



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

ASIGNATURA: E.V.S ONCE SEMANA DE TRABAJO: RECUPERACION 1,2,Y 3 PERIODO 2021

Docente: Jenny Marcela Gonzalez Hincapie

### METAS DE APRENDIZAJE / COMPETENCIAS A DESARROLLAR

- Alcanzar los logros propuestos en el 1,2 y 3 periodo en la asignatura de biología.

### LECTURAS

#### PRIMER PERIODO.

#### ACTIVIDAD 1.

- ¿Qué son para usted los carbohidratos?
- ¿Cuál cree que sea la función de ellos carbohidratos?
- ¿de dónde podemos obtener los carbohidratos?
- ¿consideras a los carbohidratos son benéficos o perjudiciales?
- ¿Cuál es la reacción química de la glucosa?

#### ACTIVIDAD 2

- Razona sobre la siguiente pregunta:
  - Una persona que consuma demasiados carbohidratos, ¿Qué consecuencias puede sufrir?
- ¿Función e importancia de los carbohidratos en los seres vivos?
- ¿cuál es la porción que debe consumir una persona en su dieta diaria de carbohidratos?
- ¿cuáles son los tipos de carbohidratos? Defina y mencione 5 ejemplos de cada uno.
- ¿cuáles son los beneficios de los carbohidratos simples?
- ¿cuáles son los beneficios de los carbohidratos complejos?
- Consulte la enfermedad de la diabetes, causas, síntomas y tratamientos.
- ¿Cuál es la Influencia de la sana alimentación y la práctica del deporte en la salud humana?
- En que se relacionan los carbohidratos con la química y representar la estructura química de los carbohidratos.**

#### ACTIVIDAD 2.

Desarrolle las siguientes preguntas.

- ¿En qué consiste una alimentación balanceada?
- ¿Qué es metabolismo?
- ¿Cómo aprovecha el cuerpo los azúcares que fueron digeridos y absorbidos?
- ¿Qué función tienen los carbohidratos en el cuerpo?
- ¿En qué consiste la función reguladora?
- ¿Cuáles sustancias se encargan de reparar los diferentes tejidos y en que alimentos se encuentran?
- Mencione un ejemplo de las dietas milagros. ¿son un peligro para la salud? Justifique su respuesta.
- Escoja 5 productos de su cocina y escriba lo que aparece en su etiqueta nutricional.
- consultar obesidad. Causas, síntomas y consecuencias.
- Consultar ¿Qué significado tiene que una molécula sea antipática



### SEGUNDO PERIODO

#### ACTIVIDAD 1

Responda las siguientes preguntas

- ¿qué partes de nuestro cuerpo están constituidas de proteínas?
- ¿En qué alimentos se encuentran las proteínas?
- ¿Por qué una persona que haga dietas o un deportista debe consumir huevo duro y no frito? Explíquelo desde la química La desnaturalización de proteínas.
- ¿Para qué se usan las proteínas en la industria?
- ¿Qué es la síntesis de proteínas y donde se lleva a cabo?
- ¿Cómo se repara el musculo después de hacer ejercicio?
- ¿Después de que meses de edad un bebe puede consumir proteínas (huevo) y por qué?

Fuente: <http://bdigital.unal.edu.co/65155/1/30338324.2017.pdf>

#### ACTIVIDAD 2

Lista de alimentos y de empaques que se encuentren en su casa.

- Seleccione una lista de alimentos mínimo 10 que contengan información o tabla nutricional.
- Copie la tabla nutricional en su cuaderno. Cantidad de: carbohidratos, grasas, proteínas y otros componentes.
- Si es posible, escriba las frases publicitarias para cada producto.
- Enuncie el contenido energético por porción (si está en la etiqueta).

#### ACTIVIDAD 3

CON LA INFORMACION DEL LA ACTIVIDAD 2 RESULEVA EL SIGUIENTE CUADRO

Teniendo en cuenta la tabla de nutricional de diferentes alimentos consultados en la actividad 2, elabore en su cuaderno una tabla comparativa que incluya al menos 5 alimentos.

Alimento	Carbohidratos	Proteínas	Grasas	Otros componentes	Valor nutricional

Con base en la información que consignó en la tabla, ¿diría que el alimento es nutritivo, poco nutritivo, nada nutritivo? ¿Porqué?

#### EVALUACIONES



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

"Dignificando la escuela transformamos el mundo"

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

### EVALUACIÓN 1

Responda las siguientes preguntas de selección múltiple, justifique su respuesta.

¿Cuál es la función que cumplen las proteínas en el cuerpo?

¿Qué hace el cambio de temperatura en una proteína?

¿Explique químicamente lo que sucede en un huevo al ser cocido?

### ACTIVIDAD 4

1. Observe la gráfica "mi plato saludable" y analice la información contenida en la misma.
2. Al frente de cada grupo de alimentos, indique qué fuente de biomolécula es, es decir si se trata de fuente de carbohidratos, lípidos o proteínas.



### TERCER PERIODO.

, elaborar un plegable exponiendo (acordeón) exponiendo que es el sedentarismo, causas y consecuencias, enfermedades que ocasiona el ser una persona sedentaria, como prevenir esta enfermedad.

EVALUACIÓN 1: • PLEGABLE 100%

### EVALUACIONES

#### CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PLAZOS DE ENTREGA

#### NOTA IMPORTANTE:

- Resolver las actividades del taller en su cuaderno, a puño y letra. NO EN WORD.
- FECHA LIMITE DE ENTREGA VIERNES 22 OCTUBRE 2021. PRESENCIAL.

### INFORMACIÓN DE CONTACTO

#### DOCENTE 1

- Nombre: Jenny Marcela González Hincapié.
- Grupos: ONCE



# INSTITUTO UNIVERSITARIO DE CALDAS

*"Dignificando la escuela transformamos el mundo"*

## GUÍA DE TRABAJO VIRTUAL

- Correo: [profejennyiuc2021@gmail.com](mailto:profejennyiuc2021@gmail.com)
-