



**Examen de Tercero de
Primaria**

**CIENCIAS NATURALES –
PRIMER TRIMESTRE –
CONTESTADO**



1. ¿Cuáles son los tres grupos de alimentos representados en el Plato del Bien Comer?

Respuesta: Verduras y frutas; cereales; leguminosas y alimentos de origen animal.

Retroalimentación: El Plato del Bien Comer es una herramienta gráfica que nos ayuda a entender la importancia de consumir alimentos variados y balanceados para mantener una dieta saludable. Los tres grupos de alimentos son: verduras y frutas, cereales, y leguminosas y alimentos de origen animal.

2. Verdadero o falso: El agua simple potable es importante para la hidratación del cuerpo.

Respuesta: Verdadero

Retroalimentación: El agua simple potable es fundamental para mantener la hidratación del cuerpo y para llevar a cabo sus funciones adecuadamente. Además, el agua ayuda a transportar los nutrientes y eliminar los desechos del organismo.

3. Completa la oración: El proceso de nutrición incluye la _____ de alimentos, absorción y transporte de nutrientes, y eliminación de desechos.

Respuesta: ingestión

Retroalimentación: La nutrición es el proceso mediante el cual el cuerpo obtiene los nutrimentos y la energía que necesita para funcionar adecuadamente. Este proceso incluye la ingestión de alimentos, la absorción y transporte de nutrimentos, y la eliminación de desechos.

4. Emparejamiento: Relaciona los sistemas con sus funciones en la nutrición.

a) Sistema digestivo - Y) Ingestión, digestión, absorción y eliminación b) Sistema circulatorio - X) Absorción y transporte de nutrimentos c) Sistema excretor - Z) Eliminación de desechos

Retroalimentación: Los sistemas del cuerpo humano trabajan de manera coordinada en el proceso de nutrición. El sistema digestivo se encarga de la ingestión, digestión, absorción y eliminación; el sistema circulatorio se encarga de la absorción y transporte de nutrimentos; y el sistema excretor se encarga de la eliminación de desechos.

5. Menciona una medida para prevenir accidentes que puedan lesionar el sistema locomotor.

Respuesta: Realizar actividad física de manera frecuente, utilizar equipo de protección adecuado al realizar actividades deportivas, mantener el área de juego libre de objetos peligrosos, entre otras

Respuestas posibles.

Retroalimentación: Para prevenir accidentes que puedan lesionar el sistema locomotor, es importante llevar a cabo medidas preventivas como realizar actividad física de manera frecuente para fortalecer los

músculos y articulaciones, utilizar equipo de protección adecuado al realizar actividades deportivas y mantener el área de juego libre de objetos peligrosos que puedan causar tropiezos o caídas.

6. Verdadero o falso: El sistema nervioso coordina los sistemas muscular y óseo en la realización de movimientos.

Respuesta: Verdadero

Retroalimentación: El sistema nervioso es el encargado de coordinar y controlar todas las funciones del cuerpo, incluyendo los movimientos. Para llevar a cabo los movimientos, el sistema nervioso trabaja de manera conjunta con los sistemas muscular y óseo, permitiendo realizar acciones como caminar, correr, saltar y bailar.

7. ¿Cuál es la relación entre huesos y músculos en el soporte y los movimientos del cuerpo?

Respuesta: Los huesos proporcionan soporte y estructura al cuerpo, mientras que los músculos se encargan de generar los movimientos al contraerse y relajarse.

Retroalimentación: La relación entre los huesos y los músculos en el soporte y los movimientos del cuerpo es fundamental. Los huesos forman el esqueleto, que proporciona la estructura y el soporte al cuerpo, mientras que los músculos, al contraerse y relajarse, permiten que los huesos se muevan y generen los movimientos que realizamos a diario.

8. Completa la oración: Para fortalecer el sistema locomotor, es necesario realizar actividad física de manera _____, consumir alimentos de los tres grupos y agua simple potable.

Respuesta: frecuente

Retroalimentación: Para fortalecer el sistema locomotor y mantenerlo en buen estado, es necesario realizar actividad física de manera frecuente, lo cual ayuda a fortalecer músculos y articulaciones. Además, es importante consumir alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer y agua simple potable para obtener los nutrimentos y la hidratación necesarios para el buen funcionamiento del cuerpo.

9. ¿Por qué es importante la higiene de los órganos sexuales externos?

Respuesta: La higiene de los órganos sexuales externos es importante para evitar infecciones y mantener una buena salud.

Retroalimentación: Mantener una adecuada higiene de los órganos sexuales externos es esencial para prevenir infecciones, irritaciones y malos olores. Además, una buena higiene en esta área contribuye a mantener una buena salud general y a prevenir enfermedades.

