

actividades

1. Según su opinión, ¿Cómo ha evolucionado el pueblo venezolano?

2. Haga una lista de los hechos más importantes de la historia venezolana y coméntelos.

3. Cuáles son los problemas que aquejan a la sociedad venezolana actualmente.

4. ¿Por qué es importante conocer la historia local, regional y nacional de Venezuela?

5. Muestra caligráfica.

Hágala en su cuaderno. Use bolígrafo

Nosotros trazamos el camino



Educación de Jóvenes y Adultos por Radio

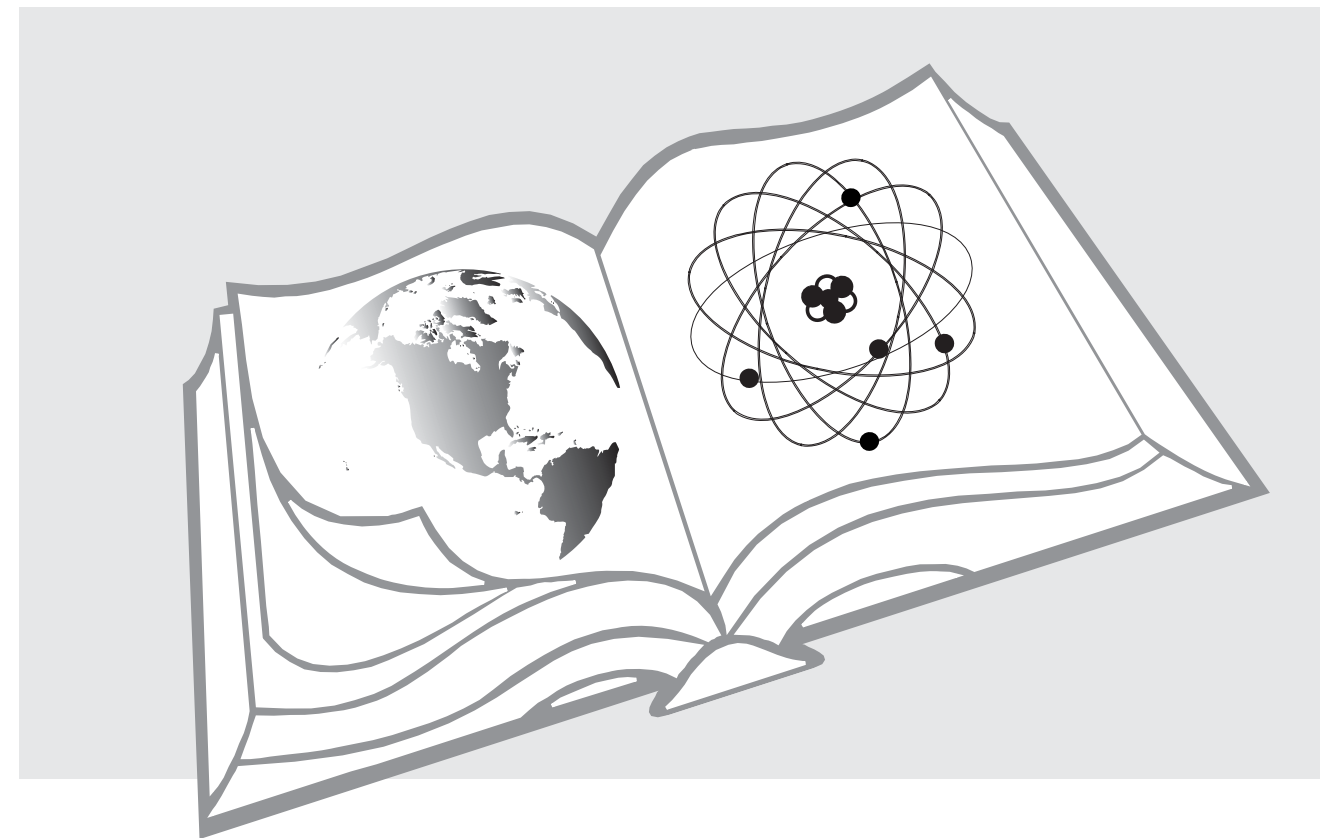
INSTITUTO RADIOFÓNICO FE Y ALEGRÍA - VENEZUELA

Inscrito y Subvencionado por el M.E.C.D.

E.B.A. I: Educación
Básica de
Adultos.

FORMACIÓN SOCIOCULTURAL

4° SEMESTRE



PARTICIPANTE: _____

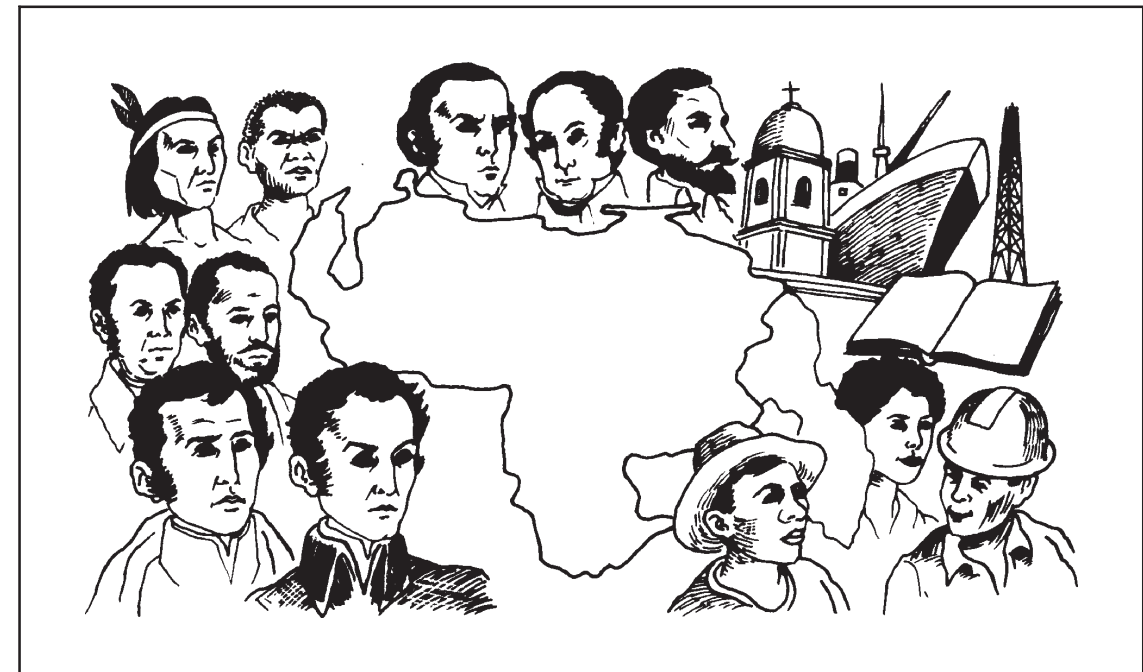
PRODUCIDO, EDITADO Y DISTRIBUIDO POR I.R.F.A. NACIONAL
Calle 3 B, Edificio Fe y Alegría, C2.07, Piso 2.
La Urbina, Caracas 1073 DC, Venezuela.

ÍNDICE

	Pág
Ciencias Sociales	3
Ciencias Naturales y Salud	5
Los Alimentos	7
La Conservación de los Alimentos (Lectura)	9
Inicio de la Digestión	11
La Salud Bucal (Lectura)	13
La Digestión	15
Cuidado de la Digestión	17
La Respiración en las Plantas	19
La Alimentación en las Plantas	21
La Respiración	23
Medicina Preventiva y Comunitaria (Lectura)	25
Representación Geográficas	27
Regiones de Venezuela	29
Venezuela en América	31
Elemento del Paisaje	33
Los Primeros Pobladores de Venezuela	35
El proceso de Colonización y Conquista de Venezuela (Lectura)	37
La sociedad Venezolana durante la Colonia	39
El Gobierno Colonial en Venezuela (Lectura)	41
Economía Venezolana durante la Colonia	42
Movimientos Pre-independentistas	43
Proceso de Independencia (Lectura)	45
Consecuencias de la Guerra de Independencia	46
Pasado y Futuro de Venezuela	47

PASADO Y FUTURO DE VENEZUELA

Observe las siguientes imágenes:



Venezuela posee un pasado histórico complejo, ha evolucionado y ha superado etapas difíciles para convertirse en la nación que es hoy.

La acción de los habitantes de nuestro país en el pasado, determina el curso de la Venezuela de hoy. Y nosotros trazamos el camino del país del futuro. Por eso es importante conocer a plenitud nuestra historia, ya que así conocemos mejor nuestra actualidad y trataremos de no cometer los mismos errores del pasado.

- La sociedad venezolana ha superado etapas y se ha transformado considerablemente como consecuencia de la economía, la política y la cultura.
- Las condiciones sociales del pueblo han variado y deben seguir evolucionando, para ser cada día más justa.
- Debemos crear y disfrutar de una cultura que realmente dignifique a la persona y sea acorde con nuestra realidad.

