



Educación General Básica - Subnivel Media

PROYECTO 3

COSTA 2020 - 2021

PLAN EDUCATIVO APRENDEMOS JUNTOS EN CASA

5.º EGB

6.º EGB

7.º EGB

PLAN DE CONTINGENCIA



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Lenín



Recuerda:

- 1 Se propone un proyecto mensual, relacionado con un objetivo de aprendizaje. El proyecto incluye actividades para cada semana, que podrás realizar individualmente o con el apoyo de tu familia. Te recomendamos trabajar en tu proyecto durante al menos 50 minutos diarios.
- 2 El Ministerio de Educación propone diversas actividades y/o recursos educativos, a los que puedes acceder a través del enlace <https://recursos2.educacion.gob.ec/>, programas educativos en radio y televisión (*AprenderLaTele*), o mediante mensajes de WhatsApp, SMS y redes sociales.
- 3 En los proyectos, las actividades planteadas para cada semana no requieren de material impreso. Trabaja con los recursos disponibles en casa.
- 4 Para consultar información y fortalecer tus aprendizajes, utiliza los textos escolares de este año o de años anteriores. Los textos de este año escolar los puedes encontrar en: <https://recursos2.educacion.gob.ec/textos/>
- 5 Sigue una rutina, con horarios regulares para tus actividades de aprendizaje, y también para los juegos, la recreación, las tareas del hogar y el descanso.
- 6 Lleva un registro de tus actividades y guarda las evidencias en tu portafolio. Este portafolio se utilizará para evaluar tu proyecto.
- 7 Un/a docente tutor se pondrá en contacto contigo. Si no lo ha hecho, pide la ayuda de una persona adulta y comunícate con él/ella, con un directivo de la institución o con el distrito educativo.
- 8 Realizar diferentes actividades a lo largo del día mantiene la mente y el cuerpo saludables. Esta ficha te ofrece muchas opciones para mantenerte activo y aprender al mismo tiempo.
- 9 Si eres víctima de violencia, o conoces de algún acto violento, cuéntaselo a una persona adulta de confianza o a tu docente. Con su ayuda, llama al 911 o al 1800 DELITO (335 486) para revelar estos casos.
- 10 Haz tu mejor esfuerzo al realizar las actividades de la ficha. No olvides que las personas somos siempre distintas y aprendemos de maneras diferentes. Lo más importante es encontrar tu propia forma de aprender al hacer estas actividades.

Consejos para mantenerte saludable física y emocionalmente:

- Mantén la calma, pronto volveremos a la escuela, a los parques y compartiremos entre todos y todas.
- Recuerda que la higiene personal es muy importante para combatir el virus, lava tus manos con frecuencia y de forma adecuada.
- Mantén una alimentación saludable y realiza actividad física para que tu cuerpo y mente estén saludables.
- Es importante que te #QuedesEnCasa todo el tiempo que sea necesario. Te acompañaremos en esta nueva forma de aprender, porque sí se puede #AprenderEnCasa.
- Si es necesario que salgas de casa, recuerda utilizar siempre la mascarilla y al volver, lavarte las manos con agua y jabón.

FICHA PEDAGÓGICA DEL PROYECTO

Objetivo de aprendizaje

Los estudiantes comprenderán que ciertas acciones de los seres humanos inciden de manera negativa y directa en los fenómenos que ocurren en la naturaleza y recrudecen los problemas ambientales como el calentamiento global, para así lograr la concientización y la toma de decisiones asertivas y responsables con el entorno inmediato, comunicándolas en diversos espacios y con recursos amigables con la naturaleza.

Objetivos específicos

- Comprender los problemas del medio natural y social que inciden en la calidad de vida de las personas, para sensibilizarnos frente a ellos.
- Relacionar las acciones humanas como posibles causas del deterioro de los recursos a nivel mundial.
- Fomentar el interés en la participación del cuidado ambiental a través de nuestras acciones cotidianas y toma de decisiones.
- Socializar una cultura ambiental de buenos hábitos y actitudes en casa, escuela y comunidad.

Indicadores de evaluación

- Realiza inferencias fundamentales y proyectivo-valorativas. Valora los contenidos y aspectos de forma a partir de criterios pre-establecidos al monitorear y autorregular su comprensión mediante el uso de estrategias cognitivas. (Ref. I.LL.3.3.2.)
- Formula y resuelve problemas que impliquen operaciones combinadas: solución y comprobación. (Ref. I.M.3.1.2.)
- Interpreta los patrones de calentamiento de la superficie terrestre a causa de la energía del sol y su relación con la formación de los vientos, nubes y lluvia, según su ubicación geográfica. (Ref. J.3., I.2., I.CN.3.11.1.)
- Examina las áreas protegidas del país y las relaciona con los efectos del calentamiento global y cambio climático, planteando actividades concretas para su protección y conservación. (Ref. J.3., S.1., I.CS.3.12.1.)

- Diseña y planifica los pasos a seguir en la elaboración de instrumentos musicales tomando en consideración lo observado en procesos de experimentación con materiales naturales y artificiales, y seleccionando los más adecuados. (Ref. I.ECA.3.2.2.)
- Reconoce las características, objetivos y proveniencias de diferentes juegos y elige participar o jugar en ellos, acordando reglas y pautas de trabajo colectivo seguras. (Ref. I.EF.3.1.2.)
- Learners can say ways to take care of the environment and the planet. Learners can identify and exhibit socially responsible behaviors at home, at school, and towards the environment. (Ref. I.EFL.3.2.1)

Nombre del proyecto

Con pequeñas decisiones se construye un mundo nuevo.

Indicaciones

Desarrollarás un proyecto en torno a la concientización, la toma de decisiones asertivas y responsables con tu entorno inmediato. Lee la ficha pedagógica y desarrolla las actividades. Si tienes dudas, comunícate con tu familia, tu docente, tutor o directivo.

Estas actividades están pensadas para que las desarrolles a lo largo de 4 semanas, dedicándoles aproximadamente cincuenta minutos diarios. Si bien en esta ficha tienes una sugerencia sobre cómo organizar el tiempo, es importante que programes tu propio horario junto tu familia, incluyendo las actividades de aprendizaje autónomo.

Para realizar las actividades planteadas, recuerda utilizar y reutilizar los materiales disponibles en casa, tales como:

- Textos escolares del Ministerio de Educación de este año y de anteriores.
- Diccionario que tengas en casa.
- Hojas, pueden ser de cuaderno o recicladas con espacio para escribir.
- Goma (pegamento), o cinta adhesiva.
- Cartulinas o cartón para que sirva de soporte
- Lápices de cualquier color, pinturas, marcadores u otros materiales que tengas en casa.
- Recuerda utilizar otros objetos y materiales disponibles en casa.

¡Tú imaginación es muy importante para este proyecto!

ACTIVIDADES SEMANA 1

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Lengua y Literatura, Matemática, Ciencias Naturales, Educación Cultural y Artística e Inglés.**

Tema: Problemas del medio natural y social

Actividad 1: Intención comunicativa

¿Sabías que...?

Nuestro planeta y nuestro medioambiente más cercano están en un momento de crisis, es decir, existen problemas graves que afectan a la naturaleza y al bienestar emocional de las personas. Los principales problemas del medioambiente que debes conocer son:

- Pérdida de la biodiversidad y la capa de ozono
- Deforestación (pérdida de bosques) e incendios forestales
- Minería sin control
- Cambio climático y calentamiento global
- Basura
- Desertificación (los lugares se vuelven desiertos)
- Contaminación del aire

Para transmitir estas y muchas otras ideas sobre las problemáticas mundiales, hacemos uso de la lengua. Mediante las oraciones podemos comunicar nuestros pensamientos, con varias intencionalidades, para causar un impacto o un cambio en las personas a las que nos dirigimos.

1. **Lee** con atención este párrafo:

Según la intención del hablante, las oraciones pueden ser enunciativas (transmiten información), interrogativas (formulan preguntas y emplean signos de interrogación ¿?), exclamativas (expresan emociones y emplean signos de exclamación ¡!) o imperativas (expresan órdenes, mandatos o ruegos).

2. **Completa** la siguiente tabla en tu cuaderno con oraciones sobre los problemas ambientales enumerados anteriormente, según la intención comunicativa. Usa los ejemplos para guiarte:

Actividad 2: Divisiones con números naturales con dividendo mayor que el divisor

| Oración enunciativa | Oración interrogativa | Oración exclamativa | Oración imperativa |
|----------------------------------|--|------------------------------------|--------------------------|
| Existe deforestación en mi país. | ¿Sabes que el planeta tiene un problema de basura? | ¡Hay mucha contaminación del aire! | Prohibido talar árboles. |
| | | | |

¿Sabías que...?

La división es la operación inversa a la multiplicación. Nos dice cuántas veces una cantidad, llamada dividendo, contiene a otra cantidad, llamada divisor. La cantidad resultante de la operación se llama cociente.



Fuente: <https://bit.ly/33YO7Di>



Fuente: <https://bit.ly/31S6Zz5>

Analiza la resolución del ejercicio con sus respectivo procedimiento:
Un depósito con 73 950 litros de agua surte a 34 casas. ¿Cuántos litros repartirá por igual a cada una de las casas?

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 3 | 9 | 5 | 0 | 3 | 4 | | | |
| | 5 | 9 | | | 2 | 1 | 7 | 0 | 5 |
| | | 2 | 5 | 5 | | | | | |
| | | | 1 | 7 | 0 | | | | |
| | | | | 0 | 0 | | | | |

1. **Resuelve**, en tu cuaderno de trabajo, los siguientes ejercicios:

- Uno de los problemas ambientales es la escasez de agua. Para proveer de agua a una comunidad, se necesitan 3846 metros de tubería, y cada tubo mide 6 metros de largo. ¿Cuántos tubos se necesitan?
- Una comunidad de la región de Imbabura ha programado una campaña de reforestación con plantas nativas. El Ministerio del Ambiente va a entregar la siguiente cantidad de plantas:

| | |
|----------------------------|-------------|
| Arbustivas | 562 plantas |
| Arbóreas de pequeño tamaño | 744 plantas |

La comunidad ha contratado a 24 obreros para realizar la plantación.

¿Cuántas plantas de cada especie debe plantar cada uno?

¿Cuál de los dos procedimientos les pareció más complicado?

2. **Reflexiona y contesta** de forma escrita en tu cuaderno:

- ¿Qué problemas ambientales encuentras dentro de tu comunidad? Plantea un problema matemático de división que trate sobre este tema.

Para ampliar este tema, puedes leer las actividades propuestas en el texto de Matemática de 7.º EGB, página 11, y en el texto de Matemática de 6º EGB, páginas 14 y 15.

Actividad 3: Patrones de calentamiento de la superficie terrestre, formación de vientos, nubes y lluvias

- ¿Cómo crees que afecta la energía solar en los fenómenos que se producen en la tierra?
- ¿Piensas que los humanos hemos sido los mayores responsables de los cambios climáticos tan impredecibles que se han producido?

¿Sabías que...?

El sol calienta nuestro planeta, incluyendo la atmósfera. Esta energía controla nuestros estados del tiempo. Cada vez es más evidente que los humanos han causado la mayor parte del calentamiento global, mediante la emisión de gases que han alcanzado niveles muy altos. Los científicos a menudo utilizan el término “cambio climático” en lugar de calentamiento global. Esto es porque, dado que la temperatura media de la Tierra aumenta, los vientos y las corrientes oceánicas mueven el calor alrededor del globo de modo que se pueden enfriar algunas zonas, y calentar otras, de igual manera que puede cambiar la cantidad de lluvia y de nieve que cae. Como resultado, el clima cambia de manera diferente en diferentes zonas.



Fuente:

<https://www.nationalgeographic.es/medio-ambiente/que-es-el-calentamiento-global>

Fuente imagen:

<https://www.rengoenlanoticia.cl/not/wp-content/uploads/2019/09/6>

Ahora vamos a conocer cómo se forman algunos fenómenos atmosféricos: el **viento**, que se define como aire en movimiento. Su importancia es enorme, ya que es un regulador de las distintas temperaturas debidas a la diferente radiación solar que llega a la superficie terrestre, y por supuesto, de la cantidad de vapor de agua presente en la atmósfera. Cuando el Sol calienta la Tierra, el aire caliente sube hacia la atmósfera. A medida que sube se expande y refresca. El vapor de agua se condensa del aire frío y se forman las **nubes**. Las **gotas de lluvia** se forman cuando millones de minúsculas gotitas de agua se unen en las nubes y forman gotas más grandes, las cuales eventualmente se hacen demasiado pesadas y caen de las nubes en forma de lluvia. Un cambio de temperatura en la atmósfera es suficiente para hacer precipitar grandes cantidades de agua (lluvia) de nuevo a la tierra o a los océanos.

Fuente:

<https://www.tiempo.com>

<https://www.windows2universe.org>

<https://www.eluniversal.com>

Fuente imagen:

<https://lh3.googleusercontent.com>

1. **Responde** las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- Escribe las tres ideas que te llamaron más la atención sobre la lectura
- ¿Qué relación podría tener el ciclo del agua en la formación de nubes y lluvia?

Actividad 4: Creación de instrumentos musicales

¿Sabías que...?

Al crear instrumentos musicales con materiales reciclados y jugar con ellos, no sólo consigues acercarte al mundo de la música, sino también tomar conciencia del valor del reciclaje. Pero lo más importante es que te divertirás mucho, tanto al hacerlos como al tocarlos. Además, esta actividad brinda una interesante oportunidad para disfrutar en familia.