10. ¿Cuál es la relación de los órganos sexuales externos de mujeres y hombres con el sistema excretor?

Respuesta: Los órganos sexuales externos de mujeres y hombres están relacionados con el sistema excretor porque ambos sistemas comparten funciones en la eliminación de desechos del cuerpo.

Retroalimentación: La relación entre los órganos sexuales externos y el sistema excretor se debe a que ambos sistemas tienen funciones en la eliminación de desechos del cuerpo. En el caso de las mujeres, la uretra y la vagina están ubicadas cerca una de la otra, y en el caso de los hombres, la uretra pasa por el interior del pene. Ambos sistemas, el reproductor y el excretor, colaboran en la eliminación de desechos, como la orina, del cuerpo.

11. Menciona una acción de prevención del abuso sexual y escolar.

Respuesta: Hablar con un adulto de confianza sobre situaciones que nos hacen sentir incómodos, aprender a decir "no" ante situaciones de riesgo, conocer y respetar nuestros límites y los de los demás, entre otras.

Retroalimentación: Prevenir el abuso sexual y escolar implica estar informados y saber cómo actuar ante situaciones de riesgo. Algunas acciones de prevención incluyen hablar con un adulto de confianza, aprender a decir "no" ante situaciones que nos hagan sentir incómodos, conocer y respetar nuestros límites y los de los demás, y estar alerta a señales de abuso o maltrato en nuestro entorno.

12. Verdadero o falso: La evaluación de situaciones de riesgo para la integridad física de niñas y niños debe realizarse desde sus emociones y sentimientos.

Respuesta: Verdadero

Retroalimentación: La evaluación de situaciones de riesgo desde las emociones y sentimientos es importante porque nos permite identificar cómo nos afectan estas situaciones y tomar decisiones adecuadas para protegernos. Además, expresar nuestras emociones y sentimientos puede ayudarnos a prevenir situaciones de violencia escolar y abuso sexual.

13. ¿Qué acciones podemos llevar a cabo para prevenir y atender situaciones de riesgo en el hogar, la escuela y la localidad?

Respuesta: Algunas acciones incluyen: tener un plan de emergencia, conocer las salidas de emergencia, identificar riesgos potenciales en el entorno, informarse sobre las medidas de prevención y protección, entre otras.

Retroalimentación: Para prevenir y atender situaciones de riesgo en el hogar, la escuela y la localidad, es importante llevar a cabo acciones como: tener un plan de emergencia, conocer las salidas de emergencia, identificar riesgos potenciales en el entorno y tomar medidas para reducirlos, informarse sobre las medidas de prevención y protección, y saber cómo actuar en caso de emergencia.

14. Emparejamiento: Relaciona los siguientes términos con sus definiciones.

a) Nutrición - X) Proceso mediante el cual el cuerpo obtiene los nutrientes y la energía que necesita para funcionar adecuadamente b) Sistema locomotor - Y) Conjunto de sistemas del cuerpo humano que permiten el movimiento c) Higiene - Z) Prácticas para mantener la limpieza y la salud

Retroalimentación: La nutrición es el proceso mediante el cual el cuerpo obtiene los nutrientes y la energía que necesita para funcionar adecuadamente. El sistema locomotor es el conjunto de sistemas del cuerpo humano que permiten el movimiento, como el sistema óseo, muscular y nervioso. La higiene se refiere a las prácticas para mantener la limpieza y la salud.

15. Menciona una habilidad, actitud o valor de la formación científica básica que pueda aplicarse durante la planeación, el desarrollo, la comunicación y la evaluación de un proyecto escolar.

Respuesta: Algunas opciones incluyen: pensamiento crítico, trabajo en equipo, resolución de problemas, comunicación efectiva, responsabilidad, respeto, entre otras.

Retroalimentación: La formación científica básica incluye habilidades, actitudes y valores que son fundamentales para el desarrollo y éxito en proyectos escolares y la vida cotidiana. Algunas de estas habilidades, actitudes y valores son el pensamiento crítico, el trabajo en equipo, la

resolución de problemas, la comunicación efectiva, la responsabilidad y el respeto, que pueden aplicarse durante la planeación, el desarrollo, la comunicación y la evaluación de un proyecto escolar.

16. ¿Cómo se relaciona la ingesta de alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer con la obtención de nutrimentos y energía?

Respuesta: Al consumir alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer, se obtienen los nutrimentos y la energía necesaria para el crecimiento y el buen funcionamiento del cuerpo.

Retroalimentación: Los tres grupos del Plato del Bien Comer incluyen verduras y frutas, cereales, y leguminosas y alimentos de origen animal. Al consumir alimentos de estos tres grupos, se garantiza la obtención de una amplia variedad de nutrimentos y energía que son esenciales para el crecimiento, desarrollo y buen funcionamiento del cuerpo humano.

17. Completa la oración: El proceso general de la nutrición incluye la _____ y digestión de alimentos, absorción y transporte de nutrimentos, y eliminación de desechos.

Respuesta: ingestión

Retroalimentación: El proceso general de la nutrición se compone de varias etapas, comenzando con la ingestión de alimentos, que es el acto de tomarlos y llevarlos al interior del cuerpo. Luego, durante la digestión, los alimentos se descomponen en sus componentes básicos, que son

absorbidos y transportados a las células del cuerpo para su utilización. Finalmente, los desechos resultantes del proceso son eliminados a través del sistema excretor.

18. ¿Qué beneficios proporciona el consumo de agua simple potable para el cuerpo?

Respuesta: El consumo de agua simple potable proporciona hidratación al cuerpo, ayuda a regular la temperatura corporal, facilita el transporte de nutrientes y la eliminación de desechos, entre otros beneficios.

Retroalimentación: El agua simple potable es esencial para el buen funcionamiento del cuerpo humano. La hidratación que proporciona ayuda a mantener la temperatura corporal adecuada, facilita el transporte de nutrientes a las células, colabora en la eliminación de desechos y sustancias tóxicas, y contribuye al buen funcionamiento de los sistemas del cuerpo.

19. Verdadero o falso: El sistema digestivo participa en la nutrición a través de la ingestión, digestión, absorción y eliminación.

Respuesta: Verdadero

Retroalimentación: El sistema digestivo es fundamental en el proceso de nutrición, ya que se encarga de llevar a cabo varias etapas importantes, como la ingestión de alimentos, la digestión de estos para descomponerlos en sus componentes básicos, la absorción de los nutrientes y la eliminación de los desechos resultantes.

20. ¿Cuál es la función del sistema circulatorio en la nutrición?

Respuesta: El sistema circulatorio se encarga de la absorción y transporte de los nutrientes a las células del cuerpo.

Retroalimentación: El sistema circulatorio desempeña un papel crucial en la nutrición, ya que es responsable de absorber los nutrientes digeridos y transportarlos a través de la sangre a las células del cuerpo para su utilización. Además, el sistema circulatorio también ayuda a eliminar los desechos y sustancias tóxicas del organismo.

21. Emparejamiento: Relaciona los siguientes sistemas con sus funciones en la nutrición.

a) Sistema digestivo - X) Ingestión, digestión, absorción y eliminación b) Sistema circulatorio - Y) Absorción y transporte de nutrientes c) Sistema excretor - Z) Eliminación de desechos

Retroalimentación: El sistema digestivo se encarga de la ingestión, digestión, absorción y eliminación en el proceso de nutrición. El sistema circulatorio es responsable de la absorción y transporte de nutrientes a las células del cuerpo. Por último, el sistema excretor se encarga de la eliminación de desechos y sustancias tóxicas del organismo.

22. ¿Qué medidas pueden ayudar a fortalecer el sistema locomotor?

Respuesta: Realizar actividad física de manera frecuente, consumir alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer y beber agua simple potable.

Retroalimentación: Fortalecer el sistema locomotor es esencial para mantener una buena salud y movilidad. Algunas medidas para lograrlo incluyen realizar actividad física de manera frecuente, lo que ayuda a fortalecer los músculos y mantener los huesos saludables; consumir alimentos de los tres grupos del Plato del Bien Comer para obtener los nutrimentos necesarios; y beber agua simple potable para mantener una hidratación adecuada.

23. ¿Cómo se relacionan los huesos con los músculos en el soporte y los movimientos del cuerpo?

Respuesta: Los huesos actúan como soporte y proporcionan la estructura del cuerpo, mientras que los músculos se conectan a los huesos y permiten el movimiento al contraerse y relajarse.

Retroalimentación: Los huesos y músculos tienen una relación estrecha en el soporte y movimiento del cuerpo. Los huesos forman la estructura del esqueleto y proporcionan soporte, mientras que los músculos se conectan a los huesos a través de tendones. Al contraerse y relajarse, los músculos generan el movimiento y permiten que el cuerpo realice diferentes actividades.

24. Verdadero o falso: El sistema nervioso coordina los sistemas muscular y óseo en la realización de movimientos como caminar, correr, saltar y bailar.

Respuesta: Verdadero

Retroalimentación: El sistema nervioso es fundamental en la coordinación y control de los movimientos del cuerpo. A través de las señales enviadas por el cerebro, el sistema nervioso coordina la acción de los sistemas muscular y óseo para realizar diferentes movimientos y actividades, como caminar, correr, saltar y bailar.