CONSECUENCIAS DE LA GUERRA DE INDEPENDENCIAS

A raíz de que la Junta Suprema asumió el gobierno de la Capitanía General de Venezuela, surgieron una serie de dificultades, como por ejemplo:

- El bloqueo de las costas venezolanas, que interrumpió el comercio exterior.
- El descontento por la situación económica y política ocasionó que se produjeran varios motines en contra de los patriotas.
- Inflación.
- Escasez de alimentos.
- Venezuela, para ésta época, quedó prácticamente en ruinas, despoblada y diezmada por las epidemias.

La inestabilidad origina que en este período se logre y se pierda la República dos veces consecutivas.

Sin embargo, durante la guerra de la independencia, la sociedad venezolana continuaba sumamente dividida. Los blancos criollos eran los dueños de las tierras y riquezas. Como eran los únicos que tuvieron acceso a la educación, eran los más preparados y por lo tanto dirigieron el movimiento independentistas.

El resto de la población, como los blancos de orilla, los pardos, indígenas y esclavos, continuaron igual que en las etapas anteriores, aunque tuvieron mucha participación como soldados en la guerra.

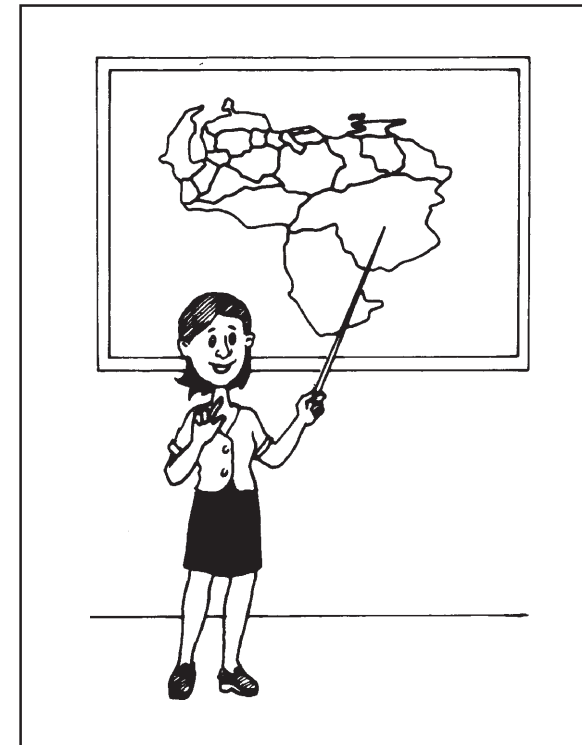
actividades

Responda en su cuaderno.

1. ¿Cuáles fueron los países que se liberaron bajo el apoyo de Simón Bolívar?
2. ¿Por qué es importante la integración de toda la población?

CIENCIAS SOCIALES

Analicemos estas imágenes:



El estudio de la Geografía y de la Historia nos ayuda a:

- La ubicación de lugares.
- Tener conocimiento sobre los recursos naturales de Venezuela.
- Conocer sobre nuestro pasado nacional para poder entender nuestro presente y futuro.
- _____,

actividades

1. ¿Para qué nos sirve la Geografía y la Historia?

2. ¿Ha habido algún problema ambiental en tu comunidad?

3. ¿Cuáles son los sucesos más importantes para el país que han ocurrido en los últimos diez años que Ud. puede recordar?

4. MUESTRA CALIGRÁFICA.

Hágala en su cuaderno. Use bolígrafo

El estudio no permite comprender el mundo

PROCESO DE INDEPENDENCIA



El 19 de abril de 1.810, en Venezuela se dio el primer paso para su independencia.

Para defender los Derechos del rey Fernando VII, se creó una Junta, formada por blancos criollos; pero el pueblo, que no ha participado, no entiende lo que sucede.

Fue un momento propicio para los planes independentistas ya que España se encontraba en una gran crisis política, estar invadida por Francia.

A todo esto se une el ejemplo que dieron: **la Independencia de los Estados Unidos y la Revolución Francesa.**

El 5 de julio de 1.811 se declara la independencia definitiva gracias a la presión de la sociedad Patriótica en el Congreso.

El 21 de diciembre de ese mismo año Venezuela cuenta con su primera Constitución; pero sólo durante unos meses, ya que el ejército realista, una y otra vez volvía a someter a los insurgentes.

1.813: Se instaura la Segunda República y aparece Simón Bolívar como líder de la Guerra de Independencia.

1.814: Cae de nuevo la República. El Libertador escribe su célebre Carta de Jamaica, donde solicita ayuda extranjera.

El 24 de junio de 1.821 se libra la Batalla de Carabobo que permite la independencia definitiva de Venezuela del dominio colonial. Luego de 11 años de luchas. Sin embargo los realistas se refugian en Maracaibo, donde se libró, el 3 de agosto de 1.823, la famosa **Batalla Naval.**

Se destacaron en este período: Simón Bolívar, José Antonio Páez, Antonio José de Sucre, Rafael Urdaneta, Santiago Mariño entre otros.

actividades

Responda en su cuaderno.

1. Nombre algunas batallas importantes para la independencia.
2. Escriba el nombre de otros próceres de la independencia de Venezuela.

MOVIMIENTO PRE-INDEPENDENTISTAS

CONTINUACIÓN



Francisco de Miranda:

Fue el primero en pensar sistemáticamente en la independencia de Venezuela. Por eso es llamado el **Precursor de la Independencia** y de la unificación de los países hispánicos.

Francisco de Miranda buscó ayuda en Inglaterra y realizó algunas expediciones; pero éstas fracasaron, ya que los españoles conocían sus intenciones.

actividades

1. ¿Cuáles fueron los motivos de las rebeliones e insurrecciones del pueblo?

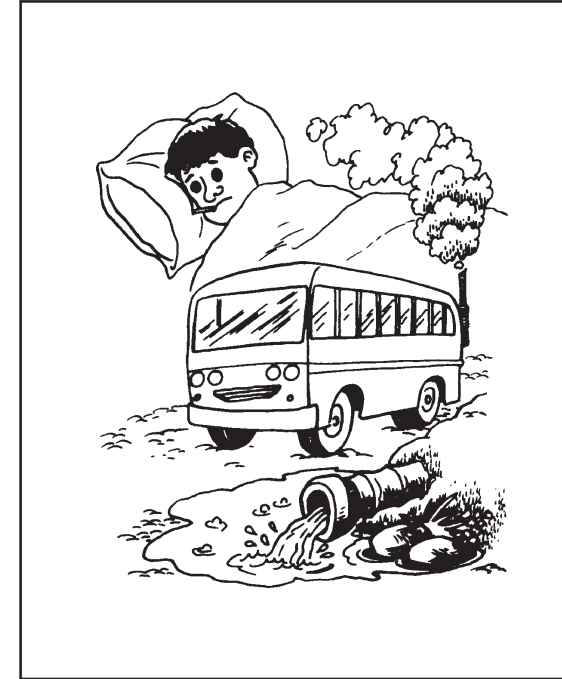
2. Interpreta y comenta la siguiente opinión de Alberto Arias Amaro:

«El fracaso de Miranda revela su error en creer que se podía alcanzar la independencia con la sola ayuda extranjera, sin tomar en cuenta al propio pueblo».

3. ¿Existen grupos radicales que manifiestan en contra del sistema oficial actual?, ¿Por qué?

CIENCIAS NATURALES Y SALUD

Observe y compare las siguientes imágenes:



La salud mental y física es afectada diariamente por los problemas que suceden en nuestra comunidad.

Entre los principales factores que influyen en la salud, podemos mencionar los siguientes:

- El ambiente.
- La sociedad.
- Problemas físicos personales.
- Factores hereditarios.
- Epidemias.

actividades

Discutamos las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es la «salud mental»?

2. ¿Qué debemos hacer para mantener en buenas condiciones nuestra salud mental?

3. ¿Qué actividades podemos realizar para mantener la salud física?

4. ¿Cuáles son los problemas de salud que afectan a su comunidad?

5. ¿Cómo se encuentran los servicios públicos de salud en su comunidad?

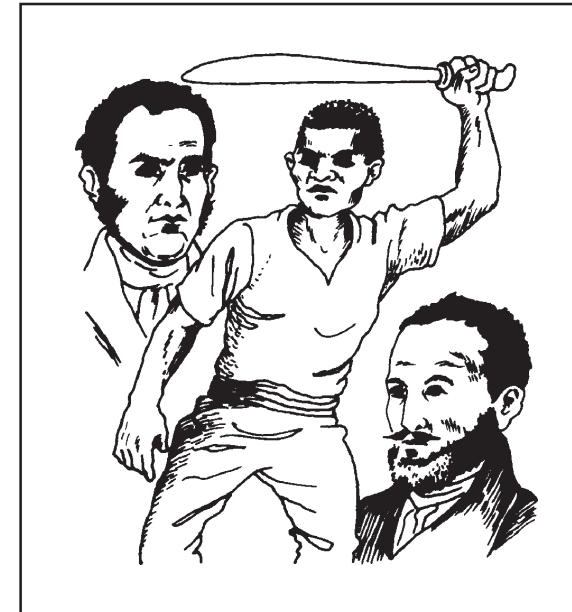
6. MUESTRA CALIGRÁFICA

Hágala en su cuaderno. Use bolígrafo.

