

Guía Pedagógica N° 11**Escuela:** C.E.N.S. Juan de Garay**Docentes:** Verón Gonzalez, M. Manuela- Piaggio Kokot, Lia**Curso:** 2º 1ª y 2ª**Turno:** Noche- Secundario para Adultos**Área Curricular:** Ciencias Naturales**Unidad N°1 y 2: Integración de conceptos sobre alimentación, nutrientes en relación al sistema digestivo, sistema circulatorio, sistema respiratorio y sistema urinario.****Objetivo/s:**

- Recordar, repasar y llevar a nuestra vida práctica el conocimiento de la integración de los conceptos nombrados.

Contenidos:

- Alimentación, nutrición en relación al sistema digestivo, sistema circulatorio, sistema respiratorio y sistema urinario.

Capacidad a desarrollar:

- Comprensión lectora.
- Creatividad.

Criterios de evaluación:

- Buena presentación y Ortografía.
- Interpretación y cumplimiento de consignas.
- Coherencia y precisión en la redacción.
- Utilización de vocabulario específico.
- Razonamiento y aplicación de conceptos.

¡¡A continuar aprendiendo y recordando todo lo aprendido!!

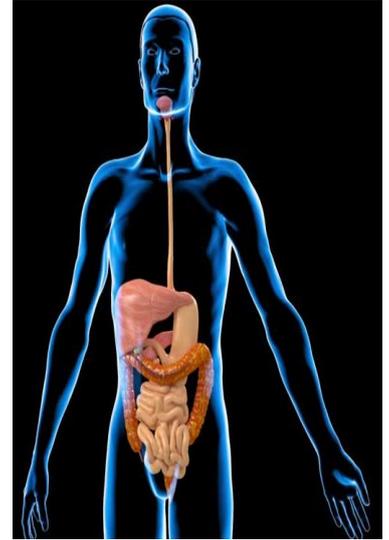


Prof.: Verón Gonzalez, M. Manuela- Piaggio Kokot, Lia

La nutrición comprende una serie de procesos encaminados a proporcionar las sustancias que necesita cada una de nuestras células para realizar eficaz y eficientemente sus funciones. En nuestro organismo se lleva a cabo gracias a la interacción del sistema digestivo, circulatorio, respiratorio y urinario.

Lo que debemos recordar sobre el sistema Digestivo es:

- Que el sistema digestivo humano se encarga de transformar los alimentos en sustancias fácilmente asimilables, a partir de las cuales las células producen y liberan energía.
- Está ligado al funcionamiento de los sistemas nervioso, circulatorio, respiratorio y excretor, tanto en la captura y transformación de los nutrientes como en el desalojo de las sustancias de desecho.
- Consiste en un "tubo", con un orificio de entrada y otro de salida, conformado por la secuencia de órganos al que llegan jugos secretados por glándulas anexas.



Lo que debemos recordar sobre el sistema circulatorio es:

- Que el sistema circulatorio humano es complejo.
 - Que la sangre es un tejido líquido formado por plasma, glóbulos rojos (transportan O_2 a los tejidos), glóbulos blancos (defienden al organismo de la invasión de agentes infecciosos) y plaquetas (intervienen en la coagulación de la sangre).
 - Que la sangre conduce nutrientes y hormonas y mantiene el balance hídrico de los tejidos.
 - Está formado por el corazón, la sangre y los vasos sanguíneos (venas, arterias y capilares).
- Nuestro sistema circulatorio recoge y conduce desechos celulares hacia el sistema excretor.

Lo que debemos recordar del sistema Respiratorio:

Prof.: Verón Gonzalez, M. Manuela- Piaggio Kokot, Lia

- Que la respiración es una función que llevan a cabo todos los seres vivos.
- Que en especial en el ser humano es donde, por ser habitante del medio aerobio, se ha desarrollado un complejo grupo de órganos que en conjunto se integran en el sistema respiratorio.
- Que su función es el intercambio gaseoso que ocurre en los alveolos, tomando el oxígeno del aire para que llegue a todas las células, y liberando el dióxido de carbono que ellas producen en su metabolismo.



- Que la contaminación ambiental, el deterioro de fuentes naturales de oxígeno, así como la industrialización provocada por el ser humano, han afectado tanto la atmósfera que la respiración del hombre y de todos los seres vivos es más difícil cada día.

Lo que debemos recordar del sistema Urinario:

- Los riñones son los órganos que filtran la sangre del cuerpo y forman la orina.
- Que la orina actúa como un vehículo de drenaje de las sustancias de desecho provenientes de la actividad celular total, eliminando las sustancias tóxicas del organismo, como dióxido de carbono, sales orgánicas como la urea y la creatinina, o bien las inorgánicas como el cloruro de sodio (NaCl) y de potasio (KCl) que, de no eliminarse, ocasionarían diversos y graves trastornos en nuestro organismo.



Actividades:

1) Con lo que recordamos y con ayuda de los apuntes de las guías 1 a la 7, más la experiencia de todo lo aprendido en este tiempo, responde:

- a-¿Por qué es importante seleccionar los alimentos que consumimos?
- b-¿Qué relación tiene el buen estado del sistema digestivo con el perfecto estado de salud nutricional?
- c-¿Por qué es importante de la conservación de la salud de nuestro sistema circulatorio?

Prof.: Verón Gonzalez, M. Manuela- Piaggio Kokot, Lia

d-¿Por qué es importante entender y cuidar la delicada estructura de los órganos respiratorios?

e-¿Qué medidas de prevención debemos poner en práctica para evitar el daño de nuestro sistema urinario?.

2) Teniendo en cuenta los interrogantes del punto anterior, y todo lo que vimos sobre alimentos y nutrientes; te invitamos ante la situación de pandemia que estamos viviendo, a que **reflexiones** sobre cómo deberíamos alimentarnos para tener una nutrición preventiva que cuide nuestro organismo, mantenga saludable nuestro sistema respiratorio y circulatorio; y a su vez cuidemos el sistema urinario.

Realiza un escrito de no menos de media carilla, y si deseas puedes confeccionar folletería con toda tu creatividad, donde deben quedar claros los siguientes temas:

-Alimentación saludable y preventiva.

-Cuidado del sistema digestivo y urinario (Dando a conocer cómo hacerlo, que hábitos usar).

-Cuidado del sistema circulatorio y respiratorio (Dando a conocer cómo hacerlo, que hábitos usar).

Puedes ayudarte investigando en fuentes oficiales y confiables.

¡¡Éxitos en esta producción, puedes ayudar
a saber cómo cuidarnos en este tiempo!!

¡¡Nos aprendemos a cuidar mejor desde el conocimiento!!



Directora: Graciela Inés Pérez.

Prof.: Verón Gonzalez, M. Manuela- Piaggio Kokot, Lia