1. Pon en marcha tu creación de instrumentos musicales reciclados siguiendo este proceso:

- **Imagina** todos los instrumentos que deseas crear para poder formar una banda musical.
- **Recolecta** el material para la construcción de tus instrumentos. Puede ser botellas plásticas, tarros, tubos de papel higiénico, etc.
- **Diseña y construye** tus instrumentos musicales utilizando el material que recolectamos, debes realizar distintos instrumentos, mínimo 3, para compartir con tu familia.

Estos son los pasos para la construcción de tu primer instrumento:



Maracas

Las maracas son perfectas para bailar, debes agitarlas mientras mueves el cuerpo.

Fuente: <https://images.app.goo.gl/YVXaPJwYgcWxpT3m6>

Materiales: tubos de cartón, cinta adhesiva, tapas de botellas, arroz o cualquier grano seco, tijeras, marcadores.

Instrucciones:

- Primero, toma un tubo de papel higiénico. Cubre uno de sus extremos con una tapa o cartón y cúbrelo con cinta adhesiva.
- Introduce el arroz o los granos secos y repite el primer paso, para que nuestro objeto quede cerrado. Asegúrate de que no salga el contenido.
- Finalmente, crea tu propio diseño pintando la parte externa. Muévela de arriba a abajo y disfruta del sonido.

Recuerda crear distintos instrumentos.

Topic 5: Types of tourism and activities

Objective: students will be able to recognize ways to enjoy and take care of the environment at the same time.

The origins of tourism

Tourism and long trips have not always existed. In the past, it was very difficult to travel. For example, most people who lived in the mountains never went to the sea. There were no hotels or hostels. The means of transportation were not comfortable. They traveled very slowly, and they were expensive. However, that changed in the 19th century. Businesspersons began to build hostels and hotels. Transportation also developed. Buses, trains, and airplanes began to transport tourists. Today, there are many types of tourism.

1. **Read and answer** the questions.

a) **Do you like to travel?**

b) **How can we travel today?**

2. These are some of the types of tourism. **Write** the vocabulary word on the line below each picture.

Culinary tourism
Ecotourism

Adventure tourism

Cultural tourism



PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN



Pictures: Module 3 Ministerio de Educación (English_7_M3pdf) Page 2

ACTIVIDADES SEMANA 2

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Lengua y Literatura, Matemática, Estudios Sociales, Educación Física e Inglés.**

Tema: Deterioro de los recursos a nivel mundial

Actividad 1: Identificar, comparar y contrastar fuentes de información

¿Sabías que...?

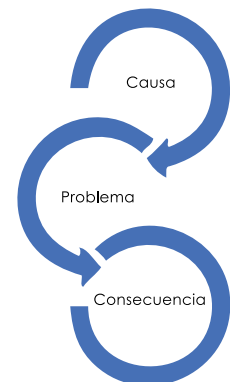
El medioambiente es un conjunto equilibrado de elementos como la naturaleza, la vida, los elementos artificiales, la sociedad y la cultura que existen en un espacio y tiempo determinados. El ser humano es el ser vivo que más interviene en el medioambiente, ya que lo explora, lo modifica y hace uso de sus recursos a fin de alcanzar su bienestar general. Sin embargo, la actividad humana ha afectado de manera negativa el medioambiente. Se agotan sus recursos naturales, se extinguen la flora y fauna, la industrialización ha aumentado.

Fuente: <https://www.significados.com/medio-ambiente/>

Esta semana, vamos a hacer una pequeña investigación, buscaremos información acerca de las causas de los problemas ambientales. Para ello, vamos a consultar distintas fuentes y a compararlas. Las fuentes pueden ser diferentes libros que tengamos en casa, varias personas que vivan con nosotros o a quienes podamos preguntar, y si tienes acceso, puedes consultar en distintas páginas de internet.

1. Sigue este proceso:

- **Escoge** uno de los problemas ambientales que enumeramos en la ficha de la semana anterior, tema 1.
- **Investiga** sobre la causa, es decir, aquello que ocasiona ese problema y sobre las consecuencias del problema para nuestro entorno. Hazlo en dos fuentes (libros de texto, personas que conozcan el tema).
- Realiza en tu cuaderno este gráfico para cada una de las fuentes, y coloca la información que conseguiste.



¹ **Fuente de información.** Se denominan fuentes de información a diversos tipos de documentos que contienen información. Por ejemplo, tus libros son una fuente de información confiable. Internet, revistas, otros libros y personas que conocen sobre la información que estás buscando para hacer tu trabajo.

2. **Registra en tu cuaderno** las diferencias y semejanzas que encuentres en la información de las dos fuentes completando las siguientes oraciones:

- El problema ambiental es
- La fuente uno es
- La fuente uno dice que la causa es
- La fuente dos es
- La fuente dos dice que la causa es
- Coinciden en que
- Se diferencian en que

Actividad 2: Problemas combinados con números naturales

¿Sabías que...?

Las operaciones combinadas son aquellas que incluyen varias operaciones básicas de la matemática (Suma, resta, multiplicación y división).

Recuerda que es importante resolver cada parte de la operación con un orden adecuado:

- Eliminar paréntesis.
- Multiplicar y dividir.
- Sumar y restar, de izquierda a derecha.

Observa la resolución de un ejercicio con sus respectivos pasos:

| | |
|--|--|
| <p>a. $4 + (9 \times 3 - 6) + 7 \times 9 - (45 \div 3) + 5 - 71 + 33$</p> <p>$4 + (27 - 6) + 7 \times 9 - 15 \div 5 - 71 + 33$</p> <p>$4 + 21 + 7 \times 9 - 15 \div 5 - 71 + 33$</p> <p>$4 + 21 + 63 - 3 - 71 + 33$</p> <p>$25 + 60 - 38$</p> <p>$= 47$</p> | <p>Eliminamos los paréntesis, dentro del paréntesis la multiplicación y división.</p> <p>Aplicamos la multiplicación y división de izquierda a derecha.</p> <p>Resolvemos las sumas y restas de izquierda a derecha.</p> <p>Obtenemos el resultado</p> |
|--|--|

Toma en cuenta estas recomendaciones para resolver problemas:

- Lee varias veces el enunciado del problema con atención.
- Subraya la pregunta.
- Anota los datos que necesitas para resolverlo.
- Desarrolla el problema, aplicando las operaciones básicas de la matemática.

Ahora **analiza** un problema de la vida cotidiana, en el que se aplica el orden apropiado:

El profesor Ricardo consiguió para una comunidad de 48 familias un tanquero con 800 litros con agua y otro tanquero con 430 litros con agua. ¿Cuántos litros de agua le tocó a cada familia? ¿Crees que sobró agua?

Datos

Primer tanquero: 800 litros

Tanquero extra: 430 litros

Número de familias: 48

Solución:

$$(800 + 430) \div 48$$

$$1230 \div 48$$

| | |
|------|----|
| 1230 | 48 |
| 270 | 25 |
| 30 | |

Cada familia recibe 25 litros y al profesor le sobran 30 litros.

1. En tu cuaderno, **resuelve** el problema con sus respectivos pasos.

La contaminación atmosférica es uno de los problemas ambientales que ocasiona el ser humano. La atmósfera en su estado puro está constituida por un 20,946 % de oxígeno, 0,934 % de argón, un 0,036 % de trazas y el resto de nitrógeno.

- a) ¿Qué porcentaje (%) del componente atmosférico representa el nitrógeno?
- b) Ordena los cuatro componentes en forma decreciente.

Dato curioso: invita a tu familia a realizar el siguiente juego.

| El agujero negro del nueve | |
|---------------------------------------|------------------|
| 1. Piensa una fecha cualquiera | 18 de abril 1971 |
| 2. Escríbela como si fuera un número | 1841971 |
| 3. Ordena las cifras de mayor a menor | |
| 4. Ordena las cifras de menor a mayor | |
| 5. Resta estas dos cantidades | |
| 6. Suma las cifras del resultado | |
| 7. Suma de nuevo las cifras obtenidas | |

No olvides que el resultado siempre será **9**.

Para ampliar este tema, puedes leer y resolver en tu cuaderno las actividades propuestas en el texto de Matemática de 70 EGB, páginas 14 y 15, y en el texto integrado de Matemática de 60 EGB, páginas 16 y 17.

Actividad 3: Acciones u omisiones que dañan el ambiente

¿Sabías que...?

Lavarnos los dientes con el grifo abierto, beber agua embotellada o arrojar un chicle al suelo son acciones cotidianas que contaminan el medio ambiente.

1. **Contesta en tu cuaderno:** ¿Qué acciones cotidianas que realizas en tu casa contaminan el medio ambiente?

Lee sobre problemas ambientales: contaminación del agua, del aire y pérdida de la biodiversidad, del texto Integrado de Estudios Sociales de 60 EGB, páginas 28 -29, del Ministerio de Educación.

2. **Dibuja y completa** el siguiente organizador gráfico en tu cuaderno. En la primera columna, ubica las causas de la contaminación del agua, aire y pérdida de la biodiversidad, y en la segunda columna anota las consecuencias:

| Causa | Consecuencias |
|-------|---------------|
| | |

Recuerda que los efectos de la urbanización, la agricultura, la ganadería industrial, la tala de bosques y las emisiones de CO₂, entre otras acciones, aceleran la pérdida de la biodiversidad por el calentamiento global, la desertización o la contaminación de océanos y ríos.

Fuente: <https://www.iberdrola.com/compromiso-social/como-contaminamos-el-medio-ambiente>

Actividad 4: Juguemos al Veo Veo en la naturaleza

1. **Invita** a tu familia a jugar juntos en un entorno abierto. Para iniciar el juego, fíjate en algo visible para todos. Luego, deben cantar la siguiente estrofa:

- Niño/a: veo, veo.
- Grupo: ¿qué ves?
- Niño/a: una cosita
- Grupo: ¿qué cosita es?
- Niño/a: una cosita que empieza por la letra "C" (**Debes** decir la inicial de letra del objeto en el que te fijaste, por ejemplo, cuchara, cobija, candado, cuarto, cocina.)

Si no aciertan en un determinado tiempo, se puede pedir pistas como el color o el tamaño.

En una hoja **dibuja, pinta y decora** los objetos que viste en el juego.

Sabemos que los bosques nos brindan oxígeno y que por nuestras acciones están en peligro, también sabemos que es difícil cruzar un bosque. Ahora, realizaremos otro juego imaginando que estamos en uno.

- **Elige** un espacio amplio de tu casa. Necesitas de la ayuda de un acompañante. También necesitarás varias medias o zapatos y una bufanda, o algo que te permita cubrir los ojos.
- Coloca los zapatos o medias de manera que simulen los árboles del bosque, separados a un paso de distancia. Ubícate con los ojos vendados en un extremo, y en el otro extremo se ubicará el compañero que te ayudará con indicaciones para que puedas esquivar los árboles del bosque y pasar al otro lado. El objetivo es cruzarlo sin tropezar con los zapatos o medias.

Fuente: <https://bit.ly/3gO8Qgz>

Topic 5: Extreme sport

Objective: Students will be able to understand basic details in a passage.



Pictures: Module 3 Ministerio de Educación (English_7_M3pdf) Page 4

The New Guide to Ecuador and the Galapagos Islands

scuba diving and snorkeling

Most people who come to Ecuador to scuba dive or snorkel go to the Galapagos. The Galapagos are famous for their rich marine environment and colorful animals. Most boats have snorkeling equipment, but it is better if you bring your own mask to make sure that it is your size.

Kayaking

Kayaking is relatively new in Ecuador. Several companies such as Hotel Quito, Ecotours, or Row expeditions, all in Quito, are some of the new, safe companies that offer kayaking in Ecuador. Baños and Tena are popular cities for tourists who enjoy kayaking.

Mountain hiking

Ecuador has many mountains for adventure and excitement. One of the most common hiking trips is to the Chimborazo volcano. There many companies that take you there, but you have to be prepared. Another amazing option is the Cotopaxi Volcano. This is the tallest active volcano in the world. It is not very difficult. Every weekend there are around 100 people, trying to go to the top of the volcano.

1. Read and answer the following questions.

- a) Why are the Galapagos Islands a good option for travelers who want to go snorkeling?
- b) What are two popular destinations for travelers who want to go kayaking in Ecuador?
- c) What can you do at the Chimborazo Volcano?

2. Give your opinion. How can we protect The Galapagos Islands?

ACTIVIDADES SEMANA 3

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Lengua y Literatura, Ciencias Naturales, Estudios Sociales, Educación Cultural y Artística e Inglés.**

Tema: Acciones cotidianas que cuidan el ambiente

Actividad 1: Uso de punto y de coma

¿Sabías que...?

Los problemas ambientales no sólo afectan a los seres humanos sino a todos los seres vivos. El aumento de la contaminación ambiental amenaza la supervivencia de miles de especies de fauna y flora. Está en nuestras manos crear conciencia sobre esta situación y defender la vida de las especies que comparten con nosotros el planeta. ¡Seamos defensores de la vida!

1. **Lee** el texto:

El caracol Colcol

—Señor Caracol, ¿le pasa algo?

—¡Ay, ay, ay, de esta no salgo!

—¿Se ha roto la cabeza?

—¡No! Me he roto la casa.

Llévame al veterinario
que me ponga una gasa,
una gasa, una gasa.

—Mejor un esparadrapo

—dijo el doctor don Sapo.

—Doctor don Sapo, usted sepa
que tengo goteras,
la lluvia cala mi casa,
que me he roto la azotea.

Gloria Fuertes, fragmento

2. **Responde** las preguntas de comprensión lectora en tu cuaderno:

- ¿Cuántos personajes hablan en el poema?
- Escribe el nombre de dos de ellos.
- ¿Quién podría ser el tercero? ¿Un vecino que pasaba? ¿Un pájaro?

3. **Lee** el poema en voz alta:

- Cuenta mentalmente hasta 1 si hay una coma (,).
- Cuenta mentalmente hasta 2 si hay un punto (.)
- Entona adecuadamente las preguntas (¿?) y las exclamaciones (!).

4. **Escribe** en tu cuaderno un pequeño poema sobre rescatar a los animales de la contaminación. Usa comas y puntos de acuerdo con las pausas que necesites para respirar en la lectura.

Actividad 2: Capas de la atmósfera

¿Mira al cielo y describe lo que miras?

¿Sabías que...?

La atmósfera es la capa de gas que rodea el planeta. En otras palabras, se podría decir que la atmósfera es el aire que no vemos pero que sí sentimos. Además, la atmósfera está formada por más cosas que el propio aire, como podrían ser las nubes, que están formadas de vapor de agua y que también forman parte de la atmósfera. La atmósfera se forma en nuestro planeta como consecuencia de la gravedad. La gravedad hace que los cuerpos más pesados caigan más que los menos pesados. Por este motivo, los objetos sólidos, están más cerca del centro de la Tierra, mientras que los gaseosos se sitúan más lejos. Como esto es siempre así, la consecuencia es que el planeta está formado en su centro por una gran masa de cuerpos densos (lo que sería el planeta en sí mismo), mientras que los gases se acumulan en las capas más superficiales. Es decir, en las capas más alejadas del centro. En consecuencia, esto forma la atmósfera.

Fuente: <https://www.ecologiaverde.com>
https://www.atsdr.cdc.gov/es/img/es_atmosphe.png

1. **Analiza** el texto anterior y responde la siguiente pregunta en tu cuaderno:

- ¿Cómo funciona la gravedad en la atmósfera?

2. **Observa** la imagen, lee el texto y contesta las preguntas en tu cuaderno:



Fuente: <https://n9.cl/avbh>

Aunque la atmósfera pueda parecer igual en todas partes, en realidad está dividida en capas. Las capas de la atmósfera se diferencian porque, igual que los sólidos y los gaseosos tienen diferentes pesos; los gases de la atmósfera también tienen pesos distintos. De este modo, nos encontramos con que según la capa de la atmósfera de la que se trate, existe un tipo de gases u otros que se concentran en estas capas. Además, también cambian según la densidad de gas. Es decir, la cantidad de aire que hay en una capa u otra. De esta forma, nos encontramos con capas de la atmósfera con mucho aire, y otras con muy poco. Las capas atmosféricas son Troposfera (más cerca del suelo), Estratosfera (entre los kilómetros 10 y 50 de altura), Mesosfera (entre el kilómetro 50 y el 80), Ionosfera (entre el kilómetro 80 y el 400 de distancia) y Exosfera (entre los kilómetros 400 y el 10.000 aproximadamente).

Fuente:

<https://www.ecologiaverde.com>

<https://1.bp.blogspot.com>

- ¿En qué capa crees que se encuentra la capa de ozono?
- ¿Hasta qué capa podría subir un avión?

¡Dato curioso! No todos los planetas tienen atmósfera. La presencia de la atmósfera en un planeta o satélite natural depende de varios factores, como la gravedad del planeta. Por ejemplo, la Luna no tiene atmósfera porque su gravedad es demasiado débil como para conseguir atrapar el gas.

Fuente: <https://www.ecologiaverde.com>

- ¿Qué es lo que piensas ahora que acabas de leer sobre las capas atmosféricas?

Actividad 3: Áreas protegidas

¿Sabías que?

Un área protegida es un espacio geográfico reconocido, dedicado y gestionado para conseguir la conservación de la naturaleza, ecosistemas y sus valores culturales.

Fuente: <http://www.redeuroparc.org/observatorio/quesonlasareasprotegidas>

Lee sobre “Bosques ecuatorianos” en el texto de Estudios Sociales de 50 EGB, páginas 53 y 54.

1. **Crea** un tríptico en una hoja de papel bond sobre los bosques ecuatorianos. Sigue estos pasos:

- Dobra la hoja de papel bond en tres partes iguales.
- En la primera parte posterior, crea una carátula sobre el tema, puedes ser todo lo creativo que quieras.
- En primera parte interna, ubica la información sobre la diversidad de los bosques y su importancia.
- En la segunda parte de la mitad interna ubica la información sobre los tipos de bosques, utiliza conceptos y dibujos.
- En la tercera parte interna, ubica información sobre recomendaciones para cuidar los bosques ecuatorianos.

2. **Contesta las preguntas en tu cuaderno:**

- ¿Qué tipos de bosques existen en tu provincia?
- ¿Por qué es importante cuidar las áreas protegidas y los bosques de nuestro país?

Recuerda que los ecosistemas naturales de Ecuador están enfrentando amenazas enormes, como las altas tasas de deforestación en Latinoamérica.

Fuente: <http://www.naturalezaycultura.org/spanish/htm/ecuador/ecuador.htm>

Actividad 4: Interpretando música con mis instrumentos

¿Sabías que...?

El contacto con la música te favorece en el desarrollo de tu cuerpo y mejora la capacidad de atención, la expresión corporal y la memoria. Además a todos nos gusta escucharla, sea del tipo que sea. Por esta razón vas a interpretar música con los instrumentos que creaste la semana anterior, con los cuales aprenderás a diferenciar sonidos y a hacer tus propios ritmos.

Para interpretar tu propia música con los instrumentos contruidos, debes escuchar con tu familia fragmentos de obras musicales de artistas ecuatorianos y comentarlas. Si tienes acceso a internet, escucha interpretaciones de músicos que utilicen instrumentos contruidos con objetos naturales o artificiales.

Después de escuchar y compartir con tu familia los fragmentos musicales, es hora de ponerse juntos en escena con todos los instrumentos creados, interpretando e improvisando tu música. Incluye una letra sobre los hábitos que debemos tener en familia para cuidar el medio ambiente.

Si te es posible, registra con una fotografía o video tu producción musical.

Topic 5: How can we save the world?

Objective: students will be able to write a short narrative.

You are an adventure traveler. You love extreme sports and you go **skydiving**, **canoeing**, **scuba diving** and **rock climbing** around Ecuador.



skydiving



canoeing



scuba diving



rock climbing

Pictures: Module 3 Ministerio de Educación (English_7_M3pdf) Page 3

Step 1: **choose** five activities. **Plan** one activity for each day. They can be performed in different places in Ecuador.

Step 2: **complete** the following chart with the information already asked.

| DAY | MONDAY | TUESDAY | WEDNESDAY | THURSDAY | FRIDAY |
|--------------------------------|--------|---------|-----------|----------|--------|
| Activity | | | | | |
| Place | | | | | |
| Transport to get to that place | | | | | |
| Lunch | | | | | |
| Tips for the day | | | | | |

Pictures: Module 3 Ministerio de Educación (English_7_M3pdf) Page 5

1. **Write** a short paragraph telling your teacher what you have organized to be an adventure traveler.

