

FICHA PEDAGOGICA

Consejos para mantenerte saludable física y emocionalmente.

Nombre del proyecto: Por un mundo mejor. Reflexiones y acciones sobre problemas del mundo contemporáneo.

ACTIVIDADES SEMANA 1

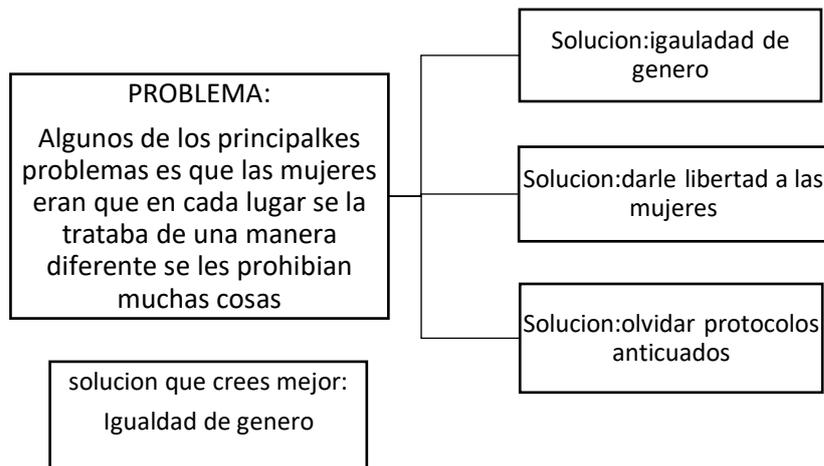
En esta semana se trabajará con las asignaturas del área de Ciencias Sociales, Lengua y Literatura, y Educación Cultural y Artística.

Tema: La Triple pandemia

Actividades:

1. Lee el siguiente texto:

2. Realiza la siguiente rutina del pensamiento sobre la base del texto anterior:



● **¿Cuál ha sido la situación de la mujer respecto al hombre en la historia?, ¿a qué se puede deber?**

La situación de la mujer es que era considerada como un objeto o el sexo débil y el hombre era el que tenía razón, esto se debe a las distintas creencias que tenían en ese tiempo

● **¿Cómo se puede construir la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en la actualidad?**

Haciendo conciencia de que ambos géneros son iguales sin importar lo que digan en la actualidad

● **Con respecto a los textos, selecciona y define un caso de estudio.**

En la polí ateniense la mujer no tenía derechos políticos ni jurídicos. Siempre vivió bajo la tutoría de un hombre dependiendo de la edad: su padre, su marido, y sus hijos si divulgaban

● **Sobre los textos leídos, ¿consideras que existe falacias o ambigüedades en el contenido de los textos? Argumenta en dos párrafos.**

No por la sencilla razón de que es cierto que en la antigüedad a la mujer se la consideraba como la persona que solo tenía que estar en la casa cocinando o lavando, y el hombre era el que tenía que trabajar y conseguir alimento para los hijos y la esposa los cuidaba y es sinceramente la verdad así que el texto no dice ninguna falacia.

- **Expresa tu postura u opinión sobre la problemática abordada mediante la elaboración de un párrafo de conclusión.**

Creo que ya es hora de que entiendan que ambos géneros tanto femenino como masculino cumplen un rol importante en la sociedad y que por el hecho que la mujer sea un poco mas débil no quiere decir que no pueden hacer las cosas por que no es así, ya es hora de que olviden las creencias antiguas.

- **¿Qué acciones se pueden realizar para que los grupos vulnerables, como algunas mujeres, se vean menos afectadas por las implicaciones de la pandemia?**

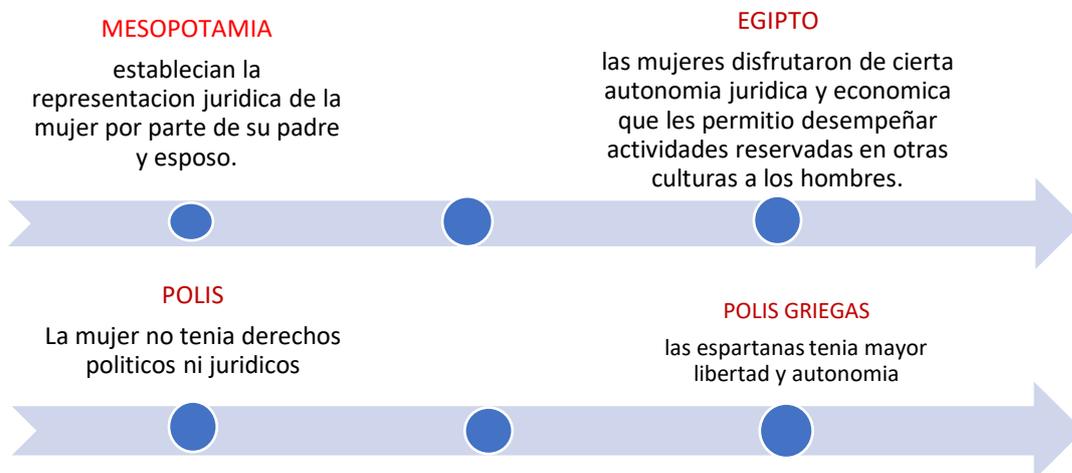
Campañas, ruedas de prensas o cosas por el estilo.

4. Profundiza sobre la situación de la mujer en alguna época histórica con ayuda del libro de texto. Sistematiza la información en tu cuaderno de trabajo.

En Egipto las mujeres disfrutaron de cierta autonomía jurídica y económica que les permitió desempeñar actividades reservadas en otras culturas a los hombres.

Aunque las primeras sociedades agrícolas del indo eran matriarcales, las invasiones arias implantaron el predominio varonil, esto a pesar que Manu, codificador de las leyes arias, estableció como mandato divino reverencia mil veces mas a la madre que al padre en la religión la mujer tenia importancia por su fertilidad y sexualidad lo cual fue constante fuente de inspiración en el arte. Pero la legislación establecida la supremacía masculina.

A continuación, te proporcionamos la siguiente información: ¿Qué es una línea de tiempo? La línea del tiempo es una herramienta visual para ordenar y explicar cronológicamente (años, aunque podría ser cualquier orden de magnitud) procesos o acontecimientos que han ocurrido a lo largo de un período.



TOPIC: What are people doing to help the environment?

Objective: Demonstrate mindfulness, empathy, tolerance

- 1. What are the main problems that the world faces in terms of environmental issues? Write 5 of them and underline the 2 that need to be solved most urgently.**

1. Climate change
2. Pollution
3. Deforestation
4. Soil degradation
5. Energy

2. Read the following passage.

From Dump to Nest Versova Beach in Mombay, India recovered its beauty after two years of people cleaning up trash. Afroz Shah had gone back to his town and saw his favorite beach covered with

garbage. At first, he was cleaning all alone, and then a group of volunteers joined him. He collected 13,000 kg of debris during the time of the campaign. Now, marine turtles nest and hatch there.



3. Answer the following questions about the passage

a) How did Versova Beach recover its beauty?

From Dump to Nest Versova Beach in Mombay, India recovered its beauty after two years of people cleaning up trash.

b) What did Afroz Shah collect during the time of the campaign?

He collected 13,000 kg of debris during the time of the campaign.

c) What do Marine turtles do at the beach now?

Now, marine turtles nest and hatch there.

