SESIÓN DE APRENDIZAJE2023 – OCTUBRE

CIENCIA Y TECNOLOGÍA

"PLANTAS QUE PODEMOS CULTIVAR EN CASA"

- **DATOS INFORMATIVOS:**

I.E.			
DOCENTE:			
GRADO Y SECCIÓN:		FECHA:	

- **PROPÓSITOS DE APRENDIZAJE Y EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE**

Área Competencias y Capacidades	Desempeños	Criterios de evaluación	Instrumento de evaluación
CIENCIA Y TECNOLOGÍA Explica el mundo físico basándose en conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo - Comprende y usa conocimientos sobre los seres vivos, materia y energía, biodiversidad, Tierra y universo.	**Desempeño 3°** - Describe cómo el hábitat proporciona a los organismos recursos para satisfacer sus necesidades básicas. Ejemplo: El estudiante describe cómo se alimentan los animales en la selva. •Describe las interacciones entre los seres vivos y los no vivos en su hábitat. Ejemplo: El estudiante señala que los herbívoros comen pasto, que algunos animales se alimentan de herbívoros y que las plantas necesitan del suelo para vivir.	Menciona algunas plantas que se pueden cultivar en casa. • Explica los beneficios de estas plantas en la vida diaria.	Lista de cotejo
Propósito	Hoy conoceremos plantas que se pueden cultivar en casa y reflexionaremos sus beneficios para nuestra vida diaria.		
Evidencia	Explicación final con conclusiones.		

META DE APRENDIZAJE: HABILIDADES PARA LA VIDA
3° • Propone cómo la logrará, plantea alternativas de cómo se organizará; revisa cómo la está desarrollando y realiza cambios, si es necesario. Finalmente, explica cómo lo hizo, qué obtuvo, qué dificultades encontró y los ajustes o cambios que realizó para alcanzar su meta.

Enfoque transversal	Actitudes o acciones observables
Enfoque ambiental	Los estudiantes proponen acciones para respetar la biodiversidad y pensando no solo en su propio bienestar, sino también en el de las generaciones futuras.

- **PREPARACIÓN DE LA SESIÓN**

¿Qué se debe hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales utilizarán en la sesión?
Elaborar la sesión Fichas de aprendizaje y ficha de evaluación Papelógrafo con letra de la canción	. Ficha de aprendizaje Plumones Papelografo Imágenes Ficha informativa

MOMENTOS DE LA SESIÓN

INICIO	**TIEMPO:**

Actividad permanente: Saludo cordialmente a mis estudiantes, invita a marcar la asistencia y juntos damos gracias a Dios por un nuevo día a partir de la oración dirigida por un estudiante.

Iniciamos la sesión solicitando a los estudiantes que observen y lean el siguiente afiche:

- ¿De qué trata el afiche?
- ¿Qué mensaje nos quiere transmitir?
- ¿Ustedes cultivan plantas en casa?

Escuchamos y registramos las respuestas y a partir de ello mencionamos que cultivar plantas es importante para nuestra alimentación, vida diaria, salud, medioambiente, entre otras más razones, lo cual se tendrá en cuenta en esta sesión.

Comunicamos el propósito de la sesión a trabajar: Hoy conoceremos plantas que se pueden cultivar en casa y reflexionaremos sus beneficios para nuestra vida diaria.

Se propone los acuerdos de convivencia como:

- Respetar las opiniones.
- Levantar la mano para participar.
- Trabajar en grupo.

DESARROLLO: **TIEMPO:**

Planteamos la situación:

Planteamos el siguiente caso:

Liam es un estudiante del 3° grado, él y sus compañeros han estudiado sobre las plantas medicinales y la importancia de todas las plantas para la vida de los seres vivos.

Él ha observado que las casas de sus vecinos no tienen plantas. Tampoco hay jardines porque ellos mencionan que es muy difícil plantarlos y siempre se mueren.

Liam quiere plantar, pero luego de escuchar a sus vecinos, empezó a dudar.

Ante esto se plantea el problema de indagación de los estudiantes:

- **¿Existen plantas que se pueden cultivar en casa? ¿cuáles?**

Planteamiento de la hipótesis

Se escribe en la pizarra su respuesta inicial a la pregunta de investigación bajo la pregunta: ¿Cuál crees que sea la posible respuesta?

Mi hipótesis: Yo creo que …

Elaboramos el plan de indagación

Se invita a los estudiantes a planear para realizar la investigación bajo la pregunta

- ¿qué actividades podemos realizar para comprobar sus hipótesis?
- Si hay información que no entiendo, ¿qué debo hacer?
- ¿Qué puedo hacer para recordar las partes importantes de lo que vaya leyendo?
- ¿Qué podríamos usar para organizar la información?
- ¿Qué conozco sobre las plantas?

Recojo de datos y análisis de resultados

Pido que formen 4 grupos y le entrego fichas informativas sobre las plantas que podemos cultivar en casa, pidiéndoles que identifiquen las ideas principales y argumentos que respondan la pregunta de indagación. Podemos proponerles un cuadro comparativo:

PLANTAS QUE PODEMOS CULTIVAR EN CASA	
PLANTAS	BENEFICIOS

Analizan la información mediante el subrayado o resaltando la información más importante mediante las siguientes preguntas:

- ¿Qué es un huerto?
- ¿Es importante plantar en casa?
- ¿Qué plantas menciona el texto?
- ¿Qué nutrientes contiene cada planta?
- ¿Cómo se cultiva? ¿Cómo son sus cuidados?
- ¿Por qué decimos que las plantas aromáticas son beneficiosas?
- ¿Crees que las plantas de casa son mejores que las que venden en mercados?

Estructuran la nueva información

Elaboran un organizador visual en su cuaderno con información más importante del texto.

Así mismo, se les pide dibujar una planta medicinal que mas usen en su casa describiéndola en su uso. A partir de este material se les pregunta:

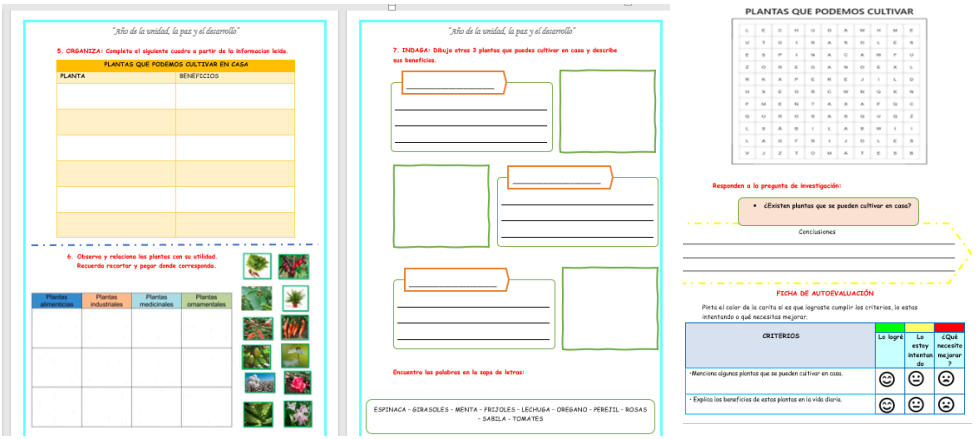
- ¿Qué debemos tener en cuenta antes de cultivar una planta en casa? ¿por qué?
- Conversamos y comparan las hipótesis que plantearon con las de sus compañeros y compañeras: ¿Cuál fue la hipótesis más acertada?

Organiza tus ideas y escribe tu respuesta definitiva a la pregunta que investigaste:

¿Existen plantas que se pueden cultivar en casa? ¿cuáles?

CIERRE **TIEMPO:**

Se les entrega fichas para demostrar lo aprendido de la clase de hoy día.



Reflexionan respondiendo las preguntas:

- ¿Qué sabías sobre las plantas?, ¿cómo lo aprendiste?
- ¿cómo lo aprendiste?
- ¿Qué dificultades tuviste durante toda la investigación?
- ¿qué hiciste para resolverlas?

Se entrega una ficha de autoevaluación.

ANEXO 1

PLANTAS QUE PODEMOS CULTIVAR EN CASA

Tener un huerto en casa para cultivar es sinónimo de salud, y es que no hay nada más saludable como tener tus propios alimentos, para comer de lo más sano. Tener un huerto en casa es un incentivo para comer más verduras en la alimentación diaria y que toda la familia sepa lo importante que es comer este tipo de alimentación y lo fácil que puede ser cultivarlos en casa.

Si creas una cosecha en casa también estarán los alimentos libres de pesticidas. Por si fuera poco, el jardín o la zona de cultivo del huerto, será un recurso estupendo también para los niños, ya que aprenderán qué deben hacer para tener verduras y la importancia de respetar a la naturaleza, ya que de la tierra pueden nacer alimentos que nos ayudan a tener una dieta de lo más equilibrada.

1. **Tomates**

Delicioso fruto, infaltable en nuestras ensaladas y guisos. El tomate, que crece en Ecuador, Chile y en el Perú, es uno de los alimentos más fáciles de cultivar. Es una gran fuente de nutrientes porque contiene potasio, fósforo, antioxidantes y vitaminas A, C y E. De acuerdo con un estudio publicado en la revista Medical News Today, el tomate ayuda a prevenir enfermedades crónicas como diabetes, cáncer o problemas al corazón.

Para sembrarlos consigue una maceta y llénala de tierra (sustrato) hasta un poco más de la mitad. Luego humedece la mezcla y deja reposar por unos minutos. Mientras tanto, extrae las semillas que están al interior del tomate. Lávalas y sécalas en un lugar fresco y alejado de la luz.

El siguiente paso será tapar esos granos con más tierra. Si no está tan húmedo, aplícale un poco de agua. Deja tu planta cerca de una ventana donde le entre luz y esté ventilada. Riégala cada tres o cuatro días. ¡Cuídala, dale mucho amor y espera a que crezca!

2. Zanahorias

Una hortaliza fácil de plantar es la zanahoria. Un vegetal que es muy rico en vitamina A, lo cual beneficia a la vista. Si la comemos cruda fortalece nuestros dientes y encías. También previene el estreñimiento y según algunos doctores, refuerza la memoria de las personas.

Para cultivarlas en tu casa, primero escoge la semilla de zanahoria de la variedad que desees. Luego, coloca la tierra en la maceta y planta por separado cada uno de los granos para que tengan espacio donde crecer. Recuerda que la semilla debe de ser enterrada con un centímetro de profundidad.

Cúbrela con tierra de cultivo, riégalas con un poco de agua y listo. Al igual que el ejemplo anterior, deja la maceta al sol. Esta planta debe regarse a diario hasta que llegue el tiempo de cosecha y puedas disfrutar de ellas.

3. Pimientos

El mejor tiempo para plantar pimientos es la primavera. Este vegetal puede ser verde, rojo o amarillos y contiene nutrientes como el folato, tiamina y manganeso. Elementos importantes en la dieta de niños, adolescentes y adultos. Son muy ricos en fibra y en vitamina C y B6. Por su alto contenido proteico ayuda a combatir el colesterol y controla los triglicéridos.

Si deseas sembrar pimientos en tu hogar, coloca la maceta en un lugar espacioso, pues sus hojas alcanzan los 20 centímetros de altura. Puedes conseguir las semillas del interior de este vegetal. Una vez que las tengas, déjalas secar al sol por un par de días.

Ponlas en un recipiente cubierto de tierra que sea rica en materia orgánica. De preferencia con un centímetro de profundidad. Asegúrate de regarlas todos los días, pero solo con un poco de agua. Después de algunas semanas, comenzarás a tener frutos.

4. Espinacas

Puede que la espinaca no sea el alimento preferido de los chicos, pero que ellos mismos las cultiven definitivamente los animará a probarlas. Esta planta tiene muchas propiedades que benefician la salud. Es un potente antiinflamatorio natural. Regula la presión arterial y mejora el metabolismo.

La espinaca es muy fácil de plantar y necesita muy poco de los rayos del sol. Primero, remoja las semillas por ocho horas antes de enterrarlas en la tierra. Paso dos, sécalas bien y siémbralas a una profundidad no mayor de tres centímetros. Si te pasas de esta medida puede que tengan problemas al momento de germinar.

¡Ten en cuenta el tipo de tierra que usas! Esta debe ser especial para vegetales y tener nutrientes. El riego es interdiario y asegúrate que permanezca en un lugar fresco. En siete semanas, tendrás espinacas verdes y deliciosas para comer en ensaladas o un contundente puré.

5. Frijoles

Los frijoles aportan un gran porcentaje de energía a nuestro cuerpo por la cantidad de carbohidratos que contiene. Mejora nuestro sistema inmune, reduce el riesgo de sufrir anemia y estimula la actividad del riñón. También nos ayuda a prevenir enfermedades cardiovasculares, tienen muchos minerales (potasio, fósforo, calcio, hierro), fibras, azúcares, hidratos de carbono y proteínas, además de vitamina A. En pocas palabras, es un alimento muy completo con un alto valor nutritivo.

Cultivarlas es muy fácil ¿Quién no ha hecho el experimento de germinar frijoles en un vaso de plástico con algodón? Pero si ese intento no te funcionó aquí te enseñamos cómo hacerlo de otra manera. Consigue tierra especial para plantar vegetales. Esta menestra necesita un cuidado muy especial desde el momento de su plantación. Después, echa las semillas en el macetero, entiérralas con un centímetro de profundidad y humedécelas.

Finalmente, es importante mencionar que hay gran variedad de plantas que puedes cultivar: plantas ornamentales como rosas o girasoles, plantas medicinales, plantas aromáticas, entre otros.

Cultivar y cosechar plantas en casa es una actividad que beneficia a familiares, vecinos y es una acción ecológica que ayuda a conservar nuestro medio ambiente.

LISTA DE COTEJO

DOCENTE		FECHA		GRADO Y SECCIÓN		

Plantas que podemos cultivar en casa

COMPETENCIA: EXPLICA EL MUNDO FÍSICO BASÁNDOSE EN CONOCIMIENTOS SOBRE LOS SERES VIVOS, MATERIA Y ENERGÍA, BIODIVERSIDAD, TIERRA Y UNIVERSO

PROPÓSITO: Hoy conoceremos plantas que se pueden cultivar en casa y reflexionaremos sus beneficios para nuestra vida diaria.

ESTUDIANTES	CRITERIOS			
	Menciona algunas plantas que se pueden cultivar en casa.		• Explica los beneficios de estas plantas en la vida diaria.	
	Sí	No	Sí	No