La higiene es esencial para la salud

MOVIMIENTOS PRE-INDEPENDENTISTAS

Analicemos esta imagen:



A mediados del siglo XVIII en Venezuela y América surgieron movimientos iniciales para alcanzar la independencia de España recibiendo el nombre de movimientos **preindependentistas**.

Las razones de estos movimientos fueron:

- Las carencias y limitaciones que padeció la sociedad colonial.
- El monopolio comercial de España.
- Deseo de lograr la libertad de comercio.
- Mejorar las condiciones de trabajo.
- Lograr la libertad para los esclavos.

Entre los diversos movimientos se destacan los siguientes:

1. **La insurrección de José Leonardo Chirinos:** Coro, 1.795:

- La apoyaron: esclavos, negros libres e indígenas.
- Querían abolir la esclavitud, suprimir impuestos y establecer su propio gobierno.
- El movimiento no prosperó, ya que tuvo un carácter local y no hubo una buena organización.

2. La conspiración de **Manuel Gual** y **José María España:** Se caracterizó por intentar:

- Destituir a las autoridades españolas y formar un estado independiente.
- Abolir la esclavitud y el monopolio comercial.
- Establecer la igualdad entre las clases sociales, proclamando la igualdad, la libertad, propiedad y seguridad.

Ésto garantizó el apoyo de criollos, pardos, negros y algunos españoles.

Pero a la nobleza criolla no le convenía la igualdad y ofrecieron su apoyo al rey, acabando con este movimiento.

ECONOMÍA VENEZOLANA DURANTE LA COLONIA

Las actividades económicas durante la conquista y la colonización fundamentales fueron: La recolección de perlas (en Cubagua), la búsqueda y explotación de oro al norte del país y la sal. Sin embargo, las perlas se agotaron rápidamente y en consecuencia los colonizadores tuvieron que dedicarse a las actividades agrícolas.

En 1.777 el gobierno Español crea en nuestro territorio la Capitanía General de Venezuela y otras instituciones que tenían como finalidad el control de las actividades económicas en las colonias americanas.

Entre las características más importantes de la economía de este período, resaltan:

- La propiedad privada de la tierra.
- La esclavitud, que constituía la principal «mano de obra».
- La institución más relevante, fue la **Compañía Guipuzcoana**, creada para **monopolizar** el comercio.

Una de las normas fue la prohibición que tenían las colonias de comerciar unas con otras. Se añadió también la creación de excesivos impuestos.

Todo esto originó una serie de dificultades y el surgimiento de la piratería y el contrabando.

actividades

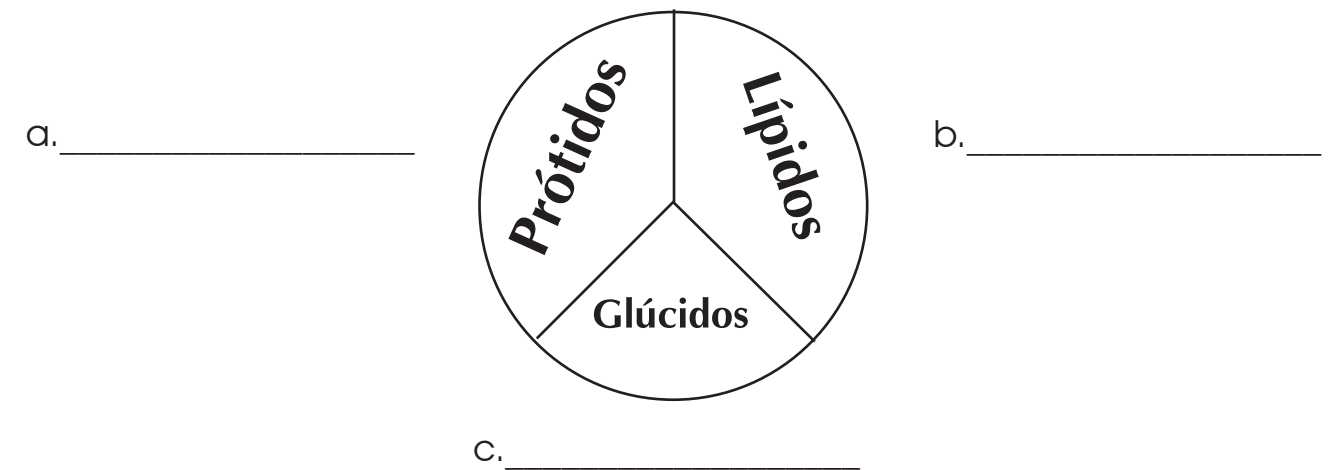
Responda en su cuaderno.

- Investigue: ¿Cuál era la función de las Instituciones económicas de la Colonia?
- Mencione las consecuencias del monopolio comercial español.
- ¿Por qué existe el contrabando en nuestro país? ¿Qué es lo que más se trafica ilícitamente?

LOS ALIMENTOS

Los alimentos son sustancias nutritivas necesarias para la formación y conservación de nuestro organismo.

Los alimentos según su origen se pueden clasificar en:



Precauciones

- El agua: debe estar limpia, debemos hervirla y añadir dos gotas de cloro comercial, para evitar el dengue, _____ entre otros problemas.
- Alimentos y medicinas: observen su fecha de elaboración y vencimiento.
- Evite comprar productos cuyo envase este abollado, inflado, abierto, roto u oxidado.
- Aspecto de los alimentos: buen olor, color, sabor, su grado de acidez y su textura al masticarlo.

En caso de la menor duda acerca del estado del alimento, hay que desecharlo enseguida (Es mejor perder algo de dinero que correr el riesgo de una grave intoxicación).

actividades

1. ¿Qué ventajas tiene el comprar alimentos en abastos y supermercados?»?

2. ¿Qué opina de la higiene de los alimentos que se consumen en la calle?

3. ¿Qué seguridad tienen los alimentos caseros que se venden en sitios públicos o en la calle?

4. ¿Qué debemos hacer cuando compramos alimentos y luego nos damos cuenta de que están descompuestos?

5. ¿Es bueno comer chuchería: chupetas, galletas, refrescos, etc.?, ¿Por qué?

EL GOBIERNO COLONIAL EN VENEZUELA

LECTURA COMPLEMENTARIA

Durante este proceso, las principales formas de gobierno de nuestra región fueron:

1. **Las Capitulaciones:** eran contratos legales suscritos entre el rey y el jefe de las expediciones, por medio de las cuales se otorgaba el derecho a ejercer el cargo de gobernador y administrador al capitán de la expedición de las tierras conquistadas.
2. Existieron leyes emitidas por el Papa, llamadas Bulas, así como las **Leyes de Indias** promulgadas por los Reyes de España.
3. **Las Misiones Religiosas** tenían el deber de evangelizar y culturizar a los indígenas según la época.

Los primeros gobernantes que tuvo nuestro territorio fueron los adelantados, los cuales eran nombrados en las capitulaciones que firmaban los reyes y los jefes de las expediciones.

En 1.777 se crea la Capitanía General de Venezuela, institución política y militar que agrupa por primera vez en un poder político único las provincias de nuestro territorio.

Los Cabildos que eran las únicas instituciones en donde podían ejercer los criollos, pero con un menor rango y poder político. Estos Cabildos permitían atender problemas comunitarios inmediatos.

actividades

Responda en su cuaderno:

1. ¿Qué institución en el presente ejerce las funciones del Cabildo?
2. Investigue: ¿Cuáles eran las atribuciones del Cabildo?
3. ¿Cuáles eran los instrumentos políticos o legales a través de los cuales se organizó la colonización?

actividades

1. ¿Cuáles son las diferencias entre la sociedad durante la colonia y la sociedad actual?

2. ¿Qué significa racismo?

3. ¿Qué opina del racismo?

4. ¿Qué grupos extranjeros han venido a vivir a Venezuela?

5. ¿Qué opina acerca de ello?

LA CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

Los precios están cada día más altos y es necesario saber cuales alimentos vamos a comprar en cantidad para su mejor aprovechamiento.

Por eso, hacer una lista de lo que vamos a comprar nos permite comparar precios.

Ahorrar y aprovechar las ofertas de algunos productos.

