

• Agua Potable Para Todos

Procedimiento

1. Utiliza una toalla de Papel limpia, Para Secar tu lengua
2. Prueba cada alimento, uno Por uno. ¿Qué Sabores Tienen?
3. Bebe un Poco de agua.
4. Vuelve a degustar cada alimento idejando que la Saliva haga magia!

R=1 NO me sabe a Nada. 2 Cuando Tome agua Si Senti el Sabor dulce y Salado

Observa los hábitos que debes seguir a diario Para cuidar el Sistema digestivo

- 1 Lavarse bien las Manos antes de Comer.
2. Consumir alimentos Sanos y nutritivos.
3. Evita las grasas y la Comida

irritante.

4. Cepillate 3 veces al día después de cada comida.

5. Come tus alimentos a tus horas.

6. Evita comer cosas muy calientes o muy frías.

7. Evita realizar ejercicios después de comer.

Energéticos

Tortas, Mantequilla, aceite.

Reguladores

Mamón, Pan, Carne.

Organicos

Aguacate, Cebolla, Maíz.

Las Vitaminas: Son nutrientes que el organismo necesita para asimilar otros nutrientes, las funciones de estas sustancias son: Participar en la formación de químicos del sistema nervioso y Participar en la formación de hormonas, glóbulos rojos y material genético. También regulan los sistemas metabólicos.

Observe en que alimentos puede encontrar las Vitaminas en la siguiente imagen:

Vitamina A: Carne, brocoli, Zanahoria.

Vitamina B1: Naranja, huevos, Cilantro.

Vitamina B2: Cereal, Aceite, Carne.

Vitamina C: Manzana, Coliflor, Limón.

Vitamina D: Papa, Carne, Pescado.

Vitamina E: Lechuga, Aceite de

girasol, leche.

Vitamina F: Pastas, huyama,
aceite de oliva.

Vitamina H: Moscada, Hongos,
avina.

Vitamina K: Acelgas, Cebollas,
granos.

IBague 20/05/24/

Miguel de Cervantes Saavedra

Area: Ciencias N.

Desarrolla Tus Competencias

El IMC (Índice de Masa Corporal) es una fórmula que calcula la grasa corporal a través del peso y la altura. Así sabrás si estás en un peso ideal o no.

Se divide el peso en Kg por la altura al cuadrado

Weight: 40 kg

Height: 1.5.

Actividades

1. Observa la migración de algunos animales Para Satisfacer sus Necesidades.

2. Observa las imágenes y completa la información de Cada animal.

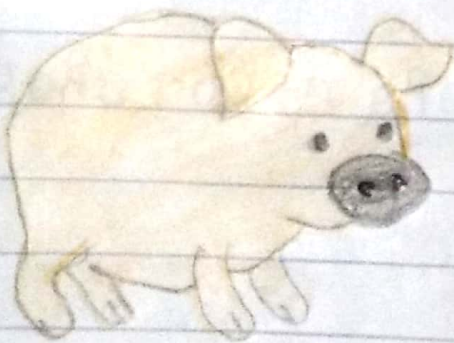


Clasificación

R= Herbívoro.

Utilidad

R= Para Cargar, Para Carreteras, Para Hacer alimentos.



Clasificación

R= Omnívoros.

Utilidad

R= Comere, Para Tener crías, Para hacer cepillos.

8. ubica estos animales según el grupo que Pertenesca.

Animal	Vertebrados	Invertebrados
* Habirosa	✓	
* Caracol		✓
* Ballena	✓	
* Iguana	✓	
* Lombriz		✓
* Batón	✓	

4 Completa la siguiente información.

A: los Omnitvorinos, son ovo vivíparos, porque sus crías se desarrollan en un huevo, que la hembra conserva dentro del cuerpo, hasta el momento del nacimiento.

B. Las crías de los animales vivíparos, se desarrollan en el