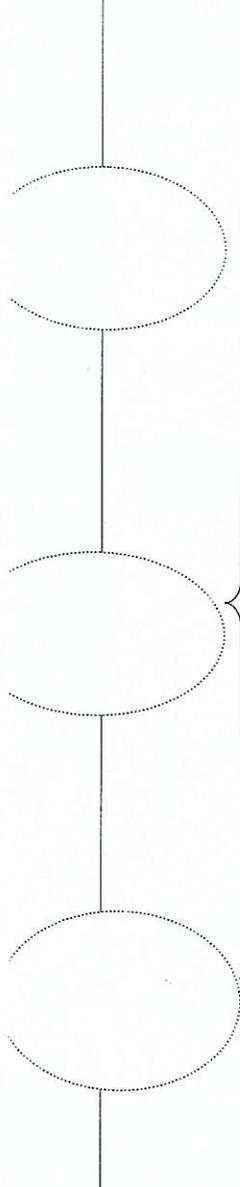


Actividad 2: Los Movimientos de la Tierra



Se llama movimiento de rotación al giro constante que realiza la Tierra sobre su eje. Como consecuencia del movimiento de rotación se producen los días y las noches y las diferencias horarias.

- Al girar la Tierra sobre sí misma va presentando al Sol zonas distintas. En las que reciben la luz solar es de día, mientras que en las restantes es de noche.
- Nuestro planeta tarda veinticuatro horas en dar una vuelta sobre sí mismo, es decir, un día. Como este giro es gradual se producen diferencias horarias.

La Tierra, además de girar sobre su eje, da vueltas alrededor del Sol. Éste es el movimiento de traslación. Este movimiento sigue siempre el mismo camino, que llamamos órbita, y es de forma elíptica. En este recorrido nuestro planeta emplea 365 días y 6 horas. Como un año normal del calendario tiene 365 días justos, cada cuatro años hay uno de 366 días, que se llama año bisiesto.

Como consecuencia del movimiento de traslación se producen las estaciones y la diferente duración de los días y las noches a lo largo del año.

- Las estaciones se forman porque al estar inclinado el eje de la Tierra los rayos solares no llegan siempre a éste con la misma inclinación e intensidad.
- Los días y las noches no tiene siempre la misma duración debido a la inclinación del eje de la Tierra. Durante el verano los días son más largos que las noches, y en el invierno ocurre lo contrario.

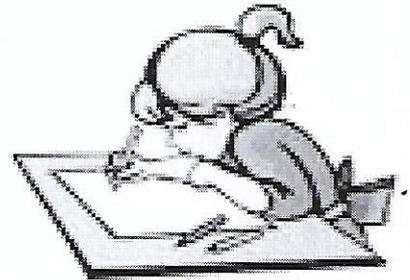


8. El Resumen

Aprende:

- En el resumen, igual que en el esquema, están recogidas las ideas más importantes de un texto de forma breve.
- A diferencia del esquema, en el resumen las ideas están desarrolladas en forma de frases y no sólo expresadas de manera puntual. El resumen es una redacción en la que se relacionan las ideas.
- Se aconseja utilizar frecuentes puntos y seguido, pero evitar demasiados puntos y aparte. Para unir las frases tienes que utilizar conectores textuales: “por lo tanto”, “a continuación”, “en primer lugar”, etc.
- El resumen tiene que tener sentido y entenderse.

¿Qué es un resumen? (Exprésalo con tus palabras)



