

Sek ki' a'te dxi'the piyana u'jweka



Séptimo

En el andar del tiempo vamos aprendiendo



CIIT
Centro Indígena de
Investigaciones
Interculturales
de Tierradentro



CONSEJO DE EDUCACIÓN

**EN EL MARCO DEL CONTRATO 048-2020
FIRMADO CON SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
Y CULTURA DEL DEPARTAMENTO DEL CAUCA**

Auto aprendizaje en Territorio, Familia y Comunidad.
Plan de prevención territorial en educación

**Guías Didácticas
Pedagogía, vida y territorio**

Territorio y sociedad
Comunidad y Naturaleza
Matemática y Producción
Comunicación y lenguaje

Grado Séptimo

**Sek ki' a'te dxi'the piyana u'jweka
En el andar del tiempo vamos aprendiendo**

Realización

Asociación de Cabildos Indígenas Nasa Çxhãçxha
Consejo de Educación

Ñh pu'yaksa: Órgano de dirección.

Asociación de Autoridades Ancestrales Territoriales
Nasa Çxhãçxha

Leider Fabian Quilcue Vivas

Kiwe Eethegu Político Organizativo y Administrativo

Germán Perdomo

Nasa Fxi'zenxiwejxa Espiritual, Sociocultural y político

Marco Tulio Mosquera

Nasa Fxiw Ype'sa Económico Productivo

María Beatriz Saniceto Pardo

Kiwe Eejthegsa

Gildawuer Otela

Pu'yaksa Representante Legal

María Eugenia Finscue

Eç pjaxasxa Secretaria

Dxiju Eh Thegsawe'sx / Control Interno y Revisoría Fiscal.

Milton Quina

Vxyuu Eejthegsa Tesorero

Zully Alexandra Mazabuel

Ee thegsa puçxsaa Veeduría

Derlis Lorena Pete

Ee thegsa puçxsaa Veeduría

Luis Alfonso Ramos

Ee thegsaa Fiscal

Coordinador Político

José Hildo Pete Vivas

Coordinadora pedagógica

Natalia Caicedo

Coordinadora Administrativa

Nidia Mildreth Narváez Puyo

Asesor General

Jorge Alberto Tamayo Rodríguez

Elaboración de contenidos pedagógicos

Jorge Alberto Tamayo Rodríguez

Jesús Alberto Ramírez Alvear

Daniel Ricardo Acosta Ospitia

Ricardo Meza

Luz Edith Llantén Orozco

Cristian Camilo Meneses Gaviria

Manuel Perdomo

Con el apoyo de

Equipo CIIT

Equipo de Artes

Equipo de Lenguas

Equipo Sociocultural

Equipo Administrativo

Equipo de educación inclusiva

Comunicaciones y Producción de material educativo

Néstor Andrés García García – Diseño e ilustración

Diana Cecilia Duque Muñoz – Pauta editorial y diagramación

Carrera 3 6-23 Belalcázar, Páez, Cauca

asociaciondecabildosnasa@tierradentro.co

educacion.asocabildos@tierradentro.co

Hecho en el territorio ancestral de Tierradentro,
municipio de Páez, Cauca, Colombia.

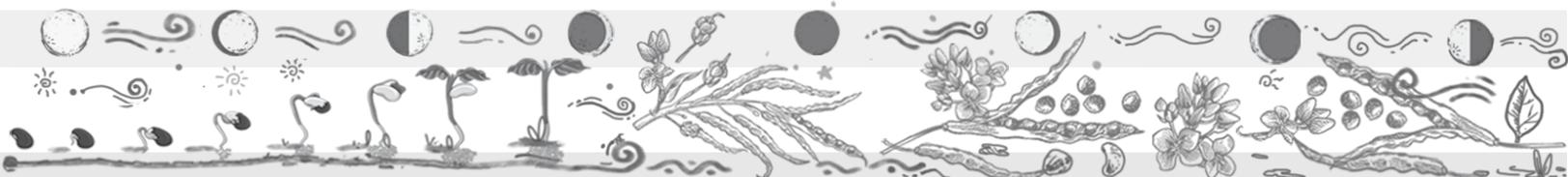
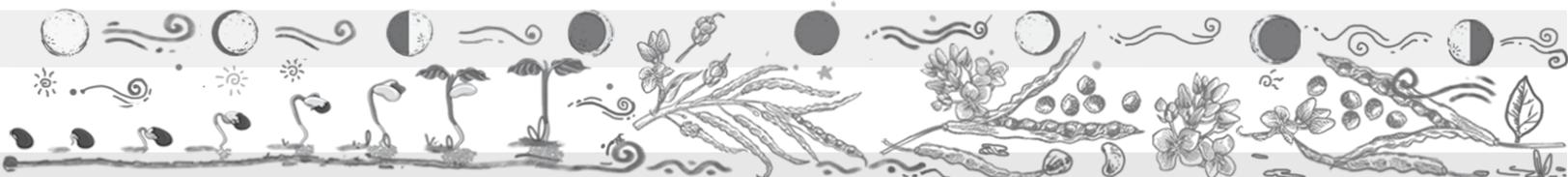


Tabla de contenido

Tabla de contenido	1
Presentación	2
Unidad 1 - El Calendario nasa	4
Unidad 2 - La oralidad, memoria viva del territorio	16
Unidad 3 - Los géneros literarios y la tradición oral	27
El mito y la leyenda	31
El cuento	35
Género lírico: el canto y la poesía.....	39
Unidad 4 - El tul y el Buen Vivir	48
El Tul Nasa	48
Y ahora en Nasa Yuwe	49
Reencontrando el tul por el buen vivir Nasa.....	51
El Suelo	53
Aprendamos matemáticas desde la huerta ó Tul	56
El clima y su incidencia en nuestra vida	68
Unidad 5 - Alimentación y buen vivir	73
Unidades de medida a través del tiempo.....	73
Números decimales y alimentos	81
Amenazas hidrometeorológicas y soberanía alimentaria.....	86
Cambio climático	91
Unidad 6 - Nos divertimos aprendiendo	95
Bibliografía y páginas web consultadas	103
Referencias de imágenes	104



Presentación

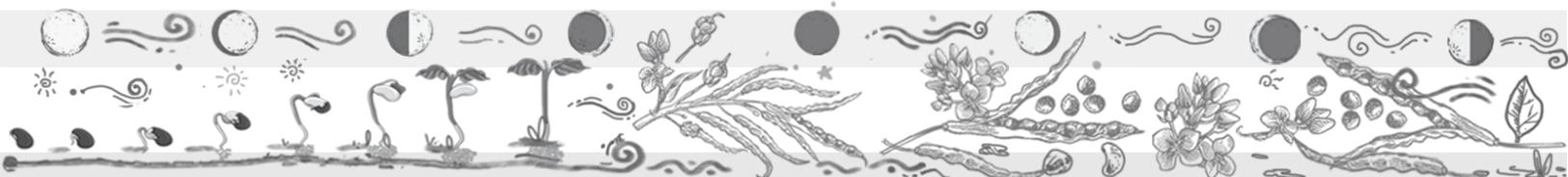
La educación es un derecho establecido en la Constitución Política de Colombia. En cumplimiento de ese mandato, cabe resaltar además que la Constitución Política de Colombia reconoce el país como pluritecnico y multicultural, oficializa las lenguas de los grupos étnicos en sus territorios, institucionaliza la participación de las comunidades en la dirección y administración de la educación y establece el derecho que tienen a una formación que respete y desarrolle su identidad cultural.

Mediante el Convenio 169 de 1989 de la OIT, incorporado a la Legislación Nacional por la Ley 21 de 1991, el Estado Colombiano se obliga a hacer efectivo el Derecho a la Educación Pública en los territorios indígenas, en concertación con las Autoridades Tradicionales Indígenas, a reconocer sus instituciones propias, trasladar de manera paulatina la responsabilidad de la realización de esos programas y financiar los programas que estos creen desde sus espacios propios.

La Declaración de las Naciones Unidas sobre Derechos de los Pueblos Indígenas reconoce el derecho de los pueblos indígenas a la libre determinación, autonomía o al autogobierno en las cuestiones relacionadas con sus asuntos internos.

De igual manera el artículo 14 de esta declaración consagra que los pueblos indígenas tienen derecho a establecer y controlar sus sistemas e instituciones docentes que impartan educación en sus propios idiomas, en consonancia con sus métodos culturales de enseñanza y aprendizaje. Que Las personas indígenas, en particular los niños indígenas, tienen derecho a todos los niveles y formas de educación del Estado sin discriminación. Y que los Estados adoptarán medidas eficaces, junto con los pueblos indígenas, para que las personas indígenas, en particular los niños, incluidos los que viven fuera de sus comunidades, tengan acceso, cuando sea posible, a la educación en su propia cultura y en su propio idioma.

Los pueblos indígenas en ejercicio de derecho a la libre determinación y la autonomía desarrollan el SEIP a través de los componentes Político-Organizativo, Pedagógico y Administrativo.



El Sistema Educativo Indígena Propio - SEIP se concibe como un proceso integral, que se constituye en política pública para la educación propia de los pueblos indígenas que involucra el conjunto de derechos, normas, instituciones, procedimientos y acciones que garantizan el derecho fundamental a la educación indígena propia afirmados en la Constitución Política de 1991 y los tratados internacionales como el Convenio 169 de la OIT, la Declaración de Naciones Unidas de los Derechos de los Pueblos indígenas, entre otros.

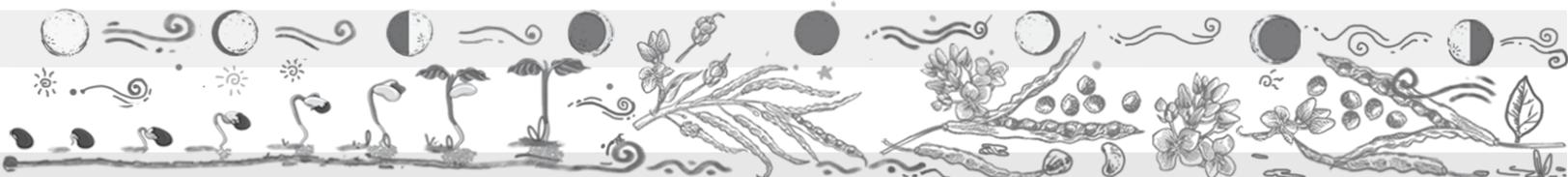
Pedagogías para el cuidado de la vida y el territorio cuenta entre sus componentes con guías para los grados 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 y 11 de la Básica Primaria, Secundaria, y Educación Media en los componentes y áreas PEC de Territorio y sociedad, Comunidad y Naturaleza, Matemática y Producción, Comunicación y lenguaje.

Tenemos la certeza de que es el territorio el que nos orienta y es en él donde sembramos la vida. Por lo tanto, TIERRA, AGUA, FUEGO y VIENTO son y seguirán siendo los espíritus que abren y orientan nuestros caminos de permanencia. Desde este contexto nos preguntamos sobre las acciones que debemos potenciar para generar hábitos permanentes de prevención, contención y atención. Al respecto, ¿Qué saberes y pedagogías orientan la Naturaleza y nuestras comunidades para abrazar y proteger la vida y la alegría de nuestras comunidades?, ¿Cómo generar procesos escolares fuera del aula de clases?, ¿Hacia dónde reorientamos nuestros procesos PEC?

Teniendo en cuenta los aportes de las comunidades y los Consejos de la Asociación de Cabildos Nasa Çxhãçxha, asumimos las acciones de prevención, contención y atención como dinámicas de trabajo permanente, más allá de los tiempos contemplados por la institucionalidad; todo ello en el marco del cuidado de la vida de las comunidades en nuestros territorios.

Dispone también de un manual de implementación que ofrece indicaciones generales y pedagógicas sobre el modelo y, de guías para los docentes por cada área y grado, en las que encuentran orientaciones disciplinares y didácticas que apoyan su trabajo en el aula.

Esta propuesta es una oportunidad educativa para que muchos jóvenes puedan continuar sus estudios de básica secundaria y ampliar sus posibilidades de vida digna, productiva y responsable, como ciudadanos colombianos y habitantes milenarios de los territorios indígenas..



Unidad 1 - El Calendario nasa



Hola de nuevo. Esperamos que estés aprovechando este tiempo de cuarentena para hacer actividades con tu familia en casa.

Esta semana vas a descubrir muchas cosas más acerca del calendario nasa (Sek-A'te Dxí'j: Camino del Sol y la Luna).

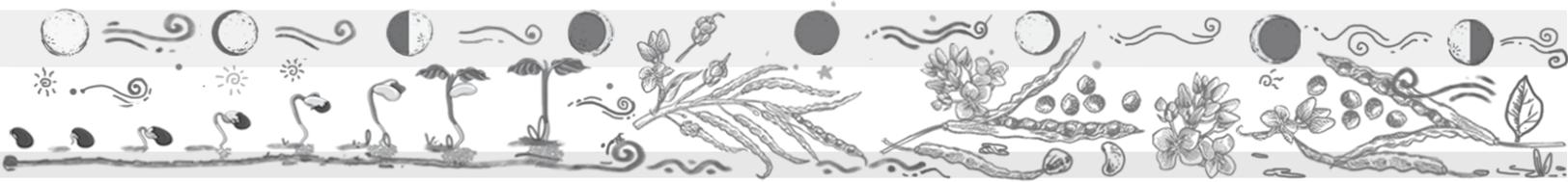
Para empezar...

En el recuadro vas a anotar tu fecha de nacimiento. Después le preguntarás a tu mamá o a alguien cercano si recuerda en qué luna naciste y también lo escribirás en el recuadro.

El camino del Sol y la Luna (calendario Nasa)

Desde mucho antes de la llegada de los españoles, nuestros ancestros tenían sus propias formas de medir el tiempo (calendario). La medición del tiempo consistía en tener en cuenta el recorrido del Sol a lo largo del año (camino del Sol) y las transformaciones que realiza la Luna (camino de la Luna) durante todo su ciclo que dura entre 28 y 30 días.

Según el recorrido del Sol, los abuelos y abuelas sabían en que momento debían tener lista la Tierra para cultivarla y cuál era el mejor momento para cosechar los cultivos. La Luna también cumplía un papel importante a la hora de decidir cuándo recolectar la semilla, cuando cultivarla y otras actividades realizadas en la comunidad.

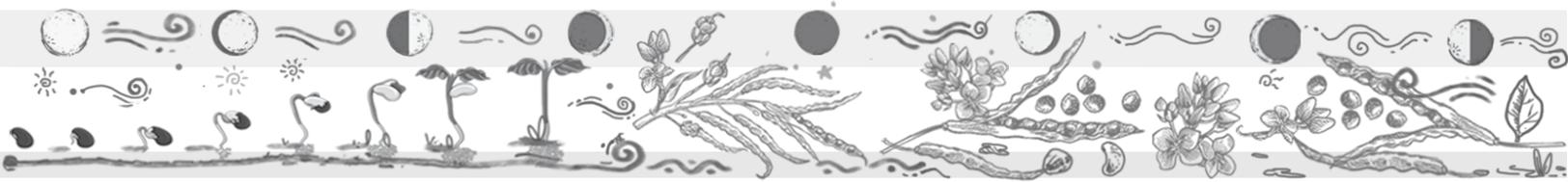


A' TE DXI'J

Camino de la Luna



La Luna es una energía femenina. Por lo tanto, nace como una niña hermosa y va creciendo a medida que el tiempo avanza. Se convierte en señorita y después en una mujer madura capaz de dar vida, luego llega a ser anciana y muere para renacer y así nuevamente empezar el ciclo.



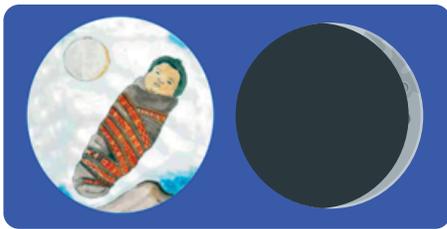
Dinámica: Entrevistando a las voces del territorio:

Como ya es común para ti, esta es la parte en donde te conviertes en un entrevistador. Esta vez, vas a averiguar acerca del camino del Sol y el camino de la Luna. ¿Qué saben de este tema los mayores de nuestra comunidad? Para esta actividad, vas a buscar a la persona más cercana que sepa sobre el tema del calendario nasa y le vamos a realizar preguntas.

Momentos lunares:

Los abuelos del pueblo nasa hablan de 8 momentos o etapas lunares:

1. NYAFX A´TE LUUÇX - Luna Bebé:



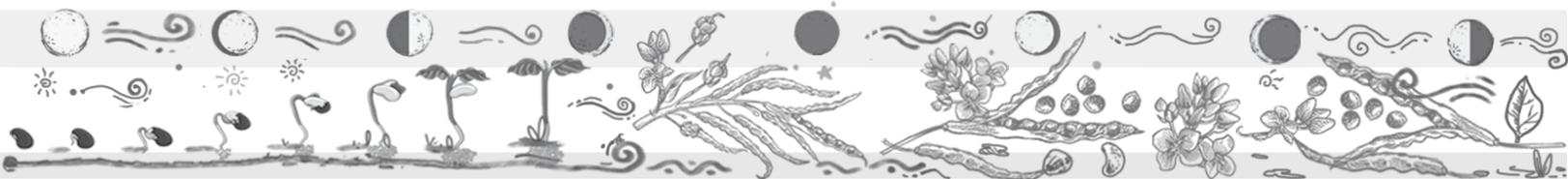
“Es la Luna recién nacida. Se alcanza a divisar a las 6 de la tarde, cuando su tamaño es parecido a una astilla de paja. Sólo ilumina una hora de la noche, en el occidente. Esta luna es bonita, atractiva y muy tierna, pero demasiado débil física y espiritualmente.”

Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

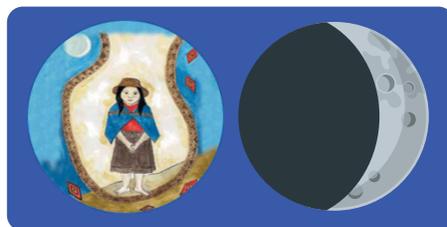
¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



2. A´TE LUUÇX PUTXTESA - Luna Niña

“Esta Luna ilumina unas tres horas. Es símbolo de una niña muy inquieta, hermosa e investigadora, que no desconfía de nadie y crece de manera muy rápida; es la que ya ha terminado de tejer su primer par de jigras e iniciado el tejido del conocimiento, pero aún es muy débil y tiene poca concentración.”

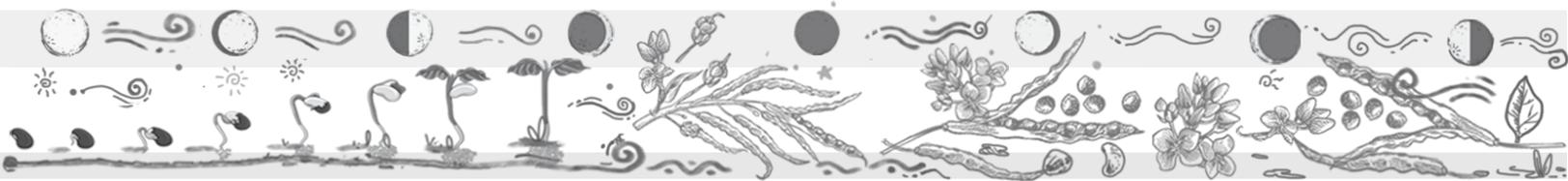


Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



3. A´TE KNA´SA – Luna Jovencita



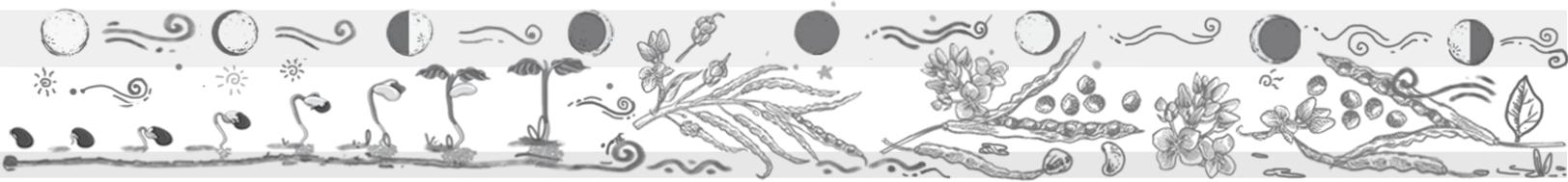
“Es la Luna que tiene ocho noches, e ilumina siete horas. Tiene la energía de una jovencita, hermosa, coqueta y ágil; es el símbolo de una mujer que ya tiene dos pares de jigras terminadas, tiene belleza, fuerza y procesos de conocimiento en el camino de la vida”

Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



4. A´TE THĚ´JEÇSA – Luna Madre

“Esta Luna ilumina por 10 horas. Su tamaño es próximo a completar el círculo.”

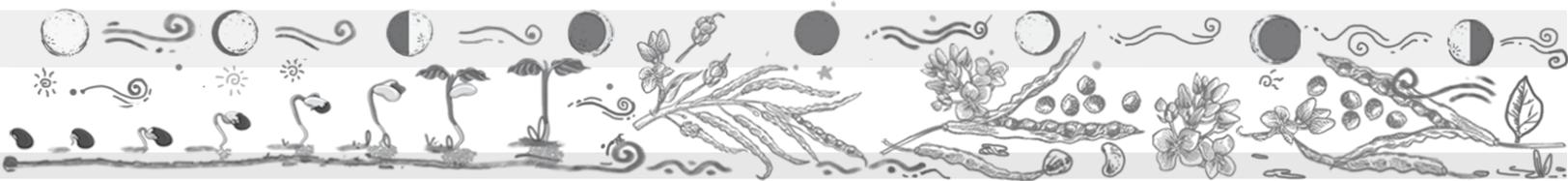


Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



5. A´TE THĒ´SA - Luna Mayora Sabia



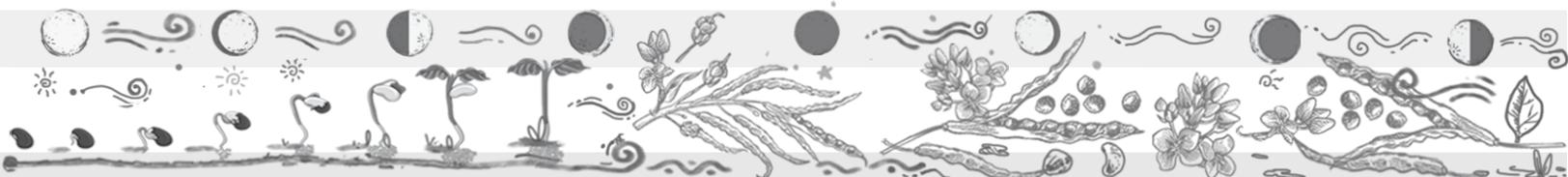
Es la luna llena, ilumina de 6 a 6 y su tamaño es circular. Las energías de esta luna representan el estado de una mujer fuerte, sabia y madura. Es la que tiene los conocimientos necesarios para brindar consejos a la familia y comunidad, ya ha construido jigras, chumbes, anacos. Sabe cuidar las huertas y atender las mingas, pudiendo repartir la comida y la chicha de manera equitativa. Tiene doce prenses en su anaco, como símbolo de conocimiento.”

Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



6. A´TE THÊ`SA PEZXI - Luna Brava Anciana

“Es la Luna que ilumina 10 horas y amanece; su tamaño circular empieza a reducir. Las energías son como de aquella mujer con bastón y brava; persona de amplia experiencia en el tejido de vida, que ha realizado hilados y tejidos muy finos. Es la mujer que puede utilizar sus 18 prenses en el anaco. Es Luna imponente, con voz fuerte, que no titubea; también es muy insistente en enseñar sus conocimientos.”

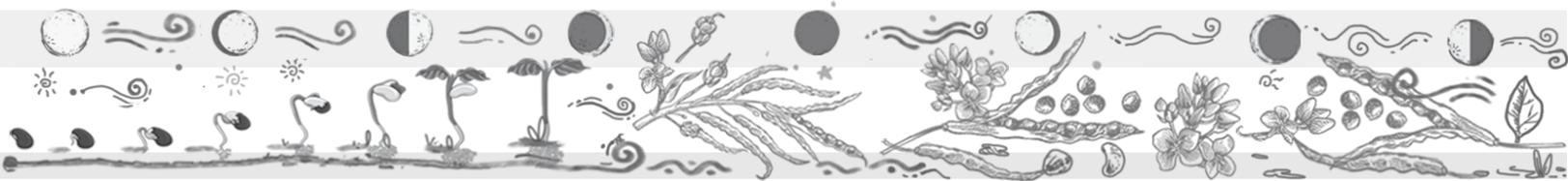


Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



7. A`TE THAKWEH PUTXKHESA – Luna Tierna, en proceso de Niñez



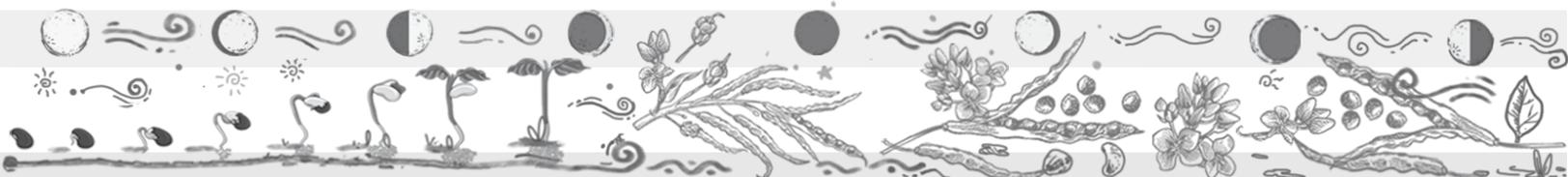
“Esta luna tiene 24 noches e ilumina sólo ocho horas. Las energías se relacionan con una mujer con muchos conocimientos para guiar, dar consejos y conquistar otras personas. Está relacionada con la confianza y la paciencia; sus movimientos son lentos y es débil físicamente.”

Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



8. A`TE IKHNA PA`JNXI - Luna en Casa

“Tiene 27 noches e ilumina sólo tres horas en la noche. Es el símbolo de una mujer silenciosa, concentrada, callada, aislada; que ya no comparte conocimientos. En este tiempo se dedica a descansar y ponerse bella. Por eso desaparece dos o tres noches”

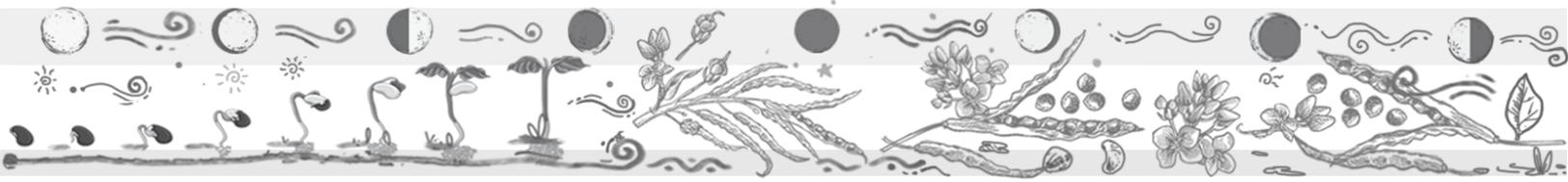


Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

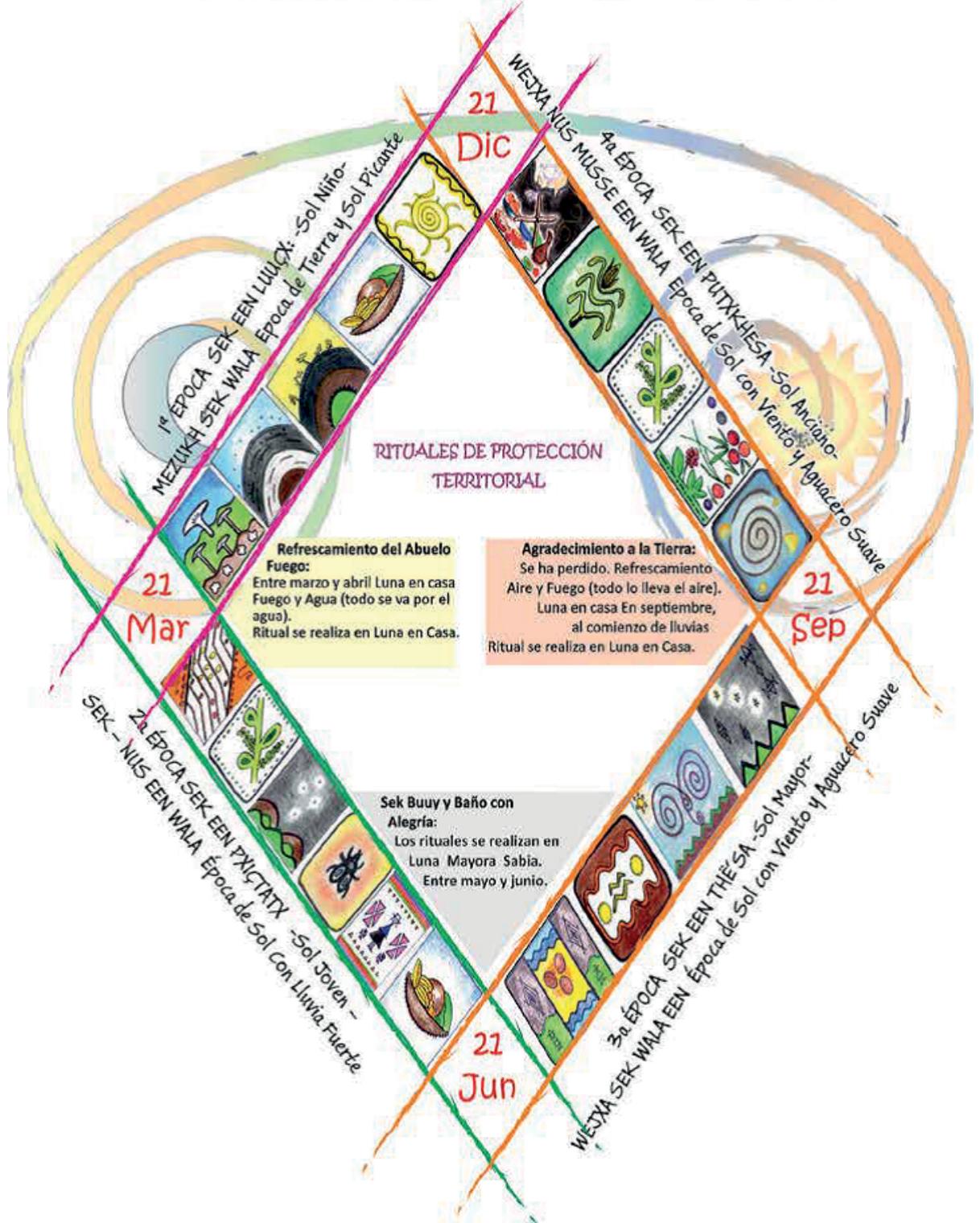
¿Qué se puede hacer durante esta Luna?

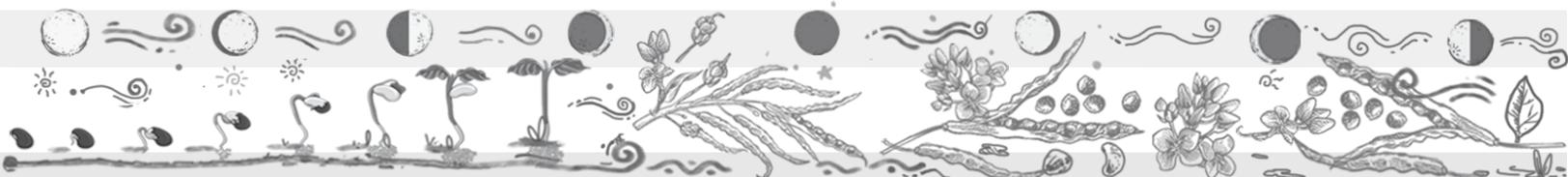
¿Para qué es buena?

¿Qué no se puede hacer durante esta Luna?



Camino del Sol - Şek Dxi'j





La imagen que se muestra en la página anterior, representa el camino del Sol en el territorio nasa de Tierradentro. Como el territorio de Tierradentro es tan grande y tiene diferentes pisos térmicos, es posible que el calendario no coincida con el de tu territorio.

Pregúntale al sabedor o a la sabedora:

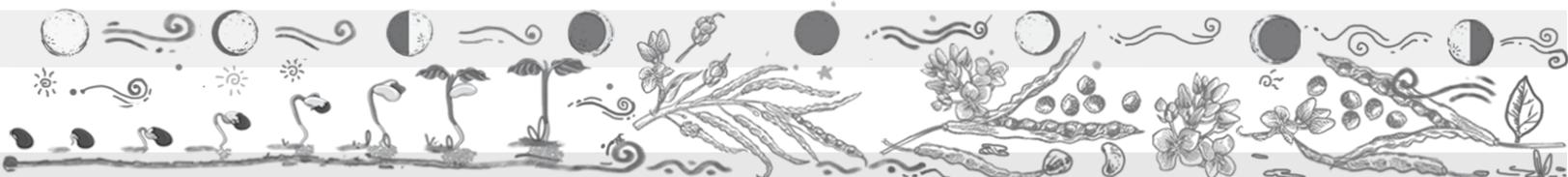
¿Qué es el camino del Sol?

¿En qué tiempo se roza y se deja lista la tierra para sembrar?

¿En qué fecha el verano es más largo?

¿En qué fecha es el invierno?

¿En qué tiempo se cosecha?



Unidad 2

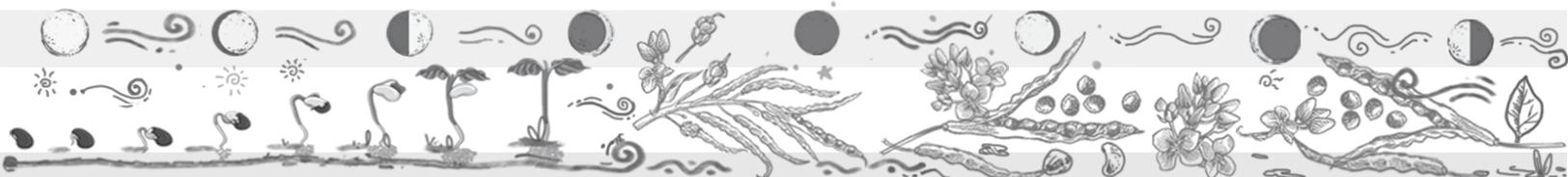
La oralidad, memoria viva del territorio

Esta segunda unidad tiene como propósito poner en práctica algunas estrategias metodológicas y didácticas relacionadas con el lenguaje oral como elemento que permita el desarrollo de competencias de lectura, escritura y oralidad; se fundamenta en estrategias enfocadas en los modos narrativos de la propia cultura y orientados desde el territorio como espacio vital. Estas prácticas tienen en cuenta las experiencias y conocimientos previos relacionados con la tradición oral de su entorno, en donde se involucra el gran legado de los mayores y sabedores para transmitir los conocimientos ancestrales, de tal forma que las vivencias, relatos, costumbres, tradiciones culturales, valores y principios fortalezcan así su identidad.

¿Qué relatos o historias has escuchado en tu comunidad?

¿Consideras qué es importante recordar estas historias? ¿Por qué si o por qué no?

El lenguaje hablado es una de las tantas formas que el hombre tiene para expresarse, mostrarse y darse a conocer. Además, es una actividad propia de los seres humanos y como tal un proceso social significativo. Por tal motivo, vemos necesario aprovechar esta oportunidad para resaltar y compartir algunas experiencias como historias, relatos, mitos y leyendas que enriquecen de manera significativa la tradición oral de nuestro territorio.



ACTIVIDAD 1

Lee cuidadosamente el siguiente relato, luego cuéntaselos a tus familiares de manera oral.



En Lame vivía mucha gente, gente muy trabajadora. Una de las compañeras de la comunidad tenía varias hijas. Una de ellas era muy perezosa y no les gustaba hacer oficio, solo le gustaba quedarse bañando todo el día.

Poco a poco dejó de volver a la casa; ya vivía en el río. De vez en cuando visitaba a la mamá. Esta hija se dedicó a comerse la gente de la comunidad, pues se había transformado en culebra.

Cuentan que un día estaba el cura haciendo misa y mientras tanto la culebra se había enroscado alrededor de la iglesia y metió la cabeza por la puerta y se los tragó a todos como si fueran mosquitos.

La mamá le pegó con el Khas-wa't (vara en la que se coloca la lana para hilar) o puchicanga, pues a ella no se la comió.

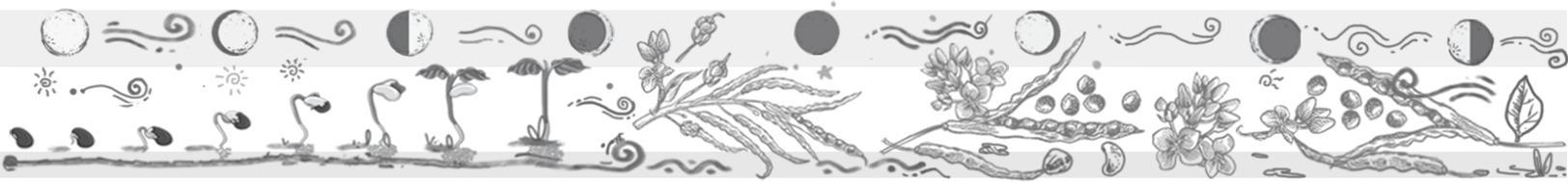
En la peña se veía la huella por donde subía la culebra. Los mayores aconsejaron hacer una trampa con guadua, la pusieron en el camino de la culebra.

La culebra, al subir, cayó en esa trampa y quedó partida en tres pedazos. Dicen que esos pedazos al saltar, cayeron en diferentes partes del río Moras.

Los pescadores que tienen oídos sensibles cuentan que oyen a la culebra decir:

- “ojalá tuviera cola!, ¡ojalá tuviera cuerpo! ¡Ojalá tuviera cabeza!”

En memoria de esta culebra, hasta hoy día se le dice a los que viven en Lame, Lamexu, ul pé'ya.



¿En qué lugar se desarrolló la historia? _____

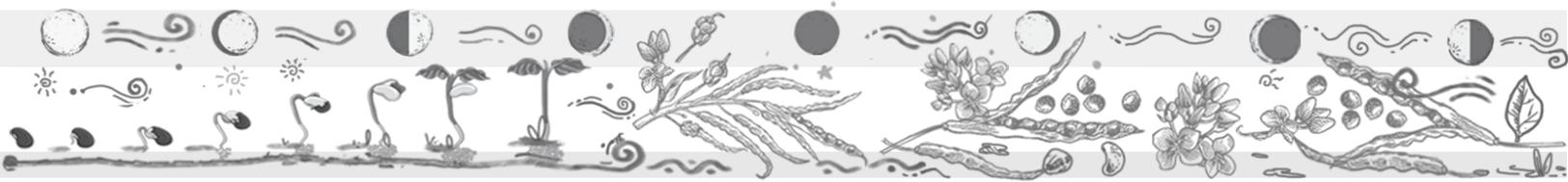
¿Cuáles son los personajes principales?

Averigua qué es una “Puchicanga” y cuál es su utilidad _____

¿Qué pasaría si la culebra no hubiera caído en la trampa y aún viviera? _____

Representa gráficamente la anterior historia

El texto anterior nos da a conocer una historia que hace parte de la tradición oral de nuestro territorio y nos permite hacernos la pregunta:



¿QUÉ ES LA TRADICIÓN ORAL?

¿ QUE ES LA TRADICIÓN ORAL?

Son todas aquellas formas de expresión que poseen las diferentes culturas de nuestro país y que han sido transmitidas a través de relatos, canciones, coplas, mitos, leyendas, teatro ..de generación en generación.



Es toda forma de transmitir la cultura, la experiencia y las tradiciones de una sociedad a través de relatos, cantos, oraciones, leyendas, mitos etc. Se transmite por padres a hijos, de generación a generación, llegando hasta nuestros días y tiene como función primordial la de conservar los conocimientos ancestrales a través de los tiempos.

Desde épocas remotas en las que el hombre comenzó a comunicarse a través del habla, la oralidad ha sido fuente de transmisión de conocimientos, al ser el medio de comunicación más rápido, fácil y utilizado. Esta forma de transmisión suele distorsionar los hechos con el paso de los años, por lo que estos relatos sufren variaciones en las maneras de contarse, perdieron a veces su sentido inicial.

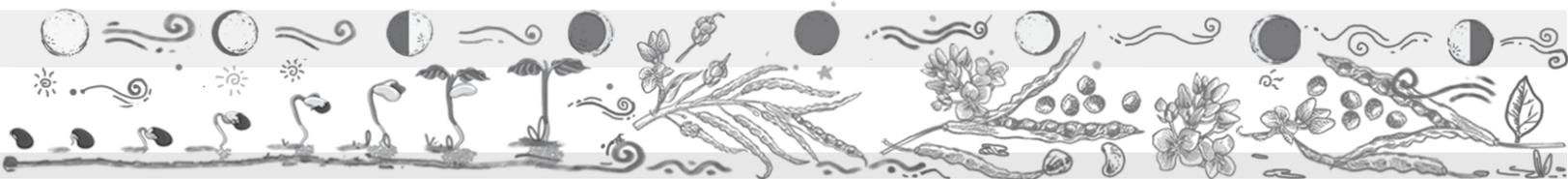
ACTIVIDAD

REFLEXION:

Teniendo en cuenta lo anterior, te invito a tener un diálogo con los mayores que se encuentren cerca y te den las respuestas a los siguientes interrogantes

¡¡QUE LO CUENTEN LOS MAYORES!!

1. ¿Qué historias o relatos antiguos sabes de la comunidad? _____



2. ¿Qué prácticas culturales se desarrollan en tu comunidad? _____

3. ¿Cuál es el significado del Tul o huerta? _____



El Tul es la huerta casera del pueblo Nasa que se caracteriza por la variedad en su producción. El tul representa la diversidad de la vida Nasa, la capacidad de trabajo colectivo, la relación de aprendizaje cultural y espiritual con nuestra Madre Tierra y los seres que hacemos parte de ella. El Tul es la manera como conservamos los alimentos y que nos han hecho pervivir como pueblo Nasa.

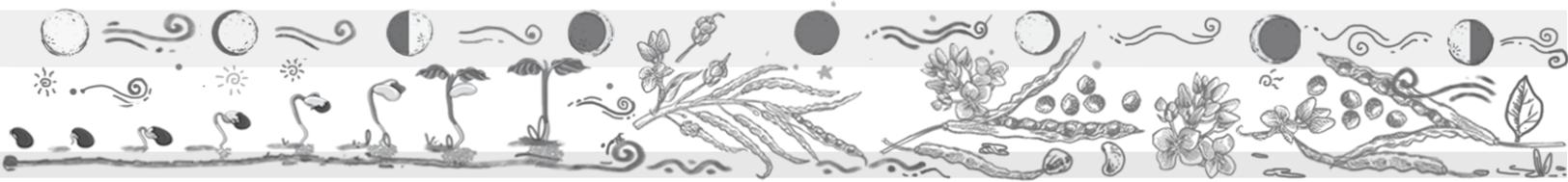
ACTIVIDAD

Algunas creencias asociadas al Tul†

Dentro de las prácticas culturales que saben los mayores acerca del tul tenemos:

El saber de los mayores

1 Preparando la Cosecha. Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca- ACIN- Proyecto Educativo Comunitario Territorio, naturaleza y producción. Pag 19



- El médico tradicional juega un papel muy importante, es el encargado de velar para que en la naturaleza y la familia exista la armonía y equilibrio.
- Las plantas se siembran orientadas hacia el clima cálido para mejorar la producción.
- Cuando nos enfermamos el médico tradicional nos sana mezclando gran cantidad de hierbas para atajar la enfermedad.
- El sembrado del maíz se hace en círculo, empezando de la orilla hacia el centro para que sea fuerte contra el viento.

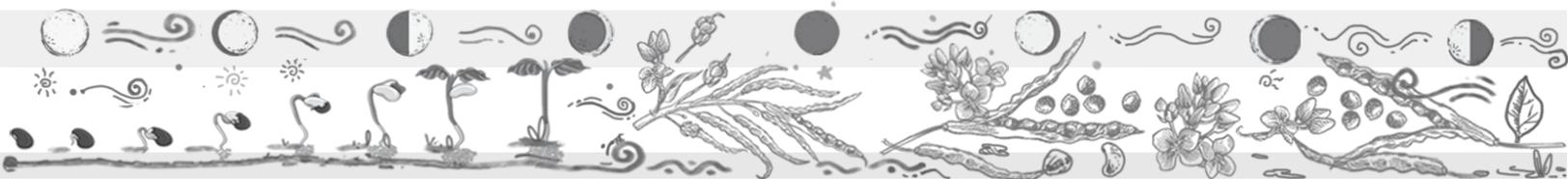
1. A partir de las lecturas anteriores, escribe un relato corto sobre la importancia del Tul o huerta escolar. _____

2. Representa mediante un dibujo los elementos más importantes que constituyen el Tul o la huerta.

3. ¿Cómo es la huerta familiar y la huerta escolar? Establece semejanzas y diferencias.

Tul familiar

Tul escolar



Tu familiar

Tu escolar



El Tul²

Con el paso del tiempo en algunas comunidades ha venido desapareciendo como una práctica cultural importante para el sostenimiento de la familia y para el equilibrio y la armonía entre los seres humanos y la naturaleza:

Por ejemplo, se vienen perdiendo los conocimientos relacionados con el calendario agroecológico, es decir con los tiempos destinados al trabajo de la tierra.

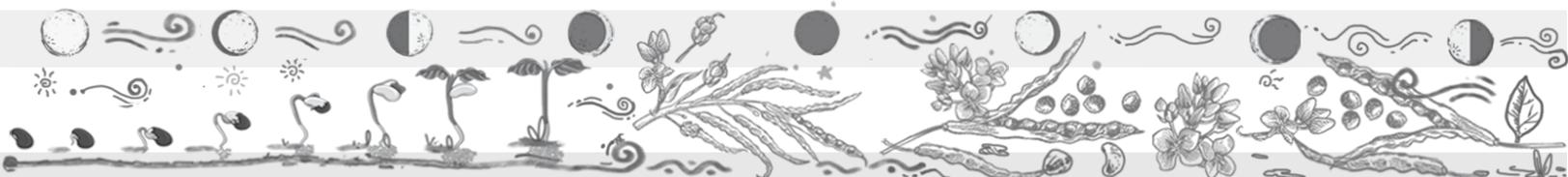
Se siembra una sola clase de plantas tales como café, maíz, papa, frijol y es lo que llamamos monocultivo.

Se vienen perdiendo los conocimientos de las plantas medicinales para el control de plagas

La alimentación de las personas a desmejorado, se a reducido a productos adquiridos en el comercio tales como: arroz, pasta, enlatados, lentejas y otros. Dejando de lado una gran variedad de alimentos tradicionales recomendados culturalmente para el desarrollo físico e intelectual.

Las comunidades dependen cada vez más de los productos de afuera y de obtener dinero para poder sobrevivir.

1 Preparando la Cosecha. Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca- ACIN- Proyecto Educativo Comunitario Territorio, naturaleza y producción. Pag 19



ACTIVIDAD

Teniendo en cuenta las apreciaciones anteriores y con la ayuda de una persona mayor de tu familia, responde las siguientes preguntas

Comparar la huerta tradicional con una actual. ¿En qué se parecen y en qué se diferencian?

¿Por qué crees que se han dado los cambios en la huerta - túl con el paso tiempo?
¿Cuáles crees que sean las razones?

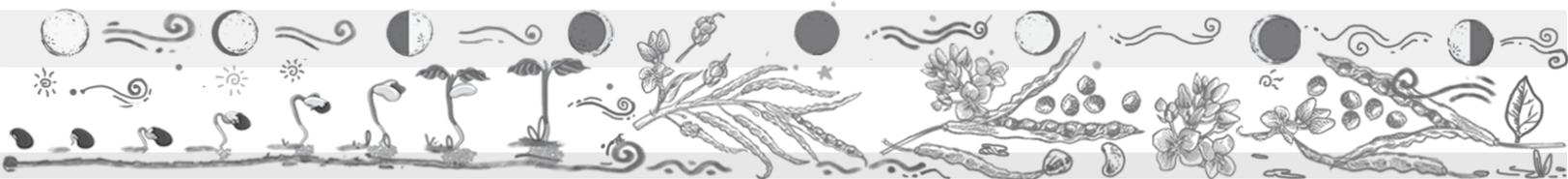
Compara cómo era la alimentación de las personas antes y cómo es ahora.

Dialoga con tus padres o con otros mayores y a partir de la conversación escribe algunas acciones para que la huerta o túl se fortalezca cada día más.

ACTIVIDAD

Actividad. Lee en voz alta la siguiente historia de los aztecas relacionada con el origen del maíz para los indígenas aztecas que vivieron en México.³

³ <https://mitosyleyendascr.com/mexico/la-leyenda-del-maiz/>



El origen del maíz para el pueblo Nasa⁴

LAS LEYENDAS DEL MAÍZ

Cuentan que antes de la llegada de Quetzalcoatl sólo comían raíces y animales que cazaban.

No tenían maíz, pues este cereal tan alimenticio para ellos, estaba escondido detrás de las montañas.

Los antiguos dioses intentaron separar las montañas con su colosal fuerza, pero no lo lograron. Los aztecas fueron a plantearle este problema a Quetzalcoatl.- yo se los traeré - Les respondió el dios.

Quetzalcoatl, el poderoso dios, no se esforzó en vano en separar las montañas con su fuerza, sino que empleó su astucia. Se transformó en una hormiga negra y acompañado de una hormiga roja, marchó a las montañas.

El camino estuvo lleno de dificultades, pero Quetzalcoatl las superó, pensando solamente en su pueblo y sus necesidades de alimentación. Hizo grandes esfuerzos y no se dio por vencido ante el cansancio y las dificultades.

Quetzalcoatl llegó hasta donde estaba el maíz, y como estaba transformado en hormiga, tomó un grano maduro entre sus mandíbulas y emprendió el regreso. Al llegar entregó el prometido grano de maíz a los hambrientos indígenas.

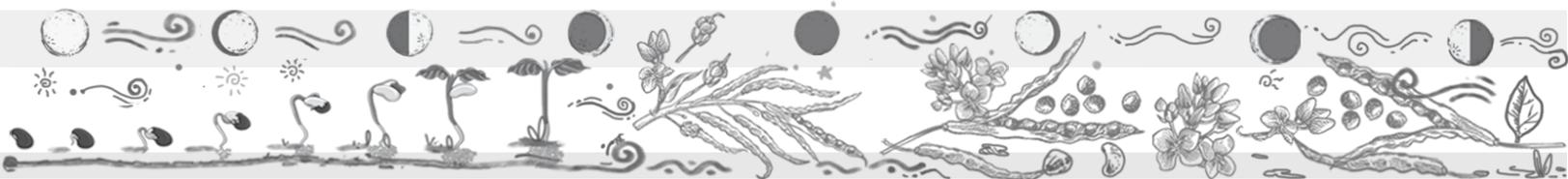
Los aztecas plantaron la semilla. Obtuvieron así el maíz que desde entonces sembraron y cosecharon. El preciado grano, aumentó sus riquezas, y se volvieron más fuertes. Construyeron ciudades, palacios, templos... y desde entonces vivieron felices.



¿Qué otras historias has escuchado acerca del origen del maíz en tu territorio?

¿Por qué el maíz se ha convertido en base de la alimentación en nuestro país?

¿Cuáles son los principales alimentos que se preparan a base de maíz?



Cuentan los mayores que “un día en el cual hubo mucha hambre en todo el territorio, una señora Nasa fue a buscar comida a la montaña. Cuando iba caminando, muy lejos de la casa vio dos granitos de maíz que le cayeron de arriba. Ella los recogió, los echó en la cuetandera y buscó algunas frutas silvestres y se niñó a la casa, preparó comida y le dio de comer a su familia. De pronto, se acordó de los dos granitos de maíz, los sacó de la mochila y los sembró en el tul. Al día siguiente fue a verlos y la mata de maíz ya estaba en choclo. Ella cogió la mejor mazorca y prepararon sopa de maíz, la probó y estaba muy rica. Le dio a comer a su esposo e hijos que estaban muriendo de hambre. El maíz mató el hambre por primera vez en la vida.



Origen del maíz capio

Cuentan los ancianos de Pueblo Nuevo, en Caldoño, que el maíz capio fue traído por el sabio Pedro Urdemales, quien hizo varios viajes a donde los tapanos, seres que habitan debajo de la tierra. Cuando iba a regresar a nuestra tierra, a este mundo, siempre lo requisaban por todas las partes del cuerpo para que no se trajera nada. Un día se hizo el enfermo y cogió unos granitos de maíz capio y de frijoles y se los amarró en el cuerpo del pene. Así fue que logró llevar

esta semilla a la gente de arriba. Así fue como se obtuvieron los alimentos nutritivos,

Origen del maíz amarillo

Cuentan los mayores que un día una anciana fue a buscar alimento por un camino que seguía a la montaña. Cuando iba caminando, vio otro crucero y ella entró ahí. Apareció entonces una jigrada de maíz. Pero ella siguió caminando. De pronto, se escuchó una voz que decía: “Usted anda buscando comida”. Cuando ella escuchó esas palabras, resolvió observar bien quién hablaba. Eran dos granitos de maíz los que hablaban. Cogió la jigrada de maíz, y era la primera vez que lo conocía. Le dio de comer a sus hijos y a otras familias y el resto lo sembró en el tul; ahí se secó y cosecharon bastante maíz, que repartieron para todos y para otras partes del mundo.

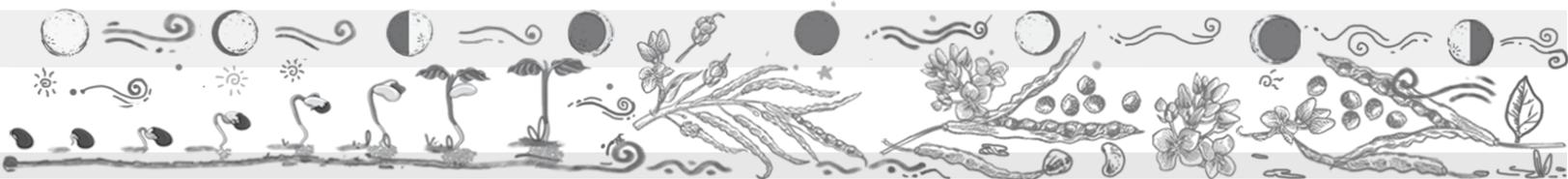
ACTIVIDAD 3

Inventa y redacta una leyenda sobre la siguiente situación inicial, y escribe un título a la historia⁵



Nadie se podía meter a la laguna en noches de luna llena porque detrás de los matorrales aparecía...

⁴ Los textos de esta página son un extracto de la tesis del mayor José Roberto Chepe, la cual escribió cuando terminó su licenciatura en Etnoeducación en Caldoño – Territorio Sat Tama Kiwe – 2007
⁵ Guía Escolar- Español y Literatura- Santillana.



A large rectangular box with a blue border, containing 15 horizontal blue lines for writing.

AUTOEVALUACIÓN

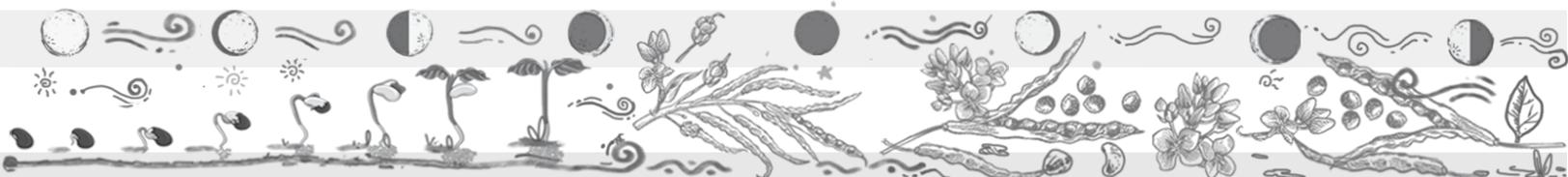
Querido estudiante...

Es importante que reflexiones y te retroalimenes sobre tu proceso de aprendizaje. Piensa en los aspectos positivos que hayas realizado durante el desarrollo del trabajo. si no hay ninguno escribe un compromiso que contribuya a mejorar sobre este aspecto.

¿Qué fue lo que más te llamó la atención sobre el tema de la oralidad?

Three horizontal green lines for writing the answer to the question above.

¿Cuándo lo mayores relatan historias, los escuchas con atención y aprendes de ellos?
SI ___ NO ___ ¿Porqué? _____



¿Qué crees que son las narraciones populares?

¿Cuáles son los textos que pertenecen a la tradición oral?

¿Cuál fue tu actitud y compromiso durante el desarrollo de esta parte de la guía?

Unidad 3

Los géneros literarios y la tradición oral

En esta unidad se busca que el estudiante reconozca y clasifique los textos literarios correspondientes a la tradición oral en sus distintas manifestaciones, a través del desarrollo de estrategias metodológicas relacionadas con el análisis de la lectura y escritura de textos narrativos como el cuento, el mito y la leyenda, etc. convirtiéndose la literatura oral como una estrategia óptima de fomento a la lectura en sus distintas presentaciones, contribuyendo al conocimiento general de la literatura universal.

Seguramente en muchas ocasiones has leído o escuchado diferentes tipos de textos, como cuentos, leyendas, mitos, fábulas, entre otros.

¿Cuáles de los textos mencionados son tus preferidos? ¿por qué?

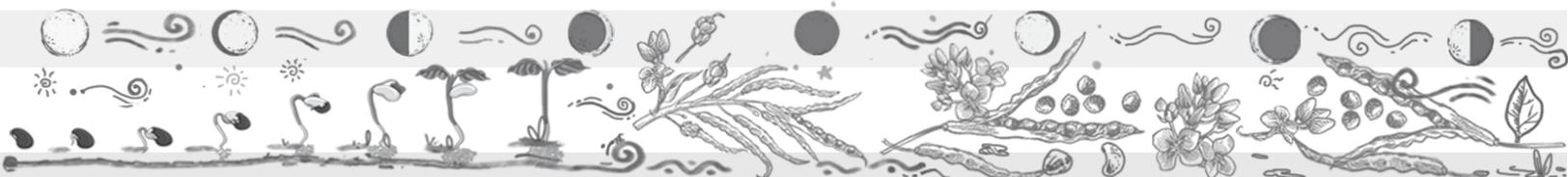
¿Qué intención tuvieron los antepasados cuando crearon los mitos y leyendas?

¿Qué mitos conoces y qué sabes de las leyendas?

¿Cuál crees que es la finalidad de estas narraciones?

El hombre a través de su historia ha tratado de darle explicación y sentido a muchos hechos o fenómenos que se le presentan y lo ha hecho por medio de la creación de relatos fabulosos, protagonizada por dioses, héroes o seres fantásticos, dando origen a la mitología.

⁶ https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7994/LYT_8_1996_art_23.pdf?sequence=1&isAllowed=y



¿Qué representa la mitología para los Nasa?

1

Querido estudiante...

En cuanto a su mitología, cabe destacar que los líderes, caciques y héroes son salidos de las aguas y son además hijos del trueno. Así encontramos que JUAN TAMA nace en la quebrada Lucero; ANGELINA GUYUMUS, en el rio Coquiyó..

A su muerte estos personajes se compenetraron de nuevo con la naturaleza y se refugiaron en las lagunas.

El Nasa piensa que sus personajes mitológicos, especialmente Juan Tama, desapareció en la laguna y ellos les prometieron regresar en caso de necesitar ayuda. Entre estas lagunas, la principal es la de Juan Tama. Inspira veneración y respeto, pues es ahí donde celebran diferentes ritos para limpiar y purificar el cuerpo y ahí también acuden los cabildos para asegurar un buen gobierno, paz y prosperidad además se realizan ceremonias para refrescar las varas de mando, para hacer su entrega a los nuevos cabildantes.

Otro elemento muy respetado es el arcoiris pues es una entidad sagrada que les inspira temor y muchas leyendas y mitos se entretejen a su alrededor.

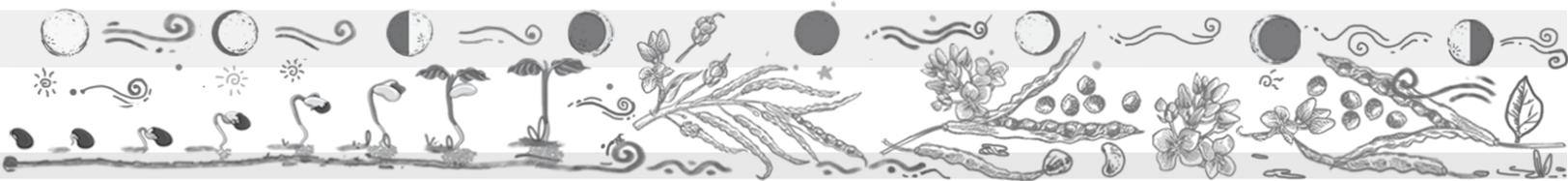
La serpiente es una figura sagrada para la comunidad Páez, simboliza el conocimiento, superioridad, fecundidad, respeto, astucia, prudencia... A su alrededor se a creado una variedad de leyendas que se han tomado como signos sagrados y es la causante de la destrucción de los pueblos.

Entre los personajes míticos de la comunidad Nasa están Juan Tama, La Cacica Gaitana y La Cacica Angelina Guyumús, entre otros.

7

ACTIVIDAD

¿Qué otros personajes míticos del territorio conoces?



Clasificación de los géneros literarios

Los textos **literarios** como los cuentos, las novelas, los poemas, los mitos, las leyendas, las coplas, entre otros se han clasificado tradicionalmente en tres grandes grupos llamados GÉNEROS. Estos géneros son un conjunto de características que tiene como objetivo la clasificación de los distintos textos basados en la forma de composición o en sus contenidos.

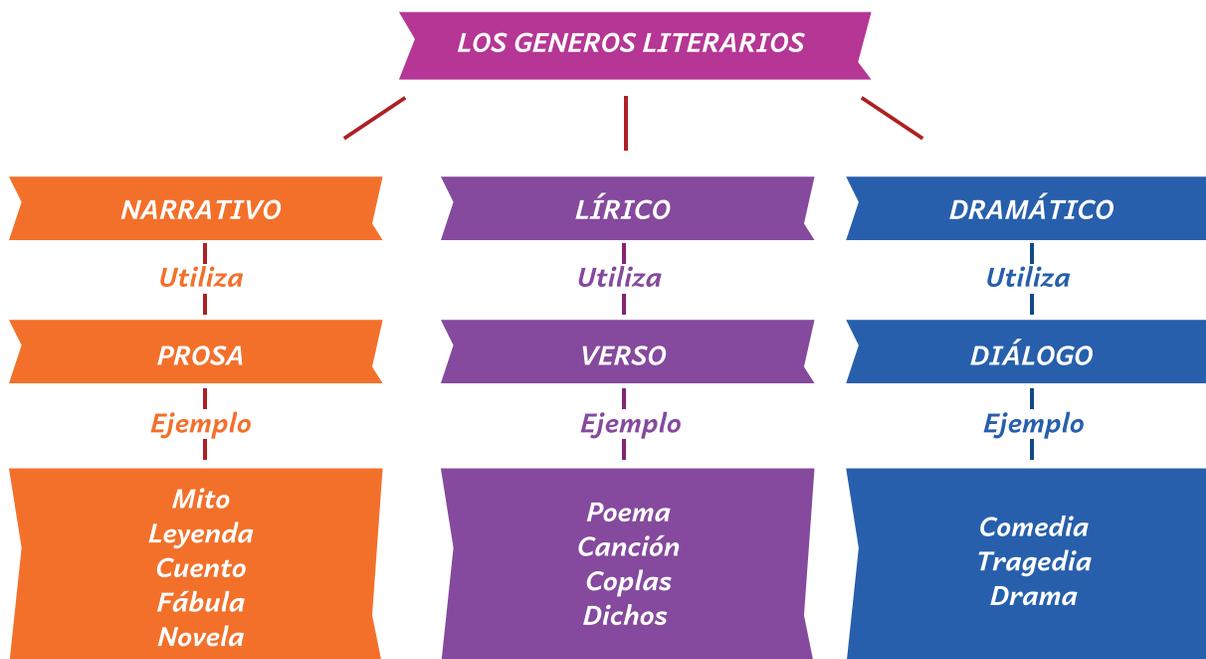
Así, podemos conocer tres tipos de géneros dentro de la literatura:

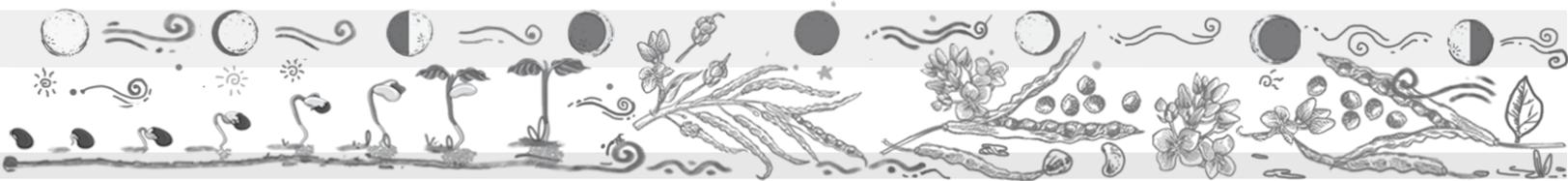
Género narrativo o narrativa.

Género lírico o lírica

Género dramático o drama.

A continuación, encontrarás un mapa conceptual, en donde se muestra la clasificación de los distintos textos literarios.





EL GÉNERO NARRATIVO⁸

El género narrativo es una expresión literaria que se caracteriza porque se relatan unos sucesos o acontecimientos que pueden ser reales o imaginarios (ficticios). Seguramente en muchas ocasiones has leído o escuchado diferentes textos narrativos, como leyendas, cuentos, fábulas y novelas. En todos ellos aparecen unos personajes y unos hechos o acontecimientos reales o imaginarios que se desarrollan en un espacio y durante un tiempo determinado.

