**PLAN DE CLASE/NOTA TÉCNICA**

**NIVEL: SECUNDARIA**

**MIERCOLES 15 DE MARZO**

**1.- NOMBRE DEL PROFESOR: Andrea Hernández Flores GRADO: 3° GRUPO: “A” “B”**

**2.- ASIGNATURA: QUIMICA**

**3.- TRIMESTRE: 3°**

**4.- SEMANA: SEMANA DEL 13 AL 16 DE MARZO**

**5.- TIEMPO: 40 minutos**

**6.- TEMA: Componentes químicos y el cuerpo humano**

**7.- PROPÓSITOS: Científico Tecnológico**

**8.- COMPETENCIA: Identifica que son las calorías y como se obtienen**

**9.-APRENDIZAJE ESPERADO: Reconoce la importancia del carbono en la formación de las moléculas orgánicas**

**10.- CONTENIDOS: Calorías y aporte calórico**

**11.- RECURSOS:** Nota técnica, libreta de apuntes

**12.- MATERIALES:** cuaderno, lápices y colores, plataforma CVF

**13.- IMPLEMENTACIÓN DE ACCIONES DEL P.E.M.C En proceso de autorización**

**14.- INICIO:**

* ¿Qué es una caloría?

**15. DESARROLLO:**

La energía permite a las células realizar la síntesis de proteínas

La energía obtenida se libera cuando los alimentos se descomponen en la digestión

La caloría es una medida de energía, obtenida de los alimentos

Las necesidades energéticas varían de 1000 hasta 3200 Kcal al día dependiendo del sexo, peso y actividades realizadas diariamente

Otra parte se almacena como hidratos de carbono en el **hígado y músculos.**

Cuando el número de calorías se excede se almacena en forma de grasa

**16.-CIERRE:**

Con apoyo de las etiquetas de los alimentos “chatarra”, que previamente habían coleccionado los estudiantes tendrán que indicar el número de kilocalorías que aproximadamente consumen al día.

**17.- EVALUACIÓN: Autoevaluación ( ) Coevaluación ( ) Heteroevaluación ( x )**

Se evaluará la actividad realizada en cuaderno y la participación durante la clase con el objetivo identificar los problemas que existieran sobre el tema

**ACTITUDINAL:** Cumple con su asistencia y participación

**CONCEPTUAL:** Completa sus actividades en tiempo y forma

**PROCEDIMENTAL:** Identificar la importancia de consumir calorías de acuerdo a su edad, peso y gasto energetico

**18.- TAREA:** No hay tarea.