25. ¿Por qué es importante mantener la higiene de los órganos sexuales externos?

Respuesta: Mantener la higiene de los órganos sexuales externos es importante para prevenir infecciones y mantener una buena salud en general.

Retroalimentación: La higiene de los órganos sexuales externos es fundamental para prevenir la acumulación de bacterias, hongos y otros microorganismos que pueden causar infecciones y afectar la salud en general. Mantener una higiene adecuada en esta área del cuerpo ayuda a proteger la salud y prevenir enfermedades.

26. ¿Cuál es la relación de los órganos sexuales externos de mujeres y hombres con el sistema excretor?

Respuesta: Los órganos sexuales externos de mujeres y hombres están relacionados con el sistema excretor, ya que comparten algunas funciones y estructuras para la eliminación de desechos líquidos del cuerpo.

Retroalimentación: Los órganos sexuales externos y el sistema excretor están interrelacionados en ambos sexos. En las mujeres, la uretra y la vagina están ubicadas cerca una de la otra y comparten la función de eliminar desechos líquidos del cuerpo. En los hombres, la uretra atraviesa el pene y cumple la función de eliminar tanto la orina como el semen. Por lo tanto, es importante mantener la higiene en esta área para prevenir infecciones y mantener la salud en general.

27. ¿Por qué es importante manifestar emociones y sentimientos ante situaciones de riesgo para prevenir la violencia escolar y el abuso sexual?

Respuesta: Manifestar emociones y sentimientos ante situaciones de riesgo es importante para reconocer y comunicar las propias necesidades y límites, así como para recibir apoyo y protección de adultos y compañeros.

Retroalimentación: Expresar las emociones y sentimientos en situaciones de riesgo permite a los niños y niñas reconocer y comunicar sus necesidades y límites personales, lo que puede ayudar a prevenir situaciones de violencia escolar y abuso sexual. Además, al compartir sus emociones y sentimientos, los niños y niñas pueden recibir apoyo y protección de adultos responsables y compañeros, lo que contribuye a crear un entorno seguro y respetuoso.

28. Completa la oración: Las acciones de prevención del abuso sexual y escolar incluyen _____.

Respuesta: la identificación y evaluación de situaciones de riesgo, el establecimiento de límites personales, la comunicación con adultos de confianza y la promoción de entornos seguros y respetuosos.

Retroalimentación: Prevenir el abuso sexual y escolar implica una serie de acciones que incluyen identificar y evaluar situaciones de riesgo, establecer límites personales, comunicarse con adultos de confianza y promover entornos seguros y respetuosos. Estas acciones pueden ayudar a proteger a los niños y niñas y a evitar situaciones que pongan en riesgo su integridad física y emocional.

29. ¿Qué acciones pueden llevarse a cabo para prevenir y atender situaciones de riesgo en el hogar, la escuela y la localidad?

Respuesta: Algunas acciones para prevenir y atender situaciones de riesgo incluyen la identificación de riesgos potenciales, la promoción de entornos seguros y respetuosos, la educación en prevención y autocuidado, y la comunicación con adultos de confianza y autoridades competentes.

Retroalimentación: Prevenir y atender situaciones de riesgo en el hogar, la escuela y a localidad requiere de acciones como identificar riesgos potenciales, promover entornos seguros y respetuosos, educar a niños, niñas y adolescentes en prevención y autocuidado, y comunicarse con adultos de confianza y autoridades competentes en caso de necesitar ayuda o protección. Estas acciones contribuyen a crear un ambiente

seguro y permiten a los niños y niñas desarrollarse de manera sana y protegida.

30. ¿Qué habilidades, actitudes y valores de la formación científica básica pueden aplicarse durante la planeación, desarrollo, comunicación y evaluación de un proyecto estudiantil?

Respuesta: Las habilidades, actitudes y valores de la formación científica básica que pueden aplicarse en un proyecto estudiantil incluyen el pensamiento crítico, el trabajo en equipo, la comunicación efectiva, la creatividad, la responsabilidad, el respeto y la curiosidad científica.

Retroalimentación: Durante la planeación, desarrollo, comunicación y evaluación de un proyecto estudiantil, los alumnos pueden aplicar habilidades, actitudes y valores de la formación científica básica, como el pensamiento crítico para analizar y resolver problemas; el trabajo en equipo para colaborar y alcanzar objetivos comunes; la comunicación efectiva para expresar ideas y resultados; la creatividad para encontrar soluciones innovadoras; la responsabilidad y el respeto en la toma de decisiones y la interacción con otros; y la curiosidad científica para explorar y aprender de manera continua.