

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento: Plan de Mejoramiento</b>		<b>Versión 01</b>	<b>Página 1 de 1</b>

<b>ASIGNATURA /AREA</b>	Técnico científico	<b>GRADO:</b>	ACELERACION
<b>PERÍODO</b>	DOS	<b>AÑO:</b>	2022
<b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE</b>			

**LOGROS/COMPETENCIAS:**

- . Reconocer los tres grupos de alimentos y la importancia de una alimentación balanceada.
- . Identificar la cantidad de calorías que contienen ciertos alimentos.
- . Conocer la cantidad de calorías por actividad realizada, según la edad, y si es hombre o mujer.

**ACTIVIDADES PRÁCTICAS A DESARROLLAR INCLUYENDO BIBLIOGRAFIA DONDE SE PUEDA ENCONTRAR INFORMACIÓN:**

Desarrollo del taller asignado • Sustentación del taller evaluativo que se entregará para el cierre del plan de mejoramiento.

**METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN**

Acompañamiento individual si lo requiere para elaborar el taller.  
Valoración escrita y verbal.

**RECURSOS:**

Módulo, cuaderno, medios tecnológicos

**OBSERVACIONES:**

<b>FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO</b>	<b>FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN</b>
<b>NOMBRE DEL EDUCADOR(A)</b>	<b>FIRMA DEL EDUCADOR(A)</b>
<b>FIRMA DEL ESTUDIANTE</b>	<b>FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA</b>

## TALLER

Responde las siguientes preguntas de acuerdo a los temas vistos y practicados en clase y con base a lo que se tiene en el cuaderno

1. ¿Cuáles son los grupos de alimentos que existen y para qué nos sirven?
2. Definir qué son las calorías y qué cantidad se deben consumir de acuerdo a la edad, al sexo (femenino, masculino) y a la actividad física que se hace?.
3. Describir la importancia de cada uno de los sistemas del cuerpo humano.  
Realiza dibujo de cada sistema del cuerpo humano.
4. Elabore una lista de 15 alimentos y mencione qué vitaminas se encuentran allí.
5. ¿Qué hacen las vitaminas en el cuerpo humano?
6. Si no consumimos las vitaminas que puede suceder?
7. Que aporte positivo y negativo tiene el consumo de agua en nuestro organismo?