



**CIENCIAS III (ÉNFASIS EN QUÍMICA)
SEMANA 11 AL 14 DE MAYO DE 2020**

PROFESOR (A): LUIS PEREZ RODRIGUEZ GRUPO: 3° A

UNIDAD/BLOQUE: TERCERO

CONTENIDO TEMÁTICO: ¿QUÉ ME CONVIENE COMER? La caloría como unidad de medida de la energía. Toma de decisiones relacionada con: los alimentos y su aporte calórico.

FECHA	APRENDIZAJE ESPERADO/ PROPÓSITO/OBJETIVO/ COMPETENCIA	ACTIVIDADES	EVALUACIÓN
18 MAYO	Identifica que la cantidad de energía se mide en calorías y compara el aporte calórico de los alimentos que ingiere. Relaciona la cantidad de energía que una persona requiere, de acuerdo con las características tanto personales (sexo, actividad física, edad y eficiencia de su organismo, entre otras) como ambientales, con el fin de tomar decisiones encaminadas a una dieta correcta.	Con ayuda del ejemplo mostrado en las páginas 167 y 168, calcula la cantidad de energía que consumes EN UN DIA, completando la tabla de la actividad 168. (debes colocar el número de raciones que comes en un día, de cada grupo de alimentos, (desayuno, lunch, comida, cena, colaciones, o antojos) para posteriormente multiplicarlo por la cantidad de kcal, que contienen y al final sumar todas las calorías y obtener la cantidad de calorías que consumes (comes) al día.	Se obtiene la evaluación completa siempre y cuando realice el cuadro completo de la página 168, con sus operaciones correspondientes en hojas anexas.
19 MAYO		Investiga en tu texto de la página 169, a que se refieren las siguientes características de una dieta correcta o leyes de la alimentación: A)COMPLETA, B)EQUILIBRADA, C)HIGIENICA, D)SUFICIENTE, E)VARIADA, F) ADECUADA	Evaluación completa una vez que se tengan las características de una dieta correcta escritas en el cuaderno de trabajo.
20 MAYO		Elabora un cartel informativo en tu cuaderno, (del tamaño de una hoja de tu cuaderno), sobre alguna estrategia para mantenerse saludable en relación al tema principal, <u>¿Qué me conviene comer?</u>	Teniendo el cartel realizado en su cuaderno, se obtendrá la evaluación completa.
21 MAYO	Compara la escala astronómica y la microscópica, considerando la escala humana como punto de referencia.	Realiza la lectura de las páginas 181, 182 y 183. Y con ayuda de la tabla de la página 183 y 184, identifica las tres distintas escalas que se usan para realizar mediciones. Anota el rango u orden de magnitud que abarcan cada escala. Escríbelo en tu cuaderno.	Se otorga la evaluación máxima siempre y cuando se plasme la información solicitada en el cuaderno de trabajo y de manera correcta.
22 MAYO		Contesta las preguntas (de la 1 a la 5) de la actividad de la página 184,	La evaluación es completa, una vez que tengas las respuestas de cada pregunta en tu cuaderno.



Estrategia de aprendizaje a distancia
¡Quédate en casa!