ACTIVIDADES SEMANA 4

En esta semana se trabajará con las asignaturas de **Lengua y Literatura, Matemática, Ciencias Naturales e Inglés.**

Tema: Buenos hábitos y actitudes en casa, escuela y comunidad

Actividad 1: Técnicas para planificar la escritura de un texto. Un folleto sobre formas de vida saludable

¿Sabías que...?

Para tener una vida saludable es necesario:

- Practicar deportes. Esto nos ayuda a sentirnos sanos, activos y previene contra las enfermedades.
- Alimentarse de forma equilibrada e incluir alimentos variados en nuestra dieta nos aporta la energía necesaria para poder realizar nuestras actividades y nos ayudan a desarrollarnos. ¡Estamos en crecimiento!
- ¡Divertirse, inventar y crear!, pues es importante entretenerse y pasarlo bien e intentar nuevas cosas, como por ejemplo una receta de cocina divertida.

Ahora vamos a utilizar un folleto para difundir información sobre hábitos saludables para que otras personas puedan beneficiarse. Un folleto es un texto impreso de corta extensión en el que se explica algo y generalmente se utiliza para comunicar datos dentro de una campaña informativa.

Sigue el siguiente proceso para crear el folleto:

1. Para planificar y organizar el trabajo, **responde** en tu cuaderno a las siguientes preguntas:

- ¿Qué actividades y hábitos me permiten tener una vida saludable?
- ¿Cuáles son las actividades adecuadas para mi edad?
- ¿Qué puedo escribir para motivar a las personas a cuidar de su salud?
- ¿A quién dirigiré la información? Escoge personas de tu entorno.

2. **Elabora** en una hoja reciclada el folleto, siguiendo los siguientes pasos:

- Dobla** la hoja por la mitad para que cuentes con cuatro caras para colocar la información.
- Escribe** el contenido de la primera pregunta en la primera cara e **ilústrala** con un dibujo o recorte.
- Escribe** el contenido de la segunda pregunta en la segunda cara e **ilústrala** con un dibujo o recorte.

d. **Escribe** el contenido de la tercera pregunta en la tercera cara e **ilústrala** con un dibujo o recorte.

e. Al final en la última cara, coloca esta frase e **ilústrala**: “La buena salud no es ausencia de enfermedad sino un estilo de vida y pensamiento sano.”

3. **Comparte** el folleto con las personas en quienes pensaste en la cuarta pregunta y **pide** su opinión.

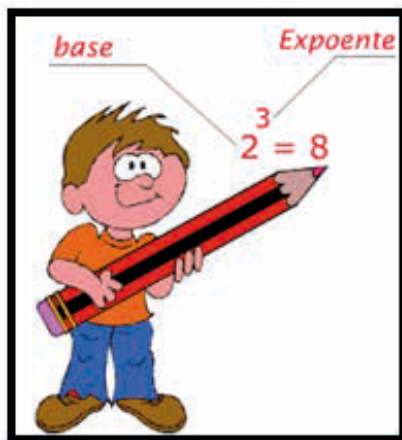
Actividad 2: Potenciación de números naturales

¿Sabías que...?

Una potencia es un producto de factores iguales y está formada por una base y un exponente.

¿Qué es la base? Es el número que se está multiplicando.

¿Qué es el exponente? Son las veces que se repite el número.



Fuente: <https://bit.ly/30SjyrW>

| | |
|---|--|
| <p>Potencia de exponente 0</p> <p>Todo número elevado a la potencia cero es igual a uno.</p> $a^0 = 1$ | <p>Potencia de exponente 1</p> <p>Todo número elevado a la potencia uno es igual a sí mismo.</p> $a^1 = a$ |
| <p>Potencia de exponente 2</p> <p>La potencia dos se lee “elevado al cuadrado”</p> $a^2 = a \times a$ | <p>Potencia de exponente 3</p> <p>La potencia tres se lee “elevado al cubo”</p> $a^3 = a \times a \times a$ |

Fuente: <https://bit.ly/3fZyGgi>

¿Cómo resuelves las potencias con fracciones? Elevando el numerador y el denominador al exponente indicado.

$$a. \left(\frac{5}{3}\right)^3 = \frac{5^3}{3^3} = \frac{125}{27} \quad b. \left(\frac{7}{17}\right)^0 = 1 \quad c. \left[\left(\frac{3}{2}\right)^3\right]^2 = \left(\frac{3}{2}\right)^6 = \frac{3^6}{2^6} = \frac{729}{64}$$

¿Cómo resuelves las potencias con decimales? Convirtiendo el decimal en una fracción.

$$(0,8)^2 = \left(\frac{8}{10}\right)^2 = \frac{8^2}{10^2} = \frac{64}{100} = \frac{16}{25}$$

También puedes resolver este tipo de ejercicios usando la potenciación.

$$4^3 + 8^0 + 3^2 + 5 = 64 + 1 + 9 + 5 = 79$$

1. **Realiza** en tu cuaderno el siguiente ejercicio:

- Escribe la siguiente expresión como potencia: $3 \times 3 \times 7 \times 7 \times 7 \times 5$.
- Es muy importante lavarse las manos con frecuencia porque las bacterias se multiplican con rapidez. Un tipo de bacteria duplica su número cada dos horas. Si originalmente había una bacteria, ¿cuántas bacterias habrá en dos días, tres días y cinco días?

2. **Reflexiona y contesta** de forma escrita en tu cuaderno:

- ¿Para qué sirve la potenciación en la vida cotidiana?
- ¿Cuál es tu compromiso para tener una excelente cultura de buenos hábitos?

Para ampliar este tema, puedes leer y resolver en tu cuaderno las actividades propuestas en el texto de Matemática de 70 EGB, páginas 17 y 21.

Actividad 3: Características y efectos de las catástrofes climáticas

Puedes preguntar a una persona adulta en casa: ¿Cuáles son las catástrofes climáticas que se han producido en el mundo últimamente?

¡Dato curioso! Se llama desastres naturales a los cambios repentinos y violentos del medio ambiente, causante de significativas pérdidas materiales y de vidas humanas y producto de accidentes ambientales que no son ocasionados directamente por la mano del hombre, tales como terremotos, tsunamis, vaguadas, etc. Los desastres naturales se clasifican de acuerdo con la forma de manifestación en la naturaleza. Existen desastres **meteorológicos o atmosféricos:** provocados por los fenómenos climáticos, atmosféricos o meteorológicos, por

ejemplo, los huracanes y las tormentas. Algunos desastres se han producido por la imprudencia, mala planificación o destrucción ambiental de las sociedades humanas.