ACTIVIDADES SEMANA 2
En esta semana se trabajará con las asignaturas de Biología, Química, y Lengua y Literatura
Tema: Enfermedades del sistema humano / Efectos negativos sobre los ecosistemas Actividades:
1. Analiza la siguiente información:
(La forma de vida en el Ecuador ha cambiado drásticamente con el transcurso del tiempo, estimulando el consumo de productos procesados, no nutritivos, cargados de sal, grasa, azúcar y aditivos.....)
● Responde las siguientes preguntas:
¿Cuáles son algunos de los principales problemas de salud nutricional en el país?
Es la bulimia, anorexia u obesidad
¿en qué consiste cada uno de ellos?
consiste en la desnutrición o obesidad de las comidas
¿cuál es el dato que más te llamó la atención de la información expuesta?
Ninguno
¿crees que es importante compartir esta información a los miembros de tu familia o localidad?
si, es muy importante compartir la información
¿por qué?
porque si nos informamos podemos tener esos problemas nutricionales
2. Recuerda que la ENSANUT describe la situación de salud reproductiva materna e infantil, nutricional, las enfermedades crónicas no transmisibles, el consumo alimentario, el estado de micronutrientes, el acceso a programas de complementación alimentaria y suplementación profiláctica, la actividad física, el acceso a los servicios de salud, el gasto en salud de la población ecuatoriana de 0–59 años, considerando las diferencias geográficas, demográficas, étnicas, sociales y económicas, y las especificidades por sexo y edad.
Responde:

¿Por qué es importante desarrollar investigaciones acerca de la salud nutricional de las personas en el país?

porque así estarán enterado sobre qué alimentos son buenos para tu salud y cuáles no, podrás tener una dieta sana y equilibrada y mantendrás tu buena salud.

¿cuáles fueron los instrumentos que posiblemente utilizaron en la investigación?

Entrevistas, Encuestas, Recolección de datos

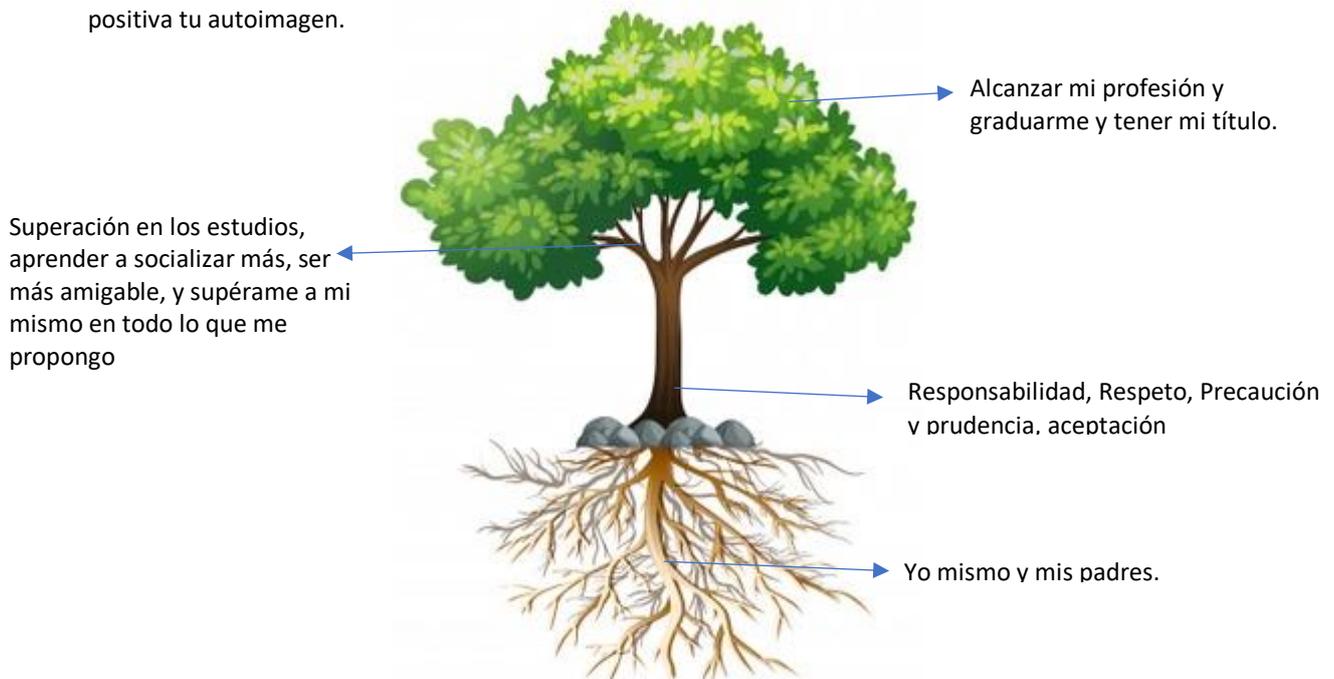
¿qué instrumentos utilizarías para recabar información sobre la situación nutricional de los miembros de tu hogar y localidad?

Haría una encuesta para hacerles saber los que deben comer para mejorar su salud y lo que no deben comer

● Considera las actividades anteriores para estructurar un documento borrador en el que se visualice los siguientes pasos:

1	La nutrición consiste en la reincorporación y transformación de materia y energía de los organismos (tanto heterótrofos como autótrofos) para que puedan llevar a cabo tres procesos fundamentales: mantenimiento de las condiciones internas, desarrollo y movimiento, manteniendo el equilibrio homeostático del organismo a nivel molecular y microscópico.
2	La nutrición es el proceso biológico en el que los organismos asimilan los alimentos y los líquidos necesarios para el funcionamiento, el crecimiento y el mantenimiento de sus funciones vitales
3	●Desnutrición ●Buena alimentación ●Buen vivir ●nutrición ●Salud
4	Se establecerá un plan de trabajo para poder hablar sobre la nutrición y la dieta equilibrada y el bienestar de uno.
5	Se redactará en exponer e explicar en que cosiste cada paso o cada cosa que se proponga.
6	Se 4arán explicaciones complejas y entendibles para que se pueda entender más.
7	La representación se hará mediante cartillas o trípticos donde se darán los pasos anteriores establecidos e indicara cada paso y cada indicación.

3. Lee la información de las páginas 202 y 203 del texto de Biología del primer curso, para reconocer las principales características de los desórdenes alimenticios y cómo estos se relacionan con la dimensión psicológica. Recuerda que la percepción de la imagen corporal implica tres aspectos: percepción (representación mental que cada persona tiene de su cuerpo), cognitivo-afectivo (pensamientos y valoraciones sobre el cuerpo), conductual (conductas y comportamientos de acuerdo con los pensamientos y valoraciones sobre el cuerpo). Te proponemos dibujar un árbol completo con raíces, tronco, rama y copa. Escribe en las raíces el nombre de aquello que te aporta confianza y seguridad; en el tronco escribe algunas cualidades positivas de ti; en las ramas escribe los logros que has alcanzado y en la copa tus proyectos. Reflexiona el producto elaborado y cómo este te ayuda a afianzar de manera positiva tu autoimagen.



4. Identifica cuál es la relación entre causa y enfermedad considerando la información que brinda la

Causa	Enfermedades
Consumo de tabaco	El tabaco en todas sus modalidades de presentación es otro enemigo de la salud. Gracias a la información con la que contamos hoy, el tabaco cada vez más tiene la imagen que se merece: altamente dañino y asociado a las principales causas de muerte en el mundo (cánceres, enfermedades cardiovasculares, enfermedades respiratorias crónicas). Sin embargo, a pesar de los importantes pasos para combatir el consumo del tabaco, el problema persiste: un 14,5% de los adolescentes dijo haber fumado el tabaco alguna vez y cerca de la mitad de este grupo inició el consumo antes de los 16 años.
Falta de ejercicio	En el Ecuador es alarmante que 7 de cada 10 adolescentes son poco activos, y en las mujeres esta proporción es aún mayor, pues 8 de cada 10 adolescentes mujeres son poco activas. Asimismo, 7 de cada 10 adultos que viven en áreas urbanas del país pasan más de 150 minutos al día desplazándose en un vehículo automotor. Si al sedentarismo sumamos el consumo elevado de alimentos procesados, poco nutritivos, con alto contenido de calorías, grasa, azúcar y sal, estamos aumentando el riesgo de las enfermedades crónicas no transmisibles, el sobrepeso y la obesidad.
Exposición a contaminantes ambientales	El problema de la contaminación ambiental es tan preocupante que el simple hecho de respirar está comprometiendo seriamente nuestra salud. Se han estudiado hasta cien patologías distintas relacionadas con la contaminación, desde problemas bronquiales, enfermedad obstructiva crónica, asma, cáncer de pulmón, derrame cerebral, hipertensión, arterosclerosis, enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson, el Alzheimer, pero sobre todo tiene una acción directa sobre la salud cardiovascular (infartos e insuficiencia respiratoria).
Alimentos contaminados	La mayoría de las enfermedades transmitidas por alimentos contaminados son agudas, es decir que ocurren de repente y duran poco tiempo. Las causas comunes incluyen bacterias y virus. Los síntomas de enfermedades transmitidas por los alimentos dependen de la causa. Pueden ser leves o severas. Por lo general incluyen: náuseas, vómitos, cólicos estomacales y diarrea.
Sobrepeso, obesidad e inactividad física	Una persona tiene mayor probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2 si no se mantiene físicamente activa y tiene sobrepeso u obesidad. Algunas veces, el exceso de peso causa resistencia a la insulina y es frecuente en personas con diabetes tipo 2. La ubicación de la grasa corporal también tiene importancia. El exceso de grasa en el vientre está vinculado con la resistencia a la insulina, la diabetes tipo 2 y las enfermedades del corazón y los vasos sanguíneos.

● La relación entre causa y enfermedad es que todas esas enfermedades nos traen consecuencias en nuestra salud y debemos evitar enfermarnos seguidos.

● Considera que existen otras prácticas además de las expuestas en la tabla anterior que las personas realizan y ponen en riesgo su salud, entre estas se encuentra el consumo de alcohol y drogas. En Ecuador se registró que el 25% de los adolescentes de 10 a 19 años declaró haber consumido alcohol en los últimos 30 días. Un hallazgo de la mayor gravedad, considerando que el alcohol constituye uno de los principales factores de riesgo para el desarrollo de enfermedades del hígado, trastornos del corazón, diabetes y es causa de trastornos afectivos y mentales, pero ¿Qué sucede con el consumo de drogas como las anfetaminas y sus efectos en el cuerpo?

Como resultado, la persona está más alerta y físicamente activa. Las anfetaminas también provocan que el cerebro libere dopamina (químico relacionado con el estado de ánimo, el pensamiento y el movimiento, es decir es el químico cerebral ligado a sentirse bien); sin embargo, las anfetaminas pueden dañar el cuerpo de muchas maneras y llevar a la disminución del apetito y pérdida de peso, a problemas cardíacos como frecuencia cardíaca acelerada, latidos irregulares, aumento en la presión arterial y ataque cardíaco, pérdida de memoria, dificultad para pensar claramente y accidente cerebrovascular, problemas emocionales y con el estado de ánimo, como comportamiento agresivo o violento, depresión y suicidio, alucinaciones continuas e incapacidad para identificar qué es real, inquietud y temblores, úlceras en la piel, problemas para dormir, deterioro de los dientes, muerte

● Emite tu criterio acerca de las causas que llevan a que las personas consuman alcohol y drogas aun cuando cuenten con información disponible sobre sus efectos adversos. Escribe tu comentario y guárdalo en tu portafolio estudiantil.

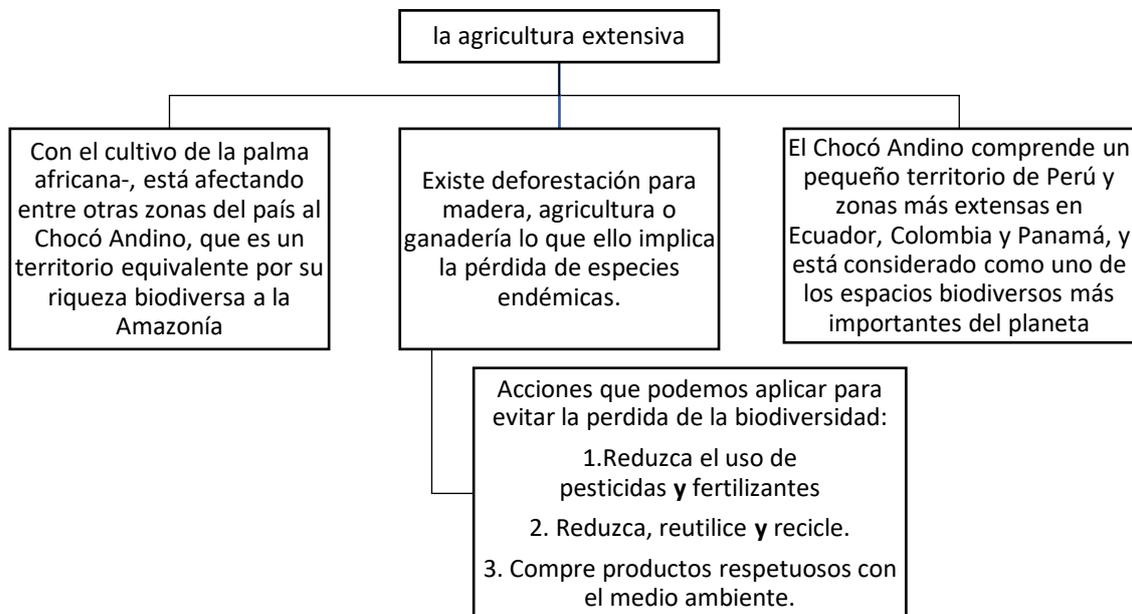
La causa exacta del consumo de drogas se desconoce. Los genes de una persona, la acción de las drogas, la presión de compañeros, el sufrimiento emocional, la ansiedad, la depresión y el estrés ambiental pueden ser todos factores intervinientes

● Considera todo el aprendizaje desarrollado hasta el momento y elabora una propuesta que incluya imágenes, frases e información en general que permita tomar consciencia sobre la importancia de aplicar medidas preventivas y de buenos hábitos para mantener la salud integral.



5. Toma en cuenta que no solo el ser humano enfrenta problemas para tener una vida de calidad, pues las plantas y otros animales también están expuestos a constantes amenazas que ponen en riesgo su supervivencia. Lee el siguiente artículo científico que detalla la situación de la pérdida de biodiversidad en el Ecuador.

● Resume la información más relevante del artículo en un organizador gráfico y explica qué acciones podemos aplicar para evitar la pérdida de la biodiversidad en nuestra localidad según las acciones antrópicas que intervienen en este problema.



● Analiza el siguiente caso: Según un estudio en temas de salud pública, se determina que la publicidad incide en las decisiones de la población sobre el consumo de productos. La publicidad de bebidas azucaradas y productos procesados, no nutritivos, cargados de sal, azúcar, grasas y aditivos, bebidas alcohólicas y cigarrillos se presenta asociada a juegos, alegría y diversión, pero no te cuentan los efectos adversos de su consumo en exceso.

● Explica de manera escrita cómo podemos cambiar esta situación considerando lo aprendido a lo largo de la semana.

Refecionando con lo sucedido y tomar cuentas y solucionarlo. Y para así salir con el país adelante y el mundo prospere.

TOPIC: Can we prevent climate change? How?

Objective: Find specific information and identify the main points of simple texts Before listening, answer the following questions.

● Do you recycle bottles and plastic bags? Why or why not?

Yes, because this way we can reduce pollution on the planet.

• **What do you do to help our environment?**

at home we recycle, reuse and separate waste

Let's Do Our Part!



Listen to some people talking about their opinions and plans to help the Earth recover and avoid destruction in the coming years.

Underline the correct statement according to what they say. (1ro BGU - Module 1, Track 8.)

Note: If the students don't have an internet connection, the teacher will give them the script.

1. What will happen to water in the future?

- There will be a lot.
- **There will be a little.**

2. What will help reduce energy consumption?

- Growing your own food.
- **Using solar panels**

3. What will happen to the ocean in the future?

- **Plastic items will be more numerous than fish.**
- Large-scale fisheries will be all over the world.

4. What are some positive effects of growing your own food?

- It may reduce monocultures.
- **It will save marine life.**

5. What are some people going to do?

- **Take shorter showers.**
- Use solar panels.

Interesting facts

Many countries in the world have banned single-use plastic bags, bottles, containers, forks, knives, and spoons in order to reduce plastic pollution. France was the first country to ban plastic

ACTIVIDADES SEMANA 3

En esta semana se trabajará con las asignaturas de Matemáticas, Emprendimiento y Ciencias Sociales

Tema: Ética empresarial

Para comprender el siguiente caso de estudio utiliza la información de la página 34 a la página 43 del texto escolar de Emprendimiento y Gestión de 1.º curso de bachillerato.

