



PLANIFICACIÓN PARA EL AUTOAPRENDIZAJE

SEMANA 8

DEL 18 AL 20 DE MAYO AÑO 2020

ASIGNATURA /CURSO	CIENCIAS NATURALES / 8º AÑO BÁSICO
NOMBRE DEL PROFESOR/A	ADELINA ELGUETA CORNEJO
CONTENIDO	Enfermedades causadas por mala nutrición
OBJETIVO DE APRENDIZAJE DE LA UNIDAD 1 (TEXTUAL)	(OA 07) Analizar y evaluar, basados en evidencias, los factores que contribuyen a mantener un cuerpo saludable, proponiendo un plan que considere: una alimentación balanceada, un ejercicio físico regular y evitar consumo de alcohol, tabaco y drogas Obj. De la clase: Analizan situaciones de desequilibrio en la salud sobre la base de evidencias de enfermedades como osteoporosis, hipertensión, obesidad, anorexia y bulimia.
MOTIVACIÓN	Observarán imágenes alusivas a la materia a tratar. Observan videos: https://www.youtube.com/watch?v=EAaXto_0bug , https://www.youtube.com/watch?v=OYaBly2cUxQ Desarrollan ejercicios donde reconocen enfermedades.
ACTIVIDAD(ES) Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	ACTIVIDADES: <ul style="list-style-type: none">- Responden preguntas relacionadas con las clases anteriores- Observan videos relacionados con la mala nutrición y diferencias entre bulimia y anorexia- Resuelven 4 problemas relacionados con enfermedades nutricionales- Responden preguntas de cierre o ticket de salida (evaluación formativa de la clase) RECURSOS: <ul style="list-style-type: none">• Guía en forma digital• Cuaderno de Ciencias• Lápiz• Goma
EVALUACIÓN FORMATIVA	EVALUACIÓN FORMATIVA
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	Se sugiere sacar una foto a las actividades y al ticket de salida y enviarla con el nombre del estudiante y el curso al cual pertenece al siguiente correo: adelina.elgueta@colegio-jeanpiaget.cl Fecha de entrega Miércoles 20 de MAYO

GUÍA CIENCIAS NATURALES: “ENFERMEDADES POR MALA NUTRICIÓN”



Nombre: _____ Curso: **8º Año** Fecha: _____

Objetivo de la clase: **Analizan situaciones de desequilibrio en la salud sobre la base de evidencias de enfermedades como osteoporosis, hipertensión, obesidad, anorexia y bulimia.**

Instrucciones:

Recuerda que debes desarrollar las actividades en tu cuaderno, si no tienes la posibilidad de imprimir la hoja.

INICIO

1. Antes de comenzar te invito a responder estas preguntas de acuerdo a lo trabajado las semanas anteriores:
 - a. ¿Qué hemos estado trabajando durante las clases anteriores?

- b. ¿Qué sucede cuando no tenemos una alimentación balanceada y nutritiva?

2. Hoy conocerán las consecuencias de una mala alimentación. Para ello los invito a observar los siguientes videos:

https://www.youtube.com/watch?v=EAaXto_0bug,
<https://www.youtube.com/watch?v=OYaBly2cUxQ> Escribe en tu cuaderno, algunos apuntes importantes de lo tratado en dichos videos.

Desarrollo

¿Qué enfermedades son causadas por una mala nutrición?

Enfermedad	Causas	Efectos
Obesidad	Dieta con exceso calórico. Demasiado sedentarismo.	El exceso de energía se transforma en grasa, causando enfermedades asociadas, tales como: Enfermedades cardiovasculares, hipertensión y diabetes.
Desnutrición	Dieta baja en los requerimientos necesarios del organismo.	El cuerpo suple estas necesidades, consumiendo sus propias moléculas, carbohidratos, proteínas y lípidos. Puede causar: ceguera, retraso del crecimiento, e incluso la muerte.
Anorexia	Imagen distorsionada de sí mismo y necesidad de realizar dietas extremas.	Graves problemas de salud, como desnutrición, deterioro anímico, físico y fisiológico, anemia, esterilidad, trastornos hormonales e incluso la muerte.
Bulimia	Desorden en la alimentación. Se como mucho, se siente culpa y se induce al vómito, largos periodos sin comer. Esto es cíclico.	Deshidratación, daños en el tubo digestivo, problemas fisiológicos, arritmias e incluso la muerte.



3. Lee los siguientes casos, identifica qué enfermedad nutricional se encuentra presente, y qué le recomendarías tú a la persona.

- a) Mateo tiene 10 años, no le gustan las verduras ni las frutas. Come muy poco y su alimentación no es supervisada por un adulto. Durante el último control de salud, su pediatra le informó a sus padres que Mateo se encuentra muy por debajo el peso y la talla necesaria de un niño de su edad.

Posible enfermedad:	Sugerencias para mejorar:
---------------------	---------------------------

- b) Diego tiene 13 años, le encanta jugar videojuego, en sus habitación, acostado en su cama, por el pasara todo el fin de semana ahí. No almuerza con la familia. Sin embargo siempre tiene a la mano unas gaseosas y papas fritas. Además le encantan las galletas y pasteles.

El profesor de educación física lo pesó y midió y sacó su IMC, y dijo que Diego no estaba en lo esperado.

Posible enfermedad:	Sugerencias para mejorar:
---------------------	---------------------------

- c) Carolina tiene 15 años, le encantan los programas de belleza y su sueño es verse como una modelo. Ella tiene una masa corporal de 47 kilos, sin embargo siempre que se ve en el espejo considera que podría estar un poco más flaca. Para ello ha decidido saltarse comidas y últimamente comer la mitad de las porciones.

Posible enfermedad:	Sugerencias para mejorar:
---------------------	---------------------------



- d) Rocío tiene 12 años, ella no se priva de comer y gusta de todos los alimentos, sin embargo, cuando nadie la ve siente culpa porque cree que ingiere demasiada comida, por eso cuando siente esto, va al baño, se introduce los dedos en su boca y vomita.

Posible enfermedad:	Sugerencias para mejorar:
---------------------	---------------------------

PÁGINA PARA ENVIAR POR CORREO:

TICKET DE SALIDA SEMANA 8	
NOMBRE: _____	CURSO: 8° AÑO
1. ¿Qué medidas de cuidado debemos tomar en nuestra alimentación?	
<div style="border: 1px solid black; height: 50px; border-radius: 10px;"></div>	
2. Crees que después de estar conociendo cómo funciona la alimentación y sus consecuencias, podríamos cambiar nuestros hábitos alimenticios ¿Cómo?	
<div style="border: 1px solid black; height: 50px; border-radius: 10px;"></div>	
3. Escribe las dos ideas más importantes que analizaste de los videos.	
<div style="border: 1px solid black; height: 80px; border-radius: 10px;"></div>	