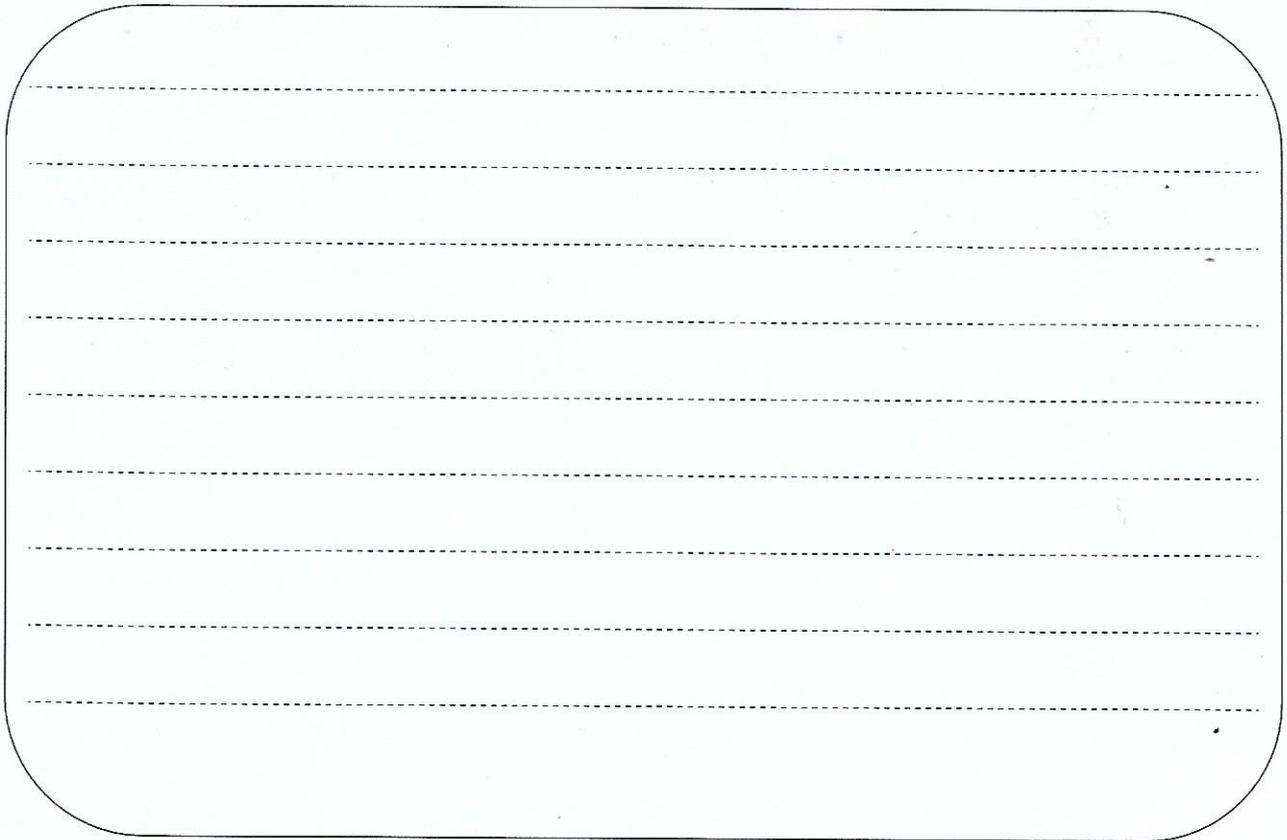
Actividad 1: La adolescencia: cambios físicos

La adolescencia dura aproximadamente de los 13 a los 18 años. La primera etapa de la adolescencia recibe el nombre de pubertad. Al llegar a la pubertad, el cuerpo de la niña y del niño empieza a transformarse.

A las chicas les crecen los pechos y les nace vello en las axilas y en el pubis. A los chicos les cambia la voz, que se hace más grave, les sale vello en el pubis, en las axilas, en el tórax y en las extremidades. Sus músculos se desarrollan de forma distinta que en las chicas y, más adelante, les crece la barba.

El cambio más importante que se produce en la adolescencia es que la persona adquiere la capacidad de reproducirse. Este cambio se manifiesta en las chicas por la aparición de la menstruación: cada 28 días se desprende un óvulo de un ovario; si no es fecundado al cabo de unos días sale por la vagina, acompañado de un flujo de sangre. Los chicos empiezan a producir espermatozoides, que no necesitan ningún proceso de maduración.

La Adolescencia: Resumen



Actividad 2: Los ríos

Parte de la lluvia al caer, resbala por la superficie terrestre y se evapora, y parte se filtra en la tierra dando vida a la vegetación y formando cursos de agua subterráneos. Cuando estos cursos de agua salen a la superficie forman fuentes y manantiales. Si los manantiales son muy potentes forman cursos continuos de agua: **los ríos**.

Si un río lleva sus aguas a otro río lo llamamos **afluente**. Si lleva sus aguas al mar es el río **principal**.

Cuando el río desciende por una montaña, lleva mucha velocidad y arranca piedras y tierra, arrastrándolas consigo. A esta parte del río la llamamos **curso alto**. Cuando disminuye la pendiente, descendiendo la velocidad de las aguas. El río arranca pocos materiales, deposita los más gruesos y transporta los más finos. Es el **curso medio**. En su parte final, el río discurre por terrenos llanos. Lleva poca velocidad y deposita los materiales que arrastraba, formando grandes curvas llamadas meandros. Es el **curso bajo**.

Realiza el resumen del texto en tu libreta.



