

IED CARLOS ALBAN HOLGUIN
 TALLER DE CIENCIAS GRADO 3 JT.
 DOCENTES: Magda Peña y Betty García
 Unidad Didáctica.

Un viaje para descubrir cómo soy, cómo me siento y con quiénes comparto.

COPIA EN EL CUADERNO PARA DESARROLLAR LAS ACTIVIDADES.

Observa los siguientes dibujos, pero no los realces en el cuaderno.



Realiza esta pirámide en el cuaderno y escribe el grupo de alimentos que se señala.

LA CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS SEGÚN SU COMPOSICIÓN.



CLASIFICACIÓN DE LOS ALIMENTOS SEGÚN SU FUNCIÓN.

Copiar en el cuaderno.



ALIMENTOS ENERGÉTICOS: aquellos que son ricos en hidratos de carbono y/o grasas.

Como son: el azúcar, los cereales, aceites y grasas y son muy ricos en calorías.

ALIMENTOS ESTRUCTURALES, PLÁSTICOS O FORMADORES: en ellos predominan las proteínas y el calcio.

como la leche, el queso, las carnes, los huevos y los pescados, que construyen los músculos y en consecuencia resultan indispensables en la época de crecimiento-niñez, embarazo y lactancia.

ALIMENTOS REGULADORES: ricos en vitaminas, minerales y oligoelementos.

Como: hortalizas, verduras y frutas. Tienen la función de controlar las reacciones químicas de otras sustancias nutritivas, en lo posible se recomienda que se consuman crudos, pues el calor afecta a su riqueza en vitaminas.

Completa el cuadro con las palabras que corresponda.

Los alimentos	Según su origen	• _____
		• _____
		• _____
	Según su función	• _____
		• _____
		• _____
	según su composición	• _____
		• _____
		• _____

Copiar en el cuaderno.

Título : SISTEMA RESPURATORIO.

¿Qué es el sistema respiratorio?

Nuestro sistema respiratorio es un conjunto de órganos que llevan el aire (oxígeno) que inspiramos hacia el interior de nuestras células para hacer posible el crecimiento y la actividad metabólica de las mismas.



OBSERVA Y LEE NO COPIAR.

Fosas nasales: Son 2 cavidades que permiten el ingreso del oxígeno y la salida del dióxido de carbono.

Laringe: Es la parte del aparato respiratorio que se continúa con la tráquea, contiene la glotis (órgano de la fonación) y la epiglotis (cierra la glotis durante la deglución).

Tráquea: Es un órgano que va desde la laringe hasta los bronquios, brinda una vía abierta al aire inhalado y exhalado desde los pulmones.

Bronquios: Son tubos con ramificaciones que entran en el parénquima pulmonar, conduciendo el aire desde la tráquea a los bronquiolos y estos a los alvéolos.

Alvéolos: Son los sacos terminales del árbol bronquial en los que tiene lugar el intercambio gaseoso entre el aire inspirado y la sangre.

Pulmones: Son los órganos más grandes del cuerpo, en los cuales la sangre recibe oxígeno desde el aire y, a su vez, la sangre se desprende del dióxido de carbono, el cual pasa al aire.

Labels in the diagram: fosas nasales, orificios nasales, laringe, tráquea, pulmón derecho, lóbulo superior, fisura accesoria, fisura interlobular, lobo mediano, lobo inferior, pulmón izquierdo, lóbulo superior, fisura interlobular, bronquios principales derecho e izquierdo, lóbulo inferior, diafragma.

COPIA Y DESARROLLA EN EL CUADERNO.

1 Completa el gráfico acerca del proceso de la respiración.

- ❖ El aire ingresa por los
- ❖ Pasa las vías que son
- ❖ Finalmente llega a los



2 Relaciona:

- | | | | |
|---------------|---|---|--|
| Tráquea | • | • | Cavidades por donde ingresa el oxígeno |
| Pulmones | • | • | Contiene la glotis y la epiglotis |
| Laringe | • | • | Va desde la laringe hasta los bronquios |
| Fosas nasales | • | • | Órganos principales del sistema nervioso |

3 ¿Por qué es importante el sistema respiratorio?

- ▶ **La inspiración:** Entrada de aire a los pulmones. El aire con oxígeno llega a los pulmones y estos se inflan.
- ▶ **La espiración:** Es la salida del aire, los pulmones se desinflan y liberan el aire cargado de dióxido de carbono.



Menciona tres formas de cuidar el sistema respiratorio.

1. _____
2. _____
3. _____

Describe el proceso de la respiración:
