	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ</b>		
	<b>Proceso: CURRICULAR</b>	<b>Código</b>	
<b>Nombre del Documento:</b> Planes de mejoramiento		<b>Versión 01</b>	<b>Página</b> 1 de 1

<b>ASIGNATURA /AREA/ NÚCLEO</b>	Núcleo Técnico Científico	<b>GRADO:</b>	3°
<b>PERÍODO</b>	Dos	<b>AÑO:</b>	2024
<b>NOMBRE DEL ESTUDIANTE</b>			

### DESEMPEÑOS /COMPETENCIAS:

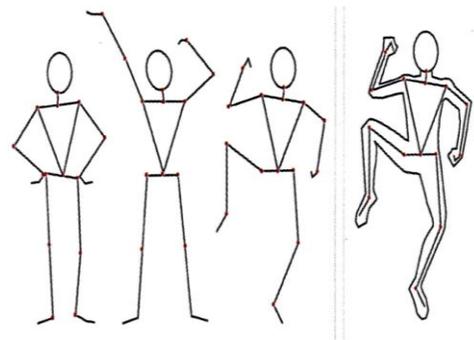
- Diferencia el movimiento en los seres vivos.
- Identifica la importancia que tiene una nutrición balanceada para un buen estado de salud, reconociendo los nutrientes y beneficios de los alimentos y la forma de ser procesados
- Determina cómo ha influido el desarrollo de la tecnología en la conservación del medio ambiente.

### ACTIVIDADES PRÁCTICAS A DESARROLLAR INCLUYENDO BIBLIOGRAFIA DONDE SE PUEDA ENCONTRAR INFORMACIÓN:

#### EL MOVIMIENTO EN LOS CUERPOS Y LAS FUERZAS QUE LO PROVOCAN

##### LAS FORMAS DE MOVIMIENTO DE LAS PERSONAS:

Nuestro cuerpo permanece en movimiento constantemente, no solo para realizar gestos y comunicarse con otros, sino también para realizar las diferentes actividades que se requieren para su existencia, tales como caminar, correr, brincar, masticar, entre otras. Estos movimientos los realiza el hombre en forma voluntaria o movido por una necesidad.



##### LAS FORMAS DE MOVIMIENTO DE LAS COSAS:

Los objetos pueden realizar movimientos provocados por fuerzas externas o detenerse gracias a estas. Ejemplo:

- El movimiento de los astros. Los planetas giran alrededor del sol en órbitas elípticas.
- El péndulo de un reloj. Los relojes de antaño funcionaban en base al movimiento de un péndulo para marcar los segundos. Dicho movimiento es el ejemplo perfecto del movimiento pendular simple, que es el mismo que usamos en las películas para "hipnotizar" a alguien.

##### FORMA DE DESPLAZAMIENTO DE LOS ANIMALES:

Los animales se mueven de múltiples formas. Saltan, corren, nadan, reptan o vuelan, realizando movimientos característicos que les sirven para desplazarse en el medio que les es propio y también para conseguir alimento o escapar de un depredador.

Vamos a ver que tanto puedes saber sobre el movimiento de los seres vivos con la siguiente actividad.

1. Lee atentamente.

Los volcanes están vestidos de blanco, con mantos de nieves perpetuas. Desde allí se ven guaduales, cafetales, yarumales, guayacanes, ceibas botelludas, manglares, nocederos, frailejones..., formando un manto verde para proteger la piel de la Gran Madre.

Como hilos mágicos plateados, los ríos serpentean indefinidamente. Chigüiro en el agua camina despacio, Boa se desliza suave por la hierba, mientras Rana Verde, con un salto, se les adelanta para unirse a Mariposa.

Gato y Delfín danzan con el canto de Mirla, asoman Azulejo y Tucán.

Oso de Anteojos y Tigrillo rugen complacidos y se levantan a abrazar a Cóndor, quien acaba de llegar con Burro y Cabra.

El viento acaricia suavemente mi plumaje. Lanzo mi canto e inicio mi descenso en picada para unirme a mis hermanos en esta fiesta de alegría con la Madre Tierra.

*(Este texto fue escrito por Miguel Fernando Caro Gamboa)*



2. Completa el siguiente cuadro, y coloca en cada columna los animales que aparecen en la lectura anterior, según la forma en que se desplazan.

CAMINAN O SE ARRASTRAN	NADAN	VUELAN

3. Escribe sobre el final de la lectura. ¿Qué animal crees que es? ¿Cómo lo sabes?

---

---

4. Observa la ilustración del fósil

¿Cómo crees que se desplazaba este animal?

---

¿Cómo lo sabes?

---

¿Se parece a algún animal que exista actualmente?

---



5. Clasifica los siguientes animales según la parte del cuerpo que utilizan para desplazarse y completa el siguiente cuadro:

**Araña, vaca, culebra, ballena, zancudo, mirla, burro, lombriz, boca chico, paloma, conejo, loro, gusano, bagre.**

PRESENCIA DE PATAS	PRESENCIA DE ALETAS	PRESENCIA DE ALAS	SE ARRASTRA CON EL CUERPO
araña	ballena	zancudo	culebra

6. Escoge tres de los animales anteriores y dibújalos con todas las partes que necesitan para desplazarse

## EL SISTEMA DIGESTIVO

El aparato o sistema digestivo descompone los alimentos que ingerimos en pequeñas partes para proporcionarnos la energía y los nutrientes que necesitamos para vivir. A medida que los alimentos se descomponen, obtenemos aminoácidos de las proteínas, azúcares simples de los almidones y ácidos grasos.

7. Completa la información y escribe el nombre de los órganos del Sistema Digestivo.

Ciencias Naturales

Bloque I

# Mi sistema Digestivo

Lo que como baja por el esófago hacia el \_\_\_\_\_.

Mis intestinos \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ ayudan a mi cuerpo a digerir la comida.

### LA ALIMENTACIÓN Y LA NUTRICIÓN SON DOS CONCEPTOS QUE HAY QUE DIFERENCIAR:

La Alimentación	La Nutrición
<p>La alimentación es un proceso voluntario y consciente, suele estar condicionada por factores externos tales como hábitos y creencias culturales y religiosas, accesibilidad a determinados nutrientes, presión de la publicidad, recursos económicos, etc. De ahí que es educable, así pues, es importante que la educación intervenga primero desde la familia y después desde la escuela en la construcción de conocimientos y actitudes que ayuden a los niños a tomar decisiones sobre su propia alimentación</p>	<p>La nutrición es el estudio de los alimentos y la manera en que éstos funcionan en tu cuerpo. La nutrición incluye los elementos que contiene la comida, como las vitaminas, las proteínas, las grasas y demás. Es importante consumir una variedad de alimentos, como frutas, verduras, productos lácteos y cereales, a fin de disponer de los nutrientes necesarios para crecer y estar sano. Lee las etiquetas nutricionales que vienen en tus comidas envasadas preferidas para saber más sobre la nutrición.</p>

8.

**Escribe alimentos saludables que puedes comer en cada momento**

<b>Desayuno</b> _____ _____ _____ _____		<b>Almuerzo</b> _____ _____ _____ _____
<b>Merienda</b> _____ _____ _____ _____		<b>Cena</b> _____ _____ _____ _____



### EL BAMBU Y EL USO TECNOLÓGICO QUE LE HA DADO EL HOMBRE

El bambú es una planta de la familia de las gramíneas, conocida como "la planta de los mil usos", la encontramos en forma de caña en la naturaleza.

Pueden haberlos desde los más pequeños: de 1m de largo y con tallos de medio centímetro de diámetro, a los más grandes: de 25m de alto y 30cm de diámetro.

Esta planta ha convivido junto a varias culturas, especialmente la asiática, y ha tenido un papel muy importante en su desarrollo. En Asia se ha utilizado para múltiples áreas: Construcción, Alimentación, Medicina, Textil, Papel, Instrumentos musicales, en última instancia y más actualmente como Biomasa.

Como curiosidad: Algunas marcas como Toyota, Apple y Lexus utilizan el bambú como sustituto de algunos de los componentes que forman parte de sus productos, dotándoles de algunas cualidades implícitas de esta planta.

#### Ventajas:

Se han realizado ensayos de la resistencia a tracción que tendría el bambú y como material supera en resultados a la mayoría de los materiales incluidos el acero.

Este material consigue estos resultados gracias a la fuerza de su estructura hueca, tubular y evolucionada a lo largo de los años para resistir la fuerza del viento en su hábitat natural, y como decía anteriormente su transporte, almacenamiento y colocación es muy sencilla gracias a su forma.

También es muy interesante su ciclo de crecimiento rápido y la variedad de lugares en los que crece, porque esto hace que sea un bien no escaso, lo que abarata su coste. Como ventaja adicional este rápido crecimiento ayudaría a la eliminación de CO<sub>2</sub> en el ambiente lo que ayudaría al cambio climático.

Como podemos apreciar todas las ventajas son generales del bambú no del material combinado hormigón-bambú.

9. Después de realizar la lectura sobre el bambú responde las siguientes preguntas:

Realiza una lista de las actividades en la que se ha utilizado el bambú.

---

---

---

---

---

---

---

---



¿Qué ensayos se han realizado sobre la resistencia del bambú?

---

---

¿Cómo es la estructura del bambú?

---

---

¿Cómo ayuda el bambú al medio ambiente?

---

---

---

Realiza un dibujo sobre el bambú

---

**BIBLIOGRAFIA:**

<http://eduteka.icesi.edu.co/proyectos.php/2/11286>

<https://recursoseducativostic.jimdofree.com/a%C3%B1o-2018/grado-tercero-segundo-periodo/ciencias-naturales/>

Fuente: <https://concepto.de/movimiento/#ixzz6MkvECyip>

<http://www.salud.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2016/03/alimentacion-saludable-material.pdf>

[https://www.rchsd.org/health-](https://www.rchsd.org/health-article/aparatodigestivo/#:~:text=El%20aparato%20digestivo%20descompone%20los,y%20glicerol%20de%20las%20grasas.)

[article/aparatodigestivo/#:~:text=El%20aparato%20digestivo%20descompone%20los,y%20glicerol%20de%20las%20grasas.](https://www.rchsd.org/health-article/aparatodigestivo/#:~:text=El%20aparato%20digestivo%20descompone%20los,y%20glicerol%20de%20las%20grasas.)

**METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN**

La metodología de la evaluación estará basada en desarrollar las competencias en los estudiantes de manera individual, teniendo en cuenta las particularidades de cada uno de ellos.

La evaluación será un proceso valorativo, formativo e integral.

Las actividades asignadas en el plan de mejoramiento están planteadas para ser realizadas de manera extraescolar.

**RECURSOS:**

Fotocopias – Cuaderno - Colores – Lápiz - Computador – Internet - Celular.

**OBSERVACIONES:**

A los estudiantes que requieran planes de mejoramiento y actividades de apoyo por pérdidas de áreas o por haber ingresado a la institución iniciado el año escolar se les asignará una fecha para su entrega y un horario para la sustentación, dado que debe ser personalizada. Se tendrán en cuenta las diferencias individuales. Se valorará el proceso de los estudiantes.

**FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO****FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN****NOMBRE DEL EDUCADOR(A)****FIRMA DEL EDUCADOR(A)****FIRMA DEL ESTUDIANTE****FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA**