**Universidad Nacional Autónoma de México**

**Escuela Nacional Preparatoria**

**Colegio de Danza**

**Nutrición equilibrada**

**Ejercicio de autoevaluación**

**¿Qué aprendí?**

**Instrucciones. Lee con detalle cada aspecto a evaluar y ubícate en las casillas verdes si consideras que dominas o te apropiaste del mismo, en caso contrario, ubícate en las casillas rojas.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspecto a evaluar** | **Si (domino y comprendo el tema)** | **No (no dominio ni comprendo el tema)** |
| 1. **Reconozco las problemáticas de alimentación de los mexicanos**
 |  |  |
| 1. **Reconozco las problemáticas de hidratación de los mexicanos**
 |  |  |
| 1. **Identifico las características del plato del buen comer**
 |  |  |
| 1. **Identifico las características de la jarra del buen beber**
 |  |  |
| 1. **Reflexioné sobre estrategias para llevar una vida saludable**
 |  |  |