



GUIA DE TRABAJO AUTÓNOMO

Del 22 de junio al 20 de julio, 2020



Institución educativa: **Colegio Técnico Profesional La Suiza**

Nombre del docente: **Prof. Carlos Yee Vásquez**

Especialidad Técnica: **Agropecuaria**

Taller Exploratorio: **Produzcamos en la huerta**

Unidad de estudio: **Plantas Medicinales**

Canal de comunicación: **WhatsApp 89479688, e-mail: carlos.yee.vasquez@mep.go.cr, página web institucional, material impreso**

7-1 B

7-3 A

7-5 B

7-6 A

Si tienes alguna duda o consulta, puedes contactarme de Lunes a Viernes de 7:00 a.m. a 4:30 p.m.

Tema(s)	Introducción plantas medicinales
Objetivo	Mencionar la importancia de las plantas medicinales en Costa Rica.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none">• Concepto de planta medicinal• Beneficios de las plantas medicinales• Ejemplos de plantas medicinales comunes usadas en Costa Rica
Valores o actitudes	Solidaridad, disponibilidad de ayudar a los demás.
Materiales o recursos que necesita	Cuaderno de Produzcamos en la huerta. Lápiz o lapicero.
Indicaciones generales	<ul style="list-style-type: none">• Antes de iniciar, lea detenidamente el material teórico de los contenidos descritos.• Una vez, concluida la lectura, realice cada una de las actividades que se plantean a continuación.• Cuide su caligrafía y ortografía.• Trabaje en forma ordenada



ACTIVIDADES

1. Lea varias veces, en voz alta y despacio lo siguiente:

Las plantas medicinales son aquellas que pueden emplearse en el tratamiento de una afección. Las partes o los extractos de estas plantas son utilizados en infusiones, vaporizaciones, ungüentos, cataplasmas, comprimidos, cápsulas u otros formatos.

Principales beneficios:

Antiinflamatorias: inflamaciones que puedan tener lugar dentro del organismo como a las externas.

Astringentes: es una contracción de los tejidos orgánicos afectados.

Diuréticas: limpiar el organismo y dejarlo libre de toxinas e impurezas por medio de la orina.

Estimulantes: cuando se pasa por momentos de mucho cansancio o se quiere hacer frente a la fatiga.

Lista de algunas de las principales plantas medicinales utilizadas en Costa Rica:

La manzanilla es una de las plantas medicinales que más se conocen por las propiedades de su flor. Sus efectos son especialmente relevantes en el tratamiento de molestias gastrointestinales.

Hierbabuena: muy empleada como antiespasmódico, desinflamatorio, analgésico y estimulante.

También podemos mencionar: juanilama, aloe vera, ruda, apio, ajo, entre muchas otras.

2. Investiga el nombre de 6 plantas medicinales utilizadas (diferentes a las mencionadas anteriormente), anota el nombre común de la planta y el uso medicinal que se le confiere.

Actividad portafolio

3. Uno de los grandes pilares en la lucha contra el COVID-19 es sin duda la desinfección de manos con agua y jabón o la utilización de alcohol. Investiga alguna planta que dentro de sus propiedades medicinales se encuentre ser un buen antiséptico.

“Largo es el camino de la enseñanza por medio de teorías; breve y eficaz por medio de ejemplos”

Séneca



Rúbrica de autoevaluación

"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		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Mencionar la importancia de las plantas medicinales en Costa Rica.	Defino el concepto de planta medicinal.	Resalto algunos de los beneficios de las plantas medicinales.	Reconozco la importancia de las plantas medicinales en el tratamiento de enfermedades que afectan al ser humano.
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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.	
¿Qué sabía yo sobre plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Conozco ahora aspectos importantes sobre plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Sabía yo que algunas afecciones pueden tratarse con plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

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.	
¿Cómo puedo explicarle a mi familia la utilidad de las plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Cómo puedo mejorar mis conocimientos actuales sobre plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Estaría en disposición de utilizar plantas medicinales?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>