



**GUIA DE VIDEOAPRENDIZAJE N°3 (acumulativa)**  
**Programa Integración Escolar**

Nombre educadora diferencial	Orielle Flores
Correo electrónico de profesora para consultas	orielleflores@gmail.com Resuelve en tu cuaderno
Asignatura	Ciencias naturales
Curso	8° básico A - B
Nombre estudiante	
Objetivo(s) de aprendizaje	OA 7 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. Evitar consumo de alcohol, tabaco y drogas.

**INSTRUCCIONES**

- En esta guía N°3 trabajaremos con unos vídeos explicativos, que debes revisar en los siguientes links:

<https://www.youtube.com/watch?v=Ggh3biRxaY>

<https://www.youtube.com/watch?v=yAddqqupRFw>

- Después de haber visto el video, te invito a responder o realizar los siguientes ejercicios que debes escribir y desarrollar en tu cuaderno.  
(No es necesario imprimir la guía)

## Desarrollo

- I. Responde las siguientes preguntas
    - 1- ¿Cuáles son los beneficios de tener una vida saludable? (2 ptos)
    - 2- ¿Cuáles son los 3 aportes que nos brindan los alimentos? (3 ptos)
    - 3- ¿Qué pasaría si tenemos una mala alimentación? (2 ptos)
    - 4- ¿Por qué es importante el consumo de agua para nuestro cuerpo?, (2 ptos)  
¿Cuánta cantidad de agua por día deberíamos consumir? (1 pto)
    - 5- ¿En qué aspectos perjudica el consumo de drogas y alcohol en los jóvenes?(3 ptos)
  - II. Crea un listado de 15 alimentos que consumes a diario, clasifícalos como saludables y no saludables. (2 ptos para cada columna)
- Si tienes dudas o consultas envíame un correo y yo te guiaré.

***“La Educación es el pasaporte hacia el futuro, el mañana pertenece a aquellos que se preparan para él en el día de hoy.”***