



Equipo Unidad Técnica Pedagógica

Sra. María Eugenia Bustos Bastías

Jefe UTP

Sra. Carla Cecilia Guerrero Ávila

Evaluadora

TRABAJO COLABORATIVO INTERDISCIPLINARIO 8° AÑOS 2021 ADAPTACIÓN PIE NEEP 8° A-B (Guía 1 marzo)

- **Nombre:**.....**Curso:**.....
- **Asignaturas articuladas:** Matemática-Ciencias-Tecnología **Fecha:**.....
- **Objetivo o Habilidad:**
- **Docentes:** Claudia Alarcón, Lía Sánchez, Marcela Imas, Claudia Salgado PIE, Carolina González PIE.
- **Puntaje total:** 20 Puntos **60% exigencia** **Puntaje obtenido:**..... **Nota:**.....

Queridos estudiantes:

Esperamos que tengan las mejores energías para iniciar su último año de educación básica. Los invitamos a realizar la primera actividad evaluada del año. Éxito y ante cualquier duda, no olvides



ACTIVIDADES:

1. **Observa la tabla nutricional y responde las preguntas que aparecen a continuación:**
Recuerda que la información nutricional está medida por porciones de 100 gramos.
(Total 10 puntos)



TABLA NUTRICIONAL

ALIMENTOS	Kal/100 gramos	PROTEÍNAS	LÍPIDOS
Huevo Entero	164	13,5	10
Acelga cruda	25	1,3	0,4
Arroz	363	6,4	0,8
Choritos	58	10	1,8
Fideos	336	11	0,1
Pollo (tuto)	136	22	2,3
Lentejas	326	24	1
Queso Chanco	335	26	28
Leche vaca	57	3,2	3,2
Lomo Liso vacuno	150	23	5,6

KAL = CALORIAS



Equipo Unidad Técnica Pedagógica

Sra. María Eugenia Bustos Bastías

Jefe UTP

Sra. Carla Cecilia Guerrero Ávila

Evaluadora

- a. ¿Cuántas calorías hay en 2 huevos enteros? _____
- b. Según la tabla nutricional: ¿Cuál es el alimento que contiene más calorías?

- c. ¿Cuál es el alimento que tiene mayor aporte en proteínas? _____
- d. ¿Cuántas proteínas y lípidos tienen los fideos? _____
- e. ¿Cuántas calorías hay en 100 gramos de arroz y 100 gramos de lomo liso de vacuno?

- f. ¿Cuál es la diferencia calórica entre las lentejas y el pollo?

- g. ¿Cuál de todos los alimentos contiene menos lípidos? _____
- h. ¿Cuál es el aporte nutricional en calorías y proteínas de los choritos?

- i. ¿Por qué crees que la acelga tiene tan pocas calorías en comparación al resto de los alimentos?

- j. Escribe un menú para tu hora de almuerzo que no supere las 600 calorías



Equipo Unidad Técnica Pedagógica

Sra. María Eugenia Bustos Bastías

Jefe UTP

Sra. Carla Cecilia Guerrero Ávila

Evaluadora

Con ayuda de tu familia:

2. **Crea un menú diario que no supere las 2.000 Calorías. (Desayuno, almuerzo, once contando las kilocalorías que tiene cada alimento) (Total 5 puntos)**

Desayuno

Alimento	kilocalorías
Total	

Almuerzo

Alimento	kilocalorías
Total	

Once

Alimento	kilocalorías
Total	

3. **Investiga con ayuda de tu familia** ¿Cuáles son los objetos tecnológicos o aplicaciones que miden la masa corporal? Y ¿Cuál es el total de calorías de tu cuerpo? Pega recortes o dibuja. (Total 5 puntos)



Equipo Unidad Técnica Pedagógica

Sra. María Eugenia Bustos Bastías

Jefe UTP

Sra. Carla Cecilia Guerrero Ávila

Evaluadora

Lista de cotejo de para evaluar la guía de trabajo			
N°	Ítems	Puntaje	Puntaje Obtenido
1	Respuestas a las preguntas sobre la observación de la tabla, sobre los valores nutricionales de algunos alimentos.	10 pts	
2	Creación de un menú diario.	5 pts	
3	Investigación sobre el o los objetos tecnológicos que miden la masa corporal y el total de kilocalorías en el cuerpo.	5 pts	
	Total	20 pts	