9. La Memoria

Aprende:

- La memoria es la capacidad que tenemos para retener y recordar imágenes, pensamientos, sentimientos o conocimientos sin que tengamos que tenerlos presentes.
- Muchos estudiantes manifiestan tener dificultades o problemas con su memoria: “*Se me olvida enseguida lo que estudio*”; o “*Estudio para el examen y, cuando voy a contestar, me quedo en blanco*”...
- Si queremos mejorar la memoria hemos de seguir unos pasos:
 - Un primer paso es la **comprensión** de lo que vamos a estudiar. Si no hay una verdadera comprensión, no hay estudio eficaz.
 - Un segundo paso es la **fijación** de los conocimientos. La fijación se adquiere con la **repetición** de los contenidos que queremos aprender tantas veces como sea necesario. Es preciso repetirlos varias veces, para ello, no sólo leeremos en silencio, sino que lo escribiremos, lo repetiremos en voz alta, se lo diremos a otra persona, etc.
 - Un tercer paso es la **retención** o conservación de los recuerdos en la memoria durante un período de tiempo. Favorece la retención: El **interés** que nos merezca lo que hay que aprender; si está **relacionado** con cosas que ya sabemos; si lo tenemos **organizado** en nuestra mente. La memoria no es un cajón en el que echar todo lo que nos viene a mano.
 - Un cuarto paso es la **evocación**, que consiste en recordar los conocimientos que hemos almacenado y que en un momento determinado -por ejemplo, un examen- queremos recuperar. Recordamos gracias a las **asociaciones o relaciones** establecidas entre los datos que tenemos almacenados.
 - Finalmente un quinto paso es la **integración** de los nuevos conocimientos con los que poseíamos con anterioridad, haciéndolos nuestros.

Actividades:

1. Lee con atención varias veces estos mensajes y colorea cada cuadro con un color suave:

1. ESTUDIA CON INTERÉS LOS TEMAS El interés multiplica el rendimiento	2. COMPRENDE BIEN Y EXPLICA CON TUS PROPIAS PALABRAS EL TEMA No memorices nada que no entiendas
3. REPITE EN VOZ ALTA O BAJA LO QUE NECESITES APRENDER La repetición graba las ideas	4. ESTUDIA LAS IDEAS ORGANIZADAS EN ESQUEMAS Las ideas asociadas lógicamente se aprenden mejor

A continuación, rotula cada cuadro de abajo con una palabra clave que resume cada uno de los cuadros de arriba. Observa el ejemplo:

	<i>Esquemas</i>

2. ¿CÓMO VAS DE MEMORIA? Para comprobarlo vas a realizar esta actividad.

A) Intenta memorizar en un minuto estas 20 palabras y en ese orden:

Golondrina	Hiena	Canario	Buey
Lagartija	Sardina	Camaleón	Lobo
Gorrión	Tiburón	Cucaracha	Toro
Lince	Paloma	Culebra	Rana
Calamar	Yegua	Pájaro	León

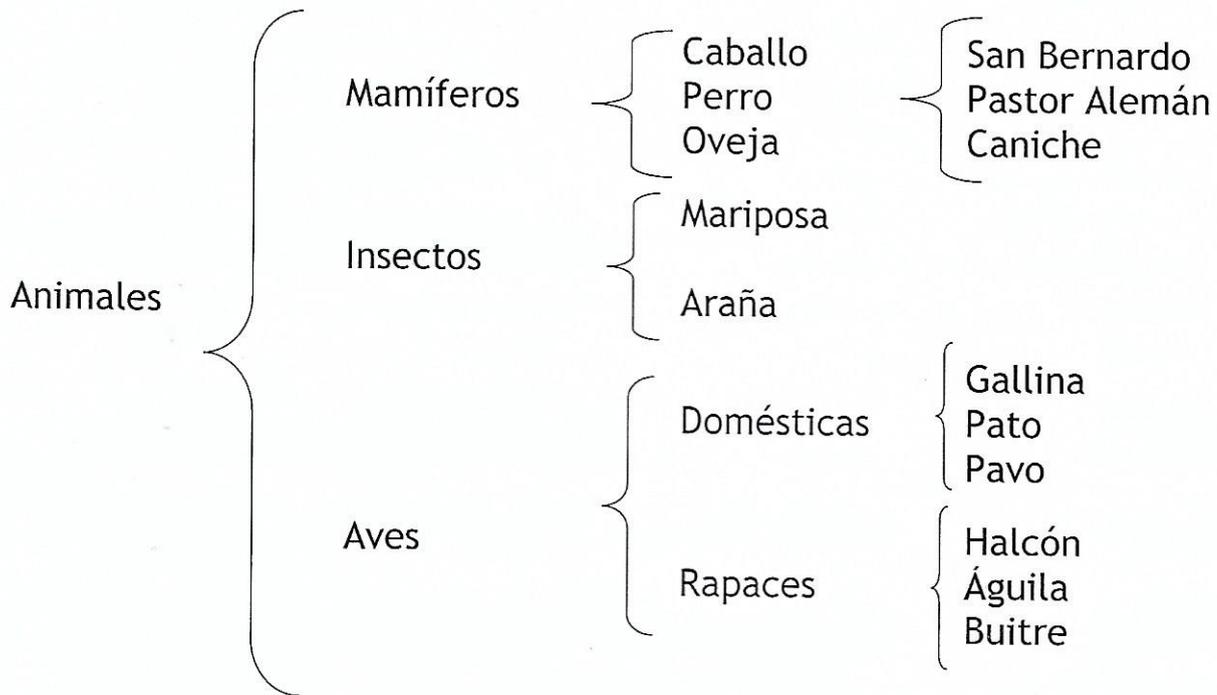
B) Cierra el Cuadernillo e intenta reproducir en tu cuaderno las 20 palabras anteriores en el mismo orden y sin mirar:

C) Comprueba los resultados de la actividad: Número de aciertos =

¿Cuántas has acertado?	Más de 15	Eres un memorión. Enhorabuena.
	Entre 10 y 15	Tu memoria es buena, si usas técnicas mnemotécnicas llegarías a sorprender.
	Entre 5 y 9	Tu memoria no es muy buena, debes emplear técnicas para mejorarla.
	Menos de 5	Tienes mala memoria, es urgente que la entrenes.

3. Vamos a comprobar si puedes mejorar tu memoria por medio de un procedimiento como es el de la **ASOCIACIÓN LÓGICA**.

A) Ahora intenta recordar en un minuto estas 20 palabras, de parecida dificultad a las del ejercicio anterior, pero ordenadas lógicamente en un esquema:



B) Intenta reproducir en tu cuaderno el esquema con las palabras anteriores.

□ ¿Cuántas palabras has recordado ahora? ¿Observas alguna diferencia? Anota debajo las conclusiones que sacas de esta actividad:

.....

.....

.....

.....

4. Vamos a aprender otra técnica para memorizar que tiene un nombre bastante raro: **EL ACRÓSTICO**. Son palabras o expresiones clave que se construyen con las primeras letras de la lista de palabras que se quiere aprender. Ejemplo: Supongamos que tienes que memorizar los pasos para memorizar que hemos comentado en la página 21:

COMPRENSIÓN, FIJACIÓN, RETENCIÓN, EVOCACIÓN, INTEGRACIÓN.

- Primer paso: Se han de resaltar las primeras letras:
Comprensión, Fijación, Retención, Evocación, Integración
- Segundo paso: Si se juntan las letras y sílabas subrayadas se puede construir una palabra: Co - Fi - R - E - I → CoFi-REI
- Tercer paso: Hay que repetir hasta memorizar esta palabra por

medio de la cual vas a recordar los pasos para tener una buena memoria: CoFi-REI - *cofirei* - ...

Como puedes ver en el ejemplo, las asociaciones que se establecen no son lógicas, sino artificiales e ingeniosas. Las reglas mnemotécnicas, como el acróstico, no deben suplir a la memoria comprensiva, basada en asociaciones y relaciones lógicas. Siempre que se pueda, se han de relacionar los contenidos adquiridos con los que ya poseíamos anteriormente mediante asociaciones que favorezcan la comprensión e integración de lo que se va a aprender.

Únicamente son aconsejables estos métodos cuando el tema, objeto de estudio, es difícil de relacionar (listas de palabras o de números, fechas, nombres propios, etc.) o cuando disponemos de poco tiempo para recordar.

5. **ACTIVIDADES:** Forma acrósticos para recordar los siguientes nombres.

A) Estructura de la Tierra: CORTEZA, MANTO y NÚCLEO.

Acróstico:

B) Partes de una flor: CÁLIZ, COROLA, ESTAMBRES y PISTILO.

Acróstico:

C) Partes del ojo: Córnea, IRIS, PUPILA, CRISTALINO, RETINA.

Acróstico:

D) Lenguas que se hablan en España: CASTELLANO, CATALÁN, VASCO, GALLEGO.

Acróstico:

E) Ríos más importantes de la Península Ibérica: MIÑO, DUERO, TAJO, GUADIANA, GUADALQUIVIR, EBRO, JUCAR, SEGURA.

Acróstico: