

**GUIA DE TRABAJO AUTÓNOMO #8****Semana del 07 al 11 de setiembre del 2020****I Parte. Administrativa**

Institución educativa: <b>Colegio Técnico Profesional La Suiza</b>
Nombre del docente: <b>Prof. Carlos Yee Vásquez</b>
Especialidad Técnica: <b>Agropecuaria</b>
Taller exploratorio: <b>Produzcamos en la huerta</b>
Unidad de estudio: <b>Plantas medicinales</b>
Nivel: <b>Sétimo</b>
Horario de atención a distancia: <b>Lunes a Viernes de 7:00 a.m. a 4:30 p.m.</b>
Canales de comunicación: <b>Microsoft Teams, Whatsapp 89479688, correo electrónico <a href="mailto:carlos.yee.vasquez@mep.go.cr">carlos.yee.vasquez@mep.go.cr</a></b>

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_

Sección:  
**7-1 B, 7-3 A,  
7-5 B, 7-6 A**

Nombre y firma del padre, madre, encargado: \_\_\_\_\_

Fecha de devolución: 21 setiembre Medio de devolución: TEAMS, Whatsapp, E-mail

**II Parte. Planificación Pedagógica**

<b>Resultado de aprendizaje</b>	Determinar las afecciones más comunes en el organismo humano y sus tratamientos naturales.
<b>Contenidos</b>	Afecciones y síntomas más comunes y tratamiento natural de: Artritis, Colesterol, Dolor de cabeza, Hígado, Obesidad, Estrés, Riñones y vías urinarias, Vías respiratorias, Otros
<b>Valores o actitudes</b>	Honestidad: comportarse de manera transparente con sus semejantes.
<b>Materiales o recursos didácticos que voy a necesitar</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuaderno de Produzcamos en la huerta</li> <li>• Lápiz o lapicero, hojas rayadas o blancas, otros</li> <li>• Computadora (si posee)</li> </ul>
<b>Indicaciones generales</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lea detenidamente toda la guía.</li> <li>• Una vez, concluida la lectura, realice cada una de las actividades que se plantean.</li> <li>• Cuide su caligrafía y ortografía.</li> <li>• Trabaje en forma ordenada.</li> <li>• Si tiene computadora y desea resolver los ejercicios en este mismo documento lo puede hacer y lo guarda o lo puede imprimir <u>si está a su alcance</u>, o puede resolver las actividades en hojas aparte o en su cuaderno de Comunicación.</li> </ul>

### Actividades para el aprendizaje

#### 1. Actividad 1: Lea detenidamente la siguiente información.

**La artritis** reumatoide es una forma de artritis que causa dolor, inflamación, rigidez y pérdida de la función de las articulaciones. Puede afectar cualquier articulación, pero es común en las muñecas y los dedos.

**Colesterol alto**, es posible que se te formen depósitos grasos en los vasos sanguíneos. Con el tiempo, estos depósitos crecen y hacen que sea más difícil que fluya suficiente sangre a través de las arterias. A veces, esos depósitos pueden romperse de repente y formar un coágulo que causa un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.

**La obesidad** es una enfermedad crónica, compleja y multifactorial, que suele iniciarse en la infancia y adolescencia, y que tiene su origen en una interacción genética y ambiental, siendo más importante la parte ambiental o conductual, que se establece por un desequilibrio entre la ingesta y el gasto energético.

**El asma** es una enfermedad crónica que provoca que las vías respiratorias de los pulmones se hinchen y se estrechen. Esto hace que se presente dificultad para respirar como sibilancias, falta de aliento, opresión en el pecho y tos.

**Los dolores de cabeza** se presentan más comúnmente cuando una persona se encuentra estresada. **El estrés** es un disparador común de las cefaleas y migrañas de tipo tensional, y puede desencadenar otros tipos de cefaleas o empeorarlas.

Plantas utilizadas:

Relajantes: Valeriana, Manzanilla, Tilo, Lechuga, Lavanda, Hierba de San Juan

Artritis: Uña de gato, Ortiga, Jengibre, Corteza de sauce.