Veamos las siguientes recomendaciones para conservar los alimentos:

- a) Para conservar mejor los alimentos hay que lavarlos.
- b) El ajo y la cebolla deben mantener la concha seca y limpia.
- c) Las verduras y vegetales, al seleccionarlos, debemos ver que no tengan manchas oscuras.
- d) Para guardar el azúcar, la harina, y la sal podemos emplear bolsas, colocarlas en envases de vidrio o plástico bien cerrados.
- e) Los quesos se deben colocar en envases cerrados, así mantienen mejor el grado de humedad requerido para su buena conservación.
- f) Los alimentos de origen animal, como las carnes, son fáciles de infectarse de gérmenes si se mantienen a una temperatura ambiente. Por eso es importante refrigerarlos rápidamente.
- g) La «deseccación» es extraer de la fruta y otros alimentos la humedad y queda sólo la parte carnosa o fibrosa, por ello las ciruelas pasas y los orejones de distintas frutas se conservan por más tiempo.
- h) La «salazón» o salmuera para pescado y carnes es otra técnica de conservación, ya que se le añade sal durante cierto tiempo para mantener su integridad.
- i) Algunas legumbres se pueden encurtir, para ello se sumergen en aceite y vinagre durante algún tiempo, de este modo pueden durar más.
- j) Las frutas pueden prepararse en almíbar.

actividades

1. ¿Que alimentos no debemos comprar en grandes cantidades?

2. Si alguien le regala: 13 kilos de tomate y 7 lechozas verdes, que haría para aprovecharlos, (sin tomar en cuenta la opción de venderlos):

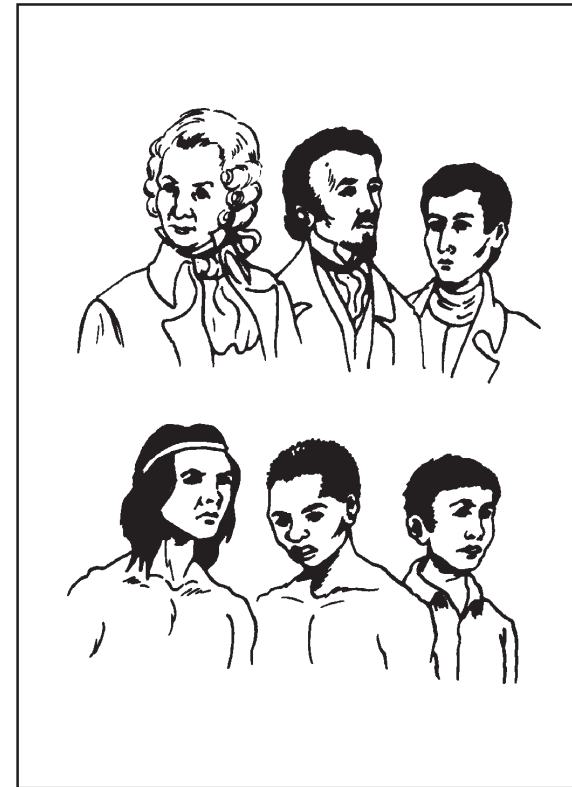
3. ¿Qué normas higiénicas se deben cumplir para conservar los alimentos?

4. ¿Cómo podemos saber si la leche (líquida) no se puede consumir?

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

LA SOCIEDAD VENEZOLANA DURANTE LA COLONIA

Analicemos la siguiente imagen:



Nuestra población colonial fue el resultado principal de la mezcla de los indígenas con los europeos y africanos.

Esto se denominó mestizaje.

Las clases sociales eran:

a) Blancos:

a.1) Blancos peninsulares:

Provenientes de España. Ejercían los cargos públicos de importancia.

a.2) Blancos de orilla:

De origen popular español.

a.3) Blancos criollos:

Nacidos en Venezuela, descendientes de los conquistadores. Son los grandes propietarios de tierras y esclavos.

b) Indígenas: Sólo prestaban sus servicios personales; muchos se fueron hacia sitios selváticos apartados.

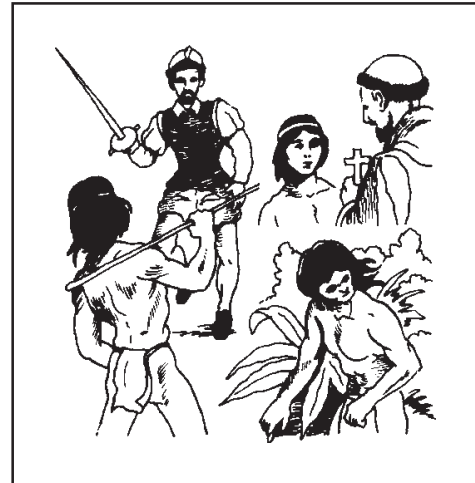
c) Negros: Traídos de Africa, en calidad de esclavos. No eran considerados personas con derechos.

d) Pardos: Son el producto de la mezcla entre europeos, africanos e indígenas. No tenían derechos ni influencia política, entre sus variantes estaban:

Mestizos
Zambos
Mulatos
Cuarterones

} Cada uno de estos grupos, ejercían un trabajo específico según su condición social.

EL PROCESO DE COLONIZACIÓN Y CONQUISTA DE VENEZUELA CONTINUACIÓN



El proceso de Conquista de nuestras tierra fue largo y cruento debido a la dispersión y resistencia de los indígenas nativos. De allí que se dividieron en:

- Los que morían en las luchas contra los colonizadores.
- Los que eran sometidos al régimen evangelizador.
- Los que huían a los lugares más apartados del territorio para evitar su sometimiento.

actividades

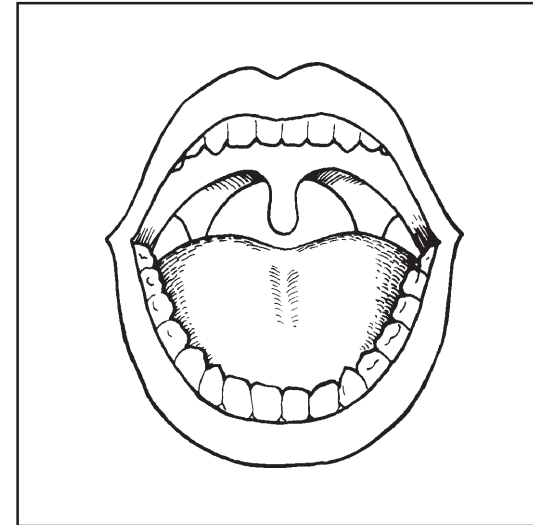
1. Menciones 5 de las ciudades más antiguas y existentes de Venezuela y mencione sus fundadores:

2. ¿Quiénes eran los Welser y cuál era su función en las Colonias Americanas?

3. ¿Actualmente cómo se fundan las ciudades? ¿Están suficientemente pobladas nuestras zonas fronterizas?

INICIO DE LA DIGESTIÓN

Analícemos esta imagen:



La boca en los seres humanos está formada, principalmente, por:

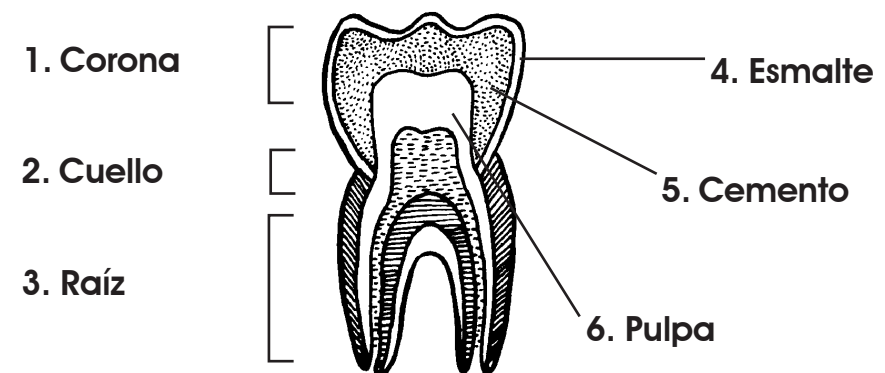
1. **La lengua:** es un músculo cubierto de papilas gustativas y de mucosas que permiten captar el sabor y la temperatura de los alimentos.

2. **Los dientes:** son los órganos de la masticación. Con ellos podemos rasgar, cortar y triturar los alimentos.

Una persona adulta, debería tener _____ dientes.

Con una buena masticación, se facilita la digestión.