Fuente:

<https://www.caracteristicas.co>

<https://www.significados.com>

1. **Responde** las siguientes preguntas:

- **Escribe** tres ideas que te hayan llamado la atención de la lectura sobre desastres naturales.

Topic 4: How do you practice ecotourism?

Objective: students will be able to reflect and think about ideas to protect the planet.

Ecotourism or Green Travel is a responsible way to travel taking care of nature. The idea is to leave little impact on the places you visit. Things you can do to practice ecotourism and be a greener traveler: you can say 'no' to **straws**, take a walk, use non-toxic **sunscreen** and 'travel slowly'. When you take a train and not a plane, you 'travel slow', and you reduce your **CO2 (carbon dioxide)** footprint.

Vocabulary

Straw: a thin tube, usually plastic, used to drink.

Sunscreen: a product used to protect your skin from sunburn.

CO2 footprint: the amount of carbon that you leave in the environment.



Pictures: Module 3 Ministerio de Educación (English_7_M3pdf) Page 10

1. **Complete** this comic strip. A comic strip is like a short story. Use your own ideas about the environment.

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN

COMPROMISOS

Define compromisos personales:

- Uso el agua con moderación cuando me baño, me lavo las manos o lavo los platos.
- Identifico las acciones de mi familia y entorno que causan daños en la naturaleza para evitar que las hagamos otra vez.
- Participo en actividades de cuidado ambiental con mi familia tales como clasificar la basura, evito desperdiciar el agua.
- Mantengo buenos hábitos y actitudes que ayudan a cuidar mi entorno.

En caso de contar con acceso a internet, establece horarios para usarlo. Si soy víctima de ataques en las redes, denuncio y bloqueo al agresor/a, y pido ayuda a una persona de confianza.

AUTOEVALUACIÓN / REFLEXIÓN

Responde cuadro de autoevaluación para tu caja portafolio.

| ¿Qué sabía? | ¿Cómo lo he aprendido? | ¿Qué sé ahora? |
|---|------------------------|----------------|
| | | |
| <p>Valoraciones: en las valoraciones colocarás aquello que lograste en esta semana tanto en aprendizajes como en hábitos, en tu actitud, etc.</p> | | |
| <p>Propuestas de mejora (las propuestas de mejora se hacen sobre aquello que sientes que aún te hace falta comprender y te propones un plan para mejorar):</p> | | |

DIARIO

Responde en tu diario personal las siguientes preguntas de reflexión. Puedes dibujar si así lo decides:

- ¿Qué acciones realizo en casa para cuidar el medioambiente?
- ¿Qué hábitos voy a cambiar después de haber estudiado este tema?
- ¿De qué manera el cuidado del ambiente ayuda al bienestar emocional y convivencia de las familias?

Actividades de recreación y buen uso del tiempo libre

A continuación, te proponemos actividades que puedes realizar en compañía de tu familia, en cualquier momento del día, de la semana o del mes.



¡Vamos a leer juntos!

Uranito en el planeta Tierra

Santiago Roncagliolo

Uranito era un niño extraterrestre que vivía en el planeta Berberecho, a miles y miles de años luz de la Tierra. Siempre se portaba muy mal. Se burlaba de los que eran distintos de él: de los berberechis moteados, de los juts de dos cabezas y de habitantes de otros planetas.

Sus padres estaban muy preocupados por su actitud. Un día le dijeron: "Te vamos a mandar una temporada a un planeta nuevo. Te hará bien, para que conozcas otros seres y aprendas a respetarlos".

Lo mandaron a la Tierra. Primero cayó muy al norte, en la capa de hielo que cubre la parte de arriba del planeta. Allí había otro niño como él, llamado Inu. Inu vestía una gruesa piel de oso para no tener frío. Para pasar desapercibido, Uranito se puso la piel de oso tuark del planeta Goblon.

Inu y Uranito jugaron con bolas y muñecos de nieve. Inu le enseñó cómo, para besar a su mamá, los esquimales se frotan las narices una con otra. Uranito aprendió muchas cosas con él y se divirtió. Pero tenía mucho frío. Pidió por radio: "¿No puedo ir a un lugar más caliente?"

Le dieron permiso y viajó al río Amazonas. Allí, los niños viven en cabañas suspendidas sobre el río, y saben usar el arco y la flecha. Uranito se llevó un susto. Uranito se hizo amigo de Martín, que era un aguaruna. Los niños del Amazonas viven rodeados de mascotas: tienen monos, peces, guacamayos, tapires, pollos.

Un día, Uranito descubrió que el esquimal Inu estaba con él. ¡Se había escondido en su nave antes de salir! Trató de llevarlo de vuelta a la nieve. Viajaron muchas horas. Al aterrizar, bajaron en un gran desierto. ¡Se había equivocado de ruta!

Allí conoció a Hassan. Hassan era un nómada. No vivía siempre en el mismo sitio. Viajaba por todas partes, como Uranito, pero sin equivocarse.

Hassan vivía en una tienda de tela que colocaba al llegar a cada sitio. Le ofreció comer una comida deliciosa con carne y queso de oveja. Uranito llamó a Inu

para comer. Pero de la nave salieron Inu y Martín. ¡Martín también estaba allí! Uranito pensó que ahora sí tendría un problema.

Corrió a la nave y voló hacia el Amazonas. Pero se equivocó otra vez y cayó en China. Allí conoció a Zhu Mei, una niña que vivía en un arrozal. Le preguntó: "¿Cómo llego al Amazonas, por favor?"

Zhu Mei se subió a la nave para guiarlo. Cayeron en Sudáfrica, donde subió un chico llamado Tutu; y luego, en Francia, otro llamado Jean. La verdad, la nave iba muy llena, pero era muy divertido.

Cuando volvió a su planeta con la nave llena, sus padres se sorprendieron. Le explicaron a Uranito que estos niños también tenían papás y debían estar con ellos. También debían asistir al colegio. Podrían seguir siendo amigos sin necesidad de vivir todos juntos.

Uranito entendió. Se puso triste por tener que dejarlos a todos, pero prometió volver a buscarlos. Se había dado cuenta de que los niños pueden verse distintos, pero en todo el universo son igual de divertidos y simpáticos.

Desde entonces, Uranito no molesta a nadie. Al contrario, para visitar a sus amigos, viaja a la Tierra siempre disfrazado de un niño diferente.

Fuente: Roncagliolo, S. (2003). La pelea de los números. Lima: Empresa Editorial El Comercio S.A.

Santiago Roncagliolo Lohmann. (1975). Escritor, dramaturgo, guionista, traductor y periodista peruano. Autor de una trilogía de novelas sobre el siglo XX latinoamericano.

Actividad: Uranito debe salvar los ecosistemas

Escribe una versión del cuento en la que Uranito debe volver a la tierra para salvar cada uno de los ecosistemas que visitó inicialmente. Piensa cómo hacer para que el hielo del Polo Norte no se derrita, qué hacer para proteger el Amazonas y todas las selvas de la deforestación y de la minería, cómo conservar las especies que habitan en los desiertos. Seguro que los amigos de Uranito le podrán ayudar a solucionar los problemas que tiene cada uno de sus ecosistemas.

- Encuentra esta lectura en el texto escolar de Ciencias Naturales de quinto de básica.



¡Divirtiéndonos con nuestros sentidos!

1. Frotagge

Objetivo: Crear diseños y dibujos a partir de la técnica artística del frotagge al descubrir diferentes texturas a nuestro alrededor.

Logros esperados:

Desarrollar habilidades de observación y motricidad.

- Comprender que es la técnica de frotagge al experimentar plasmando varias texturas.
- Despertar la creatividad al realizar distintas texturas, diseños y dibujos.

¿Sabías que...?

La técnica del frotagge consiste en frotar o pintar con un lápiz sobre una hoja de papel apoyada sobre algo que tenga relieve o una textura. Esta técnica es utilizada por artistas para atrapar imágenes o formas que les permitan expresarse.

Tiempo: 1 hora

Materiales

- Hojas de papel
- Lápiz o lápices de color

Descripción

1. Antes de comenzar a experimentar con esta técnica, observa a tu alrededor. Busca objetos o espacios que tengan relieve, que tengan una textura. Fíjate en el piso de tu cuarto, el de la cocina, las paredes, las monedas, etc.
2. Cuando hayas encontrado varias superficies u objetos con relieve, coloca la hoja de papel sobre esta superficie, con el lápiz comienza a frotar o pintar hasta que aparezca la textura. Si deseas puedes mover un poco el papel y puedes seguir pintando.
3. Repite esto en las superficies u objetos que te resulten interesantes, puedes hacerlo en la misma hoja de papel o en otra distinta.
4. Una opción divertida es extraer las texturas de las plantas sin dañarlas, para esto debes colocar la hoja de papel y frotar el lápiz sobre una hoja de árbol (la parte de atrás de la hoja), descubrirás que las hojas tienen diferentes texturas y puedes plasmarlas con la técnica del frotagge. Si no tienes al alcance una hoja de árbol, puedes hacerlo con una hoja de espinaca o acelga.
5. Otra idea es hacer lo mismo sobre monedas previamente desinfectadas,

puedes pedir a un adulto que te preste unas monedas limpias para descubrir qué es lo que pasa cuando realices el frotage.

6. Te invito a que observes todas las texturas que lograste descubrir y plasmes en una hoja de papel un dibujo que contenga las texturas que más te gustan. Es todo un reto, pero será muy divertido.

7. Puedes aplicar la técnica del collage para reunir todas tus imágenes y puedes crear una obra de arte como han hecho muchos artistas a nivel mundial, un ejemplo es Marx Ernst a quien se le atribuye la invención de esta técnica.

8. Comparte esta experiencia con tu familia, cuéntales cómo te sentiste al realizar esta actividad e invítalos a crear dibujos con esta técnica.

2. Pastelitos de espinaca

Objetivo: preparar una receta nutritiva para mantener nuestro cuerpo y mente sanos, a través del uso de la espinaca como ingrediente principal de la receta.

La espinaca es rica en vitamina A, B1, B2, C, K, calcio, fósforo, hierro, ácido fólico, magnesio, zinc y fibra, además contiene betacarotenos, que impiden el envejecimiento acelerado de nuestro cuerpo.

Algunos de los beneficios de consumir espinaca son los siguientes: ayuda en el tratamiento de las personas que padecen anemia por su gran aporte en hierro y vitamina C. Otro beneficio es que, al consumirla cruda o cocida, ayuda a disminuir el estreñimiento logrando regular el tránsito intestinal.

| Ingredientes | Implementos |
|---|--|
| 2 de tazas de avena 2 huevos 1 taza de leche 2 puñados de espinaca media cucharadita de polvo de hornear o royal sal al gusto (Puedes hacerlos dulces sin añadir sal y poniendo 2 cucharadas de azúcar.) | 1 cuchillo tabla de picar 1 recipiente licuadora 1 tenedor o batidor de mano para mezclar todos los ingredientes molde pequeño de pastel (Puedes usar las latas de atún bien lavadas y secas. Es importante que saques el papel que cubre a la lata.) |

Preparación

1. Lavarnos las manos con agua y jabón.
2. Coloca todos los ingredientes y los implementos necesarios sobre la mesa bien limpia.
3. Enciende el horno a 180 grados centígrados con ayuda de un adulto.
4. Lava hoja por hoja las espinacas y, con ayuda de un adulto, pica las hojas en tiritas delgadas.
5. Coloca la avena en la licuadora y tritura hasta que quede hecha polvo.

6. En el recipiente, coloca los huevos y bátelos con el tenedor. Coloca la espinaca, avena triturada, sal, leche y el polvo de hornear. Mezcla bien todos los ingredientes.
7. Engrasa y enharina el molde o moldes (pueden ser latas de atún bien lavadas).
8. Coloca la preparación en los moldes. Cubre con la masa solo hasta la mitad de la lata, porque el pastel crece hasta doblar su tamaño.
9. Coloca las latas con mucho cuidado en el horno por 25 minutos.
10. Puedes comprobar si están listos los pasteles al introducir un cuchillo en un pastel. Si el cuchillo sale limpio, los pasteles están listos. Caso contrario, coloca los pasteles de espinaca en el horno por 8 minutos más.
11. Desmolda los pastelitos en un plato.
12. Finalmente, comparte con toda tu familia. Cuéntales cómo preparaste esta receta nutritiva y deliciosa.

Nuestra apreciación del trabajo que realizamos

| Reflexiones | Sí, lo hago muy bien | Sí, pero puedo mejorarlo | Lo hago con dificultad | Necesito ayuda para hacerlo |
|--|----------------------|--------------------------|------------------------|-----------------------------|
| ¿Entiendo lo que es el frotage? | | | | |
| ¿Puedo realizar la técnica del frotage? | | | | |
| ¿Puedo crear dibujos a partir de las imágenes recopiladas? | | | | |
| ¿Comprendes por qué es importante comer vegetales? | | | | |
| ¿Puedo mezclar, picar y colocar en los moldes la receta? | | | | |
| ¿Comparto con mi familia los beneficios de la espinaca? | | | | |

PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura



Objetivos de
Desarrollo
Sostenible

Oficina en Quito
Representación para Bolivia,
Colombia, Ecuador y Venezuela



**DISTRIBUCIÓN GRATUITA
PROHIBIDA SU VENTA**

 @MinisterioEducacionEcuador

 @Educacion_EC

 /MinEducacionEcuador

 /EducacionEcuador

www.educacion.gob.ec ● 1800-EDUCACIÓN (338222)

Dirección: Av. Amazonas N34-451 y Av. Atahualpa ● Código postal: 170507/Quito-Ecuador ● Teléfono: 593-2-396-1300