Asma: Romero, Jengibre, Helenio, Té verde, La drosera.

Colesterol: Cúrcuma, Diente de león, Nopal.

Problemas en el riñón: Diente de león, Cola de caballo, Árnica, Perejil.

#### 2. Actividad 2 : Sopa de letras: encuentre las plantas medicinales









F	M	A	L	V	A	L	P	N	Q	M	W	S	T	A	ALBAHACA
K	B	T	R	L	Q	G	U	A	O	A	S	P	R	Z	ARAUCARIA
N	X	X	K	I	K	R	Ñ	W	R	N	X	J	O	A	COMINO
R	C	X	U	H	U	A	A	L	E	Z	H	N	M	N	EUCALIPTO
V	Q	Z	W	L	O	Q	D	J	G	A	I	A	E	E	HIERBABUENA
A	O	L	O	A	N	H	E	Y	A	N	E	R	R	U	MALVA
L	J	I	T	I	I	Ñ	G	T	N	I	X	A	O	B	MANZANILLA
E	L	J	P	R	M	G	A	U	O	L	O	N	E	A	NARANJO
R	D	N	I	A	O	V	T	H	Z	L	Q	J	U	B	OREGANO
I	W	O	L	C	C	I	O	G	V	A	Q	O	L	R	POLEO
A	J	R	A	U	T	O	E	L	O	P	Q	C	U	E	ROMERO
N	C	O	C	A	C	P	B	M	G	G	N	H	F	I	RUDA
A	F	T	U	R	Y	P	Ñ	R	U	D	A	Y	O	H	TORONJIL
D	C	S	E	A	Y	L	C	V	D	H	N	J	N	K	UÑA DE GATO
C	A	L	B	A	H	A	C	A	J	P	K	G	R	I	VALERIANA

### III Parte. Instrumento para el registro de autoaprendizaje y autoevaluación

#### En cuanto al proceso de autoaprendizaje durante el desarrollo de la guía de trabajo autónomo

Reviso las acciones realizadas **durante** la construcción del trabajo.







Marco una X encima de cada símbolo al valorar el desarrollo de las acciones efectuadas durante la construcción del trabajo.

• Leí toda la información de la guía con detenimiento.	 
• Mostré una actitud positiva hacia el trabajo.	 
• Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado.	 
• Realicé un trabajo de calidad y me siento satisfecho.	 

#### En cuanto al proceso de autoevaluación de los criterios de desempeño, considerados en las actividades de mediación y de evaluación diagnóstica y formativa, planificadas en la guía de trabajo autónomo.

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.

Marca una X encima de cada símbolo al valorar el desempeño del trabajo realizado a través de la autoevaluación.

• Aprendí aspectos nuevos sobre las afecciones comunes que pueden ser tratadas con plantas medicinales.	 
• Puedo describirle a otra persona en que consisten las enfermedades comunes que pueden tratarse con tratamiento natural.	 
• Puedo brindarle a otra persona algunos ejemplos de plantas medicinales útiles para tratar afecciones comunes.	 

#### “Autoevalúo mi nivel de desempeño”

Al terminar por completo el trabajo, autoevalúo mi nivel de desempeño

Escribo una equis (x) en el nivel que mejor represente mi nivel de desempeño

Indicadores del aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
• Determino las afecciones más comunes en el organismo humano y sus tratamientos naturales.			

**Para saber qué nivel representa mejor mi nivel de desempeño, leo la siguiente información:**

<b>Inicial</b>	Me cuesta comprender lo que hay que realizar, tengo que leer varias veces el material para hacer las actividades pues se me confunden algunos conceptos y debo pedir ayuda.
<b>Intermedio</b>	Mi respuesta es bastante completa y aunque en algún momento se me confunden un poco los conceptos puedo realizar las actividades sin ayuda.
<b>Avanzado</b>	Todo lo hago de forma completa y no me cuesta realizar las actividades propuestas. Identifico sin ninguna confusión lo que se me solicita.