

**Guía evaluada de educación física y salud 4 básico**

Responda las siguientes preguntas con ayuda de libros, textos y sitios web citados.

Nombre:

Curso:

1. Nombra los grupos alimenticios de una pirámide alimenticia y explica el tipo, composición y función de cada uno ej:

alimento: carnes

tipo: animal

Composición: proteínas,

Función: regeneración muscular

1. Dibuja y pinta una pirámide alimenticia y explica en que consiste los niveles de ella
2. Describe tu fin de semana alimenticio ( lo que comes los días sábado y domingo) e identifica los alimentos en exceso o los que podrían traerte complicaciones