

FXI'ZENXI'S UHN



Cuarto

Sembrando vida



**EN EL MARCO DEL CONTRATO 048-2020
FIRMADO CON SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
Y CULTURA DEL DEPARTAMENTO DEL CAUCA**

Auto aprendizaje en Territorio, Familia y Comunidad.
Plan de prevención territorial en educación

**Guías Didácticas
Pedagogía, vida y territorio**

Territorio y sociedad
Comunidad y Naturaleza
Matemática y Producción
Comunicación y lenguaje

Grado Cuarto

**FXI'ZENXI'S UHN
Sembrando vida**

Realización

Asociación de Cabildos Indígenas Nasa Çxhãçxha
Consejo de Educación

Ñh pu'yaksa: Organo de dirección.

Asociación de Autoridades Ancestrales Territoriales
Nasa Çxhãçxha

Leider Fabian Quilcue Vivas

Kiwe Eethegu Político Organizativo y Administrativo

Germán Perdomo

Nasa Fxi'zenxiwejxa Espiritual, Sociocultural y político

Marco Tulio Mosquera

Nasa Fxiw Ype'sa Económico Productivo

María Beatriz Saniceto Pardo

Kiwe Eejthege

Gildawuer Otela

Pu'yaksa Representante Legal

María Eugenia Finscue

Eç pjaxãasxa Secretaria

Dxiju Eh Thegsawe'sx / Control Interno y Revisoría Fiscal.

Milton Quina

Vxyuu Eejthege

Zully Alexandra Mazabuel

Ee thegsa puçxsaa Veeduría

Derlis Lorena Pete

Ee thegsa puçxsaa Veeduría

Luis Alfonso Ramos

Ee thegsaa Fiscal

Coordinador Político

José Hildo Pete Vivas

Coordinadora pedagógica

Natalia Caicedo

Coordinadora Administrativa

Nidia Narváez Puyo

Asesor General

Jorge Alberto Tamayo

Elaboración de contenidos pedagógicos

Maribel Salazar Miranda

Ana Luz Melenje

Sixto Antonio Chávez Ossa

María Ruth Vinasco Diaz

Con el apoyo de

Equipo CIIT

Equipo de Artes

Equipo de Lenguas

Equipo Sociocultural

Equipo Administrativo

Equipo de educación inclusiva

Comunicaciones y Producción de material educativo

Néstor Andrés García García –

Diseño e ilustración

Diana Cecilia Duque Muñoz –

Pauta editorial y diagramación

Carrera 3 6-23 Belalcázar, Páez, Cauca

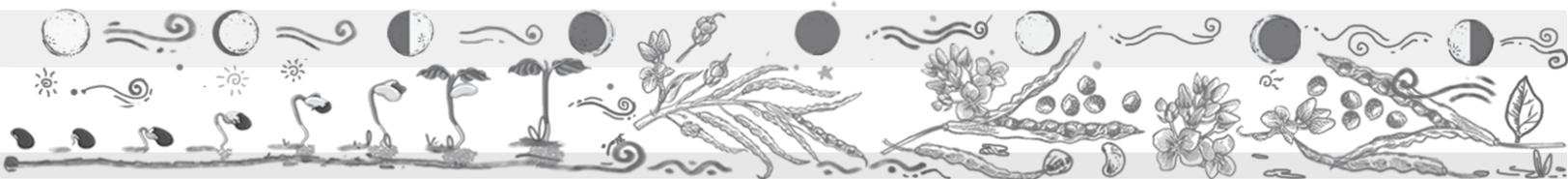
asociaciondecabildosnasa@tierradentro.co

educacion.asocabildos@tierradentro.co

Hecho en el territorio ancestral de Tierradentro, municipio
de Páez, Cauca, Colombia.

Tabla de contenido

Presentación.....	3
Unidad 1. En el universo, nuestro planeta es un lugar para la diversidad...	5
Cuento: El sistema solar.....	6
Compartimos la casa grande, la Tierra.....	12
Veamos donde se encuentra Colombia	14
Características de cada región natural	19
Unidad 2: Caminando la siembra	22
Enraizar la siembra.....	22
El caminar de la Luna.....	35
Las fases de la Luna- leyenda Inuit.....	36
Fases de la luna en su caminar	37
El camino de la Luna segúnla cosmovisión nasa	50
¿Has escuchado de los guardianes del territorio?	51
Importancia de conservar semillas	52
¿Quieres aprender a conservar semillas?	52
Calculemos con la siembra	53
Unidad 3. Caminemos la cosecha...	57
Los Monocultivos	60
Cultivos asociados	60
Contando cosechas.....	69
Unidad 4. Caminando el cuidado de la vida	72
La chiva con destino a una vida en armonía.....	72
Alimentémonos de manera saludable	82
“La naturaleza no nos necesita, necesitamos de la naturaleza” “¡cuidémosla juntos!”.....	92
Glosario:.....	99
Referencias bibliografía e icónicas.....	100



Presentación

En esta ocasión transitaremos los caminos del tiempo que orientan el desarrollo de la vida de todos los seres vivos. En esta ruta que iniciamos, nos servirá de guía una amiga, que todas las noches nos ilumina incansable arriba en el firmamento. Ella ha acompañado a nuestros mayores, abuelos y padres cuando labran la tierra. Día a día bajo el amparo de su influencia; alimenta de energía las semillas, la siembra y las cosechas..

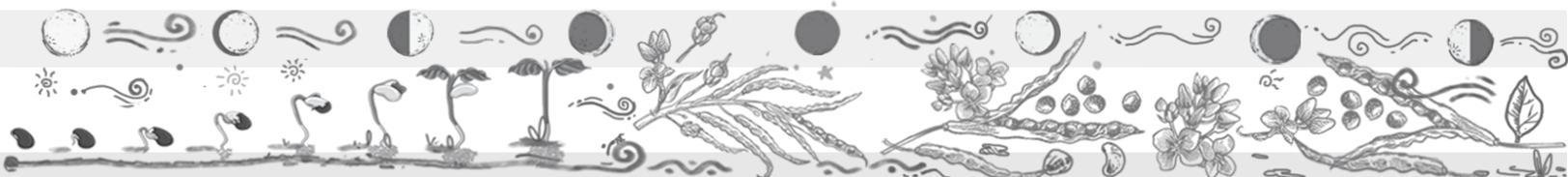
La Luna desde hace miles de años enseña a cuidar las semillas. Facilita a las plantas adquirir su alimento y gracias a ello, nos avisa cuándo llega el tiempo de cosecha para hacer minga y compartir alimentos sabrosos.

A través de esta guía, la Luna nos enseñará un secreto que la hace radiante y única. Nos explicará cómo influye en la vida de todos los seres y elementos de la Naturaleza que vivimos en esta casa grande a la que llamamos Madre Tierra.

A la Luna le gusta andar, compartir y aprender. Ella caminará de la mano con nosotros y nos enseñará un tejido de vida que, como la tela de araña, conecta la sabiduría del Universo, la Tierra, nuestra casa, nuestras semillas y nuestro cuerpo. Estas lecciones de la maestra Luna las conoceremos a partir de cuatro caminos:

- ◆ En el Universo, nuestro planeta es un lugar para la diversidad.
- ◆ Caminando la siembra.
- ◆ Caminemos la cosecha.
- ◆ Caminando el cuidado de la vida.

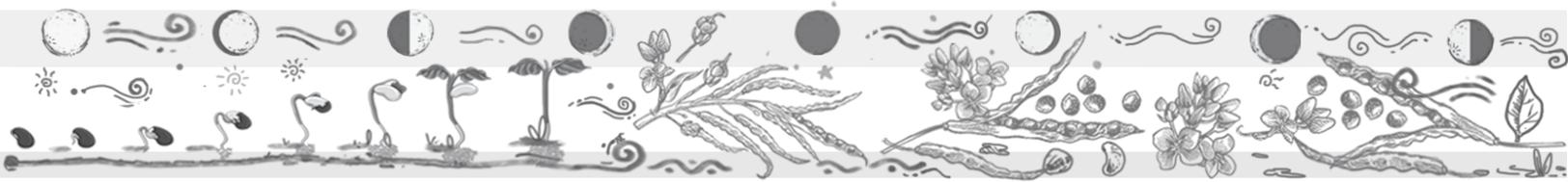
¡Iniciemos!



Caminando al aprendizaje

Leeremos e interpretaremos textos narrativos como los cuentos y leyendas, y textos líricos como poemas y canciones.

- Avanzaremos en la producción de textos escritos que responden a diversas necesidades comunicativas.
- Reconoceremos los tiempos en que pueden suceder las acciones y a partir de ello, crear secuencias de hechos, atendiendo al orden y a la coherencia.
- Resolveremos problemas matemáticos que impliquen razonamientos adecuados, de acuerdo con el contexto.
- Reconoceremos la necesidad de manejar números distintos a los naturales para interpretar muchas situaciones cotidianas, por ejemplo, los números fraccionarios.
- Usaremos diferentes estrategias de cálculo para resolver problemas matemáticos en situaciones aditivas y multiplicativas.
- Conoceremos la ubicación de la Tierra en el Sistema Solar.
- Identificaremos las fases de la Luna y su influencia en los seres vivos y en los objetos que se encuentran en la Tierra.
- Conoceremos la posición geográfica de Colombia, su diversidad cultural y ambiental en el marco de la producción de alimentos.
- Reconoceremos y valoraremos la importancia de los recursos naturales.
- Aprenderemos sobre la división política de Colombia.
- Comprenderemos la importancia de los hábitos de vida saludable.
- Comprenderemos y estaremos en la capacidad de explicar como fluye la energía en los ecosistemas, con relación a las cadenas alimenticias.
- Identificaremos las problemáticas relacionadas con la contaminación de la Tierra y emprenderemos acciones que permitan el uso equilibrado de los recursos de la naturaleza.



Unidad 1- En el universo, nuestro planeta es un lugar para la diversidad

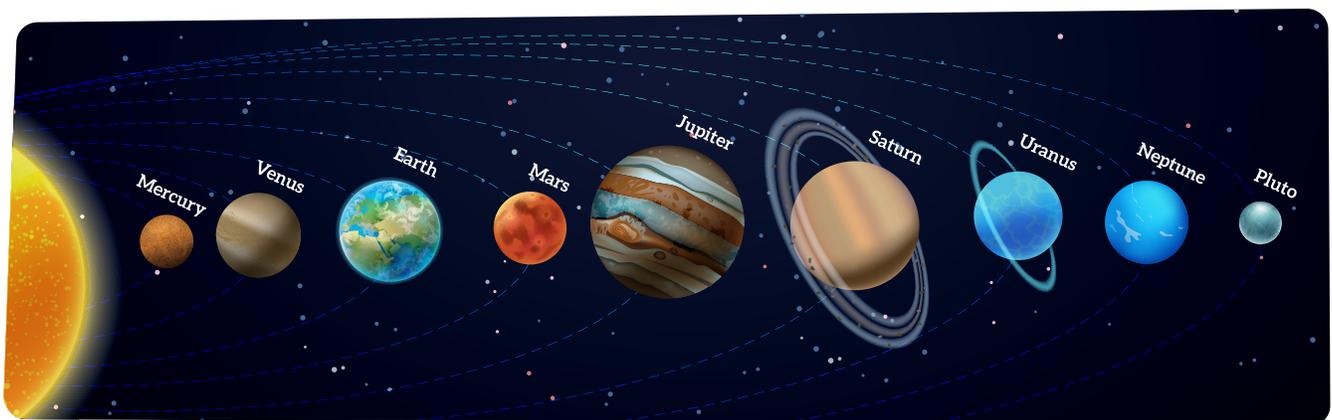


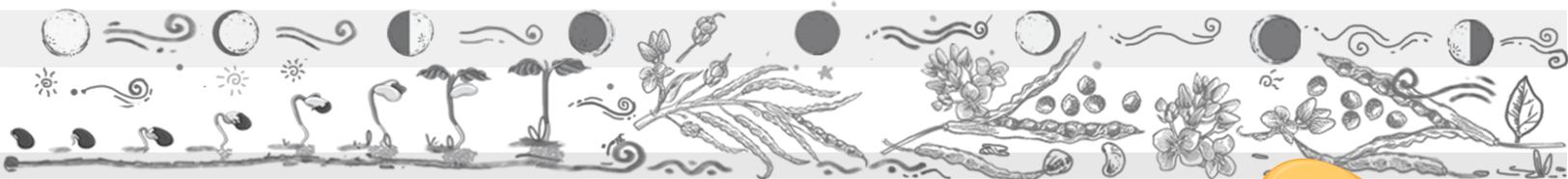
¡HOLA! Mi nombre es Luna, otros me llaman Selene o Â'te . En esta imagen me presento cuando estoy en fase de Luna llena. En este tiempo tengo mucha fuerza para motivar saberes y prácticas de aprendizaje. Seré la encargada de acompañarte a caminar y descubrir las riquezas que tiene nuestro planeta.

¡Toma mi mano y caminemos juntos!



Este es el Sistema Solar, acá está nuestra casa grande a la que llamamos Tierra. Tú y yo vivimos en él, así como los animales y las plantas. Le llamamos Sistema Solar porque es un conjunto de elementos relacionados entre sí que funcionan como un todo, por ejemplo, el cuerpo humano tiene unos sistemas que permiten su funcionamiento. El sistema circulatorio por su parte, tiene un conjunto de órganos en los que cada uno cumple una función importante y que hacen parte de un todo más grande que es el cuerpo humano. El Sistema Solar también es un conjunto de elementos en los que encontramos el Sol, los planetas, los cometas y satélites, que se relacionan entre sí y hacen parte de algo más grande llamado la galaxia Vía láctea.





Te invitamos a que leas el siguiente cuento con mucha atención para que comprendas la manera en que está conformado el sistema solar ...



Cuento El sistema solar

Hace cientos de miles de años el Sol no era más que una nube muy grande formada por gas y polvo y flotaba en el espacio. El Sol se encontraba muy solo, no tenía amigos con los que hablar.

Un día decidió hacer algo para poder estar acompañado en un espacio tan vacío, así que llamó a la señora Gravedad que era muy seria, pero le ayudaba a que el polvo y el gas estuvieran unidos sin que salieran de su nube.

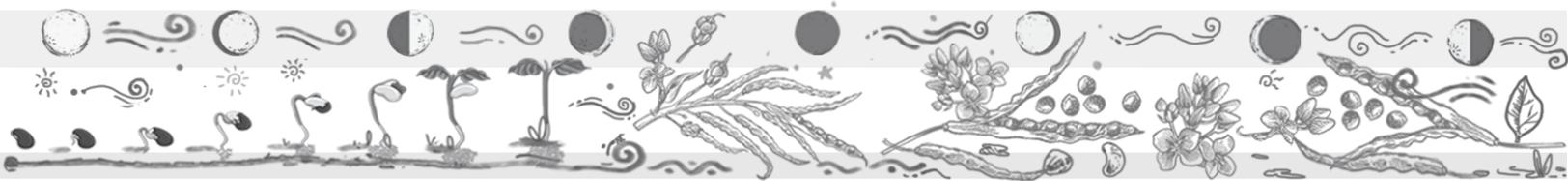
A la señora Gravedad le dio pena que el Sol estuviera tan solo, así que hizo uso de todas sus fuerzas para que el polvo y el gas se juntaran más y más y más. Tanto se juntaron que empezaron a arder. El Sol entonces se convirtió en una superllama enorme que daba mucha luz y mucho calor.

Justo en el momento en el que el Sol comenzó a arder, muchas piedrecitas salieron disparadas hacia el espacio vacío, pero para que no se alejaran demasiado la señora Gravedad las dejó flotando en el espacio, cerca de la gran bola de fuego que era ahora el Sol. Así comenzaron a girar a su alrededor todos estos pequeños trocitos, unos más cerca y otros más lejos.

Años después de que pasara esto, el Sol seguía solo, así que la señora Gravedad decidió ir juntando poco a poco todos estos trocitos de piedras y se fueron formando bolas grandes, de diferentes colores y tamaños. Así consiguió juntar 9 bolas y así nacieron los planetas.

El Sol estaba muy contento y ahora solo tenía que dar nombre a sus nuevos amigos:

- Tu que estás más cercano a mí, como te mueves muy muy rápido te llamaré Mercurio.
- A tí, tan gracioso, que estás detrás de Mercurio y giras al revés que tus hermanos te pondré de nombre Venus.
- ¡Oh!- dijo sobresaltado al ver al siguiente lleno de agua y zonas de tierra - a tí te llamaré Tierra.



- El siguiente planeta que veo es más pequeño que la tierra y es de color rojo, tú serás Marte.
 - A tí, que tienes unas rayas y tienes varias lunas te pondré de nombre Júpiter, eres el más grande.
 - Eh tú, el de los anillos alrededor, tu nombre será Saturno.
 - Oye, ¿y tú por qué giras tan inclinado? - dijo el Sol.
 - Un cometa me golpeó - respondió el planeta.
 - Bueno te daré un nombre muy bonito, serás Urano.
 - Uy!, y tú no te quedes ahí atrás, giras tan lento alrededor de mí que tardas 160 años en dar la vuelta completa y tu color también es azul. Pues bien, tu nombre será Neptuno.
- El Sol estaba radiante de contento, pero antes de dejar que los planetas siguieran girando y girando, la señora Gravedad les advirtió:
- No tengas ningún miedo, yo estaré vigilando y cuidando de que nada te suceda.
- Y desde entonces los 8 planetas giran alrededor del Sol

Fin

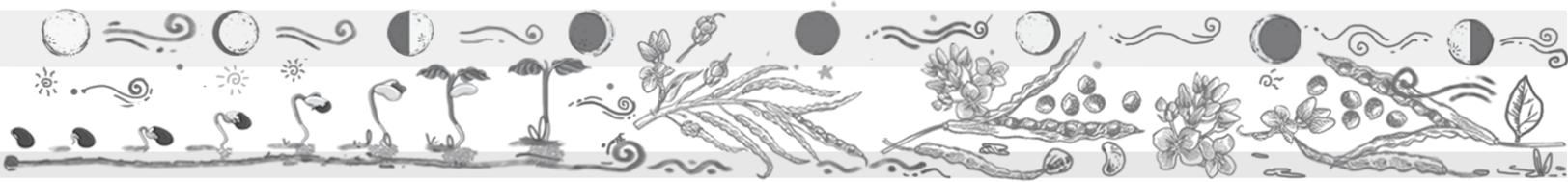
Versión corta basada en un cuento de Javier Martín Ferrero

ACTIVIDAD:

- 1** Teniendo en cuenta lo que acabas de aprender, completa el texto con las palabras que hacen falta:

El sistema  _____ se encuentra en el universo. El  _____, es un astro ha sido golpeado por un cometa, y brinda calor y energía, se encuentra acompañado de  _____ planetas más, que giran alrededor del  _____

El primer planeta cercano al sol y que se mueve muy rápido se llama  _____, el planeta  _____ es el inquieto que gira al contrario de los demás, la casa grande de los seres  _____



los animales y las plantas se llama . El planeta rojo ,  eres el más grande y tienes varias lunas. El planeta de los anillos es llamado , a este planeta no le gusta pelear. Pero ha sido golpeado se le ha llamado . Al amigo planeta que gira lento le llamamos  juntos conformamos el Sistema Solar de la galaxia llamada Vía Láctea 

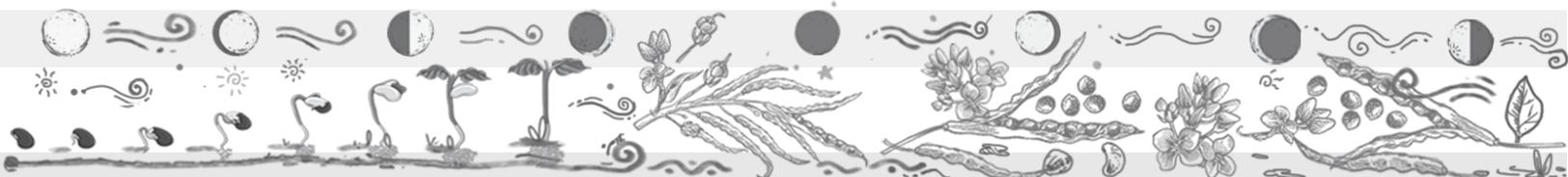
¿Sabías que?

Hubo civilizaciones antiguas que hicieron grandes descubrimientos del Universo al observar con atención el cielo y el movimiento de los astros. Con el tiempo los científicos y las mismas comunidades han valorado y difundido estos saberes. Es así como reconocemos la existencia de astrónomos e instrumentos para observar el cielo. Te compartimos algunos de estos aportes de los pueblos del mundo:

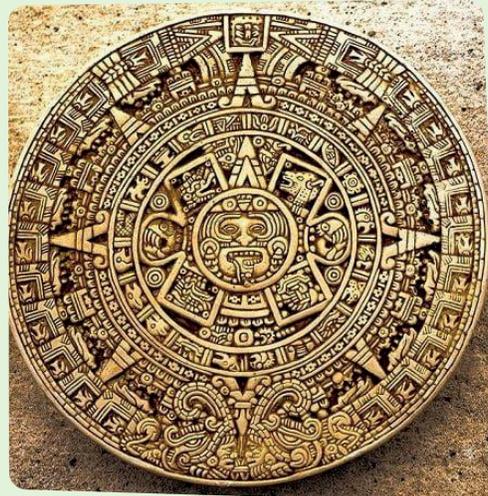


LOS MAYA

Utilizaban estas edificaciones en forma de pirámide para observar los movimientos del Sol, de la Luna y de Venus. A partir de estas observaciones hicieron calendarios que les permitían identificar los momentos propicios para cultivar los campos.



En esta imagen puedes mirar cómo los mayas representaron las constelaciones a través de figuras de animales. Para ello usaron su conocimiento matemático y la tradición oral. Los sistemas de calendarios de estos pueblos se consideran los más exactos de la historia de la humanidad.



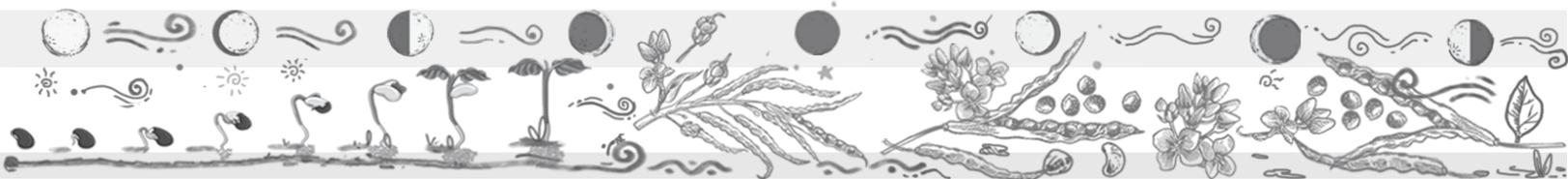
LOS INCA

En los andes peruanos se descubrió lo que podría ser el observatorio astronómico más antiguo de América. El observatorio Machu Picchu ubicado en Perú, fue construido en lo alto de una pirámide y sus alineaciones proporcionan un calendario astronómico para la agricultura.

LOS EGIPCIOS

Los antiguos sacerdotes Egipcios podían predecir las diversas estaciones. Las observaciones que realizaron, fueron utilizadas para orientar templos y pirámides como la gran pirámide de Keops, que, según algunos estudiosos pudo ser un observatorio de los astros, además de servir de tumba del faraón. Los antiguos egipcios aprovecharon el equinoccio de otoño para conseguir que las pirámides de Giza fueran construidas con una alineación casi perfecta y sus caras mirando a los puntos cardinales, norte, sur, oriente y occidente.





Ahora inventa...

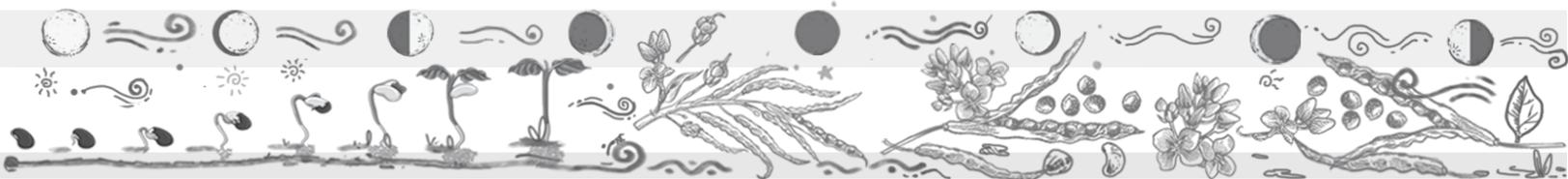
En el cielo se observan grupos de Estrellas cuyas posiciones no cambian y crean imágenes si hacemos trazos imaginarios. A esto lo llamamos Constelaciones. Existen dos constelaciones en el cielo fáciles de reconocer: Orión y el Escorpión. Orión están opuestas en el cielo, significando que, si no está una de ellas visible, la otra estará presente.



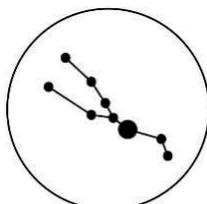
Crearemos un observatorio en casa, solo necesitarás: una linterna y unos cuantos moldes de papel, tener a mano un punzón, unas tijeras y un poquito de cinta.



El proceso es muy sencillo: dibuja las imágenes de las constelaciones que encontrarás en el círculo, recórtala y pégala sobre la parte redonda del papel y haz un agujerito con el punzón en el sitio donde están marcadas las Estrellas. Después, para terminar, coloca el molde sobre la linterna con cinta o cauchitos. Con esta sencilla idea puedes jugar a proyectar las constelaciones sobre el techo o las paredes de la habitación e intentar adivinar cuáles son.



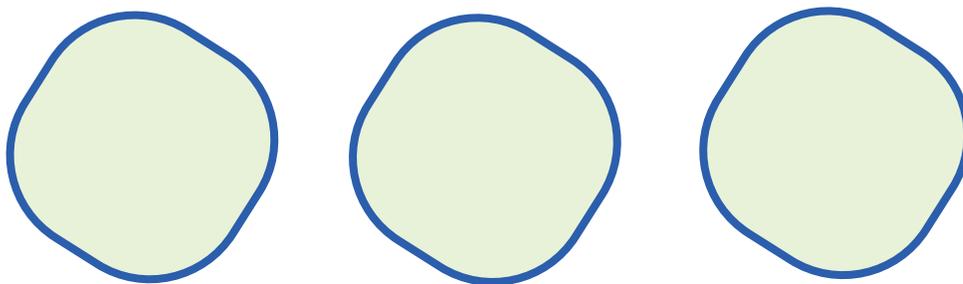
También puedes observar el cielo en las noches y crear las constelaciones que observas.



Taurus

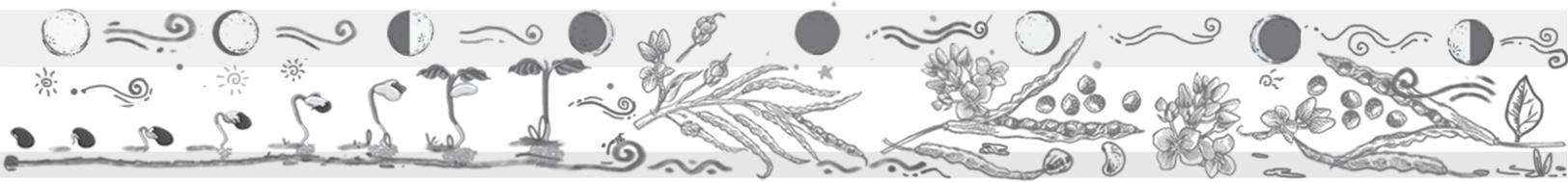


Dibuja tres constelaciones de las estrellas que observaste.



Como te has dado cuenta, la Tierra nuestra casa grande, hace parte del Universo. Compartimos esta casa grande con los animales y las plantas; vivimos miles de personas en diferentes partes de la tierra, pero sigamos caminando y descubriendo...





Compartimos la casa grande, la Tierra

La Tierra es nuestro planeta y el único habitado en el Sistema Solar; calculan que somos 7.700 millones de personas, según datos recientes de la ONU (2019). Nos encontramos repartidos en la Tierra en los 6 continentes que la conforman.

América: dividida entre América del Norte, Centro y Sur, este continente es también uno de los más grandes del planeta, sobre todo si lo consideramos en toda su extensión (es decir, uniendo ambos hemisferios). En la parte del norte se habla inglés, francés y otras lenguas, incluso, lenguas de Pueblos indígenas. En el Sur predomina la lengua castellana, el portugués en Brasil, en Guyana el inglés y en Surinam el Holandés y más de 420 lenguas indígenas.

Europa: es el segundo continente más pequeño de la tierra y está formado por 50 países. Pero, pese a su pequeño tamaño, es el tercer lugar del mundo que alberga una mayor cantidad de población.

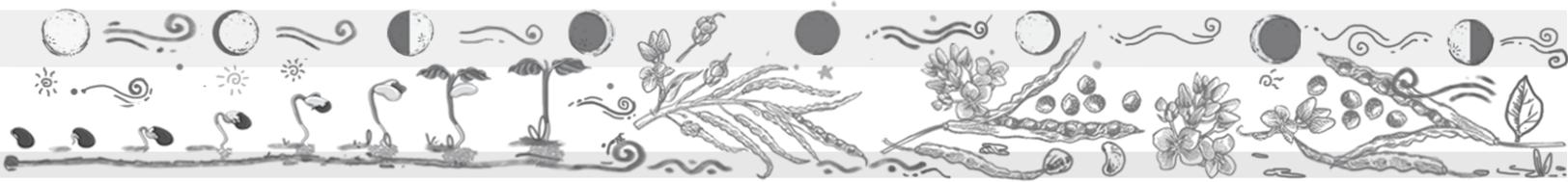
Asia: es el continente más grande de todo el planeta y el que también tiene un mayor número de habitantes. Se calcula que la cifra alcanza los 4.463 millones de personas. Ocupa el 3 de las 10 partes de las capas de tierra que tenemos en el mundo



África: el segundo continente más grande de la Tierra y, también, el segundo que tiene una mayor cantidad de población. La cuarta parte de las personas del mundo viven en esta zona que, de hecho, es la que se considera como el lugar de nacimiento de los primeros humanos.

Antártida: aunque ocupa una gran porción de tierra, este continente del mundo debe estar en el listado de los más pequeños porque su extensión no puede compararse con los que hemos mencionado más arriba. En esta parte del mundo se alcanzan temperaturas frías que pueden, incluso, llegar a los 89 grados bajo cero.

Oceanía: es el continente más pequeño de todos y, de hecho, en ocasiones se le denomina como "isla-continente". Está compuesto por una gran cantidad de islas y alberga países tan importantes como Australia.



¡Un mundo diverso!

En América poseemos 124.993 especies de plantas conocidas, lo cual dificulta definir una que represente un continente tan grande, diverso y rico, así como sus trajes típicos.

El cóndor andino habita en América del sur.



En Europa la planta representativa se conoce como: violeta de Persia o violeta de los Alpes. El águila imperial Ibérica es uno de los animales representativos del continente.

Hablar del traje típico es referirse a tantos trajes típicos como naciones existen en el continente, pero tienen ciertos rasgos generales parecidos.



En Asia la planta representativa se llama Simpho ayer.

El leopardo de las nieves representa su variada fauna.

El traje típico es el kimono, dos largos vestidos puestos uno encima del otro.



Los trajes típicos de África varían de un país a otro.

La flor representativa es conocida como: Rey Protea.

África posee una gran variedad de animales en su geografía, por ejemplo, los elefantes, leones, jirafas, entre otros.



El traje típico en Antártida se ha ido transformando con el paso del tiempo, y las necesidades.

El continente Antártico está permanentemente cubierto por nieve o hielo, en una pequeña superficie no congelada crece musgos, helechos, líquenes y también dos plantas que florecen: el pasto Antártico y el clavel antártico.

Un animal representativo es el pingüino emperador.

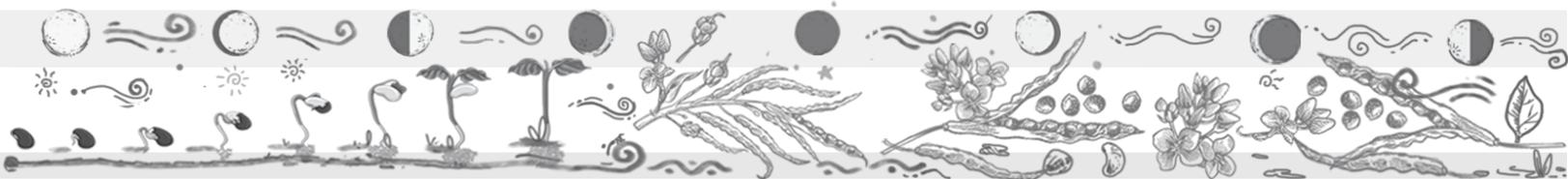


En Oceanía la planta representativa es: Zarzo dorado.

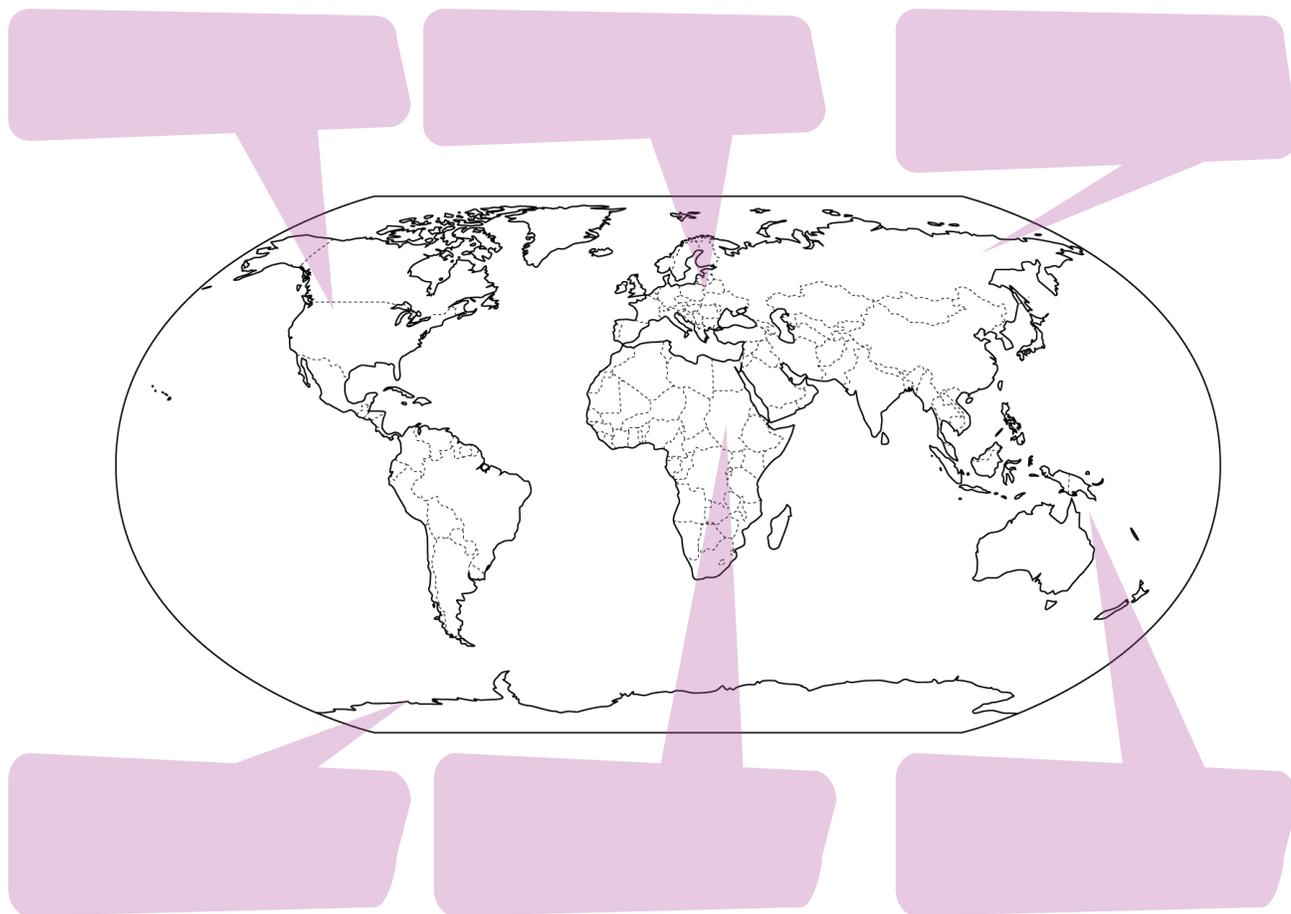
Un animal que representa la diversidad del continente es: el canguro.

El traje representativo denota la influencia del clima y la geografía, en su diseño.





ACTIVIDAD: Escribe el nombre de cada continente, coloréalo, dibuja las plantas, y los animales representativos de cada continente.



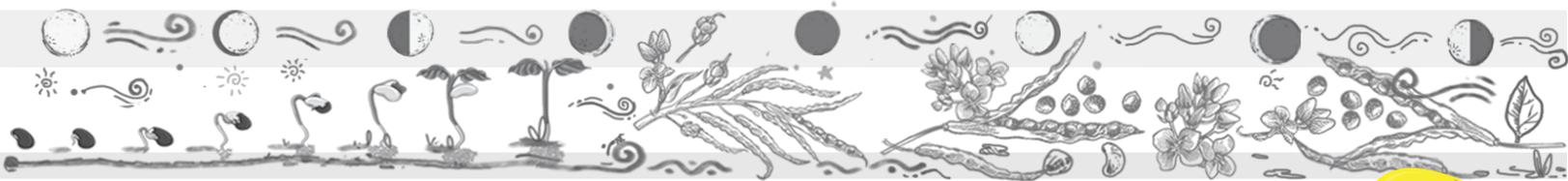
Veámos donde se encuentra Colombia

Nuestro hermoso país se encuentra ubicado en el continente AMERICANO, hacía el sur, es decir en SURAMÉRICA. La ciudad capital de Colombia es Bogotá. Colombia es el único país del sur con salida a dos mares: el Mar Caribe y el Océano Pacífico. Es el cuarto país más grande del continente. Tenemos la Cordillera de los Andes, la Selva Amazonas y la Cuenca del Orinoco.



Caminemos sin pasarnos los limites...

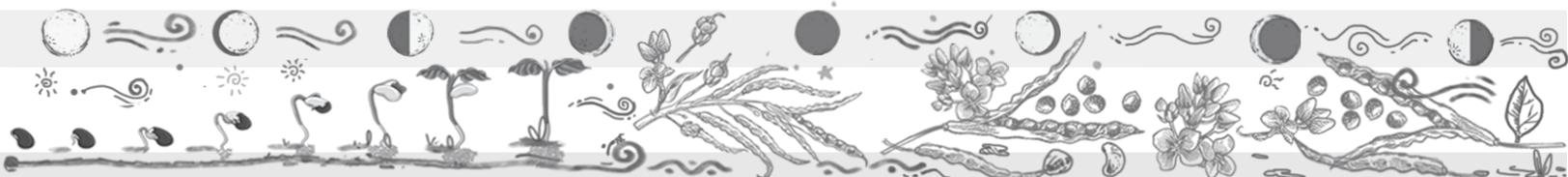
Cada año cuando se elige nuevo cabildo, se realiza una actividad muy importante que es el reconocimiento de los límites del Resguardo. Este trabajo es orientado por los mayores quienes conocen hasta dónde se extiende el territorio.



Al igual que los resguardos, los países tienen límites que pueden ser naturales o políticos. Los naturales son espacios geográficos como un río, una montaña o el mar. Los políticos los define la gente a partir de acuerdos entre territorios vecinos. En nuestro caso, Colombia tiene límites que se representan como fronteras que nos separan de otros países; limita al oriente con Venezuela y Brasil, al sur con Perú y Ecuador y al noroccidente con Panamá; en cuanto a límites por los mares, colinda con Panamá, Costa Rica, Nicaragua, Honduras, Jamaica, Haití, República Dominicana y Venezuela en el mar Caribe, y con Panamá, Costa Rica y Ecuador en el océano Pacífico.

ACTIVIDAD: Identifica los departamentos de Colombia y sus capitales, colorea el departamento del Cauca.





Así como las estrellas me orientan y me ayudan a ubicarme en el territorio, las montañas, los ríos y la memoria de los mayores me ayudan a valorar la importancia del lugar donde vivo. Te invito para que sigamos caminando y descubriendo qué hay en nuestra casa llamada Colombia.



¡Colombia un país biodiverso!

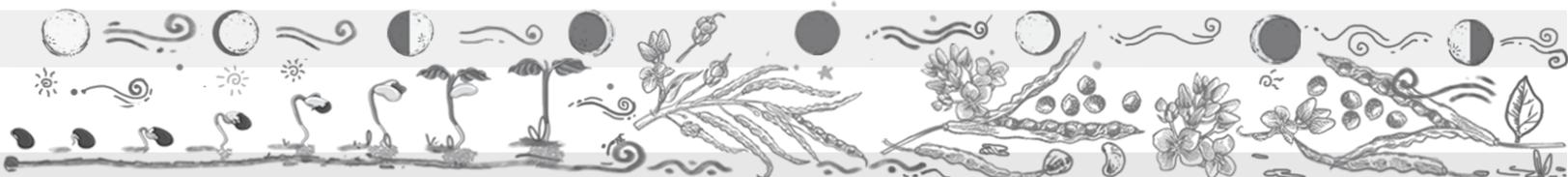
¡Somos líderes en el listado mundial de biodiversidad!

- Colombia es primer lugar en especies de aves y orquídeas.
- Es el segundo en el mundo en riqueza de plantas, anfibios, mariposas y peces de agua dulce.
- Somos tercer país en número de especies de palmas y reptiles.
- Ocupamos el cuarto lugar en mamíferos.

¡Qué afortunados somos!

Colombia es un país reconocido por su rica y enorme diversidad cultural y natural que posee. Esto lo vemos en la cantidad de pueblos y comunidades con diferentes costumbres que habitan el país, pues contamos con 82 grupos étnicos o pueblos indígenas, de las cuales hablan 64 lenguas; así mismo, en especies de flora y fauna la situación es diversa.





Una expresión de la diversidad de nuestro país se refleja en los ricos platos típicos de nuestro territorio.

Responde: ¿Qué platos y bebidas tradicionales compartes en familia? Dibújalos y escribe su nombre

A large, empty rectangular box with a blue border, intended for the student to draw and write the names of traditional dishes and drinks.

Hasta aquí hemos conocido generalidades para situarnos en el mundo. Nos detendremos en esta parte del camino para investigar acerca de los alimentos que se producen en el país de la diversidad.

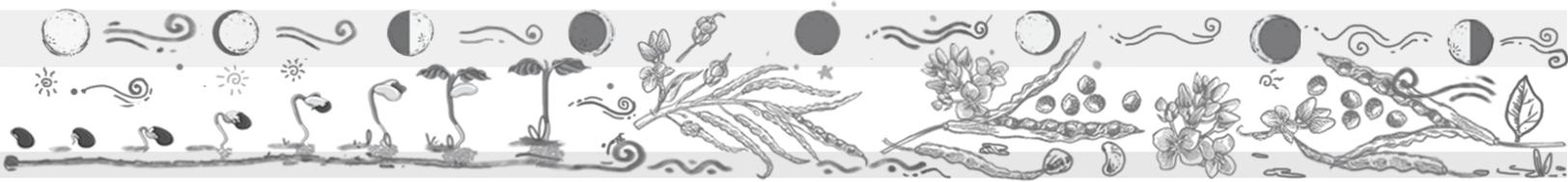
¡Vamos... descubramos!



En cada país y en cada continente encontramos regiones o zonas geográficas que comparten características comunes en cuanto al relieve, el clima, la vegetación y las clases de suelo.

En Colombia los elementos que definen las regiones naturales son: el relieve, la distancia al mar, el promedio de lluvias y las condiciones del suelo.

De acuerdo a estas condiciones se pueden diferenciar seis regiones naturales: Amazonía, Andina, Caribe, Pacífica, insular y la Orinoquía.

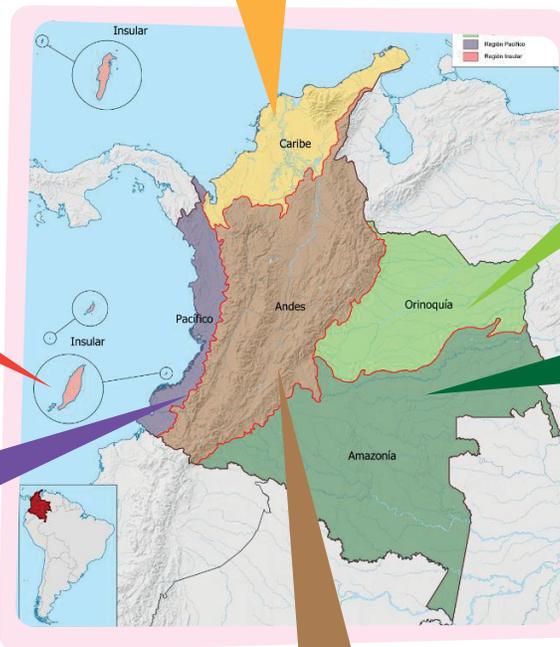


Características de cada región natural

Región insular: Se trata de cayos e islas que están en las costas de Colombia, es decir, las más próximas al terreno colombiano terrestre. Por supuesto, está constituido por un clima del caribe costero de alta humedad. Las más conocidas son el Archipiélago de San Andrés y Providencia y las islas Gorgona y Malpelo.

Región caribe: ubicada en la zona norte del país, tiene la montaña más alta de Colombia, en la Sierra Nevada de Santa Marta y zonas de playa muy marcadas. Aquí se encuentran ciénagas, ríos y llanuras con climas cálidos, característicos de “tierras calientes”

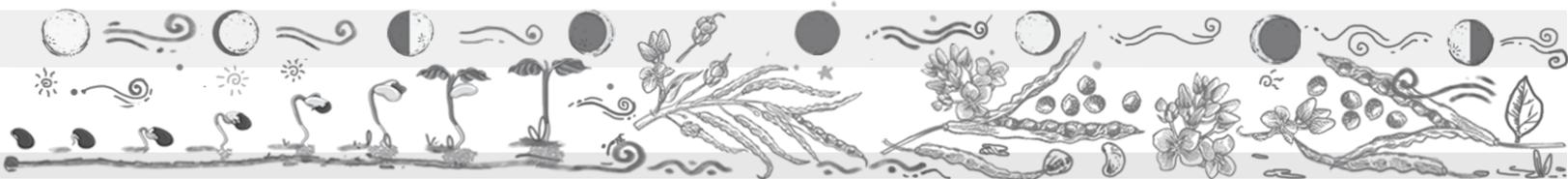
Región Orinoquía: Se encuentra en la zona oriente del país y tienen muy poca población. Comparten características con los llanos venezolanos y además tienen campos de petróleo. Villavicencio es la entrada para esta región colombiana. La ganadería es la principal actividad económica de la población.



Región pacífica: Se trata de una zona ubicada del lado occidental del país. Posee características de selva costera y de montaña. Se caracteriza por tener puertos comerciales como Tumaco y Buenaventura y departamentos que por su geografía hacen parte también de la región andina, tales como: Valle del Cauca, Cauca y Nariño.

Región andina: ubicada en el centro de Colombia y es la que tiene mayor densidad de población, cubre tres cordilleras lo cual la hace una zona de relieve montañoso. Económicamente es la zona más activa del país. Los picos de esta zona tienen origen volcánico y son tres cordilleras: la central, la oriental y la occidental.

Región amazónica: Se encuentra al sur de Colombia y ocupa el 40% del territorio de este país. Tiene una extensión de más de 200 mil km², un clima constante de calor y una gran humedad con alto nivel de lluvias.



Después de haber caminado conociendo las regiones del país, podemos comprender que somos muy ricos en diversidad, sobre todo de climas, lo que genera las condiciones adecuadas para producir y cultivar gran variedad de alimentos.



Región insular es posible encontrar cultivos como: yuca, ñame, maíz, ahuyama, batata, berenjena, plátano y banano.



En la Región andina se cultiva caña de azúcar, plátano, yuca, frutales y hortalizas y en las zonas altas papa, flores, hortalizas y pastos.



Región caribe se puede cultivar yuca, maíz, arroz, caña de azúcar, café, plátano, sorgo y soya.

Regiones naturales



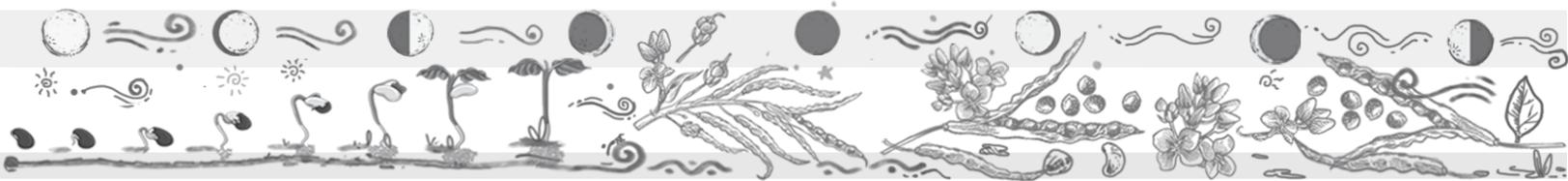
Región de la amazonia se pueden encontrar cultivos como yuca, maíz, arroz, caña de azúcar, plátano. Se encuentra la selva amazónica, es la selva tropical más grande del mundo y es el hogar de miles de especies de animales, plantas y árboles; por lo que es la selva más biodiversa del planeta Tierra.



En la Región andina se cultiva caña de azúcar, plátano, yuca, frutales y hortalizas y en las zonas altas papa, flores, hortalizas y pastos.



En la Orinoquia se han iniciado actividades agrícolas como la siembra de maíz, soya y arroz y en las zonas que se pueden inundar se cultiva arroz, algodón, frutales, cacao, caucho, palma aceitera y cultivos de supervivencia



ACTIVIDAD: Identifica los departamentos que hacen parte de cada región natural y colorea cada región de un color diferente.

Región pacífica: comprende los departamentos de Valle del Cauca, Cauca, Nariño y Chocó.

Región de la Orinoquía: comprende los departamentos de: Vichada, Vaupés, Guaviare, Meta, Guainía, Casanare, y Arauca.

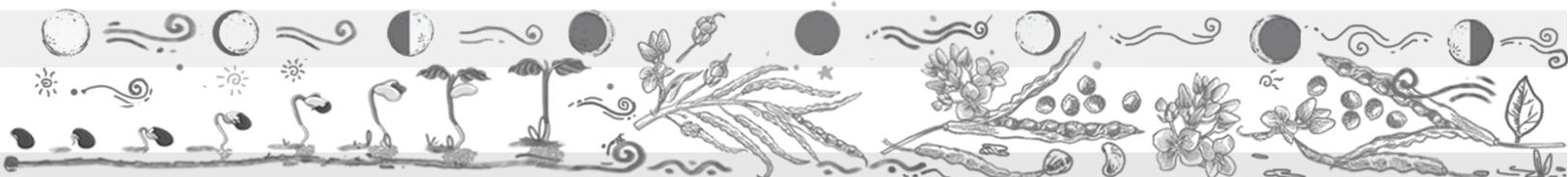
Región insular: compuesta por todas las islas de Colombia.

Región caribe: comprende los departamentos de: Antioquia, César, Sucre, Magdalena, la Guajira, Córdoba y Atlántico Bolívar.

Región andina: Comprende los departamentos de: Putumayo, Valle de Cauca, Santander, Risaralda, Quindío, Nariño, Huila, Chocó, Cundinamarca, César, Caquetá, Cauca, Casanare, Caldas, Boyacá, Arauca y Antioquia.

Región de amazonia: comprende los departamentos de: Vichada, Vaupés, Putumayo, Guaviare, Guainía, Caquetá y Amazonas.





Unidad 2- Caminando la siembra



Colombia es un país cuya fortaleza es la producción agrícola. Toma mi mano y camina junto a mí, para enseñarte cómo desde arriba doy fuerza a las semillas, al agua y a los sembradores para que compartas ricos y variados alimentos.

Enraizar la siembra

Las plantas son de gran importancia para la vida en la Tierra. Diferentes grupos humanos las cultivan, en nuestro país: los campesinos, afros y los pueblos indígenas enseñan saberes y prácticas culturales para sembrar los alimentos que consumimos.

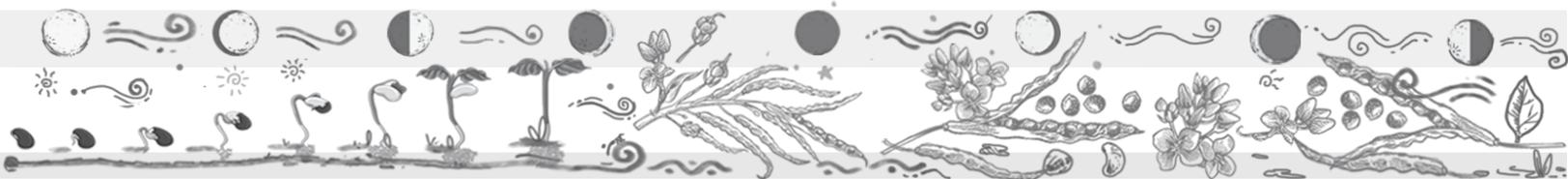
Hay plantas que nutren nuestro cuerpo, otras son para remedio, muchas purifican el aire, dan el equilibrio y embellecimiento de la naturaleza, garantizan la vida animal y humana. Todas ellas se propagan mediante las semillas, asegurando la permanencia de nuestra existencia.



¡Siembra la vida!

Sembrar es un acto de amor por la tierra. Quien siembra ha recibido en sus manos sensibilidades y saberes que le permiten valorar los elementos esenciales de la vida: las semillas, la tierra, el agua, el viento, el fuego, las piedras... Quien siembra no está solo, va acompañado de la familia, los animales, la comunidad y los espíritus de la naturaleza.

Tomado de: Cuento y Palabra y Tul nasa, comunidad Nasa del resguardo indígena de San José, Tierradentro.



ACTIVIDAD: Escucharás la siguiente canción por la radio, léela con mucha atención.

La siembra

Le das tu amor al campo
poniendo la semilla cui-
dando el alimento que
hace florecer la vida.

Le das tu amor al mundo
luchando día tras día
llenando cada plato para
esta gran familia.

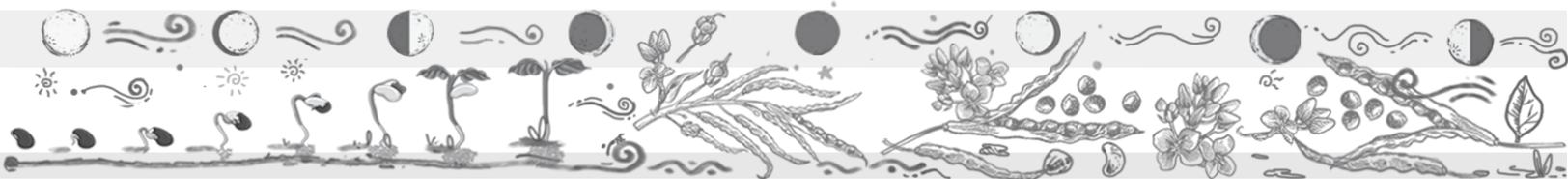
Quiero que sepas que tus
manos hacen vibrar todo
el planeta.

Siembra la tierra con
cariño le das al pueblo el
milagro de estar vivo
Siembra justicia con
cariño que tu cosecha es
la riqueza de esta tierra
y esta tierra es tu heren-
cia y tu raíz.

Quiero que sepas que tus
manos hacen vibrar todo
el planeta.

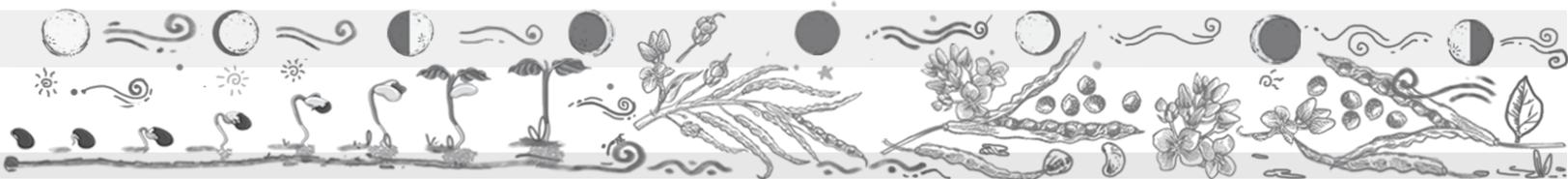
Siembra la tierra con
cariño le das al pueblo el
milagro de estar vivo
Siembra justicia con
cariño que tu cosecha es
la riqueza de esta tierra
y esta tierra es tu heren-
cia y tu raíz.

Autor: Francisco Murillo



ACTIVIDAD: Realiza un dibujo que represente el mensaje que enseña la canción “La siembra”

A large, empty rectangular area with rounded corners, outlined in a dark green border. The interior of the rectangle has a light green-to-white gradient, intended for a student to draw a picture related to the activity.



Teniendo en cuenta que estamos hablando de la siembra, vamos a experimentar. Para ello te indicaremos una manera fácil y divertida de hacerlo...

¡Manos a la obra!

Vamos a experimentar

Sembrando semillas de fríjol