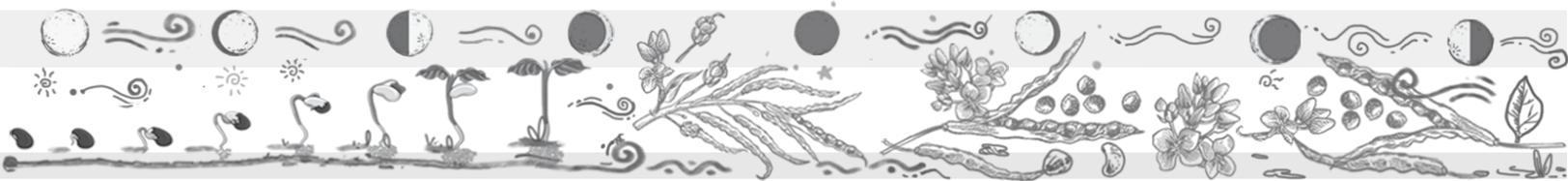
CARACTERÍSTICAS DEL GENERO NARRATIVO

- Es una narración en prosa (Forma habitual de escribir, ocupando todo el renglón, los enunciados se disponen de forma continua)
- Lo que se narra puede ser real o imaginario (ficticio)
- Las narraciones tienen en común la estructura en que se organizan los hechos narrados: inicio, nudo y desenlace
- Consta de un narrador que cuenta la historia y los personajes que la protagonizan.
- Existen personajes principales y secundarios
- Esos personajes están ubicados en un tiempo y un espacio determinados.
- Dentro del género narrativo hay distintas clases de narraciones; las más usuales son el cuento, el mito, la leyenda, la fábula, la novela, entre otras.

CLASIFICACIÓN DEL GENERO NARRATIVO



⁸ <http://caracteristicas.org/genero-narrativo/>



El mito y la leyenda

¿QUÉ SON EL MITO Y LA LEYENDA?⁹

LEYENDA

Es un relato hablado que se conserva en la tradición oral de un pueblo. Indica lugares con precisión y en su origen tiene antecedentes históricos.

Es una narración que surge de un hecho que realmente ocurrió, pero, al ser contada de una persona a otra, se le añaden hechos fantásticos; el resultado es una narración que muestra las costumbres, la manera de ser y las creencias de su pueblo o de una región.

Ej.: La Patasola, La Madre Monte



MITO

Narración maravillosa situada fuera del tiempo histórico y protagonizado por personajes de carácter divino o heroico. Con frecuencia interpreta el origen del mundo o grandes acontecimientos de la humanidad. El mito son relatos que cuentan cómo se crearon los cielos y dónde provienen los vientos o cómo nacen los propios dioses.

Ej.: Nacimiento de la luna y el sol



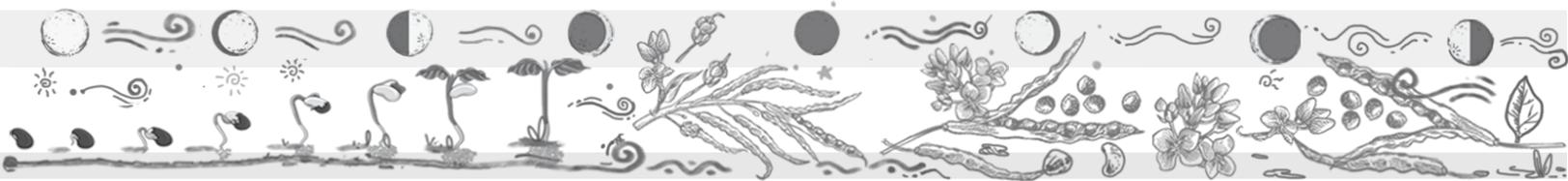
SEMEJANZAS ENTRE MITO Y LEYENDA

1. Pertenecen a la tradición oral.
2. Se mantienen como narraciones vivas en la memoria colectiva de un pueblo.
3. Se transmiten de generación en generación.
4. Han perdurado a través del tiempo.
5. Son relatos vinculados a creencias religiosas.
6. Hablan de un mundo y época ideales en que dioses y hombres se comunicaban.
7. Se refieren a un pasado lejano.
8. Manifiestan una realidad extraordinaria (histórico-religiosa).

DIFERENCIAS ENTRE MITO Y LEYENDA

Mito	Leyenda
Nace en una época remota, en el tiempo primordial o del origen.	Nace de un hecho real que se explica de un modo maravilloso o sobrenatural.
Surge de la imaginación o de la fantasía de todo un pueblo.	Es más local, pertenece a una determinada región.
Es una explicación no racional de hechos sobre-naturales.	Más que explicar un hecho, busca presentarlo y enseñar.
Pertenece a la humanidad en general.	Está sujeta a la circunstancia de espacio y tiempo que la originó.
Narra las aventuras de los dioses, la creación del mundo, el origen del hombre.	Une realidad y fantasía y exalta las hazañas de sus imaginarios héroes, espíritus y hombres.

9. <http://caracteristicas.org/genero-narrativo/>



ACTIVIDAD

Lee con atención el siguiente Mito

EL ORIGEN DE LA PRIMERA MUJER

Había un río maravilloso en las selvas del Orinoco. Debajo de los remolinos, en el fondo del río, había una gran casa y como ésta era de cristal de roca reflejaba todos los colores. En este lugar vivían los peces. Desde esta casa se podía ver, como en un espejo, todo lo que pasaba fuera del río. Veían pasar las canoas de hombres navegando y oían la música que hacían los canaletes o remos al rozar el agua. Por entonces, los indios del Orinoco eran todos hombres y no tenían mujeres. En la noche los peces al entrar en su casa bajo el agua, se convertían de uno en uno en mujeres y niñas.

Un día un grupo de mujeres salió del agua para bajar frutos rojos de un árbol. En ese momento pasó una canoa con indios. ¡por verlas todos naufragaron! Ellas bajaron al fondo del río, menos una que insistió en coger más frutas. Un indio de los que naufragaron, se salvó y llegó nadando a la orilla. Puso una trampa con ramas espinosas y esperó escondido. Ella bajó y quedó enredada entre las espinas, sin poder zafarse por más que forcejeaba.

El hombre salió de su escondite y la agarró. Se casó con ella después y tuvieron muchos hijos. Dicen en el Orinoco, que así fue como los indios consiguieron su primera mujer.

Mito de los indígenas del Orinoco colombiano-venezolano.

Busca en el diccionario el significado de las palabras subrayadas en el texto. Escribe nuevas oraciones.

Remolinos:

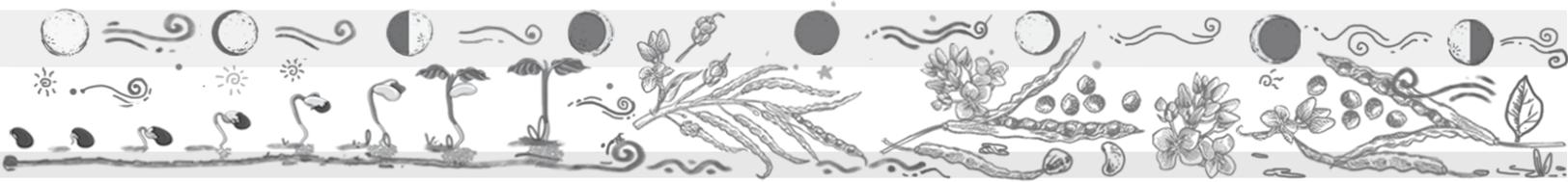
Naufragaron:

Forcejeaba:

¿En qué lugar se desarrolla la historia?

¿Qué acontecimiento trata de explicar este mito?

¿Qué características tiene para considerarse como mito?



Actividad: lee la siguiente leyenda y responde las preguntas

EL MOHÁN

Hace muchos años vivió un campesino muy rico. Tenía gallinas que le daban muchos huevos. Vacas que le daban abundante leche. Árboles que le daban frutos y mucho dinero. Pero el hombre era muy tacaño. No le daba nada a sus hijos ni a sus padres ni a los pobres.

Cuando los padres le pedían dinero prestado él les respondía que estaba en la ruina. Cuando sus hijos necesitaban alimentos él se negaba a darles de comer. Juan González se llamaba aquel señor tan tacaño.

Un día llovió tanto que sus tierras se inundaron y sus animales se ahogaron. Desesperado salió a pedir ayuda, pero nadie acudió a su llamado.

Sus hijos le dijeron que estaban ocupados. Sus padres respondieron que no podían caminar. Juan González se hundió en sus tierras, sus animales y su dinero. Nadie volvió a mencionar a aquel hombre tan tacaño.

Al cabo del tiempo, Juan apareció convertido en monstruo. Tenía el rostro cubierto de musgo. Su cuerpo era más fuerte y corpulento. Sus ojos brillantes parecían de fuego. Los campesinos huían al verlo. Todo el mundo se asustaba del mohán, menos el niño que lo había visto en varias oportunidades en la huerta de su casa. El niño salía a comerse un mango y el mohán siempre le pedía un mordisco. Pero él se negaba a darle.

Un día el niño le contó a su mamá que había visto al mohán en la huerta. La madre lo acusó de ser un mentiroso y amenazó con dejarlo sin postre si volvía a mencionar a semejante monstruo.

Leyenda campesina

Campesinos de las márgenes del río Magdalena.

COMPRENSIÓN DE LECTURA

Responde las preguntas según el texto.

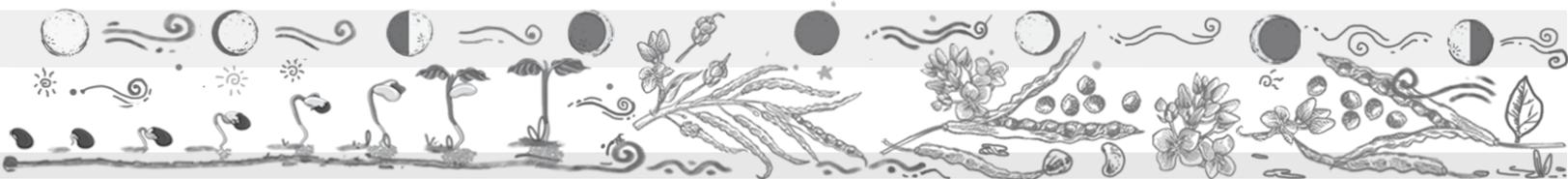
1. ¿En qué lugar se desarrolla la leyenda?

2. ¿Quiénes son los protagonistas de la historia?

3. ¿Cuántos párrafos tiene la historia?

4. ¿Cuál es el defecto criticado en la leyenda? Explicar.

5. ¿Qué situación trata de explicar la leyenda?



← El cuento y sus partes 3

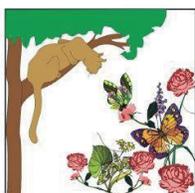
El **cuento** es una narración breve en donde participan uno o varios personajes.

Además los **cuentos** tienen: **un principio, un desarrollo y un final**; estos son sus tres momentos.

1.- Principio: en esta parte se presenta el problema con el que da inicio el cuento así como sus personajes.

2.- Desarrollo: momento o parte en donde se desarrollan los sucesos o acciones del problema.

3.- Final o desenlace: parte en la que se solucionan los problemas del cuento dándolo por terminado.



Había una vez tres lindas mariposas que revoloteaban alegres en un hermoso jardín cubierto de hermosas flores, donde un gato se paseaba silencioso



De pronto la más pequeña quedó atrapada entre unos rosales; al verla sus compañeras trataron de ayudarla, momento que aprovechó el gato para atraparlas, pero ellas volaron dejando a su compañerita a merced del gato que desesperada le decía ¡no me hagas daño! y el gato sin escucharla trataba de agarrarla sin importarle los pinchazos que se daba, mientras ella seguía luchando por safarse de los rosales donde se encontraba atrapada.

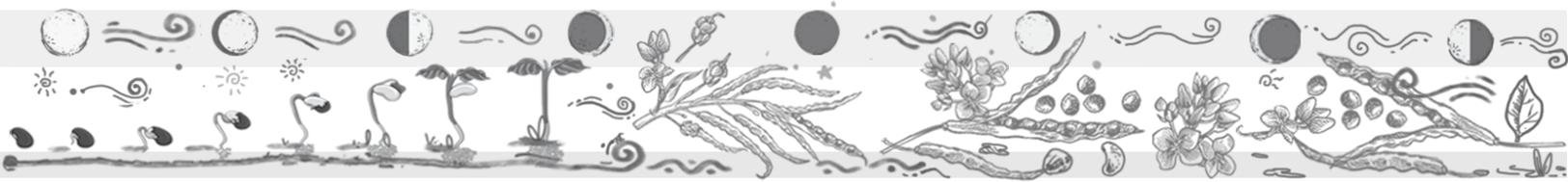


Después de mucho la mariposilla logró salir de donde había caído reuniéndose con sus compañeritas que al verla se pusieron muy felices y contentas diciéndose entre ellas – debemos tener más cuidado.

INICIO O PRINCIPIO

DESARROLLO O TRAMA

FINAL O DESENLACE

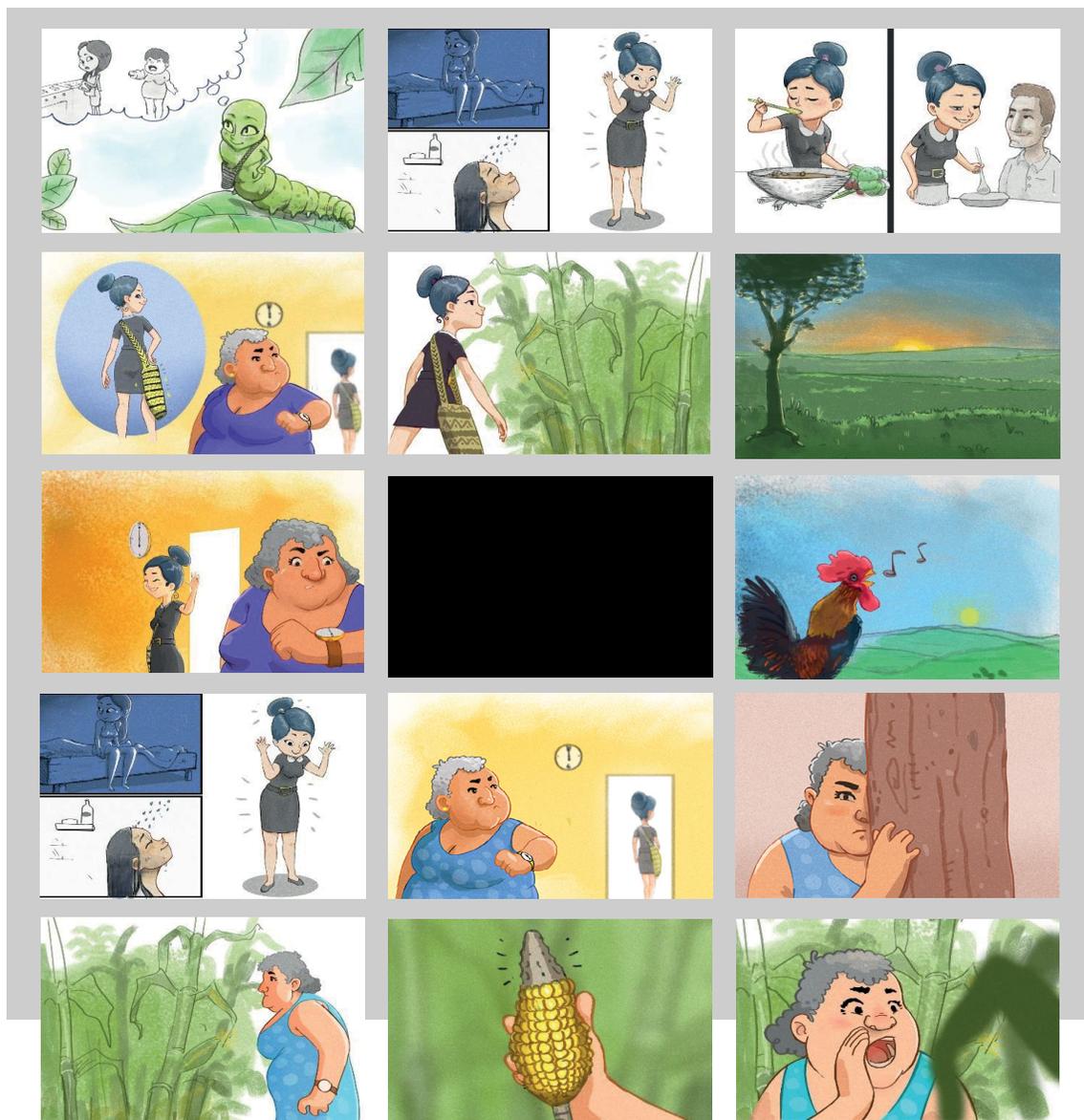


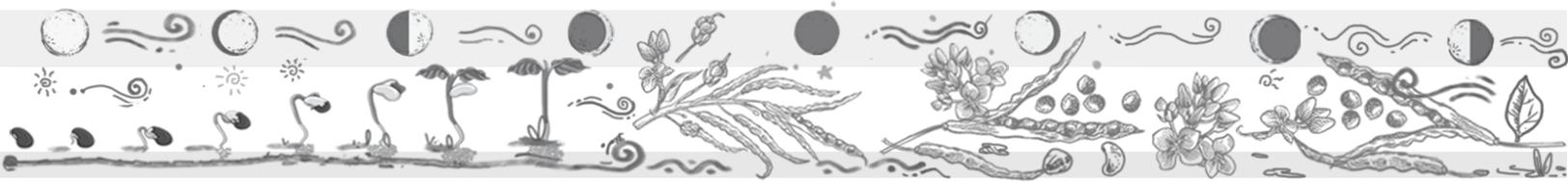
Crea tu propio cuento

Observa cuidadosamente las imágenes.

2. Ordénalas según el orden que creas que deben tener colocando a su lado el número que le corresponda

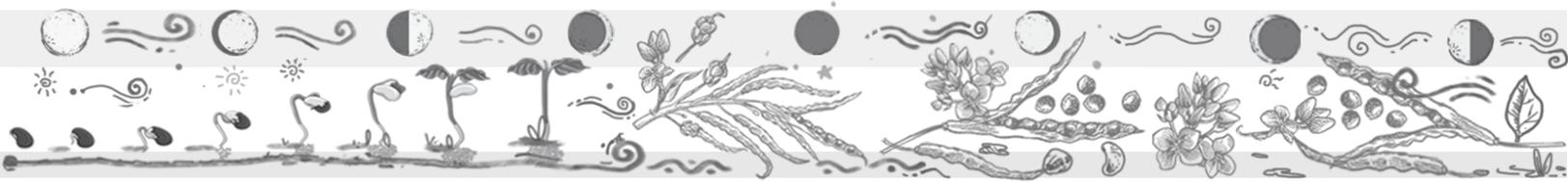
3. Luego escribe un cuento teniendo en cuenta el Inicio, Nudo, Desenlace. Escríbele un título.





Título: _____

A large rectangular area with a blue border, containing 20 horizontal blue lines for writing.



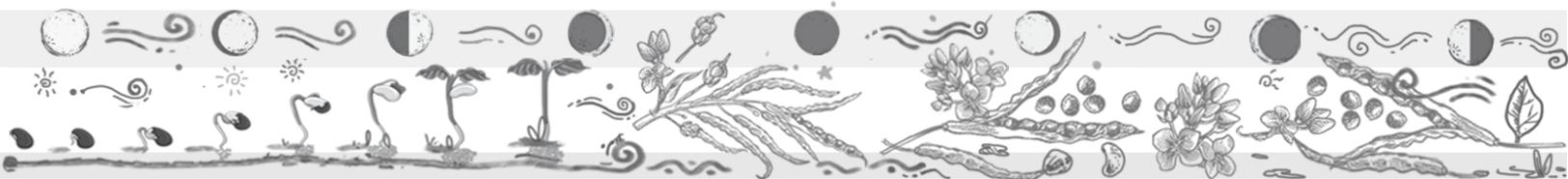
AUTOEVALUACIÓN

Reflexiona sobre lo que aprendiste en el desarrollo de esta unidad. Responde a las preguntas:

¿Qué semejanzas y diferencias encuentras entre el mito y la leyenda?

Semejanzas	Diferencias

¿Por qué crees que los textos narrativos son el tipo de lectura favorita de niños y adultos? _____



Género lírico: el canto y la poesía

Lee el siguiente fragmento de *El arco y la lira*, del escritor mexicano Octavio Paz.

“La poesía es conocimiento, salvación, poder, abandono. Operación capaz de cambiar al mundo, la actividad poética es revolucionaria por naturaleza; es un método de liberación interior. La poesía revela este mundo; crea otro. Pan de los elegidos; alimento maldito. Aisla; une. Invitación al viaje; regreso a la tierra natal. Inspiración, respiración, ejercicio muscular. Plegaria al vacío, diálogo con la ausencia: el tedio, la angustia y la desesperación la alimentan. Oración, letanía...”

PARA RECORDAR... Las obras literarias se clasifican en tres grandes grupos llamados GÉNEROS. Ellos son: Género narrativo (prosa), género lírico (verso) y género dramático (diálogo).

¿QUÉ ES EL GÉNERO LÍRICO?

El género lírico recibe su nombre a partir de la lira, un instrumento musical. En la antigua Grecia, era habitual que las composiciones de este tipo se cantaran con el acompañamiento de una lira. De allí que el término lírico guarde relación con este instrumento .

El género lírico es aquella literatura que permite expresar emociones, sensaciones y actitudes del autor. Por lo general el género lírico se desarrolla en versos (Poesía), aunque existen los textos líricos escritos en prosa. Este género abarca tanto la poesía, como adivinanzas, coplas, refranes, retahílas, canciones...etc. Entonces, la lírica y es la capacidad de expresar sentimientos y emociones a través le LA POESÍA como forma de manifestación.

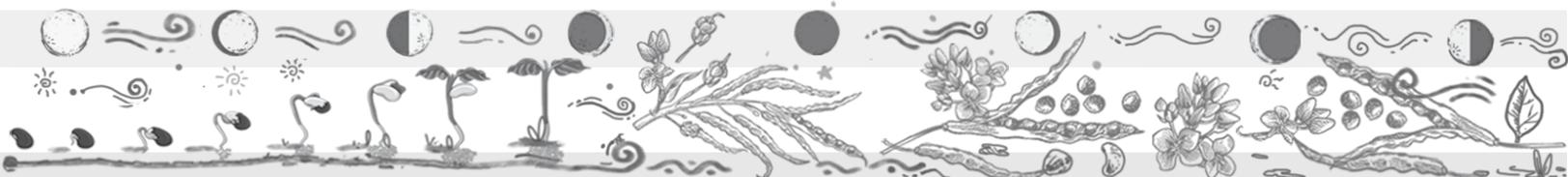
ESTRUCTURA DEL GÉNERO LÍRICO

Recuerda que el género lírico se expresa principalmente mediante poemas. El poema está integrado por un número determinado de VERSOS que son agrupados en ESTROFAS, así:

Un cuento está escrito en párrafos y un poema está escrito por estrofas. Cada línea escrita en las estrofas se les llama verso

A continuación, encontrarás el ejemplo de un poema en donde se identifican las partes que lo componen. Observa cuidadosamente.

<https://www.pinterest.es/pin/858780222673991607/>



POEMA, ESTROFA Y VERSO

El poema es la
composición
literaria escrita
en verso, que pertenece
al género

Lee el siguiente poema con ritmo y melodía.

LA SEMILLA DORADA¹²

Estrofa 1

En su camita de tierra ————— verso 1

Descansaba la semilla dorada; ————— verso 1

Estrofa 1

Algunas gotitas de lluvia ————— verso 3

entraron a despertarla. ————— verso 4

El sol se acercó un poquito ————— verso 5

Y le regaló su calor. ————— verso 6

Estrofa 2

La semilla rompió su traje, ————— verso 7

entraron a despertarla. ————— verso 8

Se asomó muy curiosa ————— verso 9

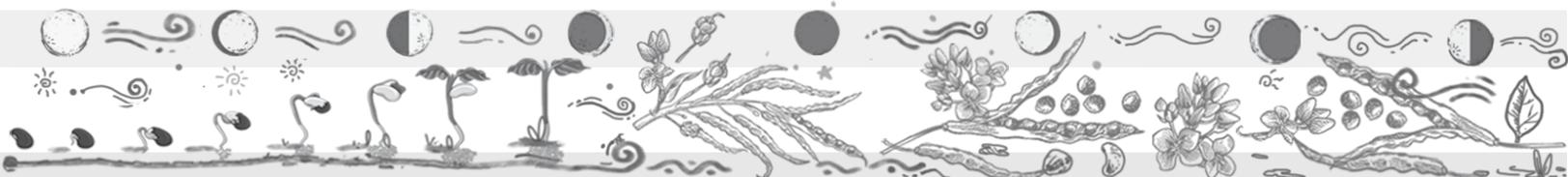
Y el mundo descubrió. ————— verso 10

Estrofa 3

Así la semilla dorada ————— verso 11

en planta se convirtió. ————— verso 12

Nilda Zamataro



Responde a las preguntas según el poema anterior

¿Cuánta estrofas componen el poema? _____

¿De cuántos versos se compone cada estrofa? _____

¿De qué trata el poema? _____

¿QUÉ ES EL VERSO?

El verso es cada una de las líneas que conforman el poema, están dotadas de métrica y ritmo para dar sonoridad y sentido.

¿QUÉ ES LA ESTROFA?

La estrofa es la parte del poema que agrupa dos o más versos los cuales pueden tener una medida y rima similar.

Observa la métrica o medida de siguiente verso

Caminante, son tus huellas

El camino y nadas más

Caminante no hay camino

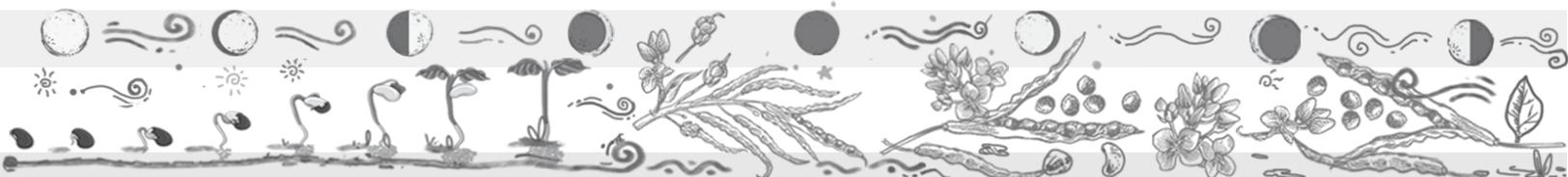
Se hace camino al andar

ca/mi/nan/te/son/ tus/ hue/ llas = 8 sílabas

el/ ca/ mi/ no/ y / na/ da/más = 8 sílabas

ca/mi/nan/te/nohay/ ca/ mi/no = 8 sílabas

Seha/ ce /ca/ mi/no/ al/an /dar/ = 8 sílabas



¿QUÉ ES MÉTRICA?

La métrica se refiere a la cantidad de sílabas que tiene cada verso de un poema. En el caso anterior los versos tienen 8 sílabas, por lo tanto se conoce como Un verso Octosílabo.

¿QUÉ ES LA RIMA?

La rima se utiliza para dar musicalidad a los versos, se refiere a la repetición de sonidos a partir de la última vocal acentuada de cada verso. Observa el ejemplo de la rima que se presenta en el siguiente verso. Lee en voz alta y te darás cuenta que riman entre ellos.

Ejemplo de rima Consonante

El tul nos brinda alimentos
Que debemos preservar
Para vivir feliz y contentos
Pongámonos a trabajar

Comamos productos sanos
que nos brinden buena salud
para así llegar a ancianos
disfrutando la juventud

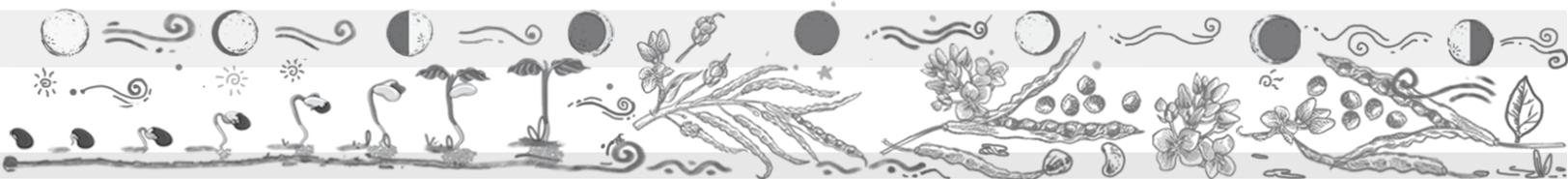
Observa el siguiente ejemplo, podrás notar que no riman los versos.¹³

Ejemplo de rima Asonante

Y te busqué por pueblos
Y te busqué en las nubes,
Y para hallar tu alma
muchos lirios abrí, lirios azules”

“Llegué a la pobre cabaña
en días de primavera.
La niña triste cantaba,
la abuela hilaba en la mesa”

¹³ Habilidades Comunicativas- Área De Humanidades, Editorial Santillana



El segundo tipo de rimas es diferente debido a que sus palabras no riman y solo comparten la última letra de sus palabras finales, estas son las llamadas rima ASONANTE.

Lee el siguiente fragmento. Escribe un título al poema

Título:

El sol mueve la cabeza
Bosteza y se despereza;
Se acaba de levantar
De su cama azul del mar,

y va a lavarse la cara
con agua de lluvia clara
Lava su melena rubia
con agua clara de lluvia

Marca con una x. El poema tiene rima:

Consonante Porque _____

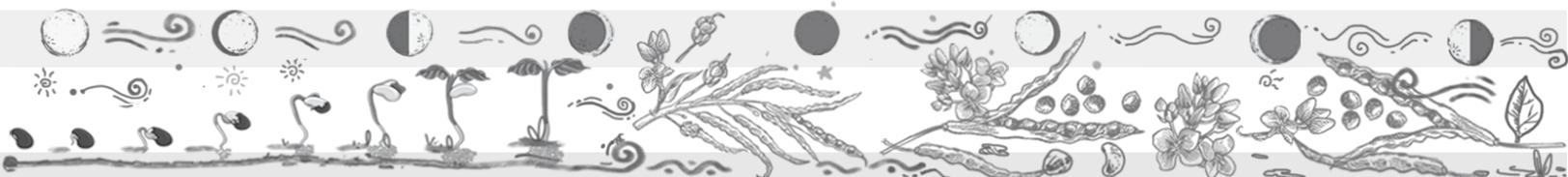
Asonante Porque _____

Ilustra el poema anterior

RECUERDA... Los cuentos son siempre lindos y divertidos porque te transportan a otros mundos y experiencias que te las puedes imaginar y saber cómo resuelven sus problemas los personajes. Al igual que los poemas también se escriben para expresar lo que sentimos y pensamos, con palabras muy bonitas, melódicas y rítmicas.

¿Cuál es tu canción favorita? _____

¿Te gusta entonar canciones? _____



LAS CANCIONES Y LOS HIMNOS

La canción es una composición literaria que expresa sentimientos o emociones y el Himno es una composición que manifiesta sentimientos patrióticos e identifican a una nación o pueblo.

ACTIVIDAD 2

El siguiente himno es común entonarlo y escucharlo en nuestro territorio. A continuación, se presenta la letra para que lo analices y respondas a las preguntas

CARACTERISTICAS DEL GENERO NARRATIVO

**Yo que soy hijo del Cauca
Llevo sangre de Paez
de los que siempre han luchado
De la conquista hasta hoy**

**Vivimos porque peleamos
Contra el poder invasor
y seguiremos peleando
Mientras no se apague el sol**

**Indígenas, campesinos
Llevamos sangre de Paez
de Álvaro y de Benjamín
De la Gaitana y Quintín**

**Toda la gente lo extraña
Por su valiente valor
por denunciar la injusticia
lo asesinó el opresor**

**Su semilla nunca muere
mil Ávaros nacerán
y el camino de la lucha
Alumbrando seguirá**

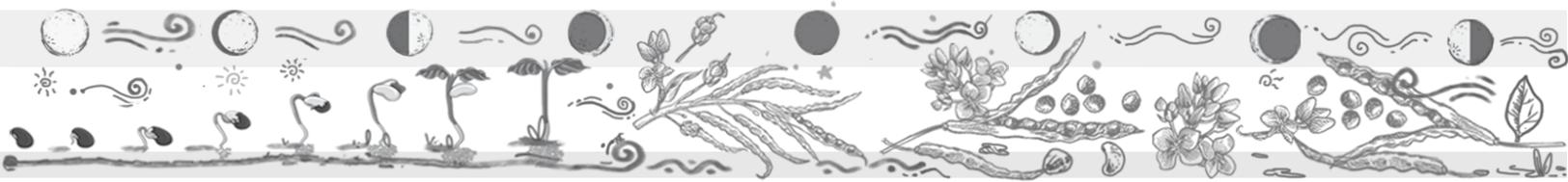
**Indígenas, campesinos
Llevamos sangre Paez
de Álvaro y de Benjamín
De la Gaitana y Quitín**

**Mártires de nuestro pueblo
En la memoria estarán
y marcarán el camino
En busca de libertad**

**Indígenas, campesinos
Llevamos sangre Paez
de Álvaro y de Benjamín
De la Gaitana y Quintín**

ACTIVIDAD

1. Lee bien el texto para que puedas comprender el significado y el mensaje del poema.
2. Cuando hayas comprendido el poema, podrás interpretarlo y descubrir lo que el autor quiere expresar, pero también se puede inferir o suponer.
3. ¿De cuántas estrofas consta el himno “Hijo del Cauca”? _____



ACTIVIDAD 2

Lee el siguiente texto e identifica el género a que pertenece, según su estructura:

ORIGENES DEL MAÍZ¹⁴

Cuentan los mayores que “un día en el cual hubo mucha hambre en todo territorio, una señora nasa fue a buscar comida a la montaña. Cuando iba caminando, muy lejos de la casa vio dos granitos de maíz que le cayeron de arriba. Ella los recogió, los echó en la cuetandera y buscó algunas frutas silvestres y se vino a la casa, preparó comida y le dio de comer a la familia. De pronto se acordó de los dos granitos de maíz, los sacó de la mochila y los sembró en el tul. Al día siguiente fue a verlos y la mata de maíz ya estaba en choclo. Ella cogió la mejor mazorca y prepararon sopa de maíz, la probó y estaba muy rica. Le dio de comer a su esposo e hijos que estaban muriendo de hambre. El maíz mató el hambre por primera vez en la vida”

RECUERDA... el texto anterior está narrando o contando una historia acerca del origen del maíz, en donde se hace uso de la PROSA ya que pertenece al género narrativo.

A partir de él, podemos expresar ideas relacionadas con el texto anterior haciendo uso del VERSO mediante la creación de coplas. Observa el siguiente ejemplo e inventa otras coplas

LAS COPLAS¹⁵

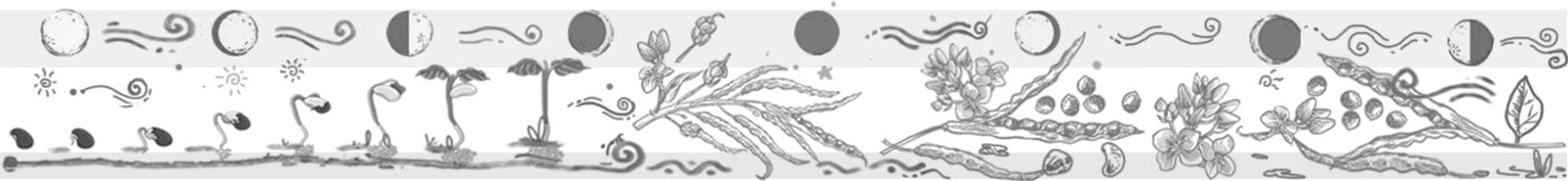
El maíz es una semilla
que debemos cultivar
para que toda la familia
pueda su hambre calmar.

*Las coplas son una
composición
poética de 4 versos
generalmente*

Las adivinanzas
Adivina , adivinador...



¹³ Habilidades Comunicativas- Área De Humanidades, Editorial Santillana



Verde, verde es su vestido;
Tiene barba y grandes dientes
Él no come y es comida
Para toditos los presentes.

¿Qué es? _____

Tengo cabeza redonda
sin nariz, ojos ni frente
y mi cuerpo se compone
tan solo de blancos dientes

¿Qué es? _____

En medio de un campo blanco
Hay una flor amarilla,
Que se la pueden comer
el mismo rey de Castilla.

¿Qué es? _____

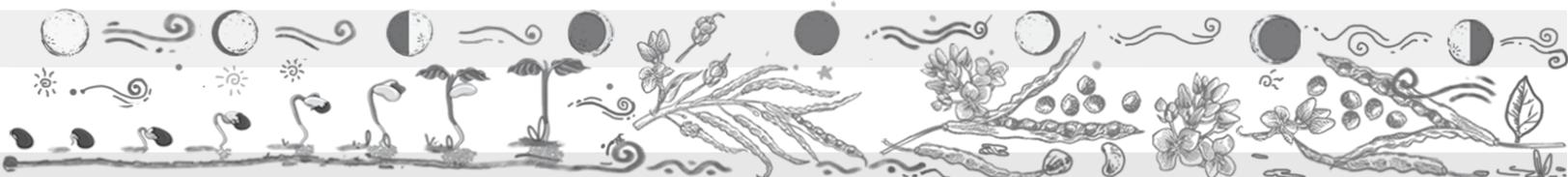
AUTOEVALUACIÓN

ESTIMADO ESTUDIANTE: Te invito a que reflexiones acerca de las actividades desarrolladas en este capítulo.

¿Qué diferencias encuentras entre el cuento y el poema?

¿Cómo fue tu compromiso con el desarrollo de esta unidad?

¿Fue fácil resolver las actividades presentadas en el trabajo desarrollado?



Unidad 4 - El tul y el Buen Vivir¹⁶

El Tul Nasa

Antes de comenzar a trabajar, hay que buscar el sitio, el rastrojo o la montaña. A ese sitio se le deben soplar plantas frescas; si es necesario, hay que ponerle un avío y esperar seis días para comenzar a trabajar.

Los productos guardados en mal tiempo se van acabando poco a poco; lo mismo pasa con los productos sembrados en mala luna. Por eso el maíz y el frijol se deben sembrar en buena luna o en el tiempo indicado por los mayores. Si actuamos así, las matas producirán mucha comida para nuestra familia. Para que la cosecha no se acabe tan pronto, sea de arracacha, yuca, rascadera o papa, no debemos arrancar toda la mata: solamente debemos sacar el producto que necesitamos; es decir, las matas deben permanecer intactas para que sigan produciendo. De esta manera, cuando se esté arrancando la última mata de la finca, las primeras matas estarán produciendo nuevamente, y así nunca pasará la cosecha y habrá comida siempre.

Los productos guardados en mal tiempo se van acabando poco a poco; lo mismo pasa con los productos sembrados en mala luna. Por eso el maíz y el frijol se deben sembrar en buena luna o en el tiempo indicado por los mayores. Si actuamos así, las matas producirán mucha comida para nuestra familia. Para que la cosecha no se acabe tan pronto, sea de arracacha, yuca, rascadera o papa, no debemos arrancar toda la mata: solamente debemos sacar el producto que necesitamos; es decir, las matas deben permanecer intactas para que sigan produciendo. De esta manera, cuando se esté arrancando la última mata de la finca, las primeras matas estarán produciendo nuevamente, y así nunca pasará la cosecha y habrá comida siempre.



Cuando sembramos yuca, antes de lavarnos las manos debemos comer productos ricos, como huevo sancochado, de esa manera la yuca será muy blandita y rica, así como el huevo; pero si comemos productos picantes o ácidos, así mismo la yuca será picante y, entonces, ¿quién la comerá?

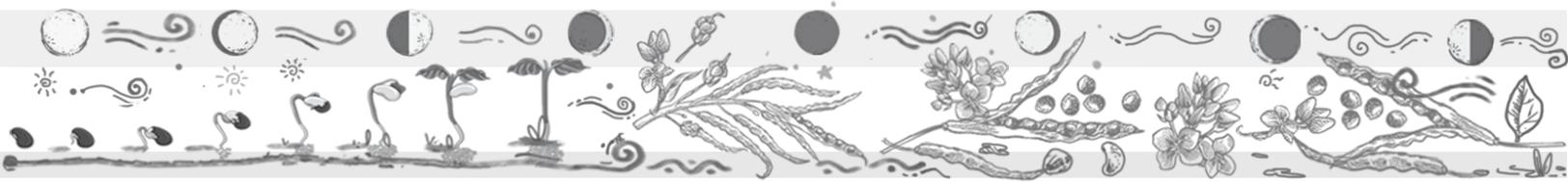
Cuando sembramos piña, cabuya o productos no alimenticios, debemos hacerlo con los pies, para que no se nos dañen las manos. Así también, los productos alimenticios debemos sembrarlos con la mano derecha y los productos no comestibles sembrarlos con la mano izquierda. De esa manera no sufriremos ni tampoco perderemos nuestro trabajo. El maíz se debe revolver con la raíz de pajadura para que esta mata se enraíce bien, no la derribe el viento y esté fuerte para que cumpla con el ciclo de su cosecha. Para que la mazorca sea fácil de desgranar, se debe revolver unas plantas que se prenden en las peñas y que son muy parecidas al maíz y que, al producir efecto en esta planta, se desgranará con mucha facilidad. Los productos de la tierra fría no se deben juntar con los productos de tierra caliente, pues así se perderán muchas semillas. Asimismo, consumir el aguacate con choclo asado produce gorgojos.

Los hongos también son venenos para las matas de plátano: hacen que se acaben; es decir, ya no resultarán nuevos colinos porque la raíz se pudre al igual que sucede con los hongos. Si queremos tener buenos productos, lo más recomendable es tener muy en cuenta las orientaciones de los mayores o consultar con ellos.

16 Narración: Paulina Ascue Yule (mayora del resguardo de Toribío)

Escritura en lengua Nasa: El original se modificó para contextualizarlo a la zona oriente por Sxuuyu Huber y María Eugenia Finscue del equipo de lenguas-Consejo de Educación-Asociación de Cabildos Nasa Cxhâcxhá

Redacción en español: Edwin Roberto Jurado (docente de la Institución Educativa Toribío) Colaborador:



Y ahora en Nasa Yuwe

Yu'kha'sa' majiinxa' u'kamey yu'çe fxize puthçxa ü'kwe kaame'wa'ja' setx ëen peejiina.
na'nxuuçxa'nxa'yu' makwepa waçuçxaane'tka'w.

na'wënxuute kīpanxuumeena. Çuth thē'jeçte' kimnxuhpa yaçka tu'kaka ji'me', naa' nxahmu üsa' naapa'ka; na's uhdeyapaçxa' weelxide ki' yu'çe wëtkwee peeweçxa'wa' ji'ptha'w ma'mee nixna u'kaya' ewuuya'. na'nxuumeete naa-muthē' üusxaçxaçxa' eha's jxuka suwuuna. sa' kimne' eha'na' txäakjwë'y teeya'ja nikina deweçxa u'kapu'te'. Cut le'çxkwetxkjwë'y nixna u'çxha walasatxi' tūupi'çxha äatäate nvxihtna u'wa'ja' yu'khtahkx suwkameen; tulte uhja'nxi tasxtxi uweçxa ü'nxa'paçxa' jxuka thē'the kuse akhwa'ja'. Na'wë nxuuwä'jä eejwalatxi' nawënxuumeete meh wala yu'khtahkx suwsaa pa'jatxna, sxuma, tūçh welx, çxkī'itxtxi' ma'wesaapa. Aça' kwe'sx majii vxitute' ü'wä' ji'mee Kutchma'kyuu, usma'kyuu nanpa jxuth dxiika wetesaakjwë'ytxi kiisçxa ü'na u'jwa'ja' çxibxna sweekaameen, ëesuwe sxtxi' fxiw nvxihtna.



neenxuune'tka'w.

Fxiwu'jwa' nikiççxa' a'te's thegwa'ja' sa' tadxiiçteçxaa nixwa'ja' kxaçx çxhāçxha u'pkaan nawënxuute je'z akafxyuhupa u'putxna. Yaçkathē'we'sxa' na'wënxuuçxatx fxiwtxi' baakaçxhyuhpa ivxiitsameenxu' äçxka' jiimee ma'pa jxaawpa'kak fxiwpa txaçxmeyna çxika' uujwa' seelpimee nxuuna.

Ewyahkxte isayu' ew a'te's iisawa'j ji'pne'tka'w ma'wënw ewçehk u'the' txäasuçehk mjiiwä'txhi nvxihtna.

Yaçkathē' na'wë a'teyakh ew iisawa'çxha fxiwu'jna yuhna üsmeeapaça' fxiw pçuute' äçxha' wëenaçxaa üsyuune'tka'w.

Nasapa ewmee fxiwu'jnxiisa' tühdtühd pçuunatx u'jwe' aça' ü'tasx fxiwpa txä'wëyçxaatx meenxuuna u'jwe'j uuja'temeete uhte'. Napa'ka kutxha's ki' usa'spa a'te ewte uujwa'ja' thē'sëwe'sx a'te ma'te uujkaathe'. Na'wënxuune'tka'w aça' tasxkwepa meh wala nxunuutxna aça' nwe'sx mazçxapa wëemee ya'u'puna. Txä'wëy naa ü' dxihkh pçuukameena' fxiin fxiina üwëdka'w peejçxaçxaa kuse akhna na'wënxuute maaii tasxa' nyaafx khubenixsa' nmehtasxa's khubeçte' kī' khubewa' ewnxa' üsyuuna.

Aça' nawënxuute ü'a' nesyuuna aça' bakaçxhyuhpa wëena ya'u'pmeena.

Sa' txä'wëy kusekwe akhya'paçxa' kusetx ew ikweeçxhaçxa jxa'dxidxi ji'ptha' kuse'sa' kīhsupa kaajna u'juçxa ikweeçxhameete pta'zuçxa txäa pta'zyakh uçheete' txäapa pta'zuçxa' tasxku swe'ul peeskupxna naapa'ka.

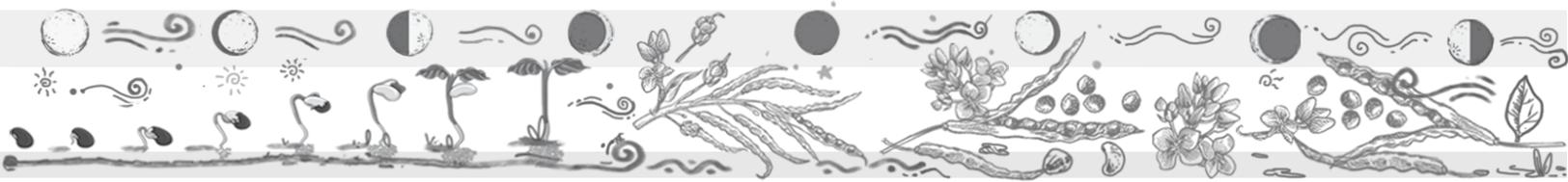
Nxaa uhna u'juçxa' kuse kjweeçxamey ziçh patxh yu'yukweçxaasa ü'wä'jä' nā'nxuute' naa ziçhna' lupekwe içuuna.

Ü'nxiissa tasxtxi paçuh uujwa'ja' sa' ü'nxiimeesa tasxtxi' jebuh uujwa'ja' ü'nxiimeesa tasxyakh ü'nxiisa tasxyak iikakaameen.

Çxajuuna'wësatx. Kutxha'sa' ew iweeçekaan wejxa kühçxapa petxkameen ya'su's eç ka'dwa'ja' sa' lupe çxhatekaana' çxhade yu'çe ka'dwa'ja' na'wënxuute thëymee çxhateena.

Kīh ehpa sweemee. Fxize kiweka ü'a' açxa kiweka ü'tasxyakh kuuçhe'jnximeesata' sweekameen na'nxuute fxiw sweeçxa' vxituna.

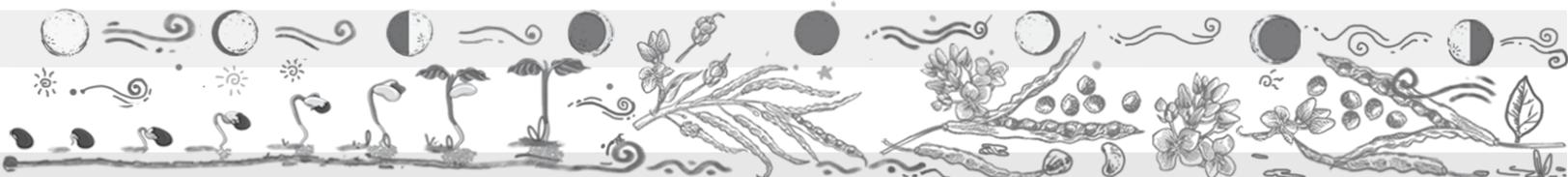
Çut khakha' uhçeyak ü'nxiimeesata' na'wë ü'te' çutku meh wesu txä'wë' ühnepa kuuçhe'jnximeesata' tluuyakh na'nxuute' tluua' peena luuçxkwe kase'jmee i' çxibi'k aça' tлуу eha' meekyuuna skhëewu'j. eh ewçehk ji'puwëeçxa' thë'jsawe'sx nxu'txpëhxiitx ew kxteyyuu ji'ptha'w na'wënxuuçxa' bakaçxpa ü'nxa' nesyuuya.



ACTIVIDAD 2

¡Que emocionante es conocer otras formas de trabajar nuestro tul! Realiza un texto donde describas las formas en las que trabajan el tul o la huerta en tu casa o en el territorio. Si necesitas más espacio, hazlo en tu cuaderno

A large rectangular area with a blue border and horizontal blue lines, intended for writing a text. The lines are evenly spaced and cover most of the page's width and height.



Reencontrando el tul por el buen vivir Nasa.

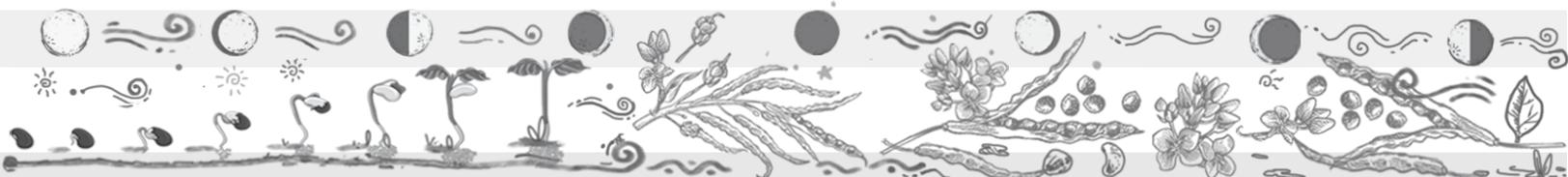


Desde épocas muy remotas la agricultura, ha logrado ser parte importante de nuestro andar en el tiempo y nuestro buen vivir por eso es importante que conozcamos el cómo nuestros mayores y otras comunidades han logrado mantener el tul sano y fortalecido gracias a sus prácticas ancestrales y junto con

nuestras semillas propias hemos podido resistir en el tiempo.

“Dentro de las labores del tul o huerta Nasa se acostumbra a rotar los cultivos para aprovechar la fertilidad del suelo y evitar que el terreno se agote, pues si se siembra un producto en un mismo sitio, con el tiempo se obtendrá una mínima producción. Según un mayor de la comunidad menciona que algunos productos como el maíz, la cebolla, el frijol absorben muchos nutrientes por lo tanto se necesita sembrar otros cultivos como el cilantro, el col, la zanahoria para que el suelo se recupere y para disminuir el desarrollo de plagas, enfermedades y de malezas no deseadas.” (campo, 2017, pág. 81)

“Para gozar de una buena salud depende de la buena alimentación que se tenga... porque si se consume productos procesados y con muchos químicos, estos nos van matando lentamente, y más ahora que están apareciendo enfermedades tan raras pero es porque desde pequeños tenemos una mala alimentación” (Voz de Líder comunitario) (campo, 2017, pág. 82)

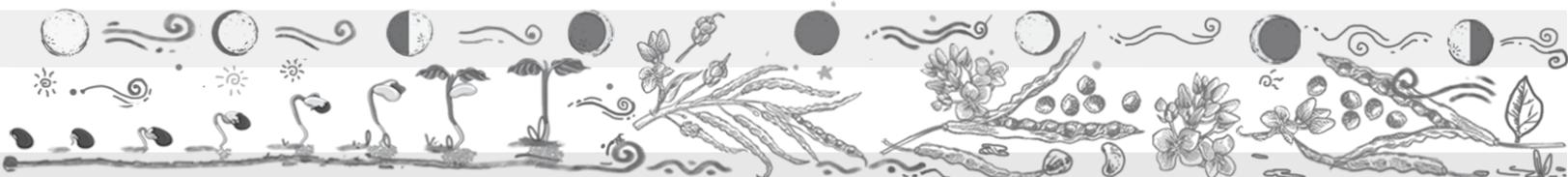


Actividad 2: acompaño a mis padres o familiar al tul y observando voy preguntando cuáles son los cuidados que se practican en nuestro tul y cuáles se han dejado de realizar pero que aún recuerdan y al final del día realizo un cuadro comparativo de los cuidados y manejos que aún permanecen en nuestro tul y los que se perdieron por el paso del tiempo y también escribo que semillas propias cultivo en mi Tul y cuales recuerdan nuestros familiares que se cultivaban pero que ya no se ven.

Prácticas y semillas que se encuentran en mi tul

Prácticas y semillas que no se volvieron a realizar

suelo		suelo	
maíz		maíz	
papa		papa	
fríjol		fríjol	
col		col	
zapallo		zapallo	



El Suelo



Ilustración 3: <https://www.iica.int/es/prensa/noticias/un-manejo-sostenible-del-suelo-es-clave-para-incrementar-la-productividad>

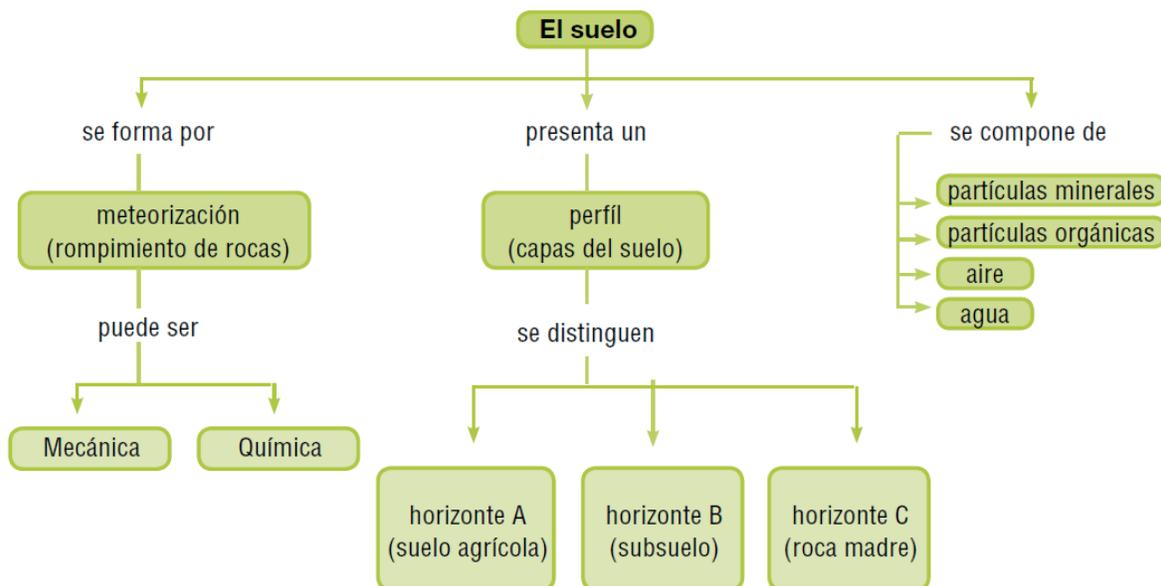
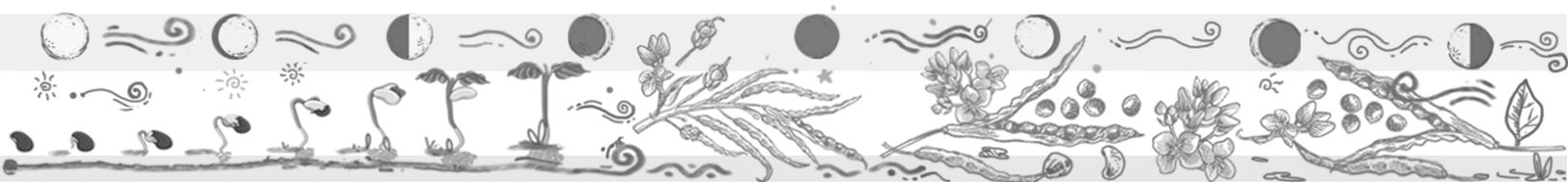
El suelo es la base de todo lo que vemos y observamos a nuestro alrededor. En el suelo vivimos, construimos casas, hacemos carreteras, pero lo más importante que podemos realizar en el suelo es sembrar y cultivar nuestro alimento para el buen vivir Nasa y de nuestros seres vivos que nos acompañan.

Para realizar esta tarea del sembrar y cultivar es bien importante que mantengamos nuestros suelos sanos y fuertes y de la misma manera obtendremos alimentos sanos y fuertes para nuestra alimentación.

Actividad 1:

Recordando la época en donde podíamos recorrer nuestro territorio con tranquilidad, realizo un dibujo acompañado de un texto explicando que tipos de suelos pueden encontrarse en mi territorio, ya sean para cultivar, edificar o realizar construcciones o para el paso de los carros o vehículos de transporte.





(Ministerio de Educación Nacional, República de Colombia, 2012, pag. 190)

El suelo es la piel de la Tierra, es la capa superficial de la corteza terrestre, rica en agua y nutrientes para las plantas y para los numerosos organismos que viven ahí. Del suelo dependen las plantas, los animales y el ser humano. Tiene un espesor que varía desde unos pocos centímetros hasta algunos metros.

Está compuesto por restos de seres vivos, arena, minerales, sales, rocas, agua, aire, plantas y animales pequeños. Los organismos que mueren sobre el suelo son descompuestos por microorganismos, que los convierten en materia orgánica y los integran al mismo suelo.

El suelo es una capa muy delgada que se conformó a lo largo de los siglos, a partir de las rocas que fueron desintegrándose por el roce con el agua, los vientos y las temperaturas. Es un recurso no renovable por los extensos períodos que necesita para su conformación.

Factores más importantes que intervienen en la formación del suelo:

- **El relieve.**

La forma del terreno constituye un factor determinante en el tipo de suelo que se forma, pues hay terrenos que de acuerdo a su estructura geológica tienen alto riesgo de deslizamientos o desplazamiento de árboles, desmoronamiento del suelo y aparición de grietas.

17

17 (Ministerio de Educación Nacional, República de Colombia, 2012, pág. 200)

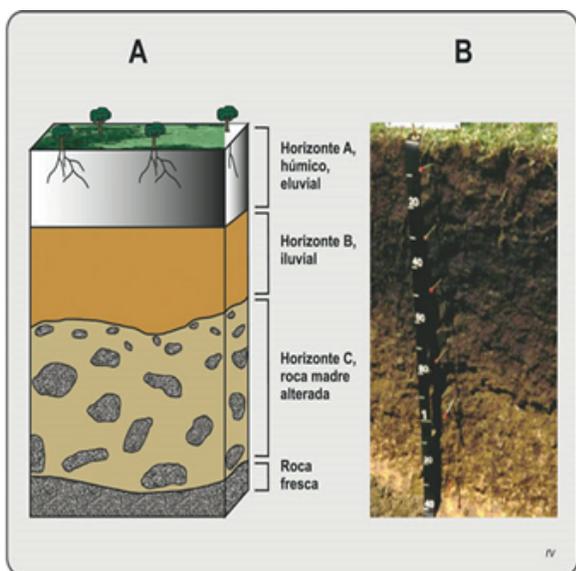
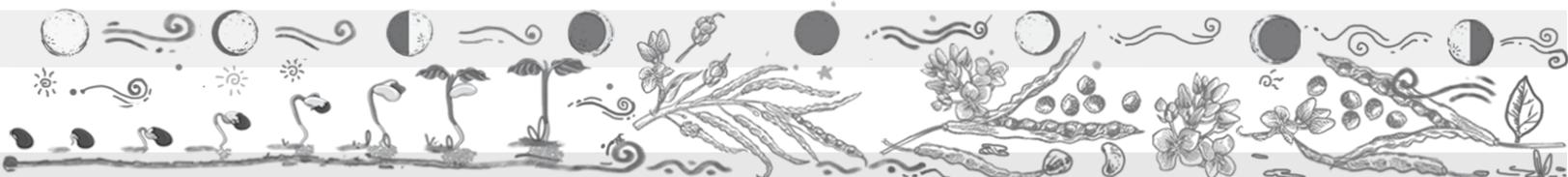


Ilustración 5: recuperado: http://www.insugeo.org.ar/libros/misc_21/10.htm

• El clima.

La temperatura y la precipitación también son determinantes en el desarrollo del suelo. Los sitios con bajas temperaturas permiten la acumulación de abundante hojarasca sobre el suelo, debido a que el proceso de descomposición es lento; en cambio en sitios con altas temperaturas este proceso de descomposición es rápido, debido a que las altas temperaturas facilitan la proliferación de hongos y bacterias encargados de este proceso; por tanto los nutrientes son rápidamente absorbidos por las plantas o son arrastrados por las

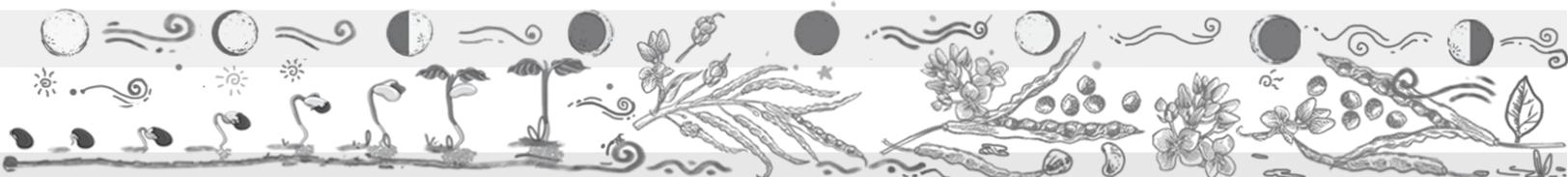
El suelo es la piel de la Tierra, es la capa superficial de la corteza terrestre, rica en agua y nutrientes para las plantas y para los numerosos organismos que viven ahí. Del suelo dependen las plantas, los animales y el ser humano. Tiene un espesor que varía desde unos pocos centímetros hasta algunos metros.

Actividad 1:

Describe tres sitios sagrados para tu comunidad. Y trata de encontrar el origen y la importancia para el territorio.



Ejemplo: si es una piedra o es una laguna o parte de un bosque y cómo es su entorno. Puedes realizar un dibujo si lo deseas.



Aprendamos matemáticas desde la huerta ó tul

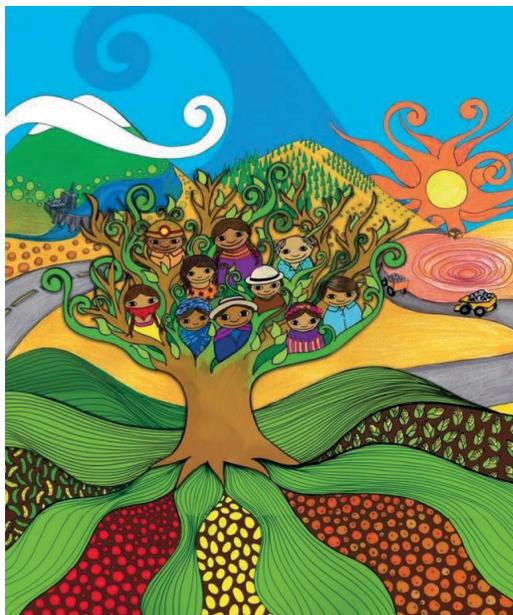


Ilustración 7: soberanía alimentaria, tomado de <https://censat.org/es/publicaciones/agroecologia-poner-la-soberania-alimentaria-en-practica>

La huerta es un espacio reconocido por nuestros ancestros como un símbolo del buen vivir, ya que éste nos otorga una gran variedad de alimentos sin que tengamos que recurrir con frecuencia a los mercados. Este espacio ha sido parte de la cultura de nuestras comunidades, pues nuestros padres abuelos han transmitido conocimiento a nuestros padres y nuestros padres a nosotros de las formas en las que se construye, se cultiva plantas y se crían animales que proveen alimentos a nuestra mesa.

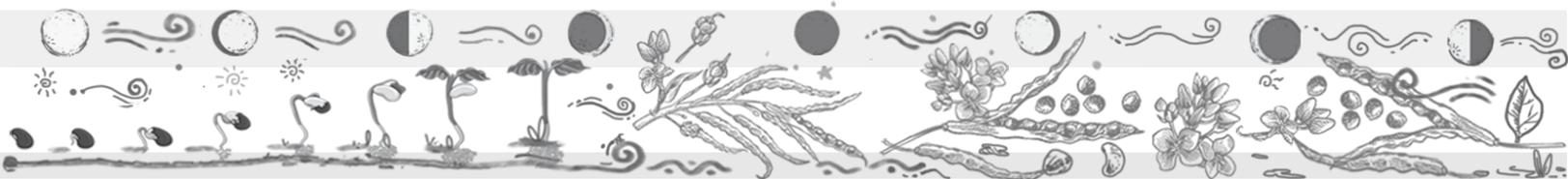
De nuestro Tul podemos obtener variedad de alimentos los cuales podemos intercambiar o hacer trueque con vecinos por algunos que no cultivemos en el Tul de nuestra casa; en este intercambio se presenta un problema, pues es necesario saber las cantidades justas de cada hortaliza para que cada parte obtenga lo que necesita manteniendo el equilibrio.

Problema: ¿Cómo hacer trueque?

Doña Carmen tiene en su tul fríjol, tomate y zanahoria; en cambio doña María tiene cebolla cabezona, lechuga y acelga; por todo esto ellas han decidido hacer un trueque teniendo en cuenta las cantidades que se presentan en la siguiente tabla.

CARMEN	MARÍA
1 kilogramo (1 kg) Frijol	2 kilogramos (2 kg) cebolla cabezona
5 kilogramos (5 kg) lechuga	4 kilogramos (4 kg) tomate
2 kilogramos (2 kg) zanahoria	6 kilogramos (6 kg) acelga

Es decir que por cada kilogramo (kg) de fríjol que doña Carmen le dé a doña María, a cambio doña María tiene que darle a doña Carmen 2 kilogramos (kg) de cebolla cabezona.



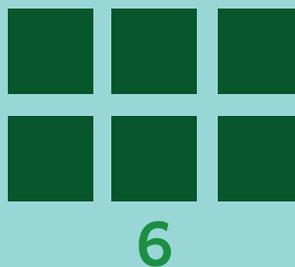
Ejemplo:

si doña María necesita 1 kilogramos (kg) de zanahoria ¿Cuántos kilogramos (kg) de acelga tiene que darle a doña Carmen?

1. Primero vamos a ver la tabla para saber las cantidades.
En este caso por cada 2 kilogramos (2 kg) zanahoria de doña Carmen los cambia con doña María por 6 kilogramos (6 kg) acelga

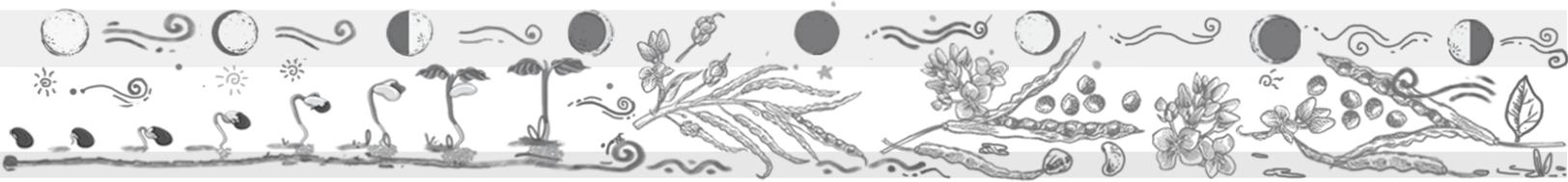
2. Ahora tenemos que saber cuántos kilogramos (kg)de acelga tiene que darle a doña Carmen por un solo kilogramo (kg)de zanahoria

Representemos 1 kilogramo (1 kg) de zanahoria con un cuadrito naranja y 1 kilogramo (1kg) con un cuadrito verde. Así tenemos que dos cuadritos naranjas se van a cambiar por seis cuadritos verdes



Entonces recurrimos a repartir de igual manera los seis cuadritos verdes entre 2 cuadritos naranja. Así nos damos cuenta que a cada cuadrito naranja le corresponden 3 cuadritos verdes es decir que por cada kilogramo (kg) de zanahoria que necesite doña María, ella tiene que darle a doña Carmen 3 kilogramos (3kg) de acelga. Si pasamos a operaciones aritméticas de manera sencilla significa que:

$$6 \div 2 = 3$$



Realiza las operaciones y responde en la parte inferior

1. Si doña Carmen necesita 6kg de cebolla cabezona ¿Cuántos kg de frijol debe darle a doña María?

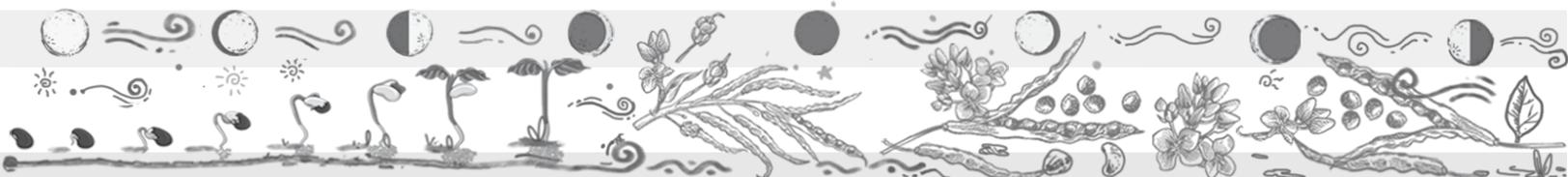
A large, empty teal rectangular area with a folded top-right corner, intended for the student to write their answer to the first question.

2. Si doña María necesita 2 kilogramos (2 kg) de tomate ¿Cuántos kilogramos (kg) de lechuga tiene que darle doña Carmen?

A large, empty teal rectangular area with a folded top-right corner, intended for the student to write their answer to the second question.

¿Cómo está conformado el tul?

Para que nuestras plantas del tul crezcan sanas debemos cercar el terreno en el que está ubicado, ya que uno de los factores que impiden un buen crecimiento de las plantas son los animales que causan daños en busca de alimentos, para la preparación del terreno podemos necesitar las siguientes herramientas:



Un terreno soleado.

Agua

Semillas

Pica o pala

Cuando ya tenemos estas herramientas básicas, algunos de los pasos importantes en la preparación del terreno son las siguientes:

Limpieza del terreno: se empieza a quitar los montes que están sobre el terreno en el cual haremos nuestro tul.

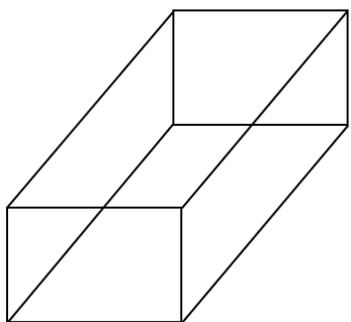
Picamos la tierra: con la pica o pala realizamos cortes en el terreno para sacar trozos de tierra.

Desmenuzamos los terrones grandes: cuando tenemos nuestro terreno picado, se desbaratan los terrones para que la tierra quede blanda.

construcción de eras: primero medimos el terreno para saber las dimensiones de las eras y los caminos, luego marcamos los caminos y las eras para finalmente depositamos la tierra de los caminos a las eras y las nivelamos.

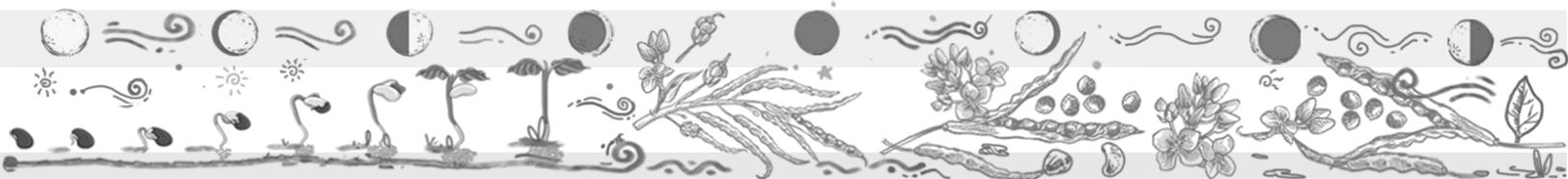
Nota

Sabías que una era tiene la forma de un sólido o prisma rectangular, pues una era está conformada por tres pares de rectángulos opuestos como se muestra enumerados en las siguientes imágenes.



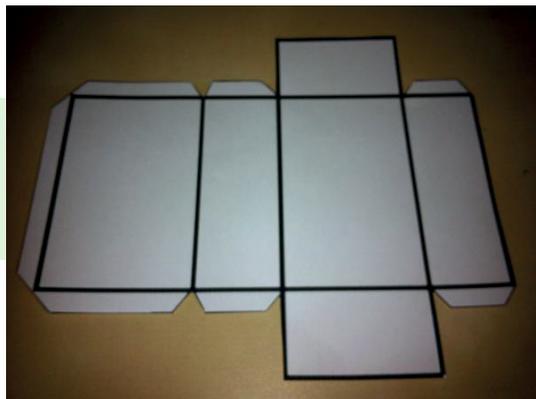
¡Construyamos prismas rectangulares!

En la siguiente página encontraras una figura que se puede convertir en un prisma rectangular si sigues los siguientes pasos.



Paso 1

Recortamos con una tijera la hoja y cuidadosamente recortamos la figura completa por las líneas que no están punteadas.



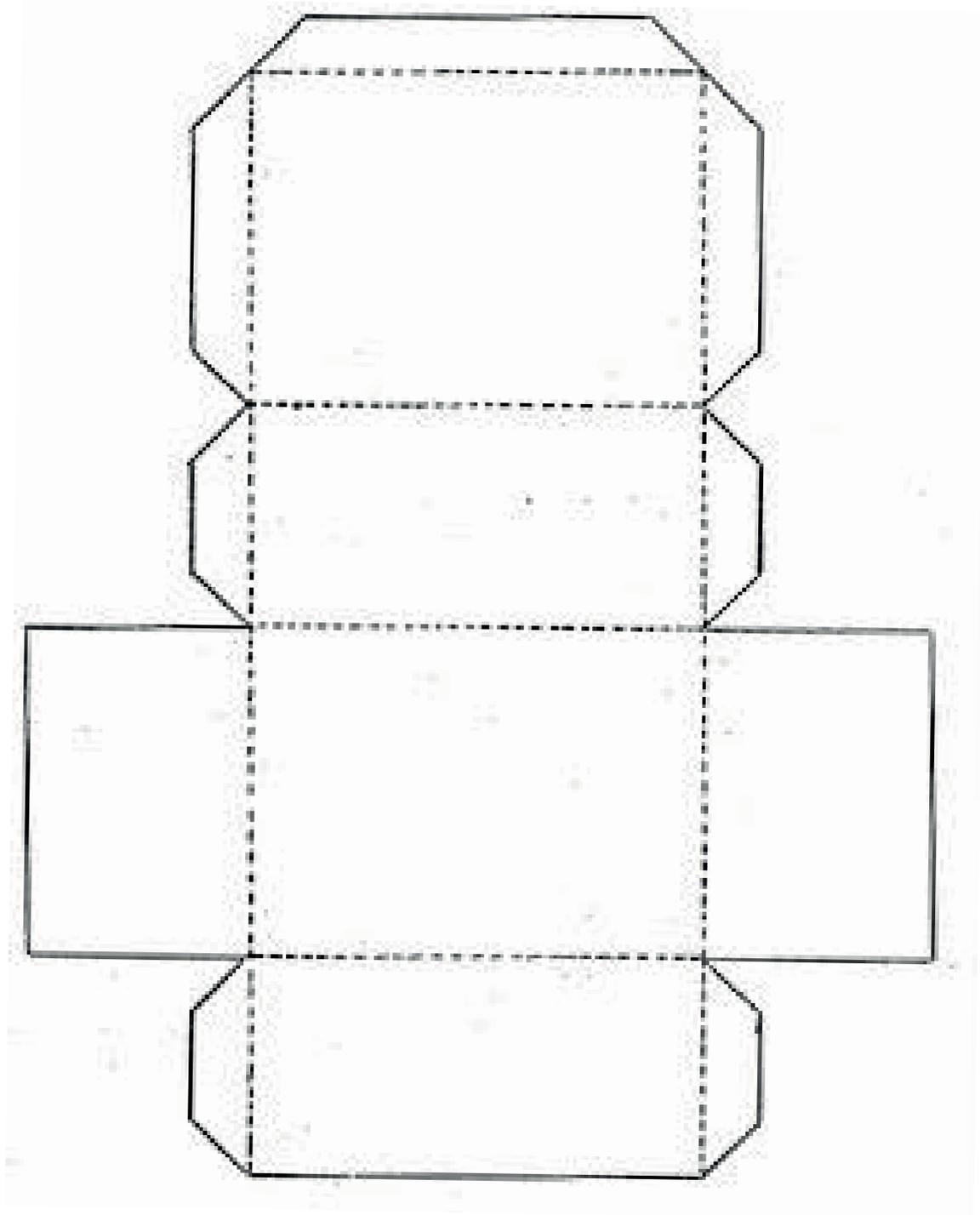
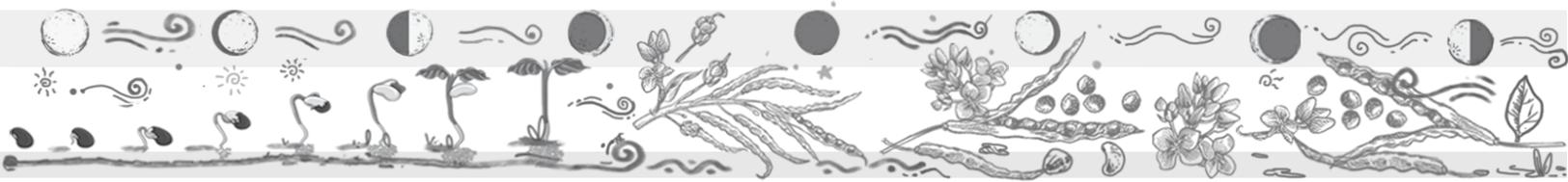
Paso 2

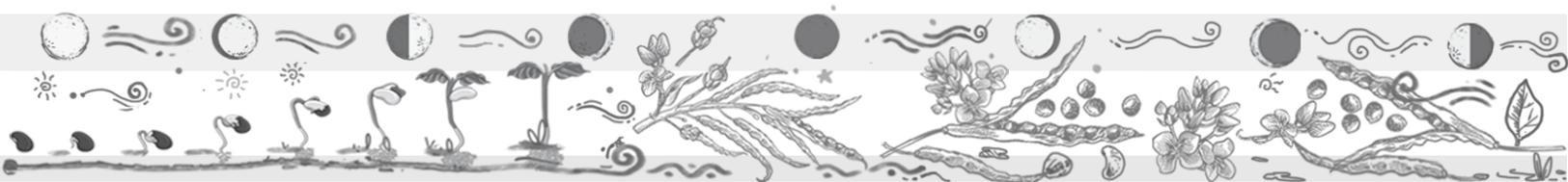
Doblamos la figura por las líneas que están punteadas y únelas para que quede una caja.

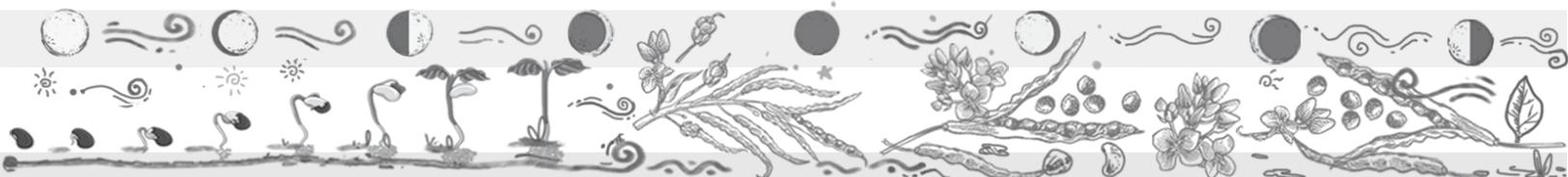


Paso 3

Finalmente, con pegamento une las partes correspondientes.





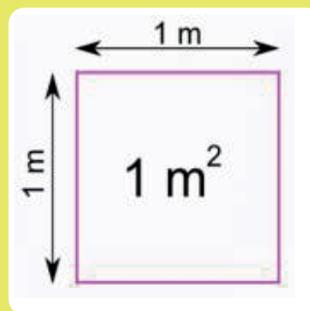


Áreas en el tul

Cuando sembramos algunas plantas es necesario tener en cuenta la distancia de siembra entre plantas, ya que esto permite que cada una de ellas crezca sana sin que la planta vecina le robe nutrientes o la ahogue, por ejemplo, en el café es recomendable una distancia de 2 metros (2 m) entre hileras por 1 metro (1m) entre plantas;¹⁸ es decir es recomendable que cada planta de café ocupe 2 metros cuadrados (2 m²) es decir que si queremos sembrar diez plantas de café, ocuparemos 20 metros (20 m²) cuadrados y así sucesivamente.



Recordemos que 1 metro cuadrado (1 m²) es el área que encierra un cuadrado cuyos lados miden un metro como se muestra en la siguiente imagen.

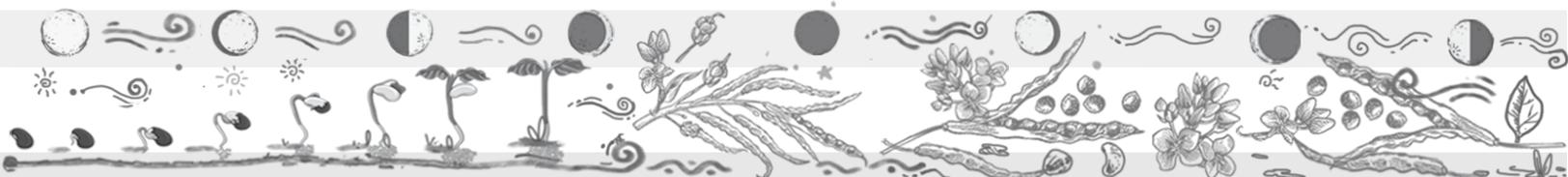


también es considerada la unidad de medida de superficie principal

Nota

Detengámonos a observar que la cantidad de terreno en metros cuadrados que se utiliza para sembrar café a una distancia recomendable, depende de la cantidad de árboles que se quiera sembrar, es decir que la cantidad de árboles disminuye si la tierra disponible disminuye o crece si la cantidad de terreno crece. Cuando dos cantidades aumentan de la misma manera como en este caso, se dice que existe una proporción directa entre ellas.

¹⁸ <http://www.icafe.cr/wp-content/uploads/cicafe/documentos/GUIA-TECNICA-V10.pdf>



Problema:

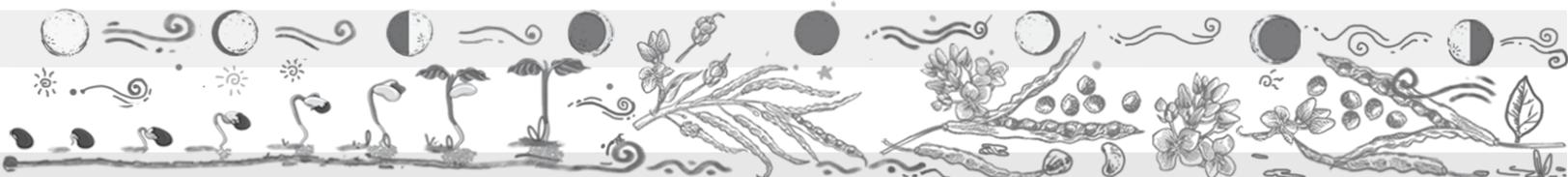
Si don Carlos necesita sembrar 831 árboles de café con la distancia recomendada anteriormente ¿Cuántos metros cuadrados (m²) de terreno debe conseguir?



- Don Carlos quiere comprar una parcela. Los terrenos que él puede comprar tienen distintas medidas, pero siempre tienen la misma medida en metros cuadrados.
- A don Carlos el dinero que tiene le alcanza para comprar un terreno de 200 metros cuadrados.¹⁹ ¿Qué medidas pueden tener el largo y el ancho de su parcela?

Para saber esto, debemos construir rectángulos cuyas medidas de ancho y largo multiplicadas den como resultado 200.

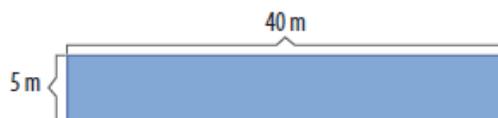
¹⁹ Ministerio de educación de Chile "texto del estudiante 7"



Ejemplo: un rectángulo cuyas medidas son las siguientes

Ancho: 5 metros (5m)

Largo: 40 metros (40 m)



Si multiplicamos 40 por 5:

es decir que una de las medidas que puede tener la parcela son 5 metros (5m) de ancho y 40 metros (40 m) de largo.

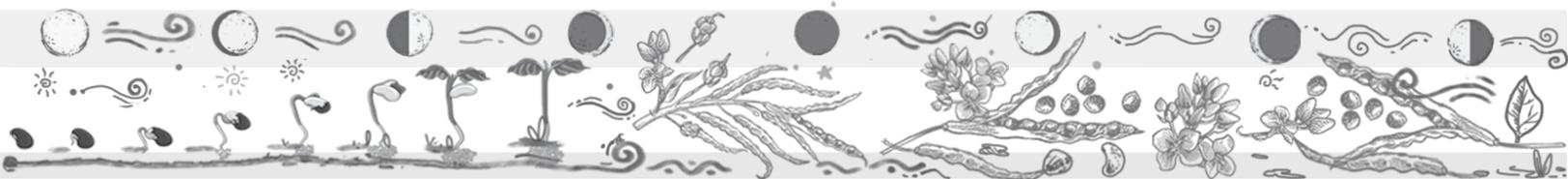
¿Qué otras medidas puedes encontrar?

Nota

Detengámonos a observar que a medida que el ancho aumenta, el largo disminuye y que a medida que el ancho disminuye, el largo aumenta. En este caso decimos que existe una proporción indirecta entre el ancho y el largo del terreno.

Crecimiento de las plantas del Tul

Cuando sembramos en el tul, empieza una larga espera para poder cosechar nuestras hortalizas. Para ver el crecimiento de algunas hortalizas los estudiantes Harold, Carmen y Magali han realizado un estudio en el cual calculaban la cantidad de biomasa en gramos (g) de las plantas de lechuga, pepino, tomate y zanahoria; cada 15 días después de haberlas trasplantado a la tierra y obtuvieron las siguientes tablas:



Lechuga	
días desde el trasplante	biomasa total en gramos (g)
15	1
30	5
45	25
60	90
75	148
90	205
105	247
120	262

Pepino	
días desde el trasplante	biomasa total en gramos (g)
15	1
30	3
45	11
60	20
75	42
90	78
105	177
120	200

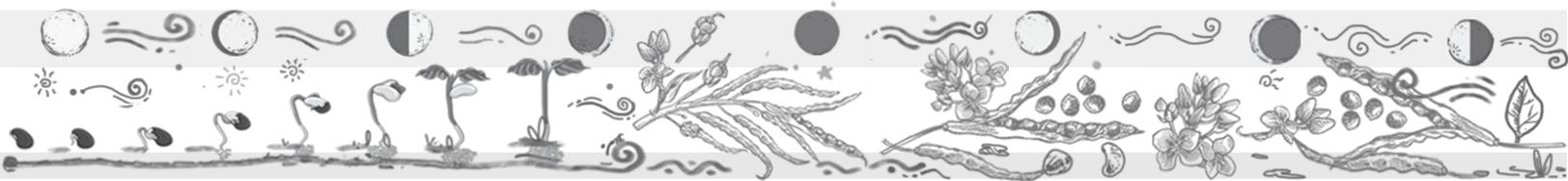
Tomate	
días desde el trasplante	biomasa total en gramos (g)
15	1
30	3
45	5
60	15
75	26
90	53
105	143
120	175

Zanahoria	
días desde el trasplante	biomasa total en gramos (g)
15	1
30	1
45	3
60	11
75	17
90	55
105	73
120	99

Biomasa

Se le llama biomasa a la materia orgánica de origen vegetal o animal,20 en el ejemplo anterior cuando los estudiantes calculan la cantidad de biomasa quiere decir que se pesaban las plantas y se anotaba el peso en gramos (g) todos los días.

20 <http://www.plantasdebiomasa.net/que-es-la-biomasa.html>



Si miramos las tablas podemos decir que a los 30 días de trasplantar las hortalizas la lechuga pesaba 5 gramos (5 g), el pepino 3 gramos (3 g), el tomate 3 gramo (3 g) y la zanahoria 1 gramo (1g)

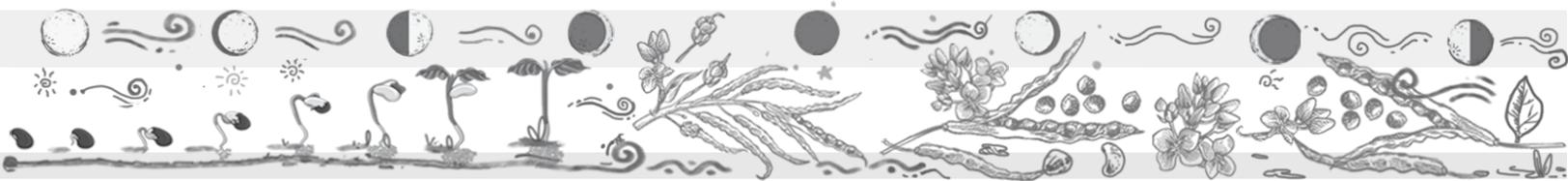
Preguntas:

Analiza las tablas de datos anteriores y responde las siguientes preguntas:

1. Si quiero obtener un producto en el menor tiempo posible ¿sembrarías pepino, zanahoria, lechuga o tomate? justifica tu respuesta.

2. ¿Cuál de las hortalizas estudiadas crece más lento? justifica tu respuesta comparando las gráficas del estudio anterior.

3. ¿Cuál es la diferencia entre el peso de la biomasa del pepino y el de la zanahoria en el día 120?



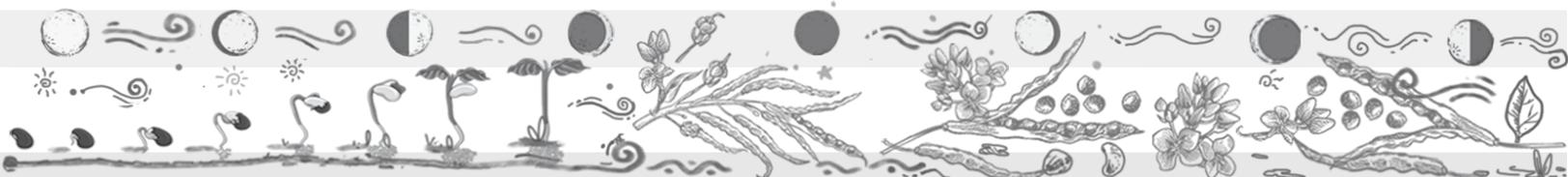
¿Cómo está conformado el Tul?

Para que nuestras plantas del Tul crezcan sanas debemos cercar el terreno en el que está ubicado, ya que uno de los factores que impiden un buen crecimiento de las plantas son los animales que causan daños en busca de alimentos, para la preparación del terreno podemos necesitar las siguientes herramientas:

Describe como te sentiste al estudiar los conceptos nuevos que se presentaron en esta unidad.

El clima y su incidencia en nuestra vida

A continuación, hablaremos sobre cuál es la relación que tiene nuestro clima con las actividades que desarrollamos en nuestro territorio y en especial en nuestra huerta-tul como actividad agrícola. Además de reconocer cuáles son los diferentes tipos de climas y pisos térmicos que encontramos en nuestro municipio.



Responde a las siguientes preguntas según tu propio conocimiento:

- Cuando se habla de clima, ¿con qué lo relacionas?

Para comprender qué es el clima, es necesario estudiar primero el significado del tiempo atmosférico, pues la mayoría de las veces confundimos estos dos conceptos o se cree que son lo mismo.

¿Qué es el tiempo atmosférico? Observa a tu alrededor y comprueba cómo está la atmósfera en este momento. ¿Está lloviendo? ¿Hace calor o frío? ¿Está nublado o soleado? Ciertamente, te darás cuenta que algunas de estas características están presentes en la atmósfera y que seguramente van a variar durante el día.

El tiempo atmosférico se define como la **condición momentánea de la atmósfera en un lugar determinado**, es decir que puede cambiar en unas cuantas horas y se determina por el comportamiento de la lluvia, la temperatura, la humedad, el viento, el brillo solar, la dirección y velocidad de los vientos y la evaporación.

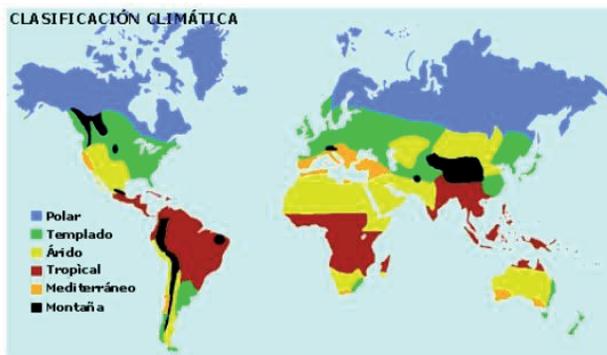
Entonces, ¿qué es el clima? Cuando se analiza el estado del tiempo atmosférico de un lugar, diariamente, durante muchos años, se puede sacar una conclusión de cómo es **el comportamiento de la atmósfera de un lugar, en general**.

Es decir, el clima es el promedio del estado del tiempo atmosférico, en un lugar o una región durante un **periodo de tiempo largo**.

Mientras que el estado del tiempo atmosférico es cambiante, el clima es una característica definida y permanente.

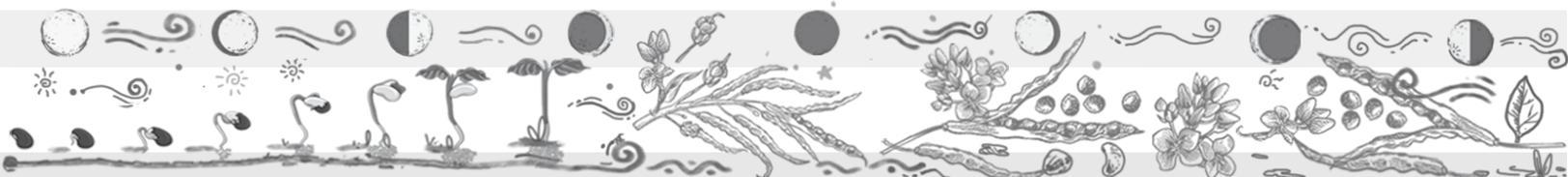
Por ejemplo, en la ciudad de Cali la mañana puede estar despejada, el medio día nublado y la tarde lluviosa. El tiempo atmosférico cambia a lo largo del día, pero el clima de Cali sigue siendo el mismo, es decir, **cálido**.

Diferentes tipos de climas a nivel mundial



Tiempo atmosférico





De acuerdo a lo anterior respondo lo siguiente:

- Describe cómo se encuentra el día de hoy en el lugar donde vives, esta: frío, lluvioso, si hay vientos fuertes o suaves. ¿Crees que estas condiciones puedan cambiar más tarde? ¿Por qué?

- Escribe las diferencias entre clima y tiempo atmosférico:

CLIMA	TIEMPO ATMOSFÉRICO

- De acuerdo a tus experiencias o a las de tus padres o familiares, relata qué sucede en la huerta-tul, en un día que esté haciendo sol y un día que este lloviendo.

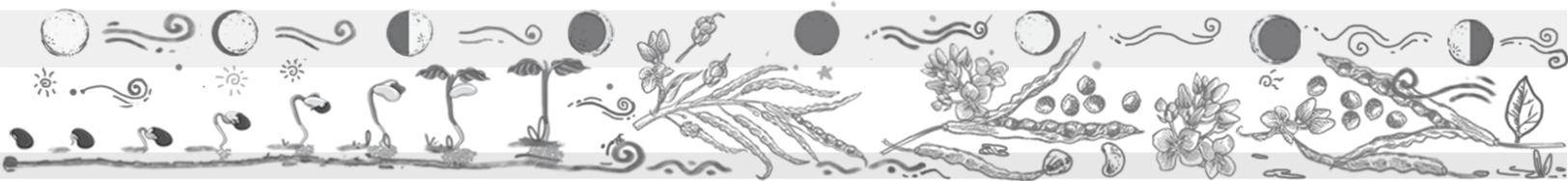
Diferentes tipos de climas a nivel mundial

- ¿Consideras que es importante tener en cuenta el clima para saber qué tipo de cultivos podemos sembrar en nuestra huerta-tul? por qué?

Dentro de la organización de las actividades agrícolas, el clima se presenta como el principal factor a tener en cuenta, porque a través de las condiciones de las precipitaciones (épocas de lluvias, épocas secas), la temperatura, el viento y la humedad, se pueden determinar las estaciones y los tiempos necesarios en cada una de las etapas de siembra y cosecha dentro del ciclo agrícola.

Nuestro territorio, el municipio de Páez por su ubicación geográfica hace que sea un lugar adecuado para las actividades de agricultura, ya que posee todos los pisos térmicos y cuenta con varios tipos de climas, desde los 1.000 metros sobre el nivel del mar (m.s.n.m.) clima cálido hasta las zonas de paramo e incluso de nieve con el volcán nevado del Huila que cuenta con una altura de 5.400 metros sobre el nivel del mar (m.s.n.m.)

Los pisos térmicos se forman de acuerdo a la altura, son franjas altitudinales que poseen condiciones de temperatura y lluvias iguales durante todo el año, cada piso térmico tiene especies vegetales propias, como se muestra en el siguiente gráfico:



Altura en metros
sobre el nivel del mar
(m.s.n.m)



Diferentes tipos de climas a nivel mundial

Muy frío : Es considerado como paramo en el cual se pueden tener algunos cultivos como el de: Papa, habas, y algunas variedades de trigo.

Frío: Aquí podemos encontrar cultivos de: Papa, maíz, zanahoria, cebolla, tomate de árbol, curuba, mora, arvejas, eucalipto.

Templado: Cereales, cebolla, ajo, lechuga, zanahoria, espinaca, manzana, durazno, aguacate, pera, limón, mandarina, café, naranja, papaya, frijol, maíz.

Cálido: En este piso térmico se puede cultivar café, cacao, yuca, piña, maíz, algodón, banano, mango, plátano, arroz, caña de azúcar.

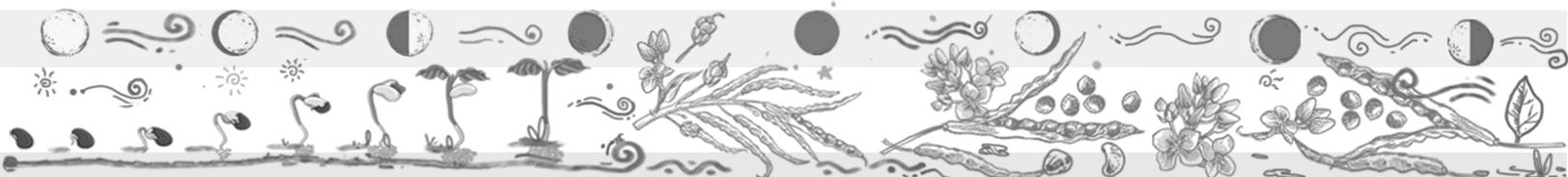
- ¿Según los cultivos que se encuentran alrededor del lugar donde vives, en qué piso térmico podrías ubicarte?

Los ciclos agrícolas

Los ciclos agrícolas son periodos del año que se establecen en cada piso térmico para determinar las épocas de siembra y cosechas. Los ciclos de producción agrícola son una guía general para las personas que cultivan, quienes deben adaptarse a las particularidades de cada uno de los territorios dependiendo especialmente de:

- Los suelos y microclimas en los que se va a trabajar.
- Las variedades de los productos tradicionales y productos modernos.
- Los abonos y fertilizantes que se van a utilizar para tener en cuenta la forma como estos pueden modificar los tiempos de producción.



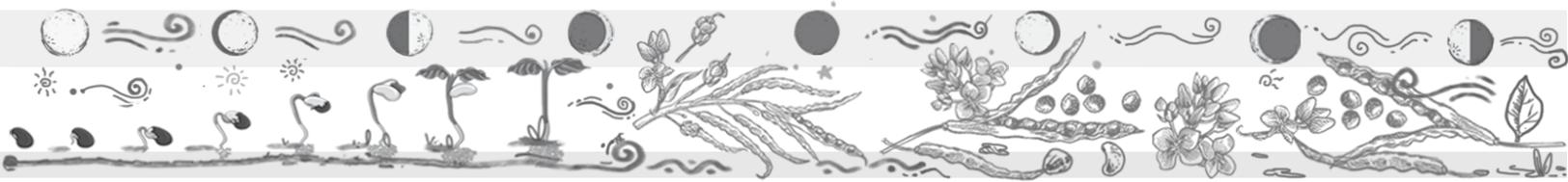


Los ciclos agrícolas

Consulta con los familiares que viven en la casa o con algún vecino que tenga conocimiento sobre los periodos del clima en el año y desarrollo el siguiente cuadro:

Actividad	Periodo de invierno	Periodo de verano
Meses del año en que se presenta cada periodo:		
Escriba tres variedades de plantas u hortalizas que podemos sembrar en cada periodo		
¿En qué horario se debe regar la huerta en invierno y en verano?		
¿Qué comidas podemos elaborar teniendo en cuenta las hortalizas de cada periodo?		

- ¿Cuáles son las fases de la luna apropiadas para sembrar y cosechar en la huerta-tul?
- ¿Qué periodo me gusta más para estar en la huerta-tul y por qué?



Unidad 4 - Alimentación y buen vivir

Unidades de medida a través del tiempo

A través del tiempo los humanos hemos encontrado situaciones en las que hemos requerido medir diferentes magnitudes; ya sea de longitud, masa e incluso el tiempo entre otras. Para medir estas magnitudes, cada cultura buscó métodos de medición y construyó herramientas desde sus costumbres y cosmovisión, las cuales contribuyeron en el desarrollo dentro de sus culturas en aspectos de la economía, la arquitectura y otros.

Las pirámides de Guiza en Egipto



Parque arqueológico de San Agustín



Las pirámides de Guiza en Egipto

Las unidades de medida en diferentes culturas

Al presentarse la necesidad de medir objetos del entorno el hombre ideó diferentes maneras que le permitieran hacerlo, la mayoría de civilizaciones a través de la historia han implementado como unidades de medida partes del cuerpo tales como el brazo, el codo, los pies y partes de los dedos como podemos ver a continuación

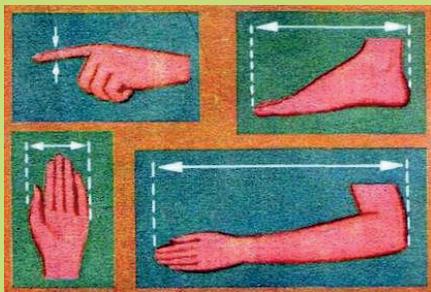


Ilustración unidades de medida egipcias; tomado de <https://historiaybiografias.com/numero-medida1/>

Unidades de medida de longitud egipcias

Una de las civilizaciones que tuvieron un gran desarrollo fue la egipcia, pues usaban su propio sistema de medidas y sistema numérico el cual les permitía resolver gran cantidad de problemas correspondientes a la economía, la arquitectura y el comercio. Su sistema de medida consideraba como unidades partes del cuerpo, el más importante se constituía por los dedos (1), las manos o palmo (2) y los codos o codo real y corto (3).

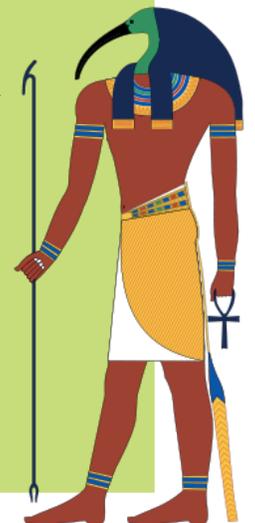
Estas unidades tenían equivalencias entre sí, de la siguiente manera

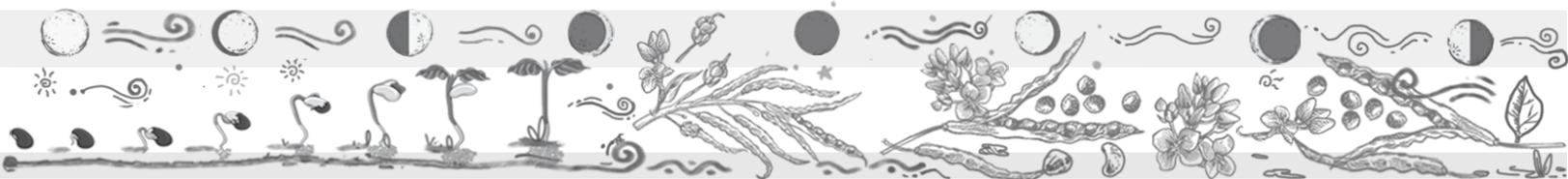
Equivalencias entre unidades

1 palmo = 4 dedos

1 codo real = 7 palmos = 28 dedos

1 codo corto = 6 palmos = 24 dedos





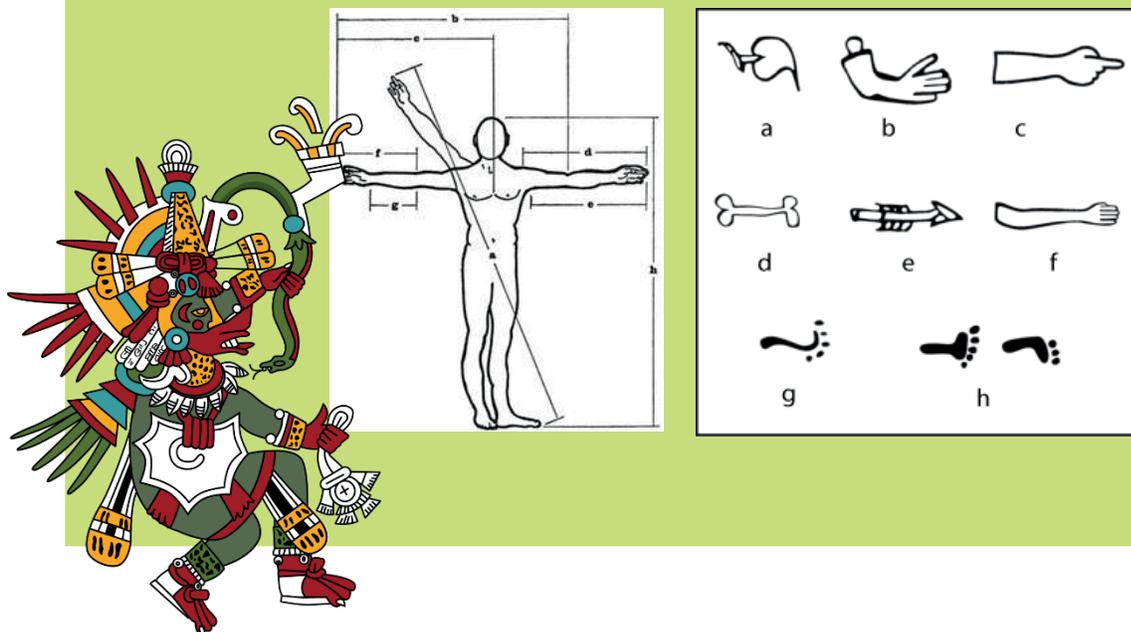
Las unidades de medida en diferentes culturas

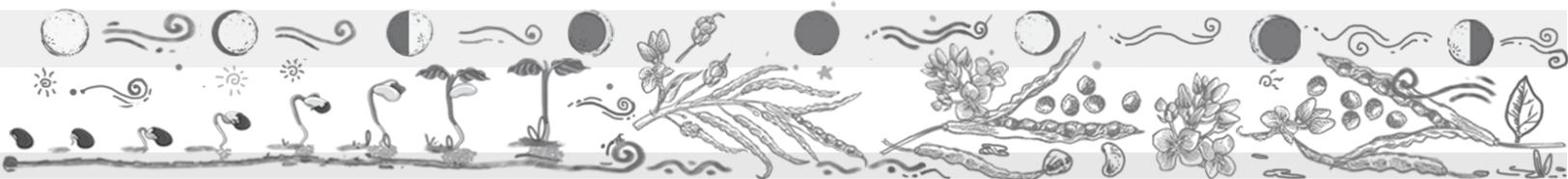
Tomando como referencia la tabla anterior ¿A cuántos palmos equivalen 12 codos cortos?

¿A cuántos palmos equivalen 56 dedos?

Unidades de medida aztecas

Una de las civilizaciones avanzadas de América latina es la civilización azteca, esta civilización también usaba como unidades de medida partes del cuerpo en sus rituales; algunas de ellas son, el corazón (a), hombro (b), codo (c), hueso (d), flecha (e), axila (f), pie (g) y paso (h), como se muestra a continuación.





Así mismo podemos encontrar equivalencias entre las unidades de medidas de los aztecas

Equivalencias de unidades de medidas Aztecas

1 axila= 3 cuartas

1 paso = 2 pies y medio

1 corazón = 4 cuartas = 49 dedos = 10 palmas

1 flecha= 6 cuartas

Preguntas:

¿A cuántas cuartas equivalen 36 flechas?

¿A cuántos corazones equivalen 300 palmas?

Unidades de medidas tradicionales en nuestro territorio.

De la misma manera que en diferentes culturas han usado partes del cuerpo para medir distancias, también en nuestro territorio usamos nuestro cuerpo para medir objetos que nos rodean cuando lo necesitamos, ya sea en rituales, en el mercado o para construir; algunas de estas medidas son: el dedo, la cuarta, la mano, la mitad de brazada y una brazada.

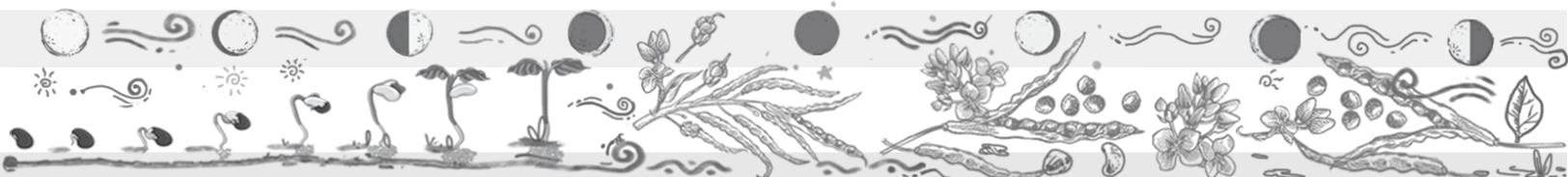
Dedo: es la longitud del ancho de un dedo

Cuarta: corresponde a una mano abierta bien extendida, desde la punta del dedo pulgar hasta la punta del dedo meñique.

Jeme: es la distancia que va desde la punta del dedo pulgar hasta punta del dedo índice manteniéndolos bien extendidos.

Mitad de brazada: es la distancia desde el hombro derecho hasta la punta de la mano izquierda extendida.

Brazada: es la distancia que hay desde la punta de la mano derecha a la mano izquierda extendidas



La cuarta es una de las más usadas en juegos como el jeme, la brazada es usada en la medida de longitudes de las casas, y las brazadas en las artesanías.

Crecimiento de las plantas del Tul

El jeme es un juego tradicional en algunas comunidades. Para jugarlo se necesitan varios participantes, una moneda y una pared dura en la que pueda rebotar la moneda.

El juego consiste en que los participantes deben colocar cada uno una moneda en el suelo en cualquier parte cerca de una pared; el primer participante coge su moneda y la hace rebotar contra la pared intentando que quede cerca de alguna moneda de sus amigos. Si la moneda logra acercarse a una de distancia de un jeme entonces el participante que lanzó la moneda se queda con la moneda alcanzada.



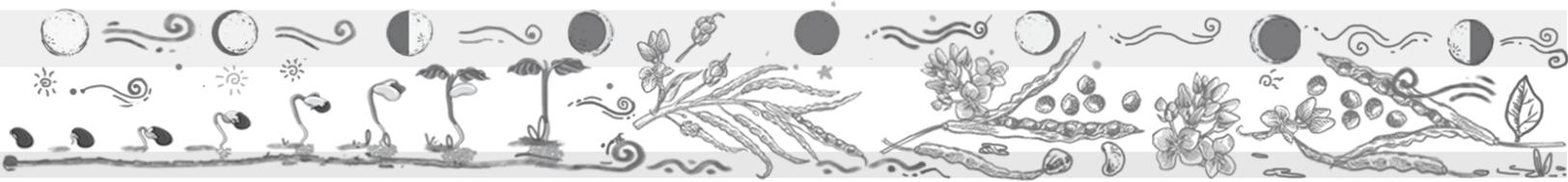
El participante que perdió coloca otra moneda en el lugar que escoja. El primer participante que ganó una moneda sigue lanzando hasta que no logre la distancia de un jeme con otra moneda. Luego sigue el participante que perdió la primera moneda. Así el juego sigue hasta que los participantes hayan perdido la mayor cantidad de monedas.

Actividad

- 1. Juega con dos de tus familiares el juego del jeme y llena la siguiente tabla

¿Quién perdió más monedas?	
¿Quién ganó más monedas?	

- 2. ¿Todos los jemes son iguales? Justifica tu respuesta

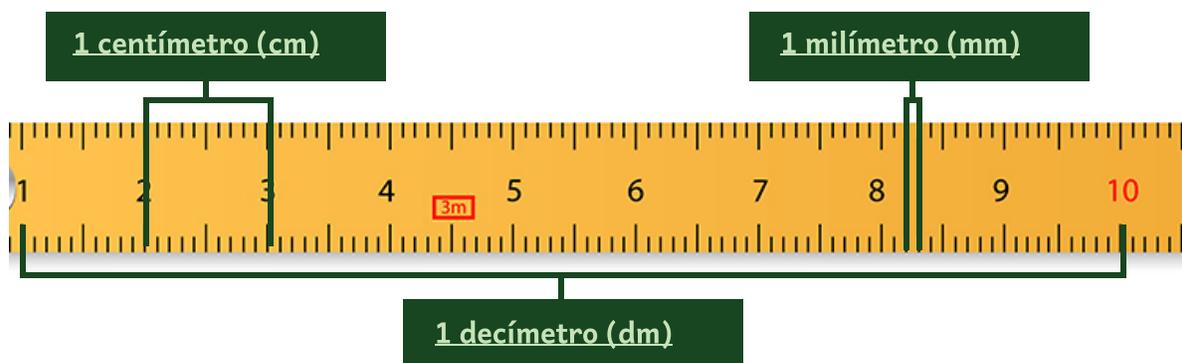


- 3. ¿Crees que el tamaño de la mano de los participantes importa para ganar más veces en el juego del jeme? ¿Por qué?

- ¿Qué otra parte de tu cuerpo se te ocurre que puedas usar para medir la distancia entre monedas? ¿explica los cambios que habría en el juego?

Estandarización de las unidades de medidas

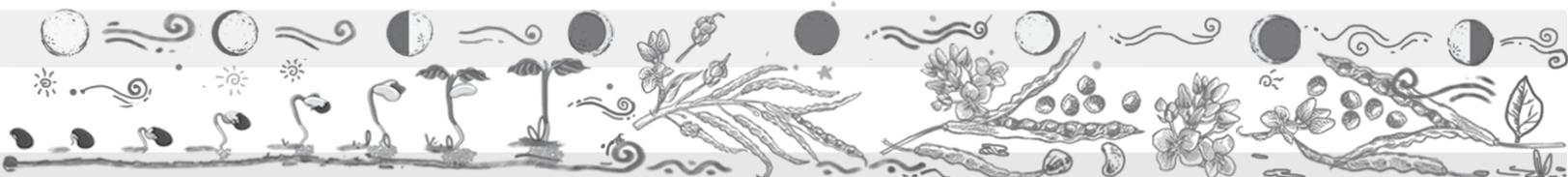
Anteriormente estudiamos los diferentes sistemas de medidas que se tenían en la cultura e incluso en nuestro territorio; estas medidas son de bastante ayuda, pero no muy precisas puesto que o codos tenemos las mismas medidas en las partes de nuestros cuerpos, algunos tienen las manos más grandes o los brazos más pequeños lo cual conlleva que entre culturas un codo mide más que en otra, causando una desigualdad cuando se quiere realizar intercambios de comercio o económicos. Es por esto que a través de la historia se han establecido unidades de medida que se usan de manera convencional en zonas grandes, uno de estos es el sistema métrico decimal. El cual cuenta como unidad de longitud el metro (m) que se divide en unidades más pequeñas, las cuales son el milímetro (mm), el centímetro (cm) y el decímetro (dm) las cuales podemos reconocer con la regla como se muestra a continuación:



Estas medidas están relacionadas entre ellas. Como veremos a continuación:

1 centímetro (1 cm) = 10 milímetros (10 mm)

1 decímetro (1 dm) = 10 centímetros (10 cm) = 100 milímetros (100 mm)



1 metro (1 m) = 10 decímetros (10 dm) = 100 centímetros (100 cm) = 1000 milímetros (1000 mm)

Es decir, que podemos pasar en cualquier momento de unidad de medida, es decir de metros a centímetros, decímetros a centímetros de igual manera con las demás.

Conversión de unidades de las diferentes culturas

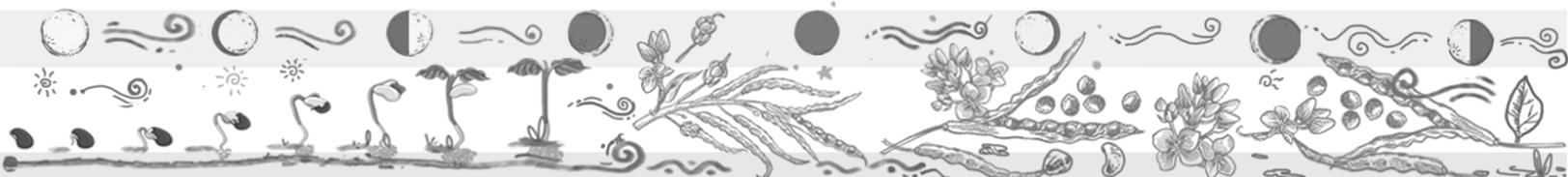
Teniendo de referencia el sistema métrico se han realizado conversiones de las diferentes unidades de medida, las cuales podemos ver en las siguientes tablas.

Unidades de medida egipcias	Centímetros (cm)
1 dedo	1.9
1 palmo	1.5
1 codo real	52.3
1codo corto	45

Equivalencias de unidades de medidas aztecas	Centímetros (cm)
1 axila	1.9
1 paso	69.6
1 corazón	83.6
1 flecha	102.5

Nota

en las tablas encontramos números que tienen un punto entre los dígitos, a estos se les denomina números decimales, estos están conformados por la parte entera, un punto (.) o coma (,) y la parte decimal.



Parte entera: la parte entera de un número decimal cuenta las unidades enteras.

Parte decimal: la parte decimal indica la parte adicional de un número, es decir los fragmentos de una unidad entera, estos fragmentos se denominan según la cantidad de divisiones de la unidad que representen.

La Décima es la unidad dividida en 10 partes iguales = 0.1

La Centésima es la unidad dividida en 100 partes iguales = 0.01

La Milésima es la unidad dividida en 1000 partes iguales = 0,001

Por ejemplo: 83.6 centímetros



- En este ejemplo se dice que hay 83 centímetros (83 cm) y 6 décimas de centímetro, fijémonos que un milímetro (1 mm) se consigue al dividir un centímetro en 10 partes iguales, por lo tanto, también podemos decir que hay 83 centímetros y 6 milímetros (6 mm)

Ejemplo:

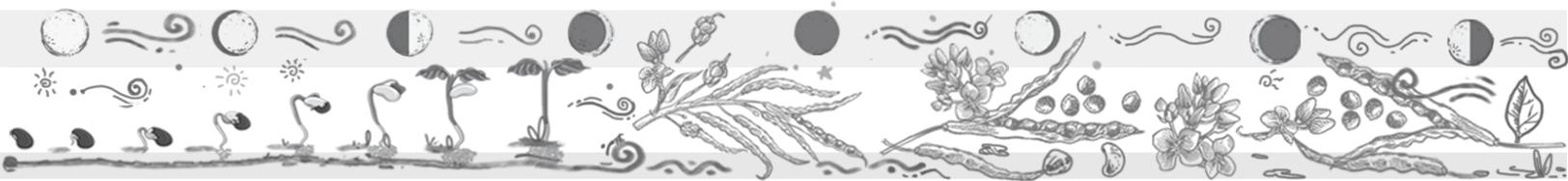
- El número 5.23 significa: 5 unidades enteras y 23 centésimas
- El número 31.746 significa: 31 unidades enteras y 746 milésimas

Actividad

Llena los espacios en blanco de las preguntas 1,2 y 3.

- 1. El número decimal 123.287 significa: 123 _____ y 287 _____
- 2. El número decimal 37.8 significa: _____ y 8 _____
- 3. El número decimal 55.91 significa: 55 _____ y 91 _____

¿Cuántos centímetros (cm) hay en 23 codos cortos egipcios?



¿Cuántos centímetros (cm) hay en 15 axilas aztecas?

Escribe las partes del número decimal en los recuadros indicados



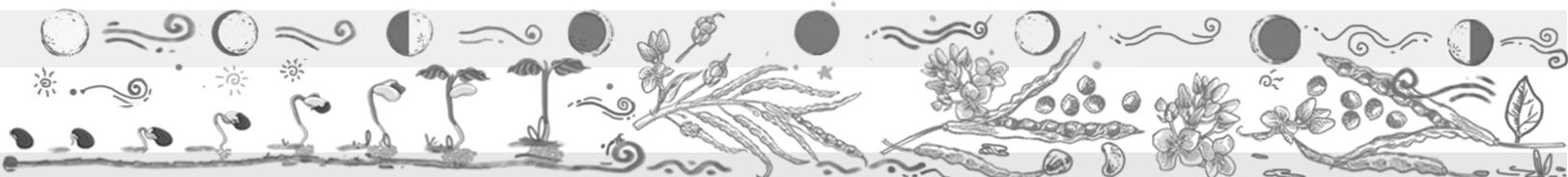
Con ayuda de tus padres mide con un metro las partes del cuerpo que se usan en las medidas tradicionales y llena la tabla siguiente:

Medida tradicional	Centímetros (cm)
Dedo	
Cuarta	
Jeme	
Mitad de brazada	

AUTOEVALUACIÓN

¿Qué unidades de medida nuevas aprendiste?

¿Encontraste algún concepto nuevo al estudiar esta unidad? Descríbelo



Números decimales y alimentos

En nuestro entorno se presentan diversas situaciones en las cuales usamos números, ya sea para jugar, construir o a la hora de comprar; existen muchos números, los que nos sirven para contar son los números naturales que son el 1, el 2, el 3, etc. Estos números cuentan cosas enteras por ejemplo la cantidad de personas que viven en tu casa; también existen los números enteros que nos ayudan a contar deudas o situaciones negativas, estos números son $\{ \dots -3, -2, -1, 0, 1, 2, 3, \dots \}$. Pero ¿qué pasaría si necesito sumar cantidades que no son enteras? por ejemplo si en mi casa se necesita una cama de dos metros (2m) y la mitad de otro; para contar esta medida se necesitan números que cuenten partes de un metro. Este tipo de números son llamados números decimales, en esta sección aprenderemos a sumar y a restar esta clase de números para resolver

¿Cuáles son los números decimales?

¿Cuáles son las partes de los números decimales?

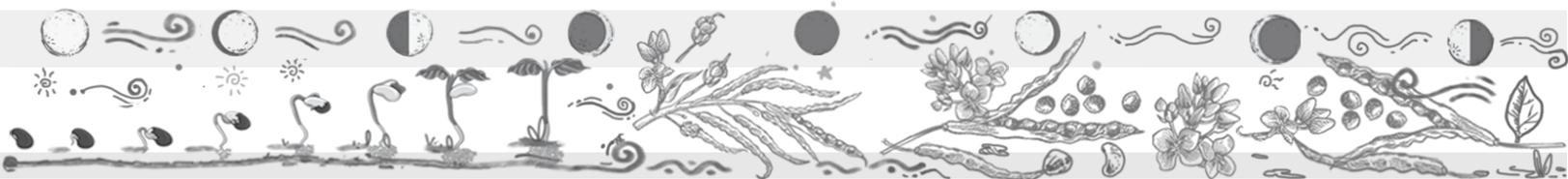
¿En qué situaciones de la vida diaria puedes encontrar números decimales?

Alimentación saludable.

La alimentación sana es muy importante en nuestra etapa de crecimiento, porque nos ayuda a tener energía para jugar, para correr, para trabajar en el campo y en especial para aprender. Por esta razón es necesario que conozcamos los alimentos que necesitamos y su contenido nutricional.



¿Qué son los nutrientes?
Los nutrientes son diferentes sustancias que se encuentran en los alimentos y son necesarios para la vida de un organismo.



Para que entendamos esto, es importante tener claro que todos los alimentos aportan nutrientes que pueden ser de dos tipos: los que necesitamos en mayores cantidades llamados macronutrientes (las proteínas, los azúcares y las grasas), y los que nuestro cuerpo necesita en cantidades pequeñas llamados micronutrientes (: vitaminas y minerales) nuestro cuerpo como lo son en diferentes cantidades.

Es importante tener claro que cada uno de estos nutrientes tiene una finalidad específica para el correcto funcionamiento de nuestro organismo, a continuación, estudiaremos cada uno de ellos.



Las proteínas

Las proteínas ayudan a nuestro cuerpo en la sanación de los tejidos de los órganos y músculos de nuestro cuerpo para que crezcamos sanos y fuertes.

Este tipo de nutrientes los podemos encontrar en las carnes de pescado, pollo, etc. o en granos como el frijol, los huevos y la soya

Los azúcares

Los azúcares nos proporcionan la energía que nuestro organismo necesita para el funcionamiento de los diferentes órganos, como el cerebro y los músculos.

Los alimentos que nos proporcionan el azúcar necesario son la leche y de origen vegetal como las frutas y las verduras.



Las grasas

Las grasas nos aportan la tercera parte de energía que necesita nuestro organismo; pero su función más importante es guardar energía para que tu cuerpo la utilice cuando le haga falta.

Este nutriente lo podemos encontrar en la leche, los huevos, las carnes y los aceites.

Las vitaminas

Las vitaminas contribuyen a prevenir enfermedades en nuestro organismo y facilita algunas funciones de nuestro cuerpo ayudándonos a crecer sanos y fuertes.

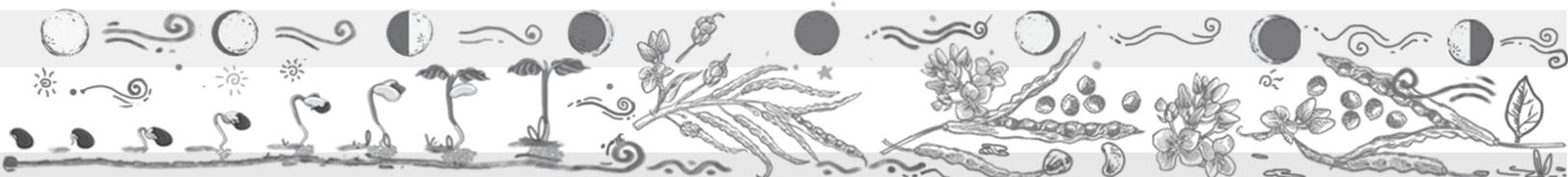
Las podemos encontrar e diferentes



Los minerales

Los minerales contribuyen a que nuestro organismo mantenga un buen funcionamiento, además ayudan en la formación y curación de los huesos.

Estos minerales los podemos encontrar en hortalizas de hojas verdes, cereales, en los huevos, lácteos en algunas frutas y en la sal común, entre otros.



Preguntas:

¿Cuáles de los alimentos mencionados en los nutrientes conoces? Escríbelos a continuación.

En nuestro territorio podemos encontrar una gran variedad de alimentos que nuestros padres e incluso nosotros mismos cultivamos y obtenemos, todos estos alimentos contienen un alto grado de nutrientes que nos ayudan a crecer y a estar sanos, a continuación, veremos una tabla con los contenidos nutricionales que aportan algunos de los alimentos que se producen en nuestro territorio por cada 100 gramos (100 g) de cada alimento.

Nutrientes	Maíz	Leche	Huevos	Acelga	Espinacas
Proteínas	10.2 g	3.4 g	11 g	1.80 g	2.97 g
Grasas	4.7 g	1 g	0.2 g	0 g	0.26 g
Azucares	4.54 g	5 g	0.7 g	0.0011 g	0.43 g
Vitaminas	0.2366g	0.00015 g	0.00001 g	7.9508 g	0.01297 g
Minerales	0.0035g	0.136 g	0.0181 g	0.213 g	0.81933 g

Preguntas:

¿Cuál es el alimento que contiene más proteína?

¿Cuál es el alimento que tiene más grasas?

¿Cuál es el alimento que tiene más azucares?

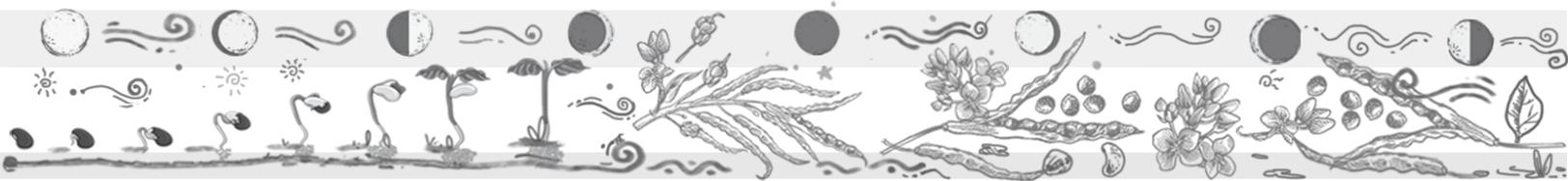
¿Cuál es el alimento que tiene menos vitaminas?

Sumemos números decimales.

Ejemplo:

De esta tabla obtenemos la cantidad de cada uno de los nutrientes que conseguimos al consumir 100 gramos (100 g) de cada uno de los alimentos que se indica. Si Carlos comió en el día 100 gramos (100 g) de maíz y 100 gramos (100 g) de acelga ¿Cuántos gramos de proteína consumió en el día?

Primero vamos a la tabla a buscar la cantidad de proteína por cada 100 gramos de los alimentos que caros consumió en el día los cuales son: por 100 gramos (100 g) de maíz consumió 10.2 gramos (10.2 g) y por cada 100 gramos (100 g) de acelga consumió 1.80 gramos (1.80 g) de proteína.



Para saber el total de proteínas que consumió Carlos en el día se suman las cantidades de las proteínas que contienen cada uno de los alimentos por cada 100 gramos. Para esto colocamos los números haciendo coincidir los puntos en la misma columna, haciendo coincidir las unidades, las decenas, las centenas, las décimas, las centésimas y las milésimas como se muestra a continuación

$$\begin{array}{r} \boxed{1} \boxed{0} \boxed{.} \boxed{8} \boxed{0} \\ + \boxed{1} \boxed{0} \boxed{.} \boxed{2} \boxed{0} \\ \hline \end{array}$$

Luego colocamos ceros donde hay espacios en blanco a la derecha como se muestra a continuación

$$\begin{array}{r} \boxed{1} \boxed{0} \boxed{.} \boxed{8} \boxed{0} \\ + \boxed{1} \boxed{0} \boxed{.} \boxed{2} \boxed{0} \\ \hline \end{array}$$

Y procedemos a sumar en columnas como lo realizas normalmente.

$$\begin{array}{r} 1.80 \\ + 10.20 \\ \hline 12.00 \end{array}$$

Y por último ponemos el punto en la misma posición.

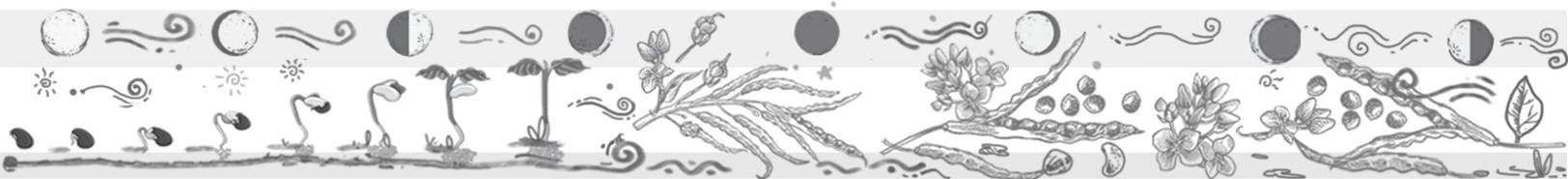
Respuesta: Carlos consumió 12 gramos (12 g) de proteínas en el día

Resuelve.