1.- Lee el siguiente texto: El extraño Caso Olympus

• **En tu cuaderno, haz una lista con las acciones de control que realiza Woodford una vez que se da cuenta de que algo andaba mal en Olympus.**

1. Llamada de atención verbales al dialogo con entre ambas partes.
2. Llamada de atención escritas mediante cartas de notificación.
3. Llamadas de atención en los medios de comunicación públicos.
4. despidos laborales por falta de ética empresarial.

5. Demanda legal al delincuente por daños y perjuicios a la empresa.

● **Sobre la base del Caso Olympus y la información que describen las páginas 34–43 del texto escolar de 1.º curso, escribe un texto (de máximo 300 palabras) que describa el papel que habría tenido para Olympus que sus directivos hubieran contado con una contabilidad ética que les ayudara a identificar a tiempo la situación real de la empresa.**

La empresa japonesa Olympus es fabricante de cámaras fotográficas y equipos médicos basado en Kioto. Woodford llevaba casi tres décadas trabajando en Londres como responsable de la empresa en Europa, cuando en abril de 2010, el británico Michael Woodford, veterano de operaciones de empresas europeas, se convirtió en el primer Director General de Olympus, cuando el propio Tsuyoshi Kikukawa le llamó para que se hiciera cargo de su puesto y se trasladara a Japón.

Sin embargo, nada fue como se esperaba, ya que Kikukawa, lejos de retirarse, asumió los cargos de presidente y miembro delegado del Consejo de Administración, manteniéndose aferrado al poder y al mando de la empresa y dejando a Woodford con poco margen de maniobra.

Pero lo que hizo sospechar a Woodford de que algo estaba pasando en Olympus fue leer un artículo publicado por Facta, una revista japonesa de negocios, en el que se narraba que la compañía había hecho carísimas adquisiciones durante años, pagando grandes cantidades por empresas en la ruina y elevadas comisiones a asesores poco conocidos.

Movido por lo que le dictaba la conciencia, Woodford intentó por todos los medios aclarar el asunto, primero mandando cartas al Consejo Administrativo pidiendo información y luego, tras no obtener nada con ello, reclamando el puesto de miembro delegado del Consejo de Administración para investigar el caso y amenazando con dimitir si no se lo daban.

Kikukawa aceptó, pero siguió mandando y siendo la sombra del nuevo delegado del Consejo Administrativo, lo que a Woodford no le sirvió para nada.

● **Menciona un motivo por el cual los Estados del mundo crean diferentes leyes para obligar a que las empresas registren sus estados financieros en ciertas entidades de control.**

Los estados a lo largo del mundo crean estas leyes para que las empresas cada cierto tiempo registren su estado financiero ya que así el estado puede ver o analizar qué tanto ha crecido o a decaído así mismo cuales han sido sus ingresos y de donde, de esta manera se aseguran que la empresa trabaja honestamente y no tiene conexiones con situaciones ilícitas y también este estado financiero ayuda a que el estado tenga una base para que la empresa pague tributos.

2.- Lee el siguiente artículo con atención:

● **Analiza el documento y determina 3 variables dependientes y 3 variables independientes relacionadas con el desempleo durante la pandemia por COVID-19.**

3 variables dependientes: sobre el desempleo en la pandemia covid-19

- La crisis por el covid-19 puede acabar con los empleos, dependiendo de los datos de bajas de comercios.

- Implica, el desempleo, la falta de producción tanto económica, así como de recursos cotidianos, dependiendo del sector productivo.

- La pandemia encontró a Ecuador en una mala situación, ya que en los meses anteriores pasamos por el paro queriendo salir de esa crisis entramos a otro dependiendo así de microemprendimientos o ahorros.

3 variables independientes: sobre el desempleo en la pandemia covid-19

- La pandemia encontró a muchos países en una mala situación económica, que se agravó más debido a los gastos sanitarios, en hospitales, canastas para gente pobre, el estado no tenía como cubrir esos gastos que necesitaba la gente desempleada.

- Muchos sectores del comercio tuvieron que reinventarse con sus emprendimientos, cambiarlos con algo acorde a las nuevas necesidades por la pandemia del covid-19.

- Independiente a todo lo sucedido Ecuador solicitó ayuda a las asistencias de organismos multinacionales que dan concedida ayuda por miles de millones para evitar el colapso y sus prestaciones a la ciudadanía.

● **Lee el siguiente texto. Para mitigar la gran cantidad de despidos en el país, el Gobierno Nacional emite un decreto mediante la Ley Orgánica de Apoyo Humanitario para combatir la Crisis Sanitaria**

Derivada del COVID-19 (LOAH), la cual fue publicada en el Suplemento del Registro Oficial No.229, de junio 22 de 2020, la cual establece lo siguiente:

Artículo 3.- Pensiones Educativas

Los centros de desarrollo infantil, instituciones educativas particulares, fiscomisionales y municipales del sistema nacional de educación y instituciones del sistema superior otorgan rebaja hasta el 25% a los representados de los alumnos debido a la justificación de haber perdido su empleo o de forma que hayan disminuido sus ingresos.

Artículo 4.- Suspensión temporal de desahucio en materia de inquilinato.

Durante el tiempo de urgencia del estado de excepción y hasta setenta días después de su conclusión no se podrán ejecutar desahucio a arrendatarios de bienes inmuebles

Artículo 5.- No incremento de costos en servicios básicos

Desde la urgencia del estado de creció y hasta un año después se prohíbe el incremento de valores tarifas de tasas de servicios básicos

Artículo 6.- Rebajo de costo en servicio eléctrico

Para los usuarios de servicio público de energía eléctrica ubicada en los primeros quínteles de nivel de ingreso disponiendo de una baja del 10% en el valor del total del servicio de electricidad en los meses de abril, mayo, junio del 2020

Artículo 7.- Prohibición de terminación de pólizas de salud ni suspensión de su cobertura por mora.

Durante el tiempo que dure el catado de crepcion por la emergencia sanitaria covid-19 las compañías de salud prepagadas y seguro de asistencia médica.

Artículo 8.- Extensión de cobertura de instituto ecuatoriano de seguridad social.

EEl instituto ecuatoriano de seguridad social extenderá cobertura en prestaciones de salud

Artículo 9.- Facilidades de pago a la seguridad social.

Las personas naturales que ejercen actividades económicas la microempresa que se mantuvieron cerradas que no hayan pagado pagos a seguridad social.

Artículo 10.- Créditos producidos para la reactivación económica y protección de empleo en el sector privado.

A partir promulgación de la presente ley y evitar ruptura de pagos practicar el empleo y proteger la economía y sistema financiero nacional.

Artículo 11.- Tasas de ingresos para la activación.

La junta de política y Regulación monetaria y financiera dentro de 10 días de vigencia de la presente ley u evitar ruptura de pagos reactivar el empleo y proteger la economía y sistema financiero nacional.

Artículo 12.- Reprogramación de pagos de cuotas por obligaciones con entidades del sistema financiero nacional y no financiero.

La junta de política y regulación monetaria financiera dentro de 10 días de vigencia de la presente ley deberá emitir resolución hasta 60 días después del estado finalizado de excepción.

Artículo 13.- Reprogramación de pago de cuotas de seguros.

Durante el periodo de vigencia del estado calamidad pública de empresas de seguros hasta máximas cuotas mensuales.

Artículo 14.-Suspensión de la matriculación y revisión vehicular.

Se suspende que el cobro de la multa e interesa de todos los procesos de matriculación vehicular y revisión técnica mecánica generados durante la urgencia de estado de excepción por calamidad pública.

Artículo 15.- Fijación de precios de consumo popular.

La función ejecutiva mediante decreto judicial definirá la política de fijación de precios necesarios para consumo popular.

● **Con base en esta ley humanitaria, si el desempleo es nuestra variable dependiente, escribe 5 variables planteadas por el Gobierno Nacional para que el desempleo disminuya y explica por qué.**

1- La remuneración y los beneficios de ley se pagarán de forma proporcional, de acuerdo con la jornada pactada.