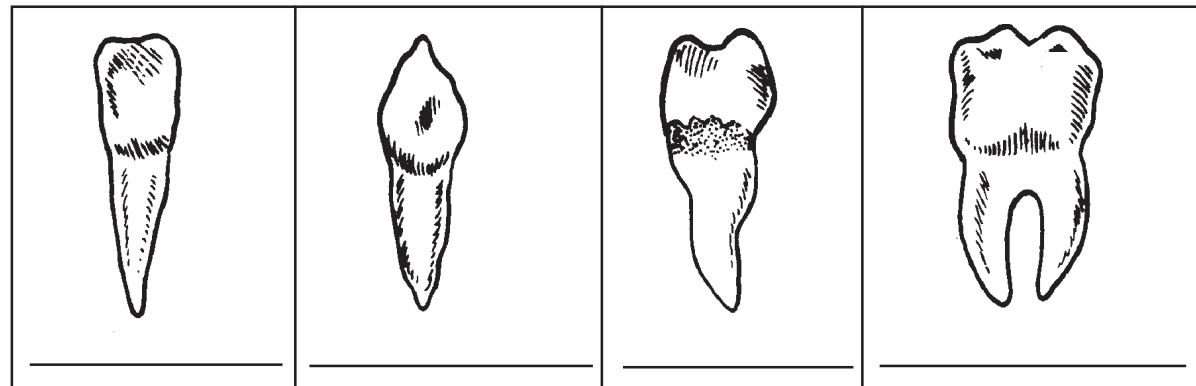
ESTRUCTURA DE LOS DIENTES



actividades

1. ¿Qué son los dientes de "leche"? ¿Cuándo deben empezar a crecer?

2. Los cuatro tipos de dientes humanos son: (Escriba el nombre de cada uno)



3. ¿Por qué es importante una buena masticación para la digestión?

4. ¿Por qué hay personas que no tienen los dientes completos?, ¿Qué soluciones existen?

EL PROCESO DE COLONIZACIÓN Y CONQUISTA DE VENEZUELA

Analicemos la siguiente imagen:



El 12 de octubre de 1.942 Cristóbal Colón pisó tierra americana y en su tercer viaje llegó a las costas venezolanas.

Al saber que América era una tierra muy bella y rica, los Reyes de España autorizaron nuevas expediciones hacia América con el fin de adueñarse del territorio, dominar a sus habitantes y explotar sus riquezas como las perlas, el oro y la plata.

Todo ese proceso recibe el nombre de conquista.

Poco a poco se fueron fundando ciudades como:

- Nueva Cádiz.
- Caracas.
- Coro.
- Maracaibo.
- El Tocuyo.

LOS WELSER

En aquella época, en 1.528, España tuvo que «alquilar» prácticamente nuestro territorio a unos banqueros alemanes llamados Welser.

- Debían gobernar, poblar y explotar nuestro territorio, casi sin pagar impuestos, durante 18 años.
- Sólo se interesaron en conseguir oro, olvidando por completo los propósitos de colonización.
- No fundaron pueblos, ni explotaron minas.
- Esclavizaron indígenas y explotaron comercialmente a los propios españoles, a quienes le vendían artículos importados a muy altos precios.
- Trataron de evadir los impuestos, provocaron quejas y denuncias. Finalmente las autoridades españolas solicitaron su retiro del territorio.

LOS PRIMEROS POBLADORES DE VENEZUELA

CONTINUACIÓN

2. También pueden agruparse según **grupos étnicos**:

Los Caribes eran belicosos y fueron muy comunes los **enfrentamientos** con otras comunidades, como los **Arawacos**.

Mientras que los **Timotos Cuicas** eran pacíficos, por su ubicación aislada en los Andes.

3. **La Organización**:

- Las comunidades eran relativamente independientes unas de otras.
- No se conocía, entre ellos, la propiedad privada y sus relaciones de producción estaban basadas en la propiedad comunitaria.
- El cacique era el gobernante, el jefe y el administrador de los bienes.
- El piache era el médico y sacerdote.
- Había esclavos, los cuales eran los **prisioneros** de guerra de otras comunidades indígenas.

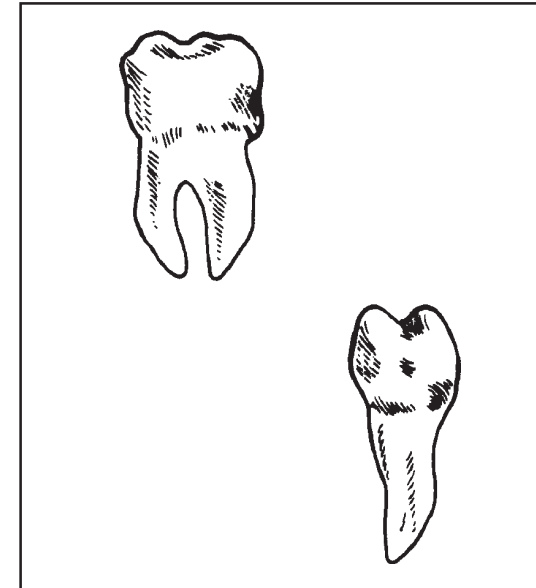
actividades

Responda en su cuaderno:

1. Tomando en cuenta un mapa, indique los Estados en que estaban ubicados esas comunidades indígenas.
2. Escribe el nombre de algunos caciques históricos.
3. Describa la situación actual de los indígenas en Venezuela.
4. ¿Qué debería hacer el gobierno respecto a las comunidades indígenas venezolanas?, ¿Por qué?

LA SALUD BUCAL

LECTURA COMPLEMENTARIA



La dentadura humana requiere atención especial sobre todo ante los siguientes trastornos:

1. **Caries**: es la destrucción o desmineralización de los tejidos del diente (esmalte y marfil).

2. **El Sarro**: se forma en la base de los dientes, pueden ocasionar infecciones en las encías. Forman un depósito duro y amarillento entre los dientes.

3. **Malformaciones dentales**: algunas personas tienen los dientes "hacia fuera", o espacios entre los dientes o dientes que crecen en ángulos extraños dificultando la masticación.

4. **Mal aliento** o halitosis: puede ser por: los dientes cariados, la putrefacción de comida entre los dientes, encías infectadas, al fumar, al alcohol, resfriado, amigdalitis, indigestión, etc.

Algunas **recomendaciones** para el cuidado de la salud bucal son las siguientes:

- a) Cepillarse los dientes correctamente después de cada comida.
- b) Usar hilo dental para eliminar los residuos después de cada comida.
- c) No morder, sujetar, ni cortar objetos extraños con los dientes.
- d) Consultar al odontólogo como mínimo dos veces al año.

actividades

1. ¿Qué es la caries?

2. Nombra algunas posibles causas del mal aliento o halitosis:

3. ¿Por qué es importante mantener la salud bucal?

4. Describa cómo debe realizarse el cepillado de los dientes:

5. Nombra otras recomendaciones para mantener la salud bucal:

LOS PRIMEROS POBLADORES DE VENEZUELA

Analicemos las siguientes imágenes:



1. **Los indígenas** fueron los primeros habitantes de nuestro país.

Inicialmente podemos **clasificarlos** en dos grupos según su sistema de subsistencia:

a) Nómadas:

• Recolectores:

Recogían frutos, raíces, etc. Cuando se agotaba la zona, la comunidad se mudaba completa a donde hubiese frutos suficientes para cierta temporada.

b) Sedentarios:

Eran agricultores que practicaban el cultivo de la tierra y la cría de algunos animales, se agrupaban en aldeas, las **viviendas** eran de diversos tipos, tales como: chozas, casas de piedras o palafitos sobre ríos y lagos.

• Cazadores y pescadores:

Pescaban y cazaban animales para obtener alimento. Ubicación: en las playas de las costas y en las riberas de los ríos.

actividades

1. Describa el paisaje cultural de su comunidad:

2. Describa el paisaje natural de su comunidad:

3. ¿Qué consecuencias ha traído para su comunidad la destrucción del paisaje natural?

4. Consulte en el diccionario el significado de «contaminación» y escríbalo:

LA DIGESTIÓN

Analicemos la siguiente imagen:

La digestión es el proceso por el cual los alimentos se transforman en sustancias pequeñísimas capaces de ser asimiladas por el organismo.

Las sustancias pasan a la sangre para ser distribuidas por todo el organismo.

El Proceso Digestivo.

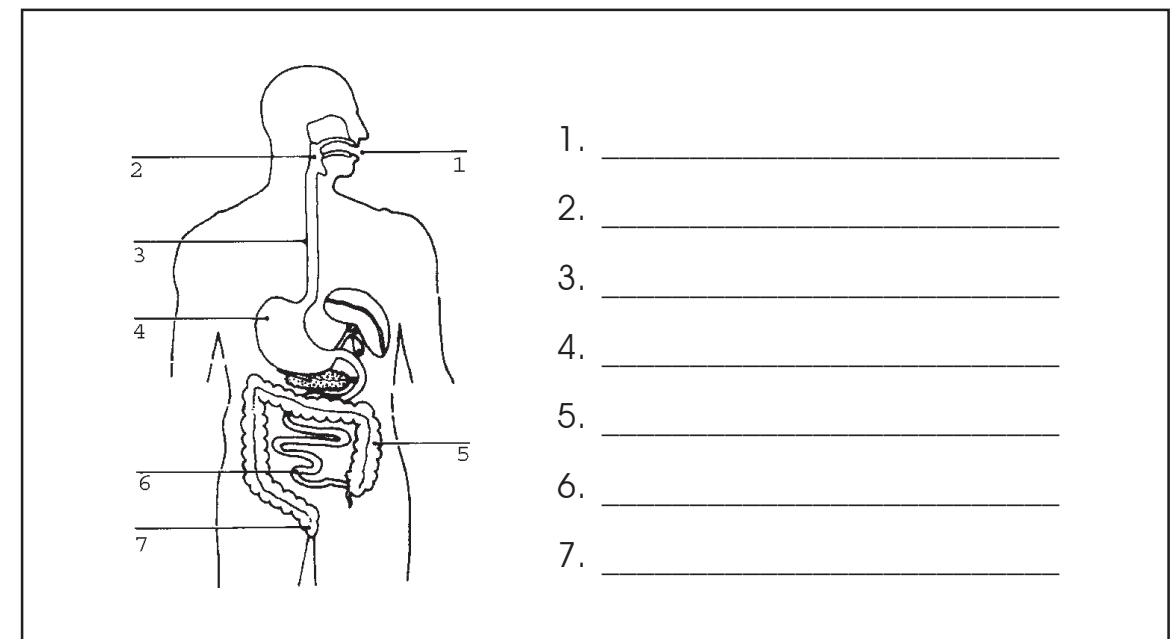
En cuanto el alimento llega a la **boca (1)** comienza su transformación.

Los alimentos ya triturados por acción de la saliva, forman un **bolo alimenticio**.

El bolo pasa a la **faringe (2)** va luego por el **esófago (3)** llega al **estómago (4)**, allí los alimentos son desintegrados por la acción de los jugos gástricos.

Luego pasan al **intestino delgado (5)** donde se absorben las sustancias nutritivas y luego al **intestino grueso (6)** en el cual se absorbe el agua y las restantes sustancias nutritivas.

Las sustancias no digeridas llegan al **recto (7)** y son expulsadas al exterior del cuerpo.



actividades

1. ¿Qué es la digestión?

2. ¿Cuál es la importancia de la digestión?

3. Señale la función de cada uno de los órganos que intervienen en la digestión:

- a. Boca _____
- b. Faringe _____
- c. Esófago _____
- e. Estómago _____
- f. Intestino delgado _____
- g. Intestino grueso _____
- h. Recto _____

4. Escriba el nombre de cuatro alimentos de fácil digestión para el ser humano.

- _____
- _____
- _____
- _____

ELEMENTOS DEL PAISAJE

Analícemos esta imagen:



La naturaleza nos brinda los recursos y medios necesarios para poder vivir. En ella podemos observar diversos paisajes constituidos por: montañas, valles, llanura, ríos, entre otros.

Podemos distinguir claramente dos tipos de paisajes:

- a) **Paisaje Natural:** Formado por los elementos que no han sido hechos por el ser humano y que tampoco han sido modificados por él. Ejemplo: los suelos, la flora, entre otros.
- b) **Paisaje Cultural:** Es el conjunto de elementos que el ser humano ha creado para satisfacer sus necesidades transformando el ambiente. Ejemplo: la construcción de ciudades, carreteras, _____ y otros elementos convenientes para vivir mejor.

Tipos de paisaje cultural:

Comunidades urbanas: Las grandes ciudades ... y

Comunidades rurales: Se realizan actividades agropecuarias o mineras.

¡ADVERTENCIAS!

Es indispensable aprovechar todos los recursos naturales tratando de explotarlos y conservarlos racionalmente.

De la adecuada utilización de estos recursos depende, no sólo nuestra calidad de vida actual sino también la vida futura en el planeta.

VENEZUELA EN EL MUNDO

LECTURA COMPLEMENTARIA

Analicemos el siguiente mapa:



Venezuela está en el **Continente Americano**, al norte de la **América del Sur**.

Astronómicamente Venezuela está situada en la **zona intertropical**, al **norte del Ecuador**.

Esta ubicación trae una serie de consecuencias naturales como son:

- Los días y noches tienen casi igual duración a lo largo del año, los rayos solares y el calor son también casi iguales todo el año.
- El clima y sus variaciones depende de la altura y su variedad. Las temperaturas máximas y mínimas en cada sitio, apenas varían a lo largo del año.
- Hay dos estaciones: una lluviosa, que llamamos «invierno», desde aproximadamente mayo hasta noviembre. Un período seco que llamamos «verano», aproximadamente de diciembre hasta abril.

actividades

Responda en su cuaderno:

- ¿Cómo han sido las relaciones de Venezuela con otros países?

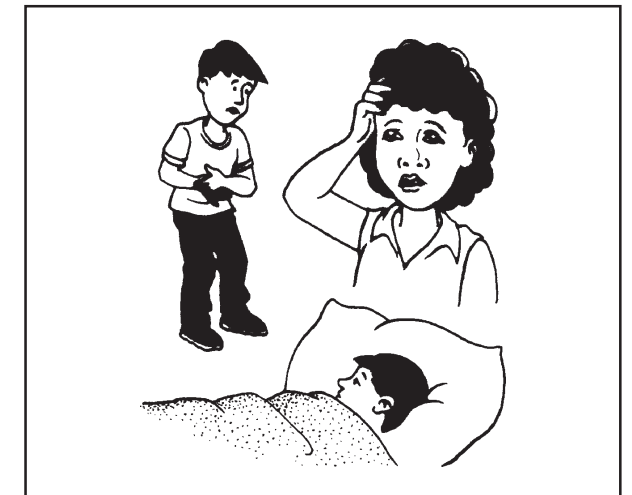
CUIDADO DE LA DIGESTIÓN

LECTURA

Analicemos la siguiente imagen:

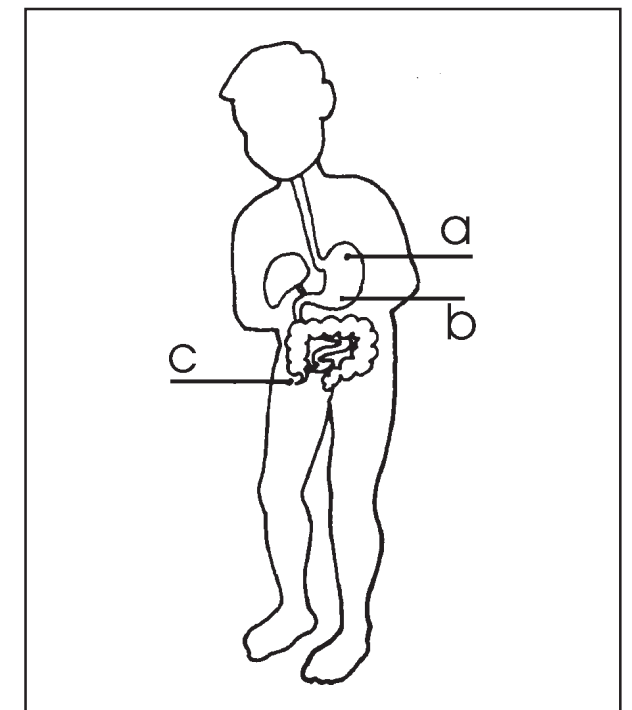
Al haber un trastorno digestivo, por lo general, se presentan estos síntomas:

- vómitos
- cólicos
- fiebre
- dolor de cabeza
- ardor en la zona estomacal
- evacuación tipo diarrea o muy dura
- _____
- _____



Principales trastornos digestivos:

- La acidez:** Al haber un exceso de ácidos gástricos se irrita la mucosa intestinal y el estómago.
- La úlcera:** Las mucosas o paredes del estómago están dañadas por los mismos ácidos; se aprecia una herida. Puede sangrar.
- Apendicitis:** Es la inflamación de una porción del intestino llamada «apéndice». Produce un dolor intenso con riesgo de reventarse y ocasionar una «peritonitis».



CUIDADO DE LA DIGESTIÓN

CONTINUACIÓN

Para mantener en buenas condiciones nuestro aparato digestivo debemos considerar lo siguientes:

a. En los alimentos:	b. En el ambiente:	c. En el cuerpo:
<ul style="list-style-type: none"> - Considere: su olor, su color, el sabor, su grado de acidez, su textura al masticarlos y su fecha de elaboración o vencimiento. - No se deje impresionar por un aspecto «brillante o succulento». - Lávelos antes de consumirlos. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mantenga en condiciones higiénicas el lugar y los utensilios de cocina. - Trate de comer con calma y sin discusiones. 	<ul style="list-style-type: none"> - Observe si hay síntomas poco comunes y recuerde que ha comido o bebido antes.

actividades

1. ¿Qué consecuencias puede traer el comer algo en mal estado?

2. ¿Por qué es preferible comer en la casa y no en la calle?

3. ¿Qué es la gastritis?, (Investigue)

4. ¿Qué consecuencias puede traer para el organismo ingerir comidas demasiado condimentadas?

VENEZUELA EN AMÉRICA

Analicemos el siguiente mapa:



La ubicación geográfica de Venezuela tiene consecuencias muy favorables, tales como:

1. El Mar Caribe nos permite ser un país pesquero.
2. Es un punto de interconexión entre el norte y el sur de América.
3. La proximidad al Canal de Panamá nos permite relacionarnos con los grandes países industriales del Lejano Oriente y países americanos de la costa del Pacífico.
4. Recibimos rápidamente ciertas influencias culturales de regiones cercanas.
5. Como consecuencias negativas tenemos que por la gran extensión de las costas se crean algunos problemas como el contrabando, _____, entre otros.

actividades

Responda en el cuaderno:

1. ¿Qué significa contrabando?
2. Señala en el mapa los países limítrofes con Venezuela.

actividades

1. a) Escriba los nombres de plantas cuyas hojas son útiles para nosotros:

b) ¿Para qué sirve cada una de ellas?

- Alimentación: _____
- Medicamento: _____
- Decoración: _____

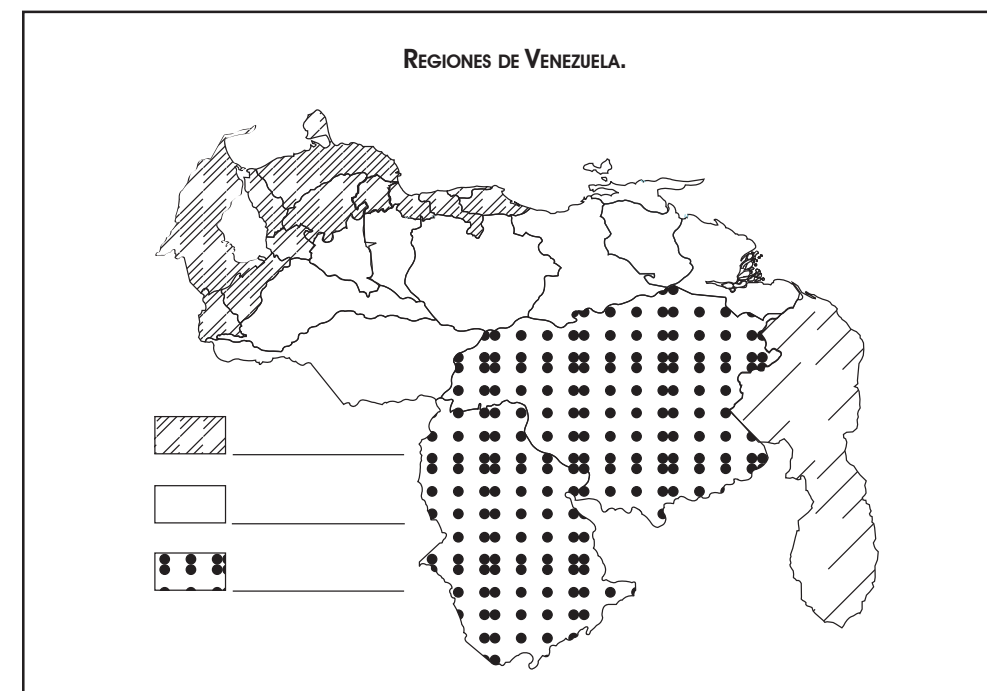
2. ¿Cuántos parques o áreas verdes hay en su comunidad en buen estado?, ¿Por qué?

3. ¿Qué problemas se ven en esos parques u otras áreas verdes?

4. ¿Cómo se pueden resolver estos problemas?

REGIONES DE VENEZUELA

Analicemos este mapa:



La superficie del territorio venezolano presenta una gran variedad de relieves donde se destacan las mesetas, las llanuras y las altas cadenas montañosas.

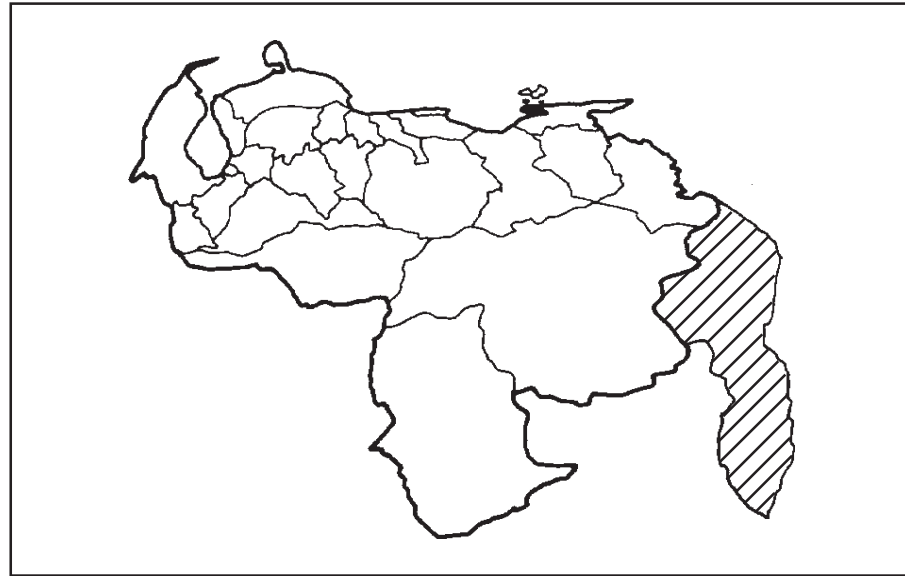
La región es un área de la superficie terrestre con ciertos caracteres físicos especiales en cuanto al relieve, clima, y _____, entre otros.

Regiones de Venezuela:

1. **Costa-Montaña:** Abarca la Cordillera Andina y la cordillera que rodea la costa Norte de Venezuela. Presenta altas montañas, costas y gran diversidad climática.
2. **Llanos:** En el centro de Venezuela, presenta tierras bajas y llanas, con pequeñas elevaciones en forma de lomas.
3. **Guayana:** Al sur de Venezuela, donde predomina la selva y las condiciones climáticas lluviosas.

EJERCICIOS

1. Escribe en el siguiente mapa de Venezuela el nombre de los estados:



2. Investigue:

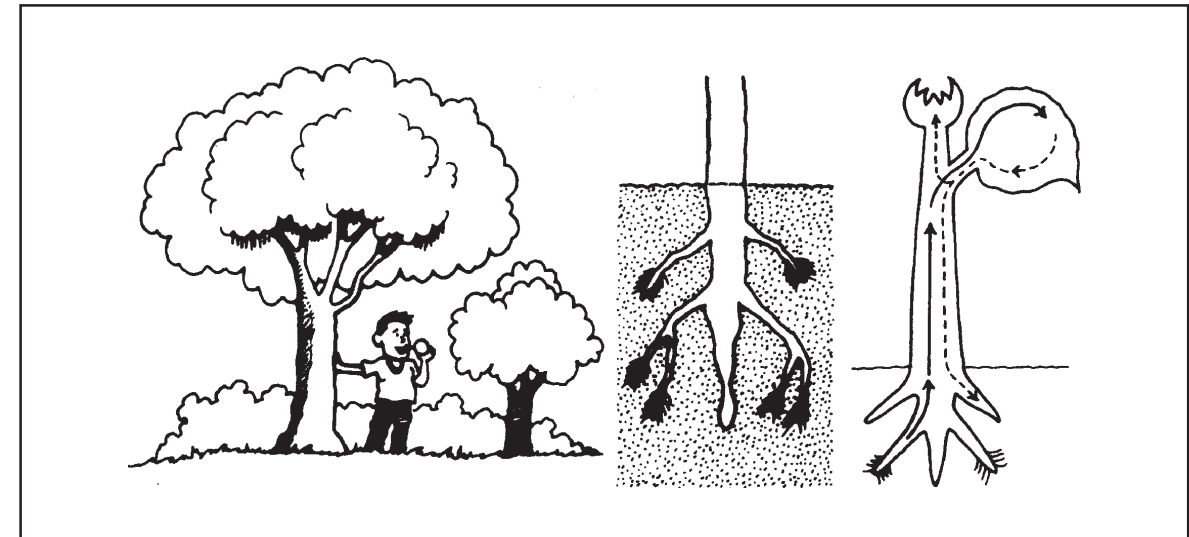
a) ¿A qué se le llama escala?

b) Diferencia entre mapas y planos.

c) ¿Qué son las coordenadas geográficas? y ¿los puntos cardinales?, ¿para qué nos sirven?

LA ALIMENTACIÓN EN LAS PLANTAS

Así como el ser humano recibe alimentos a través de su aparato digestivo, cada parte de la planta cumple funciones similares para realizar el proceso de absorción:



La absorción se realiza de la siguiente manera:

1. La raíz absorbe las sustancias nutritivas disueltas en agua. Esto constituye la savia bruta, que asciende por el tallo hasta las hojas.

La raíz cumple dos funciones principales:

- a) Sostener la planta fija en el suelo.
- b) Alimentar la planta por medio de los «pelos absorbentes».

2. Al mismo tiempo las plantas elaboran básicamente azúcar y almidón.

3. Las sustancias nutritivas se acumulan en el tallo, hojas, flores y frutos y sirven a la planta, al ser humano y a los animales que se alimentan de ella.

4. Las hojas transpiran, eliminando el exceso de agua que absorbe la raíz.

actividades

Responda las siguientes preguntas:

1. Escriba el nombre de cinco raíces que se usen para la alimentación.

2. ¿Qué otras utilidades tienen las raíces para nosotros?

3. ¿Qué otros elementos necesitan las plantas para crecer?

4. Busquen en el diccionario los significados y ejemplos de las siguientes palabras:

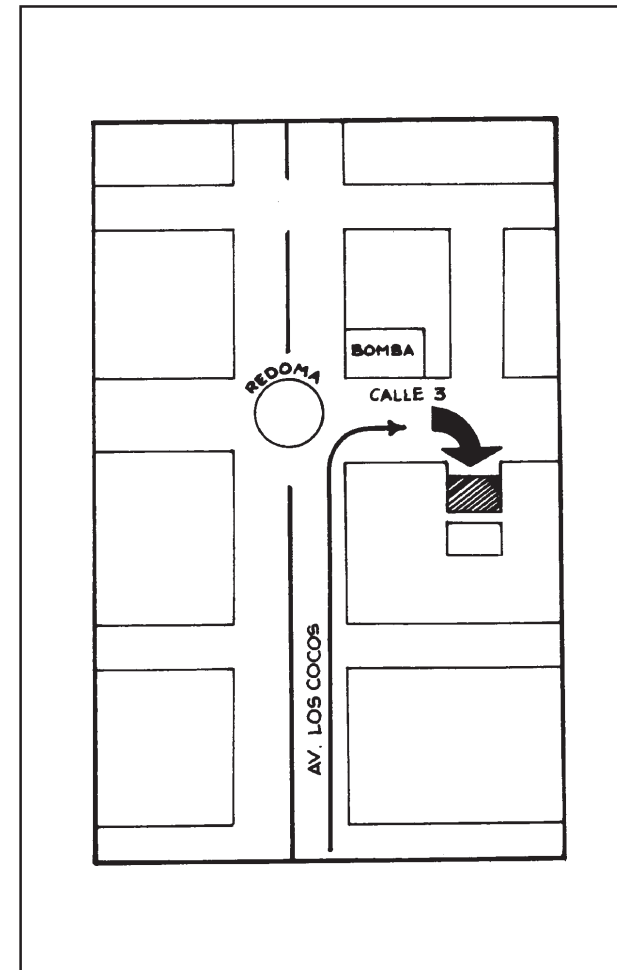
a) Bulbo: _____

b) Tubérculo: _____

c) Rizoma: _____

REPRESENTACIONES GEOGRÁFICAS

Analicemos las siguientes imágenes y preguntas:



En algún momento, te han entregado un volante, una publicidad de algún establecimiento y en vez de escribir la dirección hacen un gráfico de como llegar a ese lugar, tomando en cuenta un punto de referencia, por ejemplo: una parada, un poste, _____.

Así mismo te habrás planteado:

¿Qué tan grande es la tierra?
 ¿Dónde se localiza Venezuela?
 ¿Cómo sería una vista del área de la región donde vives?

Todo esto es posible conocerlo a través de **las representaciones geográficas**, tales como la esfera, mapas, planos, entre otras.

- Para hacer los mapas se organizan los diferentes datos obtenidos de diversas mediciones de distintas áreas del planeta.

- Luego se llevan a una superficie reducida de modo que los fenómenos y procesos naturales y/o culturales puedan ser ubicados o comprendidos.

MEDICINA PREVENTIVA Y COMUNITARIA CONTINUACIÓN



Medicina Alternativa:

Son numerosas las posibilidades que el ser humano ha encontrado en las terapias no convencionales para la salud como la medicina naturalista, es decir, a base de plantas y otros tratamientos menos industriales tales como:

- Infusiones medicinales.
- Aromas, miel.
- Las propiedades curativas del ajo, las flores, etc.

Entre otras tenemos: el yoga, la acupuntura, y los ejercicios en casa o al aire libre.

EJERCICIOS

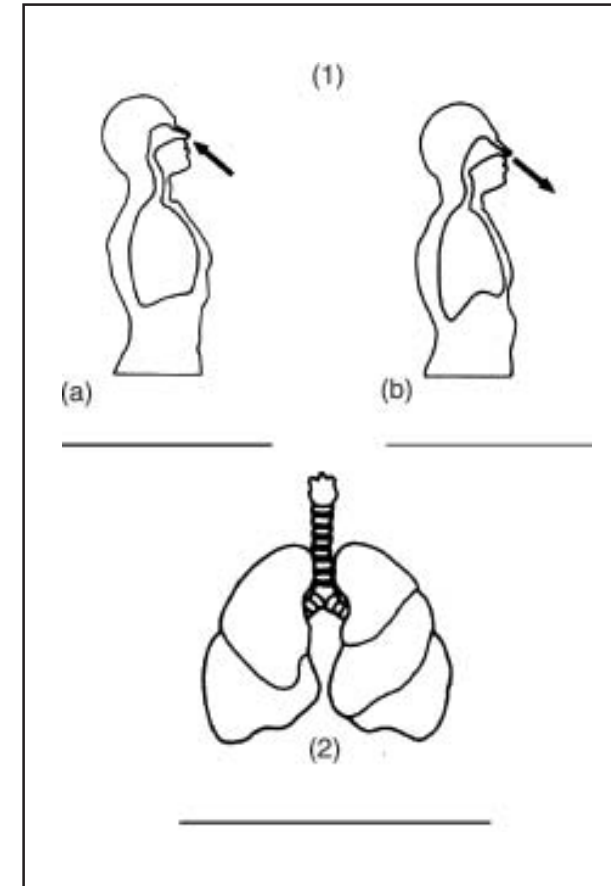
1. ¿Ha participado en alguna campaña preventiva de salud?, ¿Por qué?

2. Si tuvieras que realizar una campaña educativa, ¿sobre cuál enfermedad le gustaría hablar?, ¿Por qué?

3. ¿Qué servicios sanitarios se ofrecen en su comunidad?

4. ¿Cuál medicina casera efectiva recomienda?, (Comente con sus compañeros).

LA RESPIRACIÓN



Todos los seres vivos necesitan del oxígeno para poder vivir.

La Respiración: es tomar oxígeno del ambiente y devolver el anhídrido carbónico.

La sangre:

- Después de recorrer el cuerpo, llega cargada de impurezas que se deben eliminar.

- La purificación de la sangre se realiza en los pulmones, por medio de la respiración.

Entre los principales trastornos respiratorios están:

- a. El resfriado.
- b. El catarro.
- c. La gripe.
- d. Enfermedades peligrosas: como la tuberculosis, neumonía y tosferina.
- e. Otros trastornos crónicos como el asma.

Medidas Preventivas:

1. Ventilar las habitaciones.
2. Mantener la nariz y fosas nasales limpias. No introducir objetos extraños en ellas.
3. Mantener los muebles y ambientes limpios.
4. Los envases de sustancias volátiles y peligrosas deben estar bien cerrados, aislados y protegidos.
5. No queme basura y otros desperdicios innecesariamente.
6. Reclame sus derechos de NO FUMADOR, en caso contrario, respete a los demás.
7. Ante cualquier síntoma extraño acuda al médico.
8. Consuma siempre alimentos ricos en vitaminas C, como limones, naranjas, _____, etc.

actividades

1. ¿Cuál es la función de las fosas nasales?

2. ¿Qué son los pulmones?

3. ¿Qué se debe hacer para mantener sano el aparato respiratorio?

4. ¿Qué medidas se deben tomar en el hogar para evitar enfermedades transmitidas por vía respiratoria?

5. Busca en el diccionario las siguientes palabras:

Asma:

Angina:

MEDICINA PREVENTIVA Y COMUNITARIA

LECTURA COMPLEMENTARIA

Analicemos las imágenes:

Medicina Preventiva:

Son aquellas actividades que se hacen, para evitar trastornos de salud tanto en el individuo, como en una comunidad.

Para ello, se realizan cada cierto tiempo jornadas de vacunación, servicio odontológico, campañas educativas; entre otras para que se conozcan y preven- gan las enfermedades más comunes.



Medicina Comunitaria:

Las instituciones más importantes para las comunidades las constituyen: los hospitales públicos y los ambulatorios, en estos últimos se ofrece asistencia médica principalmente a niños. A las mujeres se les practica pruebas de embarazo y citología para detectar el cáncer, entre otras enfermedades.

Entre las alternativas para combatir los altos precios de las medicinas, están:

- Las farmacias populares.
- La venta de los medicamentos genéricos.

- _____.

