

Centro Educativo: Colegio Técnico Profesional La Suiza

Nombre del docente: Carlos Yee Vásquez

Medio de contacto: Plataforma TEAMS 89479688

Especialidad/ Taller: Produzcamos en la huerta

Unidad de Estudio: Plantas medicinales

Nivel: Sétimo

Horario de atención a distancia: Quinta semana trabajo virtual

Escenario: 1 () 2 () 3 () 4 ()

Nombre del Estudiante: _____ **Sección:** _____

Nombre del Padre o encargado: _____ **Firma:** _____

Periodo establecido para el desarrollo de la guía:

Medio para enviar las evidencias: Plataforma TEAMS y Clases presenciales.

Estudiantes que entregan en físico llevar las guías en clases presenciales según horario

II Parte. Planeación Pedagógica

Espacio físico, materiales o recursos didácticos necesarios	Alójese en un lugar cómodo y tranquilo, para resolver la guía usted necesitará de los siguientes materiales: lápiz, lapicero, marcador o lápices de color.
Indicaciones generales:	<ul style="list-style-type: none"> • Lea detenidamente toda la guía. • Una vez, concluida la lectura, realice cada una de las actividades que se plantean. • Cuide su caligrafía y ortografía. • Trabaje en forma ordenada. • 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.

Objetivo: Desarrollar actividades de establecimiento y manejo de un jardín de plantas medicinales.

Actividades de aprendizaje para la implementación de la mediación pedagógica en educación combinada	Ambiente de Aprendizaje	Evidencias
<p>Actividad 1. Se realiza lectura Importancia de las plantas medicinales. Tipo de momento: conexión.</p> <p>Ver anexo 1. Importancia de las plantas medicinales</p>	<p>Hogar (X)</p> <p>Centro educativo ()</p>	<p>Tipo:</p> <p>(X) Conocimiento</p> <p>() Desempeño</p> <p>() Producto</p>
<p>Actividad 2. Explicación la importancia de las plantas medicinales y sus beneficios. Clarificación</p>	<p>Hogar ()</p> <p>Centro educativo (X)</p>	<p>Tipo:</p> <p>(X) Conocimiento</p> <p>() Desempeño</p> <p>() Producto</p>
<p>Actividad 3. Realice una lista de al menos 5 plantas medicinales utilizadas en su comunidad e indique el uso medicinal que se le da. Nota no puede utilizar las plantas de ejemplo de la presente GTA. Colaboración</p>	<p>Hogar (X)</p> <p>Centro educativo ()</p>	<p>Tipo:</p> <p>() Conocimiento</p> <p>() Desempeño</p> <p>(X) Producto</p>
<p>Actividad 4. Se realizan prácticas de identificación y recolección de plantas medicinales en campo. Desempeño.</p>	<p>Hogar ()</p> <p>Centro educativo (X)</p>	<p>Tipo:</p> <p>() Conocimiento</p> <p>() Desempeño</p> <p>(X) Producto</p>

Observaciones (realimentación):

“Autoevalúo mi nivel de desempeño”			
Al terminar por completo el trabajo, autoevalúo el nivel de desempeño alcanzado.			
Escribo una equis (X) en el nivel que mejor represente mi desempeño alcanzado en cada indicador			
Indicadores/competencias del aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Aún no logrado	En Proceso	Logrado
Mencionar la importancia de las plantas medicinales en Costa Rica.			
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ANEXOS

Aún no logrado	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.
En proceso	Mi respuesta es bastante completa y aunque en algún momento se me confunden un poco los conceptos puedo realizar las actividades sin ayuda.
Logrado	Todo lo hago de forma completa y no me cuesta realizar las actividades propuestas. Identifico sin ninguna confusión lo que se me solicita.

Anexos

Anexo 1. Lectura importancia de las plantas medicinales

Es indudable la importancia de las plantas y los árboles para la medicina moderna, durante mucho tiempo los remedios naturales y las plantas medicinales fueron el principal e incluso el único recurso del que disponía el médico; todas las culturas, a lo largo y ancho del planeta y en todos los tiempos, han usado las plantas medicinales como base de su propia medicina (Núñez M. E., 1982).

¿Qué son las plantas medicinales? Son aquellos vegetales que elaboran sustancias que ejercen una acción farmacológica beneficiosa ó perjudicial para el organismo vivo.

Sustancias activas Son producto del metabolismo secundario de las plantas, no se encuentran en estado puro en las mismas, sino en forma de complejos cuyos componentes se complementan y se refuerzan en su acción sobre el organismo. Estas sustancias activas presentan un equilibrio fisiológico dentro de la planta y el organismo, debido a ello, resultan más asimilables por el cuerpo y carecen de efectos nocivos.

Beneficios de las plantas medicinales:

- Como medicamento son más baratas y menos tóxicas.
- Como medicamento preventivo ayudan a enfermarse con menor frecuencia.
- Como condimento en la industria alimentaria y casera.
- En farmacología para la elaboración de cosméticos.
- En la agricultura se utilizan como barreras vivas.
- En la protección de suelos como barreras antierosivas.
- Para la elaboración de extractos como insecticidas y fungicidas.
- Se aprovechan mejor los huertos, jardines y parcelas caseras.
- Se contribuye a recuperar los recursos del planeta.
- Se conserva y evita que muera una tradición de medicina popular y folclórica de nuestros pueblos y antepasados.
- Como extractos vegetales para ser utilizados y exportados, ya que muchos países no pueden tener ni cultivar plantas medicinales tropicales, debido a la diferencia de climas y especies botánicas nativas.

Fuente: Quesada, A. 2008. Las plantas medicinales. Revista Biocenosis / vol 21 (1-2) 2008.

Algunos ejemplos de plantas medicinales utilizadas en Costa Rica

Nombre común	Nombre científico	Uso medicinal
Albahaca	Ocimum basilicum	Antiespasmódico, antibacteriano, antiinflamatorio, estimulante y sedante.
Anís	Pimpinella anisum	Afecciones de la garganta y remedio contra la indigestión.
Hierbabuena	Mentha sativa	Para la digestión, vías respiratorias y reumatismo.
Manzanilla	Matricaria chamomilla	Desinflamatorio, sarpuillidos, problemas estomacales y cosméticos.
Ortiga	Urtica dioica	Afecciones de la piel, diurético y baja los niveles de azúcar en la sangre.
Ruda	Ruta graveolens	Trata la diarrea, cólicos intestinales y calma los nervios.
Perejil	Petroselinum sativum	Ayuda a mantener el aliento fresco, y despertar el apetito.
Menta	Mentha piperita	Muy utilizado en enjuagues bucales, problemas de digestión y vías respiratorias.
Pimienta	Piper nigrum	Ayuda a mejorar la digestión y aliviar la congestión del sistema respiratorio.
Malva	Malva sp	Refresca el estómago, alivia gastritis, úlceras, ayuda a los problemas de irritación de la piel.

