

Disciplina

7º Básico

Carbohidratos

Eje

Relaciones interpersonales

Resolver conflictos y desacuerdos a través del diálogo, la escucha empática y la búsqueda de soluciones en forma respetuosa y sin violencia, reconociendo que el conflicto es una oportunidad de aprendizaje y desarrollo inherente a las relaciones humanas.

Objetivo de Aprendizaje



Ministerio de Educación

Carbohidratos

7º Básico

Disciplina

Actividad

Inicio (7 minutos)

A continuación, a los alumnos se les presenta el objetivo de aprendizaje por medio que dicta el ministerio de la educación.

Desarrollo (33 minutos)

El tutor les pregunta a los alumnos(as) ¿Qué se hizo en la clase anterior?

El tutor les entrega la definición de Carbohidratos:

Los carbohidratos son uno de los principales tipos de nutrientes. Son la fuente más importante de energía para su cuerpo. Su sistema digestivo convierte estos hidratos de carbono en glucosa (azúcar en la sangre). Pero existen carbohidratos simples, complejos y procesados.

Los carbohidratos simples: Frutas, Verduras y Lacteos.

Los carbohidratos complejos: Pan, Fideos, Arroz etc..

Los carbohidratos procesados: Roscas, McDonald, Coca cola, etc.

El tutor deberá formar grupos de cinco integrantes donde deberán realizar una lista de (5) carbohidratos simples, (5) complejos y (5) procesados.

Cierre (5 minutos)

Uno Cada grupo deberá exponer adelante cuales alimentos clasifico y preguntar ¿Cual de los tres carbohidratos deberían consumir una vez al mes (ojala nunca)? ¿Cual de los tres carbohidratos deberían consumir dos veces a la semana? ¿Cual de los tres carbohidratos se debería consumir todos los días? ¿Que aprendieron? ¿Como lo aprendieron?

Recursos

Hoja de cuaderno y lápiz.