2- el trabajador tendrá derecho al pago de remuneraciones pendientes, bonificación por desahucio y demás beneficios de ley.

3- De continuar la relación laboral habiendo concluido el plazo acordado por las partes, se considerará como contrato indefinido de trabajo.

4- el empleador podrá reducir la jornada laboral, hasta un máximo de 50%, debiendo la remuneración del trabajador no ser menor al 55% de la fijada previo a la reducción.

5- De producirse despidos, la indemnización y bonificación por desahucio se calcularán con base en la remuneración percibida antes de la reducción de la jornada.

Explicación: Porque esto permite al empleador adaptarse y cumplir con su horario de trabajo también permitiéndole recibir beneficios dictados por la ley por lo que evitaría que se quedara sin trabajo.

● **Realiza el análisis del caso “Causas de desempleo en el Ecuador y las acciones tomadas por el Gobierno Nacional” y agrega su informe final de estudio de casos al portafolio.**

Este estudio da cuenta de que las acciones y políticas del Gobierno Nacional han mitigado el impacto del decrecimiento de fuentes laborales que existe en la región, como consecuencia de malas decisiones tomadas por anteriores administraciones. En esta zona del continente, Ecuador cuenta con la segunda tasa más baja de desempleo: 3,8%. Asimismo, registra la segunda tasa de empleo bruto más alta en Sudamérica con el 62,8%.

A pesar de las millonarias pérdidas económicas registradas en octubre pasado, los datos de Enemdu evidencian una recuperación del empleo, producto de políticas públicas sostenidas que han propiciado condiciones favorables para la generación de plazas de trabajo.

3. Conexión con Matemáticas: Tres ciudades del Ecuador han tenido que cerrar muchas de sus empresas a causa de la pandemia, tenemos el número de empresas cerradas en Ambato (A), Babahoyo (B) y Cuenca (C).

El total de empresas cerradas es de 285. El número combinado entre Babahoyo y Cuenca es mayor en 15 unidades que el doble de empresas de Ambato. El número combinado de Ambato y Babahoyo es mayor en 45 unidades que el triple del número de empresas de Cuenca. Determinar el número de empresas que cerraron en cada ciudad.

A = número de empresas cerradas en Ambato.

B = número de empresas cerradas en Babahoyo.

C = número de empresas cerradas en Cuenca

$$A + B + C = 285$$

$$1) A + B + C = 285$$

$$B + C = 2A + 15$$

$$2) -2A + B + C = 15$$

$$A + B = 3C + 45$$

$$3) A + B - 3C = 45$$

Despejamos A en 1)

$$A = 285 - B - C$$

Sustituyo en 2) y 3)

$$2 (285 - B - C) + B + C = 15$$

$$2 (285 - B - C) + B + C = 15$$

$$3B + 3C = 585$$

$$C = 60$$

Sustituyo C = 60

$$3B + 3(60) = 585$$

$$B = 135$$

Sustituyo C = 60 y B = 135 en 1)

$$A = 285 - B - C$$

$$A = 90$$

El número de empresas cerradas a causa de la pandemia es:

Ambato 90 empresas

Babahoyo 135 empresas

Cuenca 60 empresas.

Refuerza tu conocimiento con tu texto integrado de Segundo de Bachillerato en Matemática desde la página 8 hasta la página 26 y resuelve los ejercicios de la página 15, ejercicio 4 y ejercicio 5, literal c) y d), en hojas extras para que las incluya en tu portafolio.

Página 15, ejercicio 4

A) La suma de las edades de un padre y sus 2 hijos es de 48. Dentro de diez años el doble de la suma de las edades de los excederá en 6 años a la edad del padre. Cuando nació el pequeño, la edad del padre excedía 26 unidades al triple de la edad que tenía al hijo mayor. ¿Cuál es la edad de los tres?

x = edad del padre

y = edad del hijo mayor

z = edad hijo menor

La suma de las edades de un padre y de sus dos hijos es 48

$$\text{Ecuación 1. } x + y + z = 48$$

Dentro de diez años el doble de la suma de las edades de los hijos excederá en 6 años a la edad del padre.

Edad del padre dentro de 10 años: $x+10$

Edad del primer hijo dentro de 10 años: $y+10$

Edad del segundo hijo dentro de 10 años: $z+10$

$$2(y+10) + 2(z+10) = (x+10) + 6$$

$$2y + 20 + 2z + 20 = x + 16$$

$$2y + 2z + 40 = x + 16$$

Despejando para x

$$x = 2y + 2z + 40 - 16$$

$$\text{Ecuación 2. } x = 2y + 2z + 24$$

Cuando nació el pequeño la edad del padre excedía 26 unidades al triple de la edad que tenía el hijo mayor

$$\text{Edad del padre} = x - z$$

$$\text{Edad del hijo mayor} = y - z$$

$$x - z = 3(y - z) + 26$$

$$\text{Ecuación 3. } x = 3y - 2z + 26$$

$$2y + 2z + 24 + y + z = 48$$

$$3y + 3z = 48 - 24$$

$$3y + 3z = 24$$

$$y + z = 8$$

$$2y + 2z + 24 + y + z = 48$$

$$3y + 3z = 48 - 24$$

$$3y + 3z = 24$$

$$y + z = 8$$

$$y = 6 \text{ años}$$

$$y + z = 8$$

$$z = 8 - y$$

$$z = 8 - 6$$

$$z = 2 \text{ años}$$

$$x + y + z = 48$$

$$x = 48 - y - z$$

$$x = 48 - 6 - 2$$

$$3y - 2z + 26 + y + z = 48$$

$$4y - z = 22$$

$$x = 40 \text{ años}$$

$$y + z = 8$$

$$4y - z = 22$$

$$5y = 30$$

B) Un grupo de personas se reúnen para ir de excursión juntándose un total de 20 entre hombre, mujeres y niños. Contando hombres y mujeres juntos, su número resulta ser el triple del número de niños. Además, si hubiera acudido una mujer más, su número igualaría al de hombres. ¿Cuántos hombres, mujeres y niños han ido de excursión?

$$20=3x+x$$

$$20=4x$$

$$20/4=x$$

$$5=x$$

$$\text{niños } x=5$$

$$\text{hombres más mujeres} = 3x = 15$$

$$15 + 1 \text{ mujer} = 16 \text{ total}$$

$$16 / 2 = 8 \text{ hombres}$$

$$8-1=7 \text{ mujeres}$$

Página 15, ejercicio 5 literal c) y d)

Método de Reducción	Reduces Z y X		
C) $\left\{ \begin{array}{l} 0,2X+0,3Y+0,4Z= -10 \\ -0,1X+0,2Y-0,2Z= 2,5 \\ 0,4X-0,4Y = -14 \end{array} \right.$	$= \begin{array}{l} 0,2X+0,3Y+0,4Z=-10 \\ *2 -0,1X+0,2Y-0,2Z=2,5 \\ -0,2X+0,3Y+0,4Z=5 \\ \hline 0,2X+0,3Y+0,4Z=-10 \\ \hline 0,7Y = -5 \end{array}$	$Y= \frac{-5}{0,7}$	$Y=-7,14$
	$\begin{array}{l} 0,4X-0,4(-7,14)=-14 \\ 0,4X+2.856=-14 \\ 0,4X=-14-2.856 \\ X= \frac{-16.856}{0,4} \end{array}$	$X=-42.14$	
	$\begin{array}{l} 0.2(-42.14) + 0.3(-7,14) + 0,4Z=-10 \\ -8.428-2,142+0,4Z=-10 \\ -10.57+0,4Z=-10 \\ 0,4Z=-10+10.57 \\ 0,4Z=0.57 \\ Z= \frac{0.57}{0.4} \end{array}$	$Z=1.425$	

D) Método de Sustitución	$\left\{ \begin{array}{l} 15X+20Y+25Z=23 \\ 30X+5Y+10Z=15,5 \\ 40X+30Y+20Z=31 \end{array} \right.$	$= \begin{array}{l} 15X+20Y+25Z=23 \\ 30X+5Y+10Z=15,5 \\ \hline 30X-40Y-50Z=-46 \\ 30x+5Y+10Z=15,5 \\ -35Y-40Z=-30.5 \end{array}$	$\begin{array}{l} -120X-20Y-40Z=-62 \\ \hline +120X+90Y+60Z=93 \\ \hline 70Y+20Z=31 \\ -35Y-40Z=-30.5 \\ 70Y+20Z=31 \\ \hline -70Y-80Z=-61 \\ \hline 70Y+20Z=31 \\ \hline -60Z=-30 \end{array}$
---------------------------------	--	---	---

$$Z = \frac{-30}{-60} = 0.5$$

TOPIC: What if...?

Objective: to produce well-constructed informational texts by applying the grammar and writing process correctly.

1. Answer this question.

What will happen if we do not change our habits with the environment?

1. Destruiremos poco a poco el planeta tierra.
2. Los incendios, la contaminación, la producción de CO2 influyen al deterioro de la capa de ozono.
3. La contaminación del agua por aguas negras causan pérdidas importantes de especies animales marinos.
4. La alta producción de CO2 produce la lluvia ácida y también el efecto invernadero que afecta el calentamiento global
5. La de-forestación deja sin hogar a mil de especies de animales, varios de ellos en peligro de extinción

2. Read the following text.

3. Observe the use of zero and first conditionals.

4. From the list presented in the reading, choose four possible consequences of actual human habits on the environment. Write a possible solution for each of them.

to. If population growth continues so fast, there will not be enough food for everyone in the future. yes. If we have high levels of CO2 concentration, the heat from the sun does not return to space and remains on the planet. C. If the heat of the sun is maintained, it produces a greenhouse effect and global warming. re. If humans destroy ecosystems, many species lose their homes forever. Now, two out of every five species of amphibians are in danger of extinction. me. If farmers don't stop using toxic chemicals on crops, many pollinating insects will disappear. In some regions, one in ten species of insects are in danger of extinction. F. If we don't reduce the use of plastic, our oceans will have more plastic items than gram animals. If the planet's temperature rises, the ice at the poles will melt and disappear. h. . If the ice at the poles disappears, many coastal cities will be flooded. me. If we start doing something now, we will avoid a sad future.

ACTIVIDADES SEMANA 4
En esta semana se trabajará con las asignaturas de Ciencias Sociales, Lengua y Literatura (Partes del informe) (Análisis de los subproductos), y Educación Física (Técnicas de relajación y creativas)
Tema: ¿Cómo elaborar un informe de estudios de caso?
1. Observa y lee la siguiente viñeta y texto:

¿Cómo elaborar un informe de estudios de caso?

presentar el caso de estudio.

- Señalar la perspectiva de análisis.

A partir del ejemplo anterior, sintetizamos las fases de estudio de caso:

- **Selección y definición del caso**

No tengo abre ya comí. Voy a comer con una amiga

- **Elaboración de preguntas**

¿Por qué no comerá?, ¿Enserio no tendrá hambre?, ¿Por qué estará tan flaca?, ¿Sufrirá bullying?, ¿Sera que no tiene el dinero suficiente para comer?

- **Localización de fuentes y recopilación de datos**

Familia, parientes, amigos, profesores.

- **Análisis e interpretación de la información**

La chica está muy desmotivada desde que sus amigos de la escuela le dijeron que esta muy gorda y que se vería mucho mejor si fuera flaca.

- **Elaboración del informe**

2. Elabora el informe de estudio de caso con una estructura similar a la que te presentamos a continuación:

La Anorexia

Nombre del autor: Frank Borja

Lugar y fecha: Guayas-Guayaquil/ 31 de agosto del 2020



Índice

Introducción.....Pg. 1
Cuerpo.....Pg. 2 y 3
Cierre.....Pg. 4
Anexos y Referencias.....Pg. 5

Introducción

se exponen algunos datos biográficos de Santa Catalina, obtenidos a partir de las revisiones llevadas a cabo en las últimas décadas por varios autores (Bell, 1985; Rufino, 2007; Salas, García & Sánchez, 2005; Toro, 1996) y los análisis históricos de la época realizados por otros investigadores (Bynum, 1987; Thomson, 1992), fuentes en las que puede ampliarse la información.

Catalina Benincasa, hija de Jacomo Benincasa y Lapa Piacenti, nació el 25 de marzo de 1347 en Siena (Italia), siendo la penúltima de 25 hermanos. Desde pequeña mostró comportamientos religiosos extremos, habituales en la época, como ayunar o flagelarse siguiendo el ejemplo de los denominados "flageladores públicos". Las expresiones religiosas del mundo medieval se desarrollaban enteramente en el espacio público: flagelantes, beguinas, begardos, predicadores ambulantes, procesiones, eran todas expresiones de la religiosidad de una comunidad y sus individuos. Estos comportamientos, sobre todo el ayuno, se venían realizando desde hacía siglos y eran admirados por ser considerados manifestaciones religiosas de castidad y pureza, así como por tener la bendición de Dios. El ayuno era el signo más visible del ascetismo, el control del cuerpo y el encuentro con Dios; su opuesto era la glotonería, la gula era el encuentro con el mundo material, un vicio. Es importante reseñar que los ayunos estaban en cierta medida regulados por la Iglesia, pero que algunas mujeres los llevaban al extremo, por ejemplo, comiendo únicamente hierbas durante días.

A la temprana edad de seis años Catalina tuvo su primera visión mística, en la cual vio a Jesús que le sonreía y le impartía su bendición. A los siete, tras la muerte de su hermana durante un parto, le prometió castidad a Cristo y se cortó el cabello para alejar a sus posibles pretendientes.

En la adolescencia, sus padres deciden casarla y ella se niega, encerrándose en su habitación, profundizando en el ayuno, dedicándose al rezo y la autoflagelación. Sus padres le obligan a ejercer de criada para el resto de la familia. A los diecisiete años de edad los padres aceptan su negativa al casamiento y ella ingresa, como laica, en la orden dominica. Parece ser que la negativa a comer, podría ser una práctica social típica de la época, mediante la cual, aquellas mujeres que se veían obligadas a casarse ayunaban ferozmente para escapar del matrimonio, como sucedió también con Santa Librada.

Durante esos años, tuvo una vida atormentada, pues narraba que estaba invadida por visiones demoníacas y tentaciones, las cuales combatía imbuyéndose en actos de penitencia, tales como flagelarse varias veces al día hasta que brotaba sangre de su cuerpo, encerrarse o incluso dejar de hablar; de hecho, según sus biógrafos mantuvo tres años consecutivos de mutismo, que sólo abandonaba para confesarse.

Sus comportamientos eran considerados por algunos contemporáneos derivados de una posesión demoníaca, ya que sus conductas autolesivas y su ayuno eran excesivos para lo que se consideraba "normal" para una práctica religiosa. Llegó incluso a ser acusada de hechicería por ello. Asimismo, también practicaba lo que en nuestros días denominaríamos un comportamiento con rasgos bulímicos, dado que se insertaba trozos de madera en la garganta para provocarse vómitos tras alimentarse.

A los veinte años tuvo una de sus visiones más floridas, en la que la Virgen María le presenta a su hijo Jesús para que se case con él, en presencia de numerosos santos y el rey David tocando el arpa. La visión es tan extraordinaria y con tantos detalles, en cierta medida escabrosos, que su confesor decide dulcificarlos en la transcripción que hace del relato de Catalina en confesión. Otro de sus comportamientos más extravagantes fue la decisión de beber el pus de los enfermos a los que cuidaba, en muestra de amor al prójimo y entrega a Dios.

En enero de 1380, estando meditando sobre la circuncisión de Jesucristo, decidió no beber más agua. Poco después, el 29 de abril de dicho año a la edad de 33 años, muere tras un ataque de apoplejía, en una situación de infrapeso, fruto de la inanición. Contaba entonces con numerosas seguidoras religiosas, algunas de las cuales le imitaban en sus comportamientos místicos. En 1461 fue canonizada por el Papa Pío II y proclamada doctora de la iglesia por el Papa Pablo VI en 1970, título que sólo ostentan otras dos mujeres, Santa Teresa de Ávila y Santa Teresita de Lisieue.

Cuerpo

Respecto de su posible anorexia, es necesario reseñar que desde su adolescencia Catalina mantuvo conductas de ayuno y provocación de vómito que fueron agravándose de tal forma que a los veinticinco años comía muy poco, según las crónicas, sólo hierbas amargas que masticaba y escupía. Lo que comenzó como un ayuno de inspiración religiosa, parece que en algún momento escapó a su control, manifestando lo que se ha venido en denominar "anorexia santa" (Bell, 1985), holy anorexia, en inglés.

Igual que los cuadros clínicos que manifiestan las personas con anorexia nerviosa actualmente, era físicamente muy activa, dormía muy poco (a veces sólo media hora cada dos días) y, según decía, comía sin apetito (Capua, 1947; Bell, 1985).

Disponemos de algunas descripciones de su comportamiento alimentario a través de la obra biográfica de su confesor Raymundo de Capua escrita en el s. XIV y de la que tenemos versiones traducidas, como la que aparece en el fragmento que se transcribe a continuación (Capua, 1947, p. 24-25):

Desde la infancia, Catalina apenas había probado la carne; ahora se la prohibió de la manera más absoluta y tanto se habituó a la privación de este alimento que terminó por no poder soportar el olor de él sin que su estómago se resintiese (...) A la edad de quince años renunció por completo a él y bebía únicamente agua pura. Y restringiendo día por día la cantidad de los alimentos llegó a no comer más que un pedacito de pan y algunos vegetales sin cocer. Su cuerpo estaba desfallecido a consecuencia de la debilidad y sometido a insostenibles indisposiciones; el estómago era incapaz de desempeñar sus funciones y, sin embargo, la falta de alimento no disminuía su resistencia física. Su existencia era un milagro, y los médicos que la reconocieron me manifestaron que el caso no tenía explicación científica. Durante todo el tiempo que tuve el privilegio de ser testigo de su vida no tomó alimento ni ingirió bebida

en cantidad suficiente para sostenerla y, sin embargo, lo soportaba con alegría, aunque a costa de grandes sufrimientos y extraordinaria fatiga.

En una carta que dirigió a un religioso de Florencia cuando tenía veintiséis años, ella misma describe su comportamiento alimentario de la siguiente manera (Bell, 1985, pp. 22-23, traducido por Toro, 1996, p.16):

Me escribisteis diciéndome en particular que rogara a Dios para que pudiera comer. Y os digo, padre mío, y os lo digo ante Dios, que de todas las maneras posibles siempre me he esforzado una o dos veces por día para ingerir alimento; y he rezado continuamente y rezo a Dios y rezaré, para que me conceda gracia en esta cuestión de comer de modo que yo pueda vivir como otras criaturas, si ésta es su voluntad porque la mía lo es. Os digo que muchas veces, cuando hice cuanto pude, entonces me miré para comprender mi enfermedad y la bondad de Dios, quien por una muy singular gracia me permitió corregir el vicio de la glotonería. Me entristece sobremanera que yo no corrigiera esta debilidad por amor.

Respecto a otro síntoma asociado a la anorexia nerviosa, la hiperactividad (Baile & Garrido, 1999), también podemos encontrar algunos relatos muy interesantes sobre Catalina en la obra de Capua (1947, p. 180), como el que se presenta a continuación:

Catalina sufrió de esta manera desde el domingo de Sexagésima hasta el último día de abril, fecha en que murió, y sus torturas aumentaron continuamente hasta el momento en que su alma tendió vuelo hacia la patria eterna. (...). Hasta entonces, debido al dolor de costado que sufría y a otras dolencias que nunca la abandonaban, no oía la santa misa hasta la hora de Tercia. Así lo hizo durante toda la cuaresma yendo todos los días a la iglesia de San Pedro. Asistía a la misa, oraba más dilatadamente que nunca y regresaba a casa a la hora de Vísperas. Quienes la veían tendida en el lecho, no creían que fuese capaz de levantarse de él. Sin embargo, al día siguiente al amanecer, se levantaba, salía nuevamente de casa y se iba por la <<Vía del Papa>>, entraba en la Minerva, seguía por el <<Campo di Fiore>> y llegaba a buen paso hasta San Pedro, recorriendo una distancia capaz de fatigar a una persona robusta y en perfecta salud.

Otro rasgo de la personalidad de Santa Catalina de Siena, su ascetismo religioso, también ha sido considerado como un posible indicador de trastorno anoréxico (Rampling, 1985).

Señales de alarma de la anorexia nerviosa

- La persona se va cerrando cada vez más a su círculo de amigos.
- Tendencia a la soledad, la tristeza y la melancolía.
- Aumenta obsesivamente las horas de estudio y de otras actividades útiles.
- Procuran no coincidir con la familia a la hora de comer.
- Muestran gran resistencia a comer cantidades habituales que van disminuyendo progresivamente.
- Se obsesionan en contar calorías.
- Aparecen restos de comida en lugares inusuales.
- Empiezan a querer cocinar el menú de la familia y/o cocinar su comida.
- Beben mucha agua antes de realizar las ingestas.
- Cortan los alimentos en mil trocitos.
- Comienzan dietas de adelgazamiento sin necesidad o sin control por especialista.
- Eliminan alimentos que anteriormente estaban en su repertorio alimentario.
- Se realizan visitas constantes al baño después de las ingestas.
- Empieza a faltar comida en casa.
- Muestran desconfianza e insatisfacción respecto a sí mismos si no tienen el cuerpo perfecto.
- Castiga a su cuerpo sintiéndose mal con este.
- Excesiva sumisión a los mensajes de los medios de comunicación en relación al peso, figura y dieta.
- Comparaciones constantes con el aspecto físico de otras personas.
- Se pesan y/ o miran al espejo con frecuencia de forma obsesiva.

- Presentan cambios llamativos en el estado de ánimo. Las personas que las conocen las describen raras, distintas, como si no fueran las de siempre.
- Impulsividad, no piensan las cosas antes de actuar.
- Sumisión y/o irritación cuando los demás no hacen lo que él/ella quiere.
- Preocupación por la probabilidad de fracasar.
- Inseguridad respecto a su futuro personal.

Cierre

Desafortunadamente, muchas personas con anorexia no quieren hacer un tratamiento, al menos al principio. El deseo de mantenerse delgado se antepone a la preocupación por la salud. Si estás preocupado por un ser querido, pídele encarecidamente que hable con un médico.

Si tienes alguno de los problemas mencionados más arriba, o crees que puedes tener un trastorno de la alimentación, busca ayuda. Si les estás ocultando tu problema de anorexia a tus seres queridos, intenta encontrar a una persona en quien confíes para hablar sobre lo que está ocurriendo.

COMENTARIOS

No creo que de todos es sabido que, en los últimos tiempos, en nuestro entorno, estamos experimentando un incremento alarmante de los trastornos relacionados con la comida en general y con la anorexia en particular. La explicación de tal fenómeno la podemos encontrar en aspectos vinculados a la valoración social que premia las formas delgadas. Y es que los valores estéticos de este final de siglo, constatan la delgadez como el ideal supremo de las mujeres. Nuestra sociedad fomenta el culto al cuerpo femenino, a la cultura de la delgadez, como manifestación de éxito social, lo que favorece que algunas muchachas —en los últimos años, está aumentado su incidencia entre los jóvenes— se sometan a dietas muy restrictivas, con el único y absoluto fin de perder peso para gustar a los demás, y que pueden conducir a carencias metabólicas importantes, alterando, de manera muy significativa, su calidad de vida. Gran cantidad de adolescentes viven pendientes de su figura, del diámetro de sus muslos, caderas y pantorrillas o de la inadecuada distribución de su adiposidad. Y todo ello conlleva riesgos importantes. Conviene tener muy presente que la anorexia nerviosa constituye un cuadro muy complejo en el que inciden, interactuando permanentemente entre sí, factores de todo orden. La negativa a comer acaba produciendo modificaciones en todas las áreas de su existencia. Y aquí se nos complican un poco las cosas, porque hay que tener en cuenta que la anorexia nerviosa es una enfermedad grave. Las personas que la padecen, presentan un rechazo persistente a comer, y, como consecuencia de este trastorno alimentario, presentan síntomas tales como piel arrugada y deshidratada, apatía, nerviosismo, inercia intelectual, bradicardia, hiperactividad, vómitos prácticamente constantes después de comer a la fuerza, hipotensión y trastornos digestivos, sobre todo estreñimiento, y, en el caso de las mujeres, amenorrea (ausencia de la regla). Qué duda cabe que el sobrepeso y la obesidad no son buenos para la salud y su presencia suele ir asociado con un aumento de otras patologías; por eso, las personas que los presentan tienen que adelgazar, pero no porque una ropa les siente bien o mal o porque tengan que imitar a determinadas modelos, sino porque corren el riesgo de padecer algunas enfermedades. Por tanto, habría que eliminar todo aquello que identificara el estar delgado con ser feliz y reivindicar la autenticidad y la armonía con el propio cuerpo y, por tanto, con la propia naturaleza.

Anexos y Referencias





Pinargote, Manuel. *La anorexia*, Primera edición, Cuenca, Sánchez Joel (editor), 2020

Diviértete en casa de forma creativa

3. Realiza malabares con objetos diseñados con material reusable de forma creativa.

Arruga varias hojas de papel de reciclaje, papel aluminio formando pelotas de tamaño que puedas envolver en la palma de tu mano, o puedes colocar un puño de arroz, canguil o contenidos como harina, arena entre otros. Dentro de un globo o funda y cerrarlo.

- Para hacer los malabares, practica primero colocando 2 pelotas en una mano, lanza una hacia arriba, cuando empiece a caer lanza la segunda y atrapa la que venía cayendo, repítelo varias veces hasta que logres mantener un ritmo sin dejar caer las pelotas.
- Después de lograrlo, intenta con las 2 manos y varía de materiales, botellas, aros y frutas redondas, como limones, mandarinas o manzanas.
- Cuando tengas la suficiente habilidad, invita a tu familia a presenciar una escena de malabares. En la creación de los elementos para tus malabares, puedes incluir cartón, palo de escoba, botellas, aros, entre otros, como se muestra a continuación.

4. Si tienes inactividad y pereza, la mejor manera para activar tu cuerpo es con el baile. Prueba de la siguiente manera:

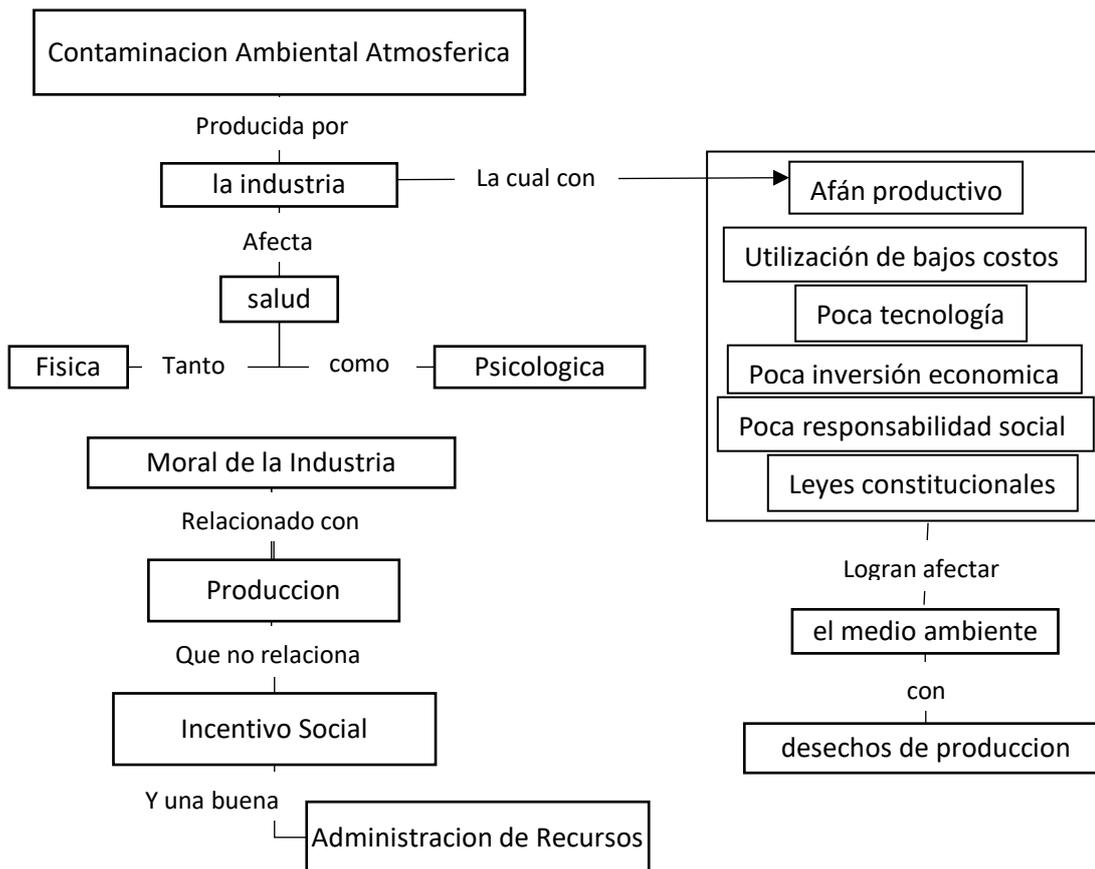
- Inicia practicando pasos básicos de los bailes tradicionales y pasos básicos del baile moderno.
- Escoge un ritmo de música, practica pasos sencillos, puedes realizarlo con toda tu familia.
- Haz una coreografía de salsa, merengue o bachata, por ejemplo.
- Recuerda que puedes iniciar con una etapa de calentamiento que te tome de 7 a 10 minutos.

TOPIC: Let's talk about the future

Objective: Produce well-constructed information in writing.

Follow the steps below.

Step 1. In the graphic organizer, brainstorm ideas about an environmental problem that already exists or might exist in the future.



Step 2. Write the possible causes of the problems in the "Cause" column on the left.

Cause

Cause	Effect
If plastic consumption continues.	
If population growth continues.	
If we have high CO2 concentration levels.	
If the sun's heat stays.	
If humans destroy ecosystems.	
If farmers use toxic chemicals on crops.	
If the temperature of the planet increases.	
If the ice at the poles disappears.	

Step 3. Think of the effects (consequences) the problems have and write them in the column on the right called "Effect".

Cause	Effect
If plastic consumption continues.	it causes an uncontrollable pollution of our rivers and seas.
If population growth continues.	there will not be enough food for everybody in the future.
If we have high CO2 concentration levels.	the sun's heat does not go back into space and stays on the planet.
If the sun's heat stays.	it produces a greenhouse effect and global warming.
If humans destroy ecosystems.	
If farmers use toxic chemicals on crops,	
If the temperature of the planet increases.	

If the ice at the poles disappears.	many species lose their homes forever. many pollinator insects will disappear. Ice from the poles Will melt it and disappear Many cities on the coast s Will be flooded
-------------------------------------	--

Step 4. Read what you have written and make any necessary changes.

Cause	Effect
If plastic consumption continues.	it causes an uncontrollable pollution of our rives and seas.
If population growth continues.	there will not be enough food for everybody in the future.
If we have high CO2 concentration levels.	the sun's heat does not go back into space and stays on the planet.
If the sun's heat stays.	it produces a greenhouse effect and global warming.
If humans destroy ecosystems.	many species lose their homes forever.
If farmers use toxic chemicals on crops.	many pollinator insects will disappear.
If the temperature of the planet increases.	Ice from the poles Will melt it and disappear
If the ice at the poles disappears.	Many cities on the coast s Will be flooded

Step 5. Write a paragraph with the information in your chart. Incorporate at least TWO connector words for cause and effect listed below.

Connector words for cause and effect: because of, in fact, in order to, due to, as a result, as a consequence, for this reason, consequently, therefore. Grammar: use of zero and first conditional

Cause	Effect
Because of - debido a.	as a result – como resultado.
In order to – para.	as a consequence – como consecuencia.
due to – debido a.	consequently – consecuentemente.
for this reason – por esta razón.	therefore – por lo tanto.