A María le encanta comer en el almuerzo sopa de maíz, con acelgas y espinacas. Ella come dos platos de sopa a la hora del almuerzo; el cual contienen 100 gramos de maíz (100 g), 100 g de acelgas y 100 g de espinacas. Responde las siguientes preguntas:

- ¿Cuántos azúcares en total consumió María en el almuerzo?

- ¿Cuántas grasas consumió María en el almuerzo?



Restemos números decimales

Ejemplo:

Felipe fue al médico porque no se sentía bien. El médico le recomendó una dieta en la que tenía que consumir 0.0175 g en minerales al día. Si Felipe consume solamente 200 g de maíz que contienen 0.0035 g de minerales, cuantos gramos adicionales tiene que consumir Felipe al día?

Para calcular los gramos adicionales de minerales que tiene que consumir Felipe según la recomendación del médico, se tiene que realizar una resta entre 0.175 y 0.0035.

Empezamos ubicado los números de igual manera que para la suma. Y poniendo ceros donde hay espacios en blanco a la derecha. Y procedemos a restar normalmente.

$$\begin{array}{r} 0.1750 \\ - 0.0035 \\ \hline \end{array}$$

Y colocamos el punto en la misma ubicación de columna.

Respuesta: Felipe debe consumir adicionalmente 0.1715 gramos (0.1715 g) de minerales adicionales.

Resuelve.

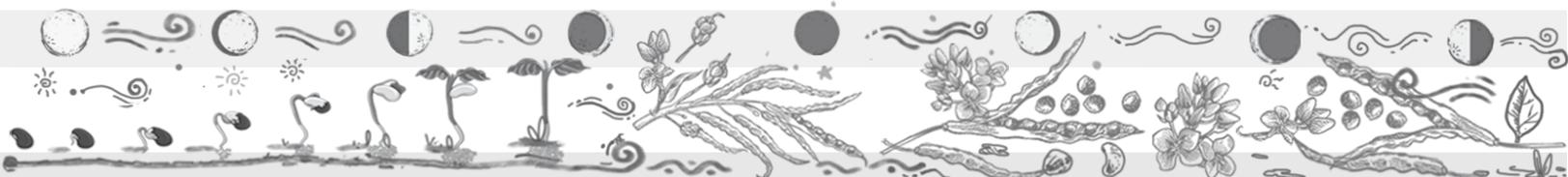
El médico también le dijo a Felipe que debía consumir 50.130 g de proteínas al día. Si Felipe consume al día 100 g de maíz y 100 g de espinacas ¿Cuántos gramos adicionales de proteína debe consumir Felipe?

[Blank area for student response]

Respuesta:

Preguntas:

¿Conocías la forma de sumar y restar números decimales? Describe si el procedimiento para realizar estas operaciones fue fácil o difícil



¿Cuáles son los alimentos que más consumes en tu casa?

¿Qué cosas nuevas aprendiste en el recorrido de esta unidad? Escríbelas a continuación.

Amenazas hidrometeorológicas y soberanía alimentaria

El tema a tratar en los siguientes enunciados está relacionado con los riesgos de desastres que existen a partir de una amenaza hidrometeorológica. A continuación, conocerás cuales son estas amenazas, como nos pueden afectar y como nos podemos preparar ante la ocurrencia de alguna de ellas. Además de tener en cuenta nuestra seguridad alimentaria en situaciones de riesgo.

El contexto de nuestro territorio:

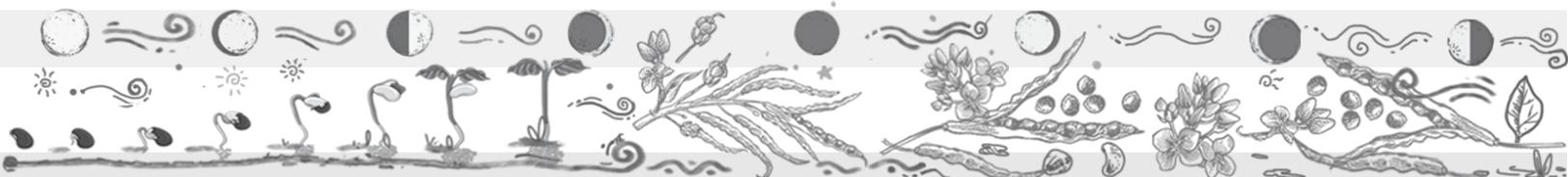
En el año 1994 y 2008 ocurrieron dos fenómenos naturales que tienen que ver con los riesgos que cuenta el municipio de Páez.

Aunque la ocurrencia de estos fenómenos naturales tienen que ver con una amenaza sísmica (terremoto) que se genera a partir de la activación del volcán nevado del Huila, y que resultado de esto ocurren desastres como avalanchas y deslizamiento de tierras, se debe tener en cuenta que esto va muy relacionado con algunas amenazas hidrometeorológicas, las cuales pueden producir los mismos efectos que las amenazas por sismos (terremotos) ya que interactúan factores como: la cantidad de agua que acumula el suelo por las fuertes lluvias y las altas pendientes que también pueden producir deslizamientos y luego grandes avalanchas.

En base a lo que has escuchado y con la ayuda de un familiar responde las siguientes preguntas en tu cuaderno:

- ¿Cuáles fueron estos dos fenómenos y qué ocurrió con las montañas y los ríos en ese tiempo? Cuenta un breve relato de cada uno de ellos.
- Cuando ocurrió la emergencia en estos años ¿tus familiares estaban preparados? ¿quién les aviso de la emergencia?
- ¿Qué estaban haciendo en el momento exacto cuando ocurrieron las emergencias?

Según los reportes oficiales cuentan que el primer evento ocurrió un día lunes festivo 6 de junio de 1994 siendo las 3:47 p.m. un sismo de magnitud 6.4 en la escala de Richter, cambió para siempre la historia de las comunidades ribereñas del río Páez y Simbola, sin dejar de mencionar a las comunidades ubicadas sobre las montañas de esta región quienes sufrieron daños irreparables por el terremoto.



Donde se generó el sismo se ubicó en las faldas del volcán Nevado del Huila, en cercanías del sitio llamado Dublín en la parte alta del río Páez, Lo cual significa que muchas personas sufrieron directamente por el terremoto, deslizamientos de tierras y luego por la avalancha. Se puede decir que fue la catástrofe natural más descomunal de su historia, en 30 minutos quedó convertido en un inmenso Campo Santo donde murieron más de 1000 personas aproximadamente.



En 2007 se reactivó el complejo volcánico nevado del Huila y en noviembre de 2008 se produjo una avalancha mucho más grande que la de 1994, evento que tuvo menores efectos gracias al trabajo comunitario e institucional que permitió actuar con mayor rapidez y efectividad.



FIGURA 6. Huila después por el sismo generado en la respuesta del 20 de noviembre según el mapa de la publicación de Información a 40 Anos del Páez Central, por el recordado del río Páez. Foto INE@COMINAS.

El área de Tierradentro correspondiente al municipio de Páez, tiene características climáticas y geográficas del terreno que lo hace un lugar adecuado para que ocurran algunos desastres causados por amenazas hidrometeorológicas, entre estas amenazas se puede decir que las tormentas severas son una de las más comunes ya que el territorio cuenta con épocas de mucho invierno que sumado a la presencia de montañas con pendientes elevadas y ríos encañonados pueden generar algunos fenómenos como; deslizamientos y avalanchas torrenciales, que causan grandes pérdidas económicas, ambientales.

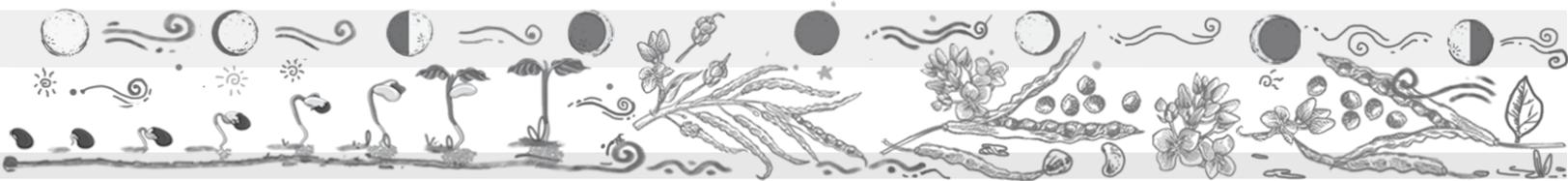
Para empezar, definiremos qué es una amenaza hidrometeorológica:

Las amenazas hidrometeorológicas son procesos o fenómenos naturales de tipo atmosférico, hídrico u oceanográfico que pueden causar daños materiales, lesiones o pérdidas de vidas, así como traer dificultades sociales, económicas y graves problemas ambientales.

Entre las amenazas hidrometeorológicas más comunes se encuentran:

Las inundaciones: Es un fenómeno natural que se presenta cuando el agua sube mucho su nivel en los ríos, lagunas, lagos y mar; entonces, cubre o llena zonas de tierra que normalmente son secas y su terreno es plano.





Las inundaciones **afectan a las personas, sus viviendas, cultivos y animales**, y ocasionan otros efectos como la erosión del suelo y la acumulación de materiales transportados por las aguas. También producen efectos en la salud que están relacionados con las enfermedades contagiosas, con la mala alimentación y la nutrición.

Medidas de prevención ante una inundación:

- *Conservar los bosques y la vegetación, para evitar la erosión.*
- *Mantener limpios los cauces de los ríos, arroyos y cuencas.*
- *No construir viviendas en las riberas de los ríos y quebradas, ni en los valles o planicies que se inundan.*
- *Buscar refugios seguros si la vivienda se encuentra en zonas de alto riesgo (cañadas, zanjas, cerca de los ríos).*

- ¿De acuerdo a la información anterior crees que en tu territorio se pudiera presentar una inundación? Explica tu respuesta

Los ciclones tropicales o huracanes:

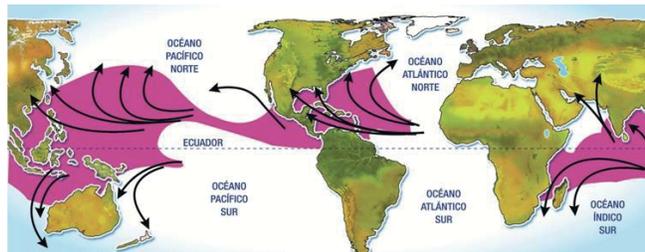
Son los vientos que soplan sobre la superficie de la Tierra a una velocidad mayor de 64 kilómetros por hora y se le llaman ciclones tropicales o huracanes.

Se forman cuando la temperatura de la superficie del mar supera los 27°C y una enorme cantidad de agua se evapora y se condensa formando nubes de gran espesor que luego se precipitan en forma de tormentas tropicales. La masa de aire caliente pierde humedad en el centro, formando un “ojo”. El diámetro de este centro tiene un promedio entre 500 y 900 kilómetros.

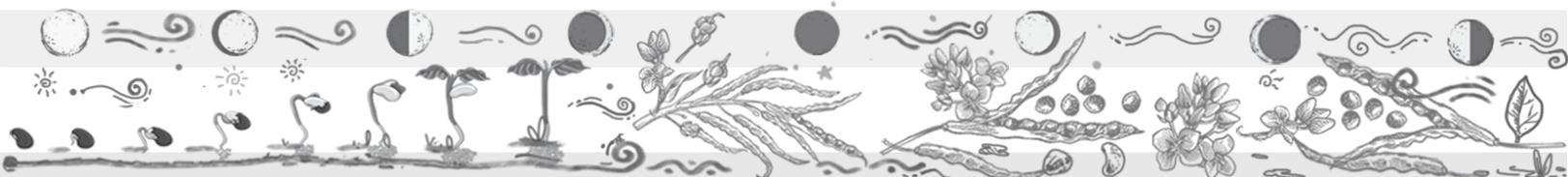


Los fuertes vientos causan daños importantes, son arrancadas las señales de tránsito, las ramas de árboles y afecta la infraestructura de las viviendas. Seguidamente, suelen producirse fuertes lluvias e inundaciones que terminan afectando todo a su paso. Este fenómeno afecta principalmente las zonas que se encuentran en las costas de los océanos.

Zonas de formación y trayectorias de huracanes:



- Plasma en un dibujo cómo crees que se vería un desastre ocurrido por un ciclón tropical.



Las tormentas severas: Las tormentas severas se caracterizan por la precipitación (lluvia) excesiva de agua en un periodo relativamente corto de tiempo, acompañadas de rayos, puede durar minutos o pocas horas. En la zona ecuatorial, las tormentas severas pueden desencadenar otros fenómenos naturales desastrosos como vendavales, deslizamientos de tierras, avalanchas torrenciales de ríos e inundaciones, afectando cultivos y viviendas.



Medidas de prevención ante una tormenta:

- No refugiarse debajo de un árbol aislado.
- Los árboles que forman bosques son menos riesgosos ante cargas eléctricas.
- Evite permanecer en lugares cerca de ríos o quebradas
- Evite tener contacto con el agua mientras dura la tormenta
- No este cerca de elementos metálicos o artefactos eléctricos
- Reforestar algunas areas donde tenemos nuestros cultivos para que no se vean tan afectados y poder contar con algunos alimentos para despues de que pase la emergencia. asi mismo mantener en nuestra casa una base de alimentos.

Debido a la ubicación geográfica del municipio de Páez este es uno de los fenómenos hidrometeorológicos que podría ocurrir ¿ha vivido usted alguna de estas emergencias? O ¿sabe de algún hecho ocurrido cerca de su territorio? Cuéntalo en un breve resumen

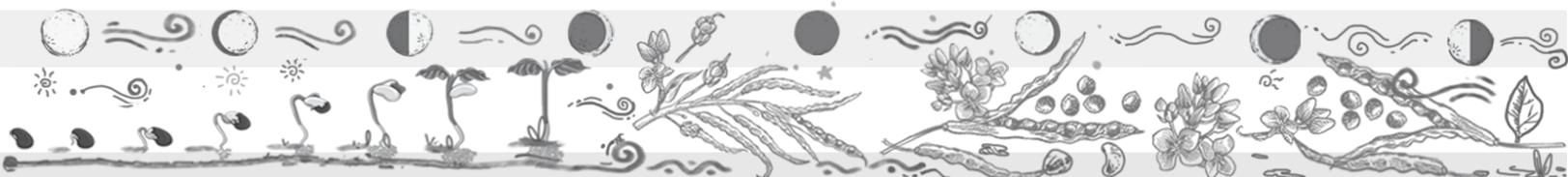
Las sequías y olas de calor: Las olas de calor son fenómenos climáticos extremos que se caracterizan por la presencia de temperaturas altas en un período prolongado de tiempo.

Dicha condición sumada a la disminución o inexistencia de lluvia, permite el desarrollo de una sequía. Esta escasez de lluvias puede durar hasta dos años consecutivos.

Las causas de las sequías se atribuyen al régimen de los vientos, la composición del suelo, el relieve del territorio.



Como ejemplo en Colombia tenemos al departamento de la guajira en donde se registran constantes olas de calor alcanzando una temperatura de 40°C (centígrados). estas son zonas donde cultivar alimentos es muy complicado por lo tanto la seguridad alimentaria de sus habitantes se ve muy afectada y tienen que racionar muy bien sus alimentos para poder subsistir.



Medidas de prevención ante los tiempos de mucho calor:

- Utilizar mejor y con mayor eficiencia las reservas hídricas existentes.
- Utilizar en las casas y en los cultivos solamente el agua necesaria.
- Conservar los suelos para aumentar su capacidad de retención de agua.
- Cambio y rotación de cultivos que sean tolerantes a la sequía.

- ¿Ha sentido que en su territorio hay tiempos durante el año en que hace mucho calor? Describe cómo afecta las altas temperaturas la producción de alimentos para nuestro consumo

Las nevadas y olas de frío: Las nevadas u olas de frío es una situación atmosférica que produce temperaturas extremadamente bajas en relación con la normal de la época.

Afecta a territorios que se encuentran en grandes alturas sobre el nivel del mar, las bajas temperaturas dificultan algunas actividades humanas como la construcción, así mismo la salud de las personas y produce daños importantes; por ejemplo, cuando se presentan heladas inesperadas se pueden perder las cosechas de alimentos.

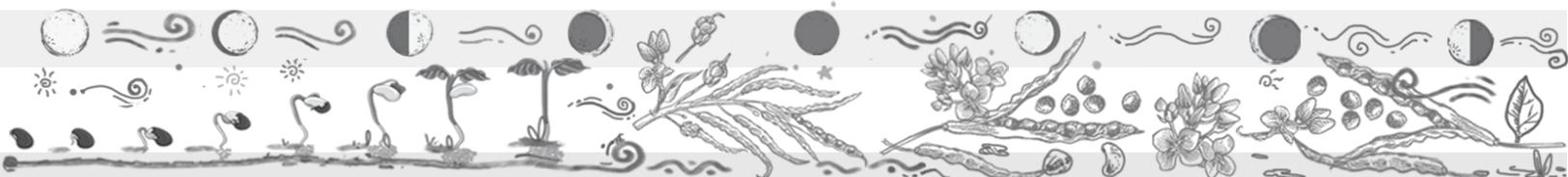


Medidas de prevención ante las nevadas u olas de frío:

- Estar atento a la información meteorológica y de las autoridades (Protección Civil, Sector Salud, etc.) que se transmita por los medios de comunicación.
- Vestir con ropa gruesa, cubriendo todo el cuerpo (chaquetas, bufanda, guantes, botas, etc.)
- Comer frutas y verduras amarillas ricas en vitaminas A y C, además de abastecerse de alimentos antes de que empiece la temporada fría.
- Contar con leña o combustible suficiente para mantener el calor en nuestra casa.

- ¿Crees que en el territorio donde vives se puede dar este fenómeno atmosférico? Explica tu respuesta

Teniendo en cuenta toda la información anterior, desarrolla las siguientes preguntas, puedes utilizar la ayuda de algún familiar:



- ¿Cuáles de las amenazas hidrometeorológicas afectan a tu territorio?

- ¿Cuáles son las cosas en común que tienen las amenazas hidrometeorológicas?

- ¿Crees que es importante tener conocimiento sobre las amenazas que hay en nuestro territorio? Explica tu respuesta.

Cambio climático

En esta unidad trataremos uno de los temas que en la actualidad se habla bastante y que nos debe de importar a todos, ya que tiene que ver directamente con la conservación de nuestra vida y la de todos los seres que habitamos el planeta tierra.



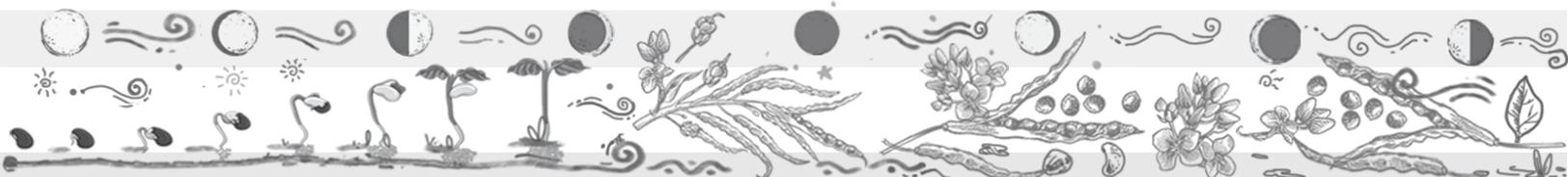
A continuación, conoceremos cuáles son las razones por las que se puede dar el cambio climático y la relación que tenemos nosotros los humanos con este acontecimiento.

Para empezar, responde en tu cuaderno lo siguiente:

- ¿Has escuchado en los medios de comunicación o en tu comunidad sobre este tema? ¿qué dicen sobre el cambio climático?
- ¿Qué actividades realizadas por las personas crees que influyen en el cambio climático?
- Comenta con tus familiares y construye un relato sobre cómo ha ido cambiando el clima en nuestro territorio y si se han visto afectados por el cambio climático.
- Pregúntales si alguien sabe alguna historia de nuestros antepasados que trate sobre el tema del cambio climático y escríbela resumidamente.

A lo largo de millones de años, **el clima** de la Tierra se caracteriza por ser **dinámico y cambiante**, siguiendo su propio ciclo natural donde actúan la atmósfera, los océanos, el hielo, los sedimentos y los organismos vivos.

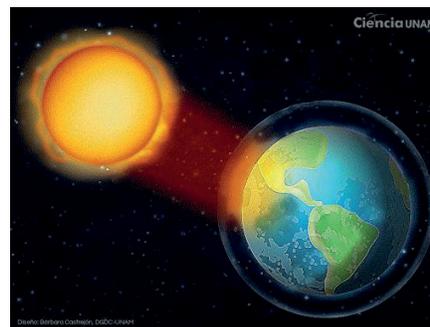
Durante estos ciclos se han presentado algunas épocas con periodos de mucho frío, llamados glaciaciones y otros periodos cálidos, como el que se está viviendo en la actualidad.



El cambio climático se puede dar principalmente por:

Causas naturales, existen fenómenos naturales que inciden fuertemente en el cambio climático. Entre ellos se destacan:

La actividad solar: El Sol, como mayor fuente de energía de nuestro planeta, influye directamente en el clima cuando se presentan variaciones en la frecuencia solar.



Los eventos volcánicos: Cuando se produce una erupción volcánica, se expanden a la atmósfera gran cantidad de cenizas, vapor de agua y gases como dióxido de sulfuro, amoníaco y metano. Por ejemplo, los gases y las cenizas volcánicas pueden bloquear parcialmente los rayos del Sol reduciendo la temperatura de la tierra.

Las corrientes oceánicas: Los océanos componen una gran parte del sistema climático.

Cubren casi el 71% de la Tierra y absorben gran cantidad de energía de la radiación del Sol. Por lo tanto, las corrientes marinas ejercen gran influencia en el clima porque modifican las condiciones de temperatura y humedad según sean cálidas o frías.

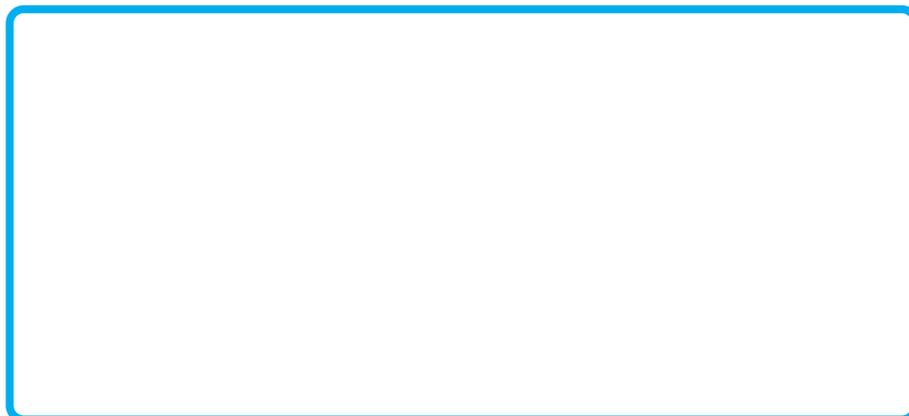
La dirección de los vientos: La presión atmosférica desigual originada por la diferencia de temperatura es la que inicia el movimiento de las masas de aire. Su velocidad y dirección pueden ser modificadas por la fuerza del movimiento de rotación de la Tierra.

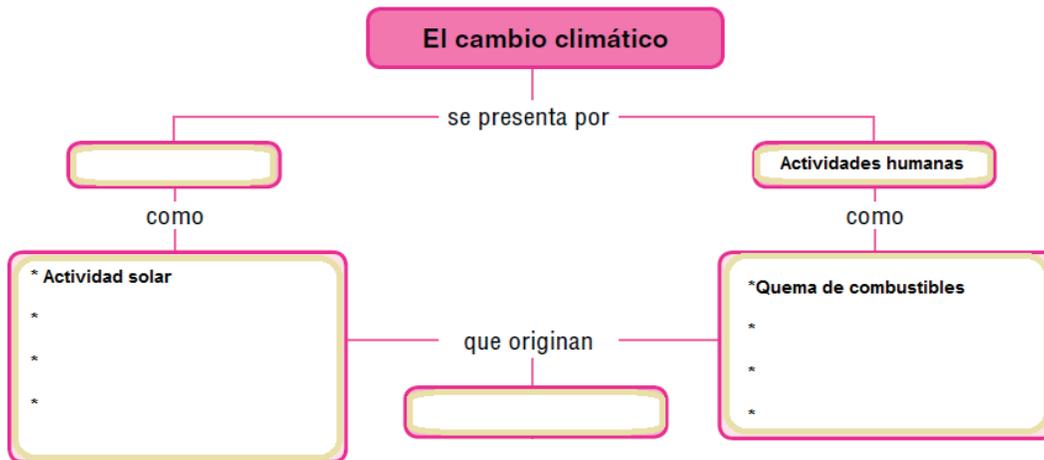
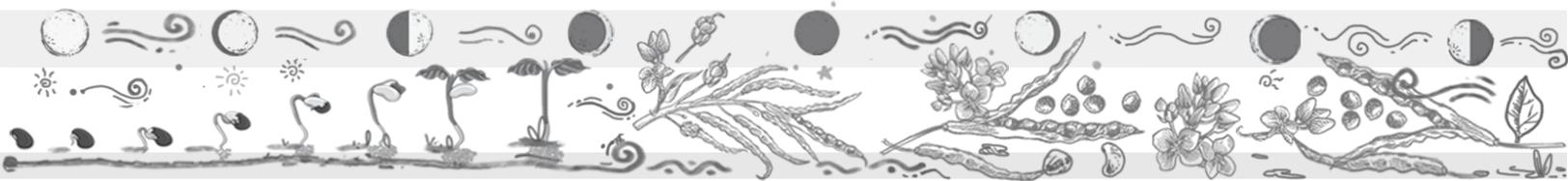
Actividades humanas: Las actividades humanas, como la quema de carbón, de gas natural y de petróleo, así como los cambios en el uso del suelo producidos por la deforestación y otras prácticas agrícolas e industriales, están aumentando pequeñas partículas en la atmósfera que cambian la cantidad de calor que es absorbido y reflejado por la atmósfera. Estas alteraciones atmosféricas contribuyen al cambio climático y al aumento de algunos gases de **efecto invernadero**.

Las causas naturales y las actividades humanas que incrementan los gases del efecto invernadero originan el calentamiento global, generando graves consecuencias para la existencia de los seres vivos del planeta tierra

De acuerdo a la información estudiada en lo anterior resuelvo las siguientes actividades:

Dibuja alguna de las actividades que haya visto en mi territorio que contribuyan al calentamiento global.

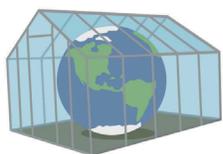




Uno de los impactos que generan las actividades humanas sobre el calentamiento global tiene que ver con el efecto invernadero.

¿Cuál es el problema del efecto invernadero?

El efecto invernadero como fenómeno natural no es perjudicial. El problema está en el aumento significativo de los gases emitidos a la atmósfera por la acción humana, como el dióxido de carbono que tiene la capacidad de atrapar la energía solar, lo que ocasiona que una mayor cantidad de los rayos solares sean retenidos en la Tierra, aumentando la temperatura global, lo que trae como consecuencia un cambio climático.



Es como si metiéramos al planeta tierra en el invernadero donde ponemos a crecer nuestras plantas o en nuestro secadero de café, donde se almacena el calor para poder que esté caliente todo el tiempo.

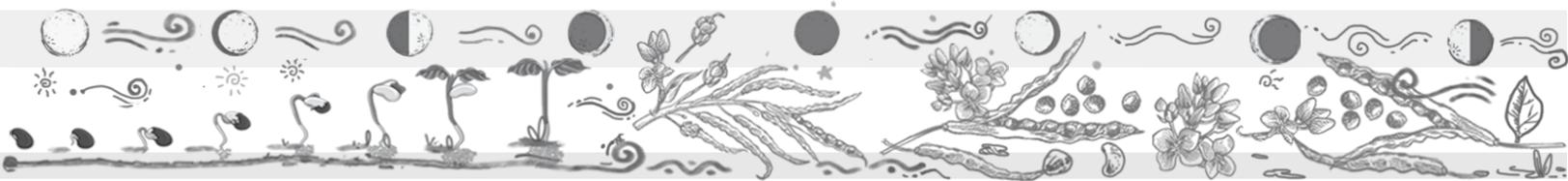
- Los cambios del clima a nivel mundial ¿crees que nos favorece o nos afecta? Explica tu respuesta

Consecuencias del calentamiento global

En los últimos cien años la temperatura media del planeta ha aumentado 0,6 °C y la tendencia es que en los próximos años siga subiendo. Medio grado puede parecer insignificante; sin embargo, las consecuencias de este cambio ya se pueden evidenciar en situaciones como:

Las sequias, fuertes tormenta, el deshielo de los casquetes polares, extinción de especies y ecosistema.





¿Y nosotros qué podemos hacer para disminuir el calentamiento global?

Aunque el calentamiento global se da principalmente por la acción de las grandes industrias que producen cantidades de gases tóxicos para la atmósfera nosotros como habitantes de este planeta podemos hacer muchas cosas. Si entre todos cambiamos muchos hábitos diarios lograremos evitar el aumento del calentamiento global.

Apaga las luces y los equipos electrónicos que no estés usando: simplemente apagando las luces, el televisor y la computadora cuando no las estés utilizando, ahorrarás miles de libras de dióxido de carbono al año.

Recicla la basura de tu casa: al reciclar la mitad de la basura de tu casa, puedes llegar a ahorrar más de 3.000 libras de dióxido de carbono al año.

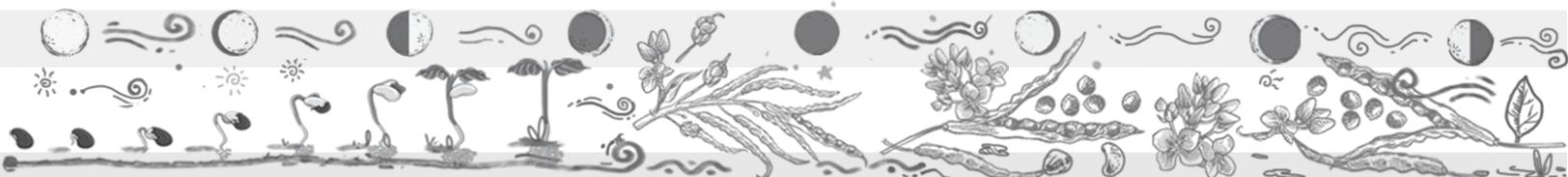
Planta árboles: por un solo árbol que plantes, este absorberá durante su tiempo de vida una tonelada de dióxido de carbono.



Evitar el corte de bosque nativo y las quemas descontroladas: Hay que ser consciente del impacto que puede generar el corte y la quema de los bosques en donde habitan animales y plantas que ayudan a mantener el equilibrio de nuestro ecosistema.

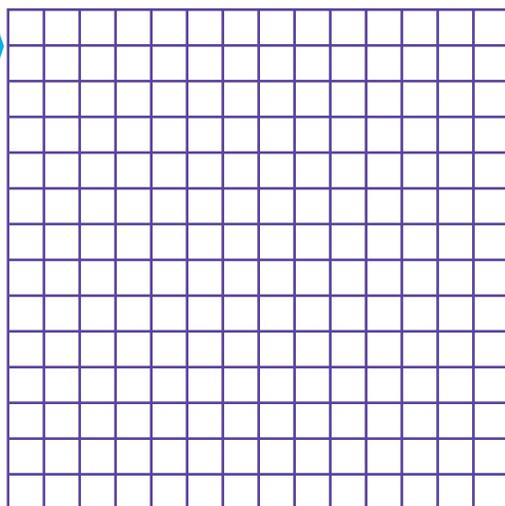
Explica con tus propias palabras ¿A qué se le llama calentamiento global?

Explica con tus propias palabras ¿A qué se le llama calentamiento global?



Unidad 6 - Nos divertimos aprendiendo

Dividir el cuadrado que podemos ver en la imagen en 13 cuadrados



Martina dice que al unir los puntos del dibujo se podían formar exactamente 13 cuadrados ¿crees que Martina está en lo correcto?



MARATÓN

La semana pasada fue la Semana Cultural y Deportiva en un colegio. Entre las actividades programadas se destacó la Maratón por la Tolerancia en la que participó un buen número de estudiantes de los grados 9, 10 y 11. En esta competencia no hubo empates y a medida que iban llegando los corredores a la meta se les iba entregando, como recuerdo, una camiseta alusiva al evento en la que se estampaba el número de llegada de dicho corredor.

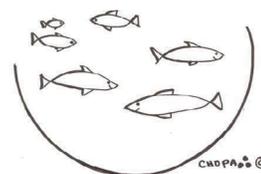


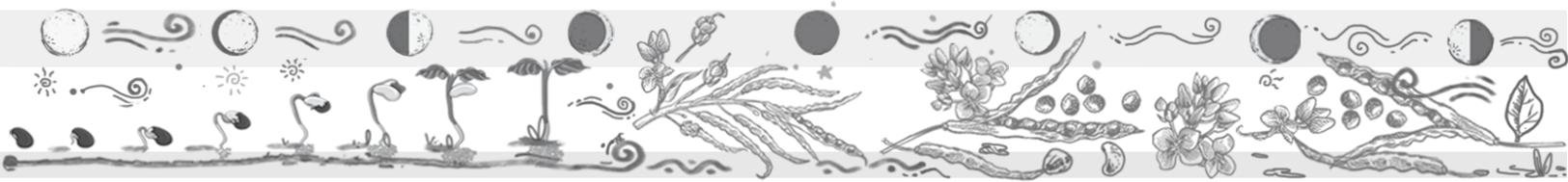
EL ACUARIO DE LUCÍA

Lucía tiene un acuario con seis peces exóticos: dos rojos, dos azules y dos amarillos. Sus longitudes son: 3 cm, 6 cm, 6 cm, 9 cm, 9 cm, y 12 cm. Utilice las siguientes pistas para deducir el largo y el color de cada pez.

Pistas

Lucía tiene un acuario con seis peces exóticos: dos rojos, dos azules y dos amarillos. Sus longitudes son: 3 cm, 6 cm, 6 cm, 9 cm, 9 cm, y 12 cm. Utilice las siguientes pistas para deducir el largo y el color de cada pez.





El tiempo atmosférico:

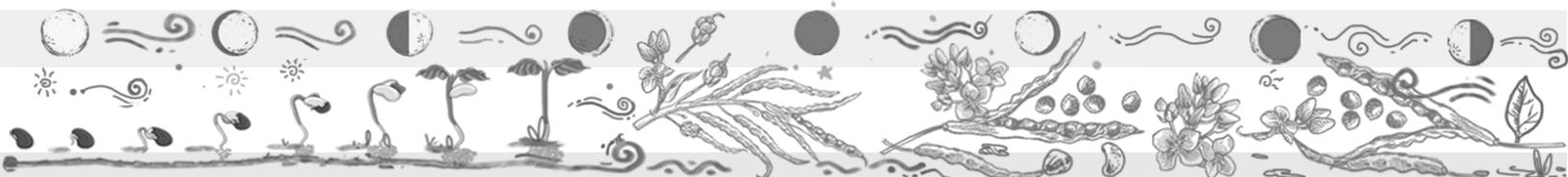
Une con una línea los gráficos que correspondan con la descripción de cada uno.

	Nublado	
	Ventoso	
	Parcialmente nublado	
	Asoleado	
	Liuvioso	

De acuerdo a la actividad anterior, registra el estado del tiempo atmosférico de cualquier día de la semana mediante gráficos:

Escribe el día: (Día y fecha / Mes / Año)

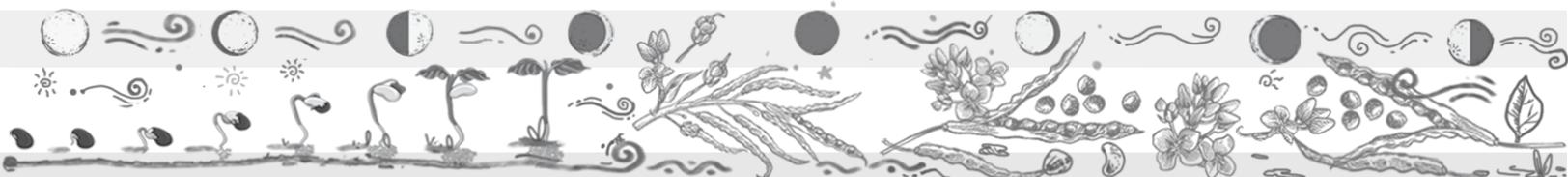
Mañana	Tarde	Noche



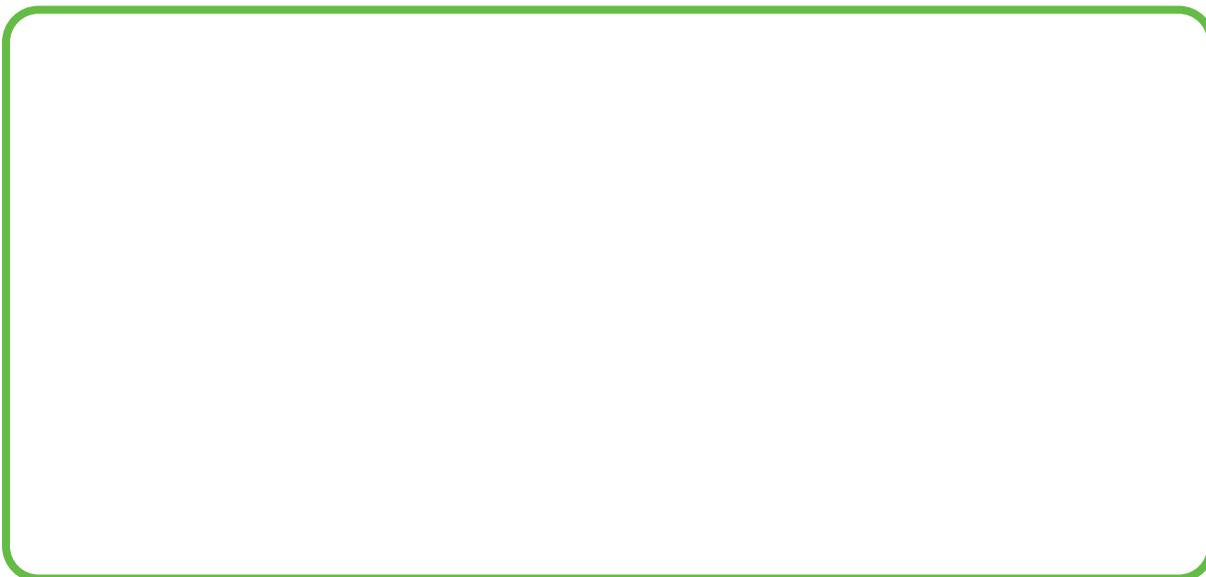
Cambio Climático

A continuación, se presentan algunas imágenes de las actividades humanas que generan el fenómeno conocido como efecto invernadero, que es uno de los principales factores que influyen en el cambio climático.





De acuerdo a estas imágenes y teniendo en cuenta la información vista en la guía, elabora de manera creativa un dibujo que plasme lo que tiene que ver con el cambio climático. Utiliza tu imaginación.

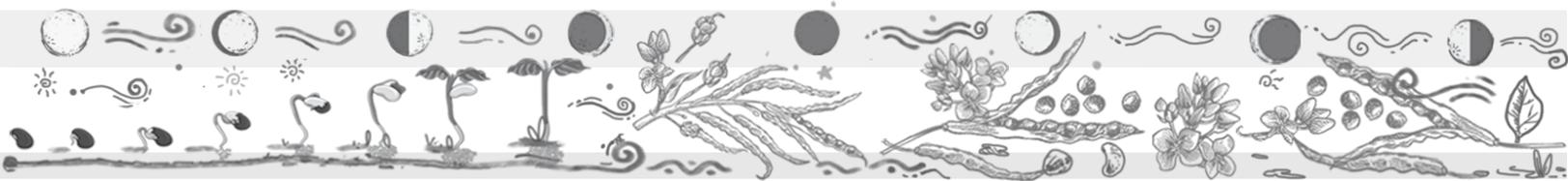


Busca amenazas hidrometeorológicas

Encuentra en la siguiente sopa de letras las palabras relacionadas con el tema de amenazas hidrometeorológicas.

- AMENAZAS
- INUNDACION
- HURACANES
- TORMENTA
- SEQUIA
- NEVADA
- LLUVIAS
- AVALANCHA
- DESLIZAMIENTO
- REFUGIO
- RÍOS
- QUEBRADAS
- EMERGENCIA
- CALOR

G	R	E	F	U	G	I	O	W	R	O
W	B	P	Q	Q	Y	O	P	X	Z	T
Z	A	S	E	Q	U	I	A	T	N	N
E	D	E	W	E	R	W	R	O	E	E
M	A	N	M	X	W	T	I	R	V	I
E	R	A	A	M	P	C	O	M	A	M
R	B	C	M	Q	A	A	S	E	D	A
G	E	A	E	D	X	L	P	N	A	Z
E	U	R	N	Y	H	O	P	T	Q	I
N	Q	U	A	Q	Y	R	G	A	U	L
C	N	H	Z	L	L	Q	H	X	L	S
I	K	N	S	A	I	V	U	L	L	E
A	V	A	L	A	N	C	H	A	K	D



Haciendo voy aprendiendo: Completar

Completa el texto con las siguientes palabras. Ojo!!!! una palabra no tiene nada que ver con el texto.

Recursos

Aire

Supervivencia

Organismos

Gas

Energía

Los _____ necesitamos determinados _____ para vivir, como el agua, el suelo, el _____ y las fuentes de _____. Si alguno falta, la posibilidad de _____ disminuye.

El observador

En compañía de tus padres o algún familiar con el que vivas, ve a un lugar cerca de la casa en donde puedas observar el suelo y realizar la siguiente actividad. Deben llevar una pala, una cuchara, un octavo de cartulina blanca y una lupa.

Con la ayuda de la pala recojan un pequeño pedazo de suelo. Colóquenlo en la cartulina y con la cuchara extiéndanlo bien por toda la cartulina.

Observen con la lupa la muestra del suelo; describan las partículas y los animalitos presentes en la muestra. Dibuja en tu cuaderno todo lo que observaron.

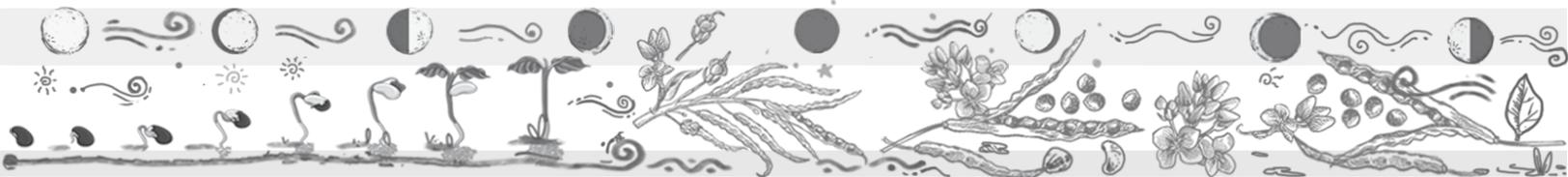


Sopa de letras

Resuelve la siguiente sopa de letras.

NATURAL
MAR FRUTOS
SOL OSO DE ANTEOJOS
AIRE FRAILEJON
ARTIFICIALES FLORA
AGUA MINERAL
RECURSOS HIERRO
ATMOSFERA FAUNA

Q	Z	P	A	S	S	U	E	L	O	G	O	I	B	J	T	X	G
E	R	X	R	O	Z	S	U	K	A	U	G	A	Z	Z	G	E	F
X	U	Q	T	L	T	Q	F	J	P	U	K	W	J	S	Y	T	A
S	M	N	V	S	O	J	O	E	T	N	A	E	D	O	S	O	U
H	E	Z	A	Q	M	W	H	L	P	C	V	N	O	B	C	S	N
I	Y	L	X	T	I	S	Q	Z	X	A	P	O	S	S	K	L	A
E	C	D	A	K	U	F	L	O	R	A	V	J	A	O	P	F	V
R	F	S	S	I	N	R	E	H	P	E	Z	E	T	S	W	Q	M
R	C	O	P	Z	C	X	A	H	Q	R	W	L	M	R	F	A	Q
O	M	Y	A	Y	A	I	D	L	I	I	W	I	O	U	R	T	O
R	S	O	T	U	R	F	F	Y	E	A	G	A	S	C	K	M	T
R	B	K	N	S	M	C	I	I	L	S	Z	R	F	E	P	C	W
V	S	J	T	S	H	U	W	P	T	R	P	F	E	R	D	J	O
M	I	N	E	R	A	L	E	S	K	R	T	A	R	U	K	C	F
Y	U	R	A	D	D	A	S	F	X	O	A	X	A	G	I	Q	O



Nombre:



Fecha:

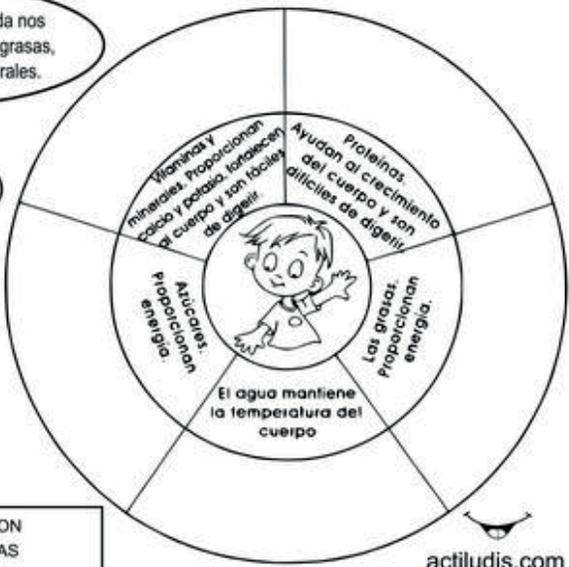
LA DIETA CORRECTA



Una alimentación balanceada nos proporciona azúcares, agua, grasas, proteínas, vitaminas y minerales.

Recorta y pega las partes del círculo en el lugar que corresponda.

Recorta y aprende 3!
Adaptación: Mtro. Jesús González Molina
profesiones.dibujos.net



Investiga y contesta las preguntas en tu cuaderno:

- ¿Qué es la nutrición?
- ¿Qué son los nutrimentos y cómo se clasifican?
- Escribe qué son y da algunos ejemplos de los siguientes nutrimentos:
 - Carbohidratos
 - Grasas o lípidos
 - Vitaminas y minerales
- ¿De dónde provienen las proteínas?
- ¿Cómo debe ser una dieta correcta?
- ¿Por qué es importante beber más agua potable?
- Colorea y describe el plato del bien comer

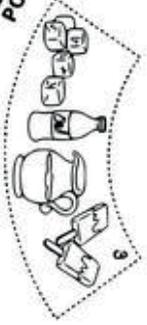
- NUTRICION
- VITAMINAS
- GRASAS
- DIETA
- SALUD
- NUTRIMENTOS
- CARBOHIDRATOS
- MINERALES
- COMIDA CHATARRA
- PROTEINAS
- FRUTAS
- VERDURAS

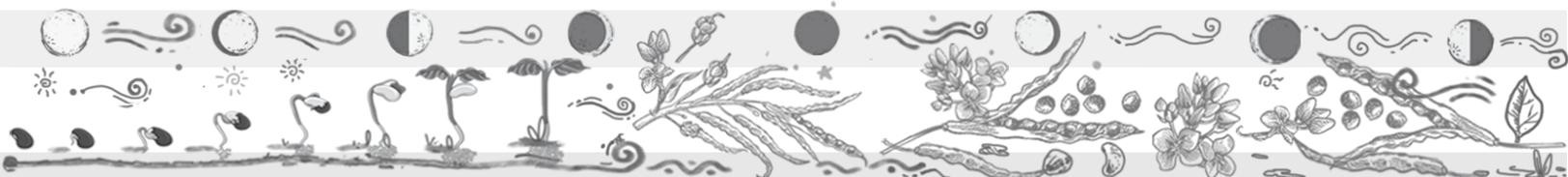
actiludis.com

c	w	p	a	q	g	j	d	i	y	m	s	x
o	a	f	r	t	b	l	o	e	u	c	o	z
m	j	r	n	o	e	i	a	y	z	l	t	w
i	p	n	b	b	t	i	c	h	m	f	n	e
d	b	u	c	o	m	e	d	r	u	a	e	s
a	g	t	v	m	h	z	i	d	s	t	m	a
c	k	r	i	e	i	i	n	n	u	b	i	s
h	w	i	t	x	r	n	d	d	a	j	r	a
a	e	c	a	s	o	d	e	r	s	s	t	r
t	v	i	m	a	a	n	u	r	a	i	u	g
a	n	o	i	l	w	x	o	r	a	t	n	l
r	u	n	n	u	z	e	f	j	a	l	o	p
r	w	d	a	d	o	r	e	m	b	s	e	s
a	l	t	s	y	f	r	u	t	a	s	u	s



Mtro. Jesús González Molina
profesiones.dibujos.com
Por una alimentación balanceada en cantidad, en modo.
Contenido de aprendizaje para niños.





Califícate a ti mismo

Selecciona la respuesta correcta en los siguientes recuadros. Califícate tú mismo y luego comparte las respuestas con tu docente a ver qué tan bien te calificaste. El mayor puntaje es 10.

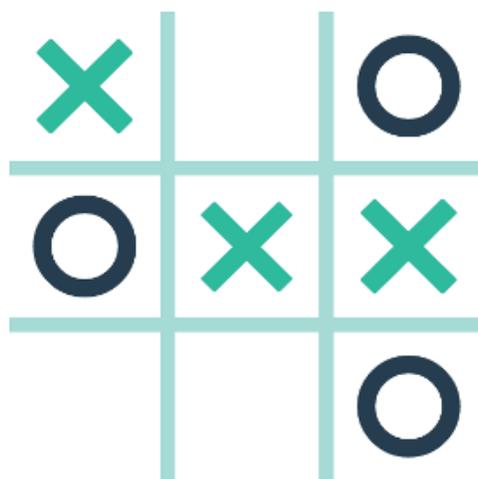
<p>2. Elemento primordial para la formación y conservación de los seres vivos, que está presente en los ríos, mares, etc.:</p> <p>a. El agua b. El Sol c. El Aire</p>	<p>1. Principal Fuente de energía natural de los seres vivos:</p> <p>a. Energía Eléctrica b. El Sol c. El Agua</p>	<p>3. Conjunto de especies vegetales:</p> <p>a. Fauna b. Árbol c. Flora</p>
<p>4. Una especie vegetal:</p> <p>a. Cebra b. Lirio c. Níquel</p>	<p>7. Capa de aire que rodea el planeta tierra:</p> <p>a. Atmósfera b. Aire c. Viento</p>	<p>5. Conjunto de especies animales:</p> <p>a. Fauna b. Flora c. Tigre</p>
<p>6. Una especie animal:</p> <p>a. Cebra b. Lirio c. Níquel</p>	<p>7. Capa de aire que rodea el planeta tierra:</p> <p>a. Atmósfera b. Aire c. Viento</p>	<p>6. Una especie animal:</p> <p>a. Cebra b. Lirio c. Níquel</p>
<p>6. Una especie animal:</p> <p>a. Cebra b. Lirio c. Níquel</p>	<p>9. Recursos naturales que se extraen de las rocas de la tierra:</p> <p>a. Papa b. Minerales c. Tierra</p>	<p>10. Elemento mineral:</p> <p>a. Cebolla b. Caballo c. Sal</p>

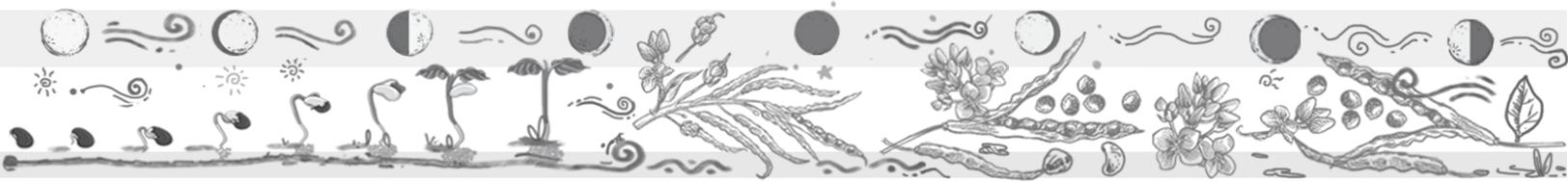
Triki con vasos desechables

OBJETIVO: El objetivo es jugar el triki en una mesa que dividiremos en 9 partes. Consigue 6 vasos desechables, tres de un color y tres de otro color para cada jugador, la idea es no dejar que el rival haga el triki con los vasos.

REGLAS: Los vasos estarán boca abajo y la idea será poner el vaso en una esquina de la mesa donde se lo golpeará con los dedos y se buscará que el vaso quede boca arriba. Cuando un vaso quede boca arriba se podrá ir formando el triki.

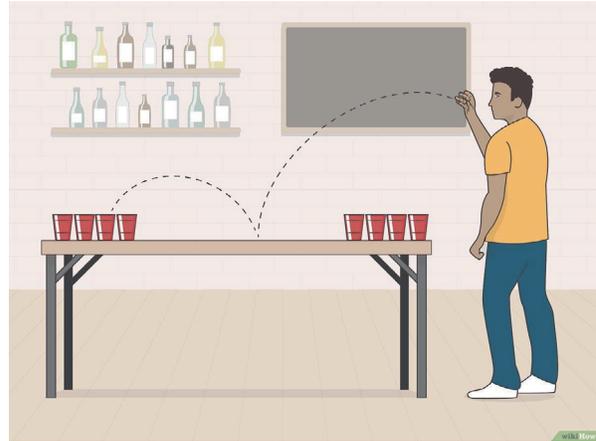
Si uno de los contrincantes está a punto de hacer triki y puedes quitar el vaso y poner el tuyo para evitar que gane. Es válido. Esa es la idea: no dejar ganar al rival. Pero siguiendo con las reglas establecidas.





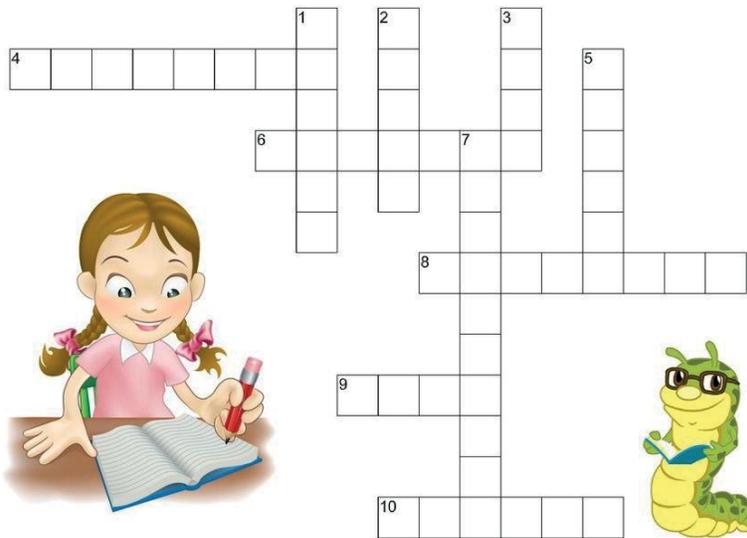
Tiro y certeza

Para realizar este juego se necesitarán 2 jugadores por ronda, 9 vasos llenos con agua y pelotas de plástico pequeñas. La idea será poner los vasos a una distancia de 3 metros y el objetivo será que cada jugador tire la pelota desechable intentando que la pelota quede en el vaso con agua. El jugador que meta más pelotas a los vasos con agua será el ganador.

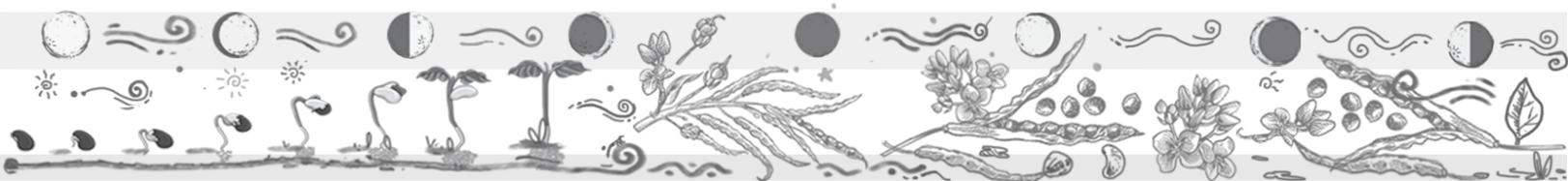


LOS POEMAS

❖ Resuelve el siguiente crucigrama.

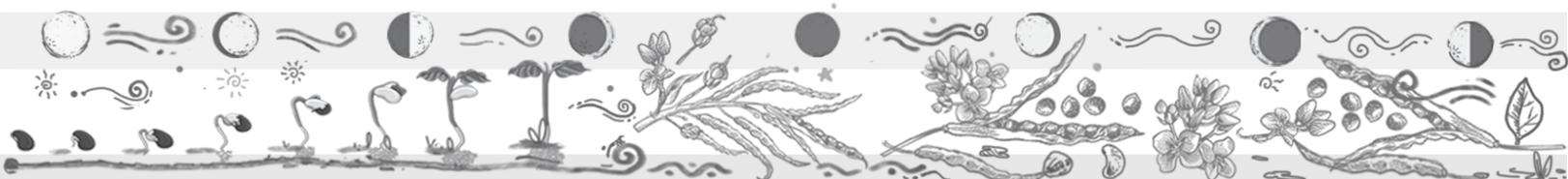


HORIZONTALES	VERICALES
4.- Tipo de lenguaje que se utiliza al escribir poemas.	1.- Poesía conformada por dos cuartetos y dos tercetos. Además que cada uno de los versos debe contar con once sílabas.
6.- Número de sílabas de un verso.	2.- Este tipo de verso no necesita un determinado número de sílabas o rima, pero si exige ritmo.
8.- Tipo de rima cuando sólo se repiten vocales.	3.- Por la importancia de su obra, sor Juana Inés de la Cruz es conocida como la décima _____.
9.- Se presentan cuando las palabras al final de los versos suenan igual o de manera similar.	5.- También conocida como poesía.
10.- Género literario que exalta la expresión de los sentimientos y la belleza del lenguaje.	7.- Tipo de rima cuando se repiten consonantes y vocales.



Bibliografía y páginas web consultadas

- Tamayo, J. & Yatacué, N. (2008). Historias Y Cosmovisión de los pueblos indígenas que habitamos el territorio ancestral sa'ith Tama Kiwe. Cabildo Indígena del Resguardo de Jambaló
Lo que cuentan nuestros abuelos. Programa de Educación Bilingüe e Intercultural- CRIC
Preparando la Cosecha. Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca- ACIN- Proyecto Educativo Comunitario Territorio, naturaleza y producción. Pag 19
Preparando la Cosecha. Asociación de Cabildos Indígenas del Norte del Cauca- ACIN- Proyecto Educativo Comunitario Territorio, naturaleza y producción. Pag 15
D. Cabrera, P. Miranda, L. Gallego, S. Cafasso y I. Cabo, Matemática Azteca.
J. Sainz Avia, Del cuerpo al cosmos: evolución de las unidades de medida en el mundo real, Granada: Inediciones, 1998.
A. Arboleda, A. Sinisterra, E. Rodriguez, H. Cuero, H. Erazo, J. Panchano, J. Portocarrero, L. Vallecilla, M. Valencia, T. Paz y J. Jimenez, «convirtiendo medidas convencionales a no convencionales "el jeme"». M. Martines y V. Sanches, La Aventura de Los Nutrientes: Libro de Nutrición Y Salud, Palibrio , 2012.
P. Frontera y C. Gloria, Cómo alimentar a los niños, España: Amat , 2013.
Caracol 7 Castellano y Literatura. Bedout Editores S.A
Guía Escolar- Español y Literatura- Santillana
<https://definicion.de/genero-lirico/>
<https://ejemplosde.info/ejemplos-de-poemas/>
<https://www.ejemplos.co/10-ejemplos-de-coplas-cortas/>
<https://www.pinterest.es/pin/858780222673991607/>
<https://mitosyleyendasr.com/mexico/la-leyenda-del-maiz/>
https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/7994/LYT_8_1996_art_23.pdf?sequence=1&isAllowed=y
<https://egiptologia.com/magnitudes-unidades-antiguo-egipto-relaciones-equivalencias/>
<https://journals.openedition.org/ateliers/9643>
<http://caracteristicas.org/genero-narrativo/>
<https://vanevastegui.wordpress.com/2015/11/28/plan-de-clase-electiva-tic/>
121
<https://eldebatedehoy.es/ciencia/azucar/#:~:text=La%20principal%20funci%C3%B3n%20del%20az%C3%BAcar,la%20vida%20y%20situaciones%20fisiol%C3%B3gicas.>
<https://metabolicas.sjdhospitalbarcelona.org/nutrientes-alimentacion-equilibrada>
<https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/minerales.html>
<http://www.todoalimentos.org/grano-de-maiz-amarillo/>
<http://meteo.navarra.es/definiciones/diferenciaTiempoClima.cfm#:~:text=Los%20dos%20se%20refieren%20a,un%20momento%20y%20lugar%20determinado.>
<https://www.catorce6.com/investigacion/17171-los-5-pisos-terminicos-de-colombia-y-las-variaciones-segun-su-altitud>
<https://es.scribd.com/document/360724372/Ciclos-Agricolas-en-Colombia>
http://www.alertatierra.com/CambC_causas.htm
<http://www.fao.org/Noticias/1999/990307-s.htm>
<http://www.concienciarural.com.ar/articulos/agricultura/lecciones-sobreagriculturainteligente-con-el-clima/art3148.aspx>
<https://www.eird.org/fulltext/ABCDesastres/teoria/preguntas/inundaciones.htm>
<https://www.ifrc.org/es/introduccion/disaster-management/sobre-desastres/definicion--de-peligro/tormentas-tropicales-huracanes-ciclones-y-tifones/>
<https://sites.google.com/site/yoprevengodesastres/tormentas-electricas>
<https://www.tamaulipas.gob.mx/proteccioncivil/temas/que-hace-en-caso-d/metereologicos/helada/>
<http://www.rena.edu.ve/primeratapa/ciudadania/inundaciones.html>
http://www.aytoaljaraque.es/index.php?option=com_content&view=article&id=509&Itemid=608



Referencias de imágenes

Pag. 51

<https://www.facebook.com/photo?fbid=2282923441810397&set=pcb.2282926838476724>

Pag. 56

<https://www.cric-colombia.org/portal/pwesan-piyaka/>

Pag. 57

<https://eldigital.co/vida-y-espiritu-el-agua-para-el-pueblo-nasa/>

Pag. 68

<https://es.khanacademy.org/math/basic-geo/basic-geo-volume-sa/basic-geometry-surface-area/a/surface-area-review> y <https://www.youtube.com/watch?v=9-Jd104HnlGg>

Pag. 71

<https://www.pinterest.es/pin/324048135687728821/>

Pag. 79

http://photos-ville-paris.com/clasificacion_climatica_vegetacion.html

Pag. 80

<http://www.ciencia-ahora.cl/Revista15/13ClasificacionClimas.pdf>

Pag. 81

<https://www.mundoprimaria.com/recursos-historia/egipto-ninos>

<http://anthonygonzabayreyes.blogspot.com/2011/08/piramides-y-dioses-aztecas.html>

<https://www.bbc.com/mundo/vert-tra-46628042>

Pag. 83

<https://journals.openedition.org/ateliers/9643>

<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=12522638>

Pag. 85

Convirtiendo medidas convencionales a no convencionales (p.5)

Pag. 90

<https://icon-icons.com/es/icono/ni%C3%B1o/31185>

Pag. 91

<https://www.miarevista.es/salud/fotos/los-alimentos-con-mas-proteinas>

https://www.consalud.es/estetic/nutricion/10-frutas-para-bajar-de-peso-y-mejorar-la-digestion_68106_102.html

123

<https://www.biobiochile.cl/noticias/sociedad/salud/2017/05/14/15-alimentos-con-tantas-proteinas-como-la-carne-la-leche-y-los-huevos.shtml>

Pag. 92

<https://www.muyinteresante.es/salud/fotos/alimentos-con-muchas-vitaminas>

<https://www.vix.com/es/imj/salud/6071/la-funcion-de-las-sales-minerales-en-el-organismo>

<https://docplayer.es/15443786-Ejercicios-complementarios.html>



Yat pwe'sx
Jiiyunxitx Ù'na



Preescolar

Sembrando saberes en familia

Kiwe wejxate fxi'ya' ki
paayya' jiiyunxitx apuhupna



Primero

Explorando saberes para leer el territorio

âusyakh âskiwe'jna



Segundo

Corazonar enraizados con el territorio

We' wena Yuunxiju
ujawejxa's a' teyakh atna



Tercero

Tradición oral, siembra y luna

FXI'ZENXI'S UHN



Cuarto

Sembrando vida

Eenyak dxi' phadeçxa
fxiwu'jna. Sembrando semillas
de pervivencia.

Quinto



Kiwek peevya'ja'



Sexto

El territorio nos enseña

Sek ki' a'te dxi'the piyana u'jweka



Séptimo

En el andar del tiempo vamos aprendiendo

Maantey âusyahtxna fxi'zenxi



Octavo

Memoria Viva

kiwe's ype'jna Nasa fxi'zenxite



Noveno

Guardianes de la Vida y el Territorio

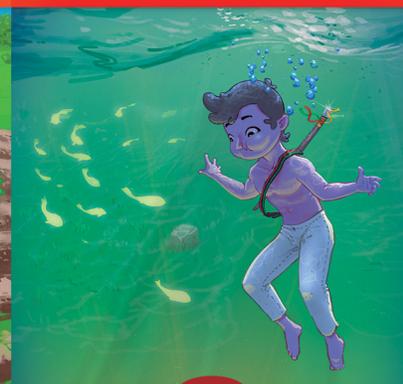
Kwe'sxa' fxiwtha'w
bakaçxtepa nesyuuya'



Décimo

Nosotros permanecemos como semillas para la pervivencia

Fxiw Uuhsa



Undécimo

Custodios de Semillas