
Vigencia: 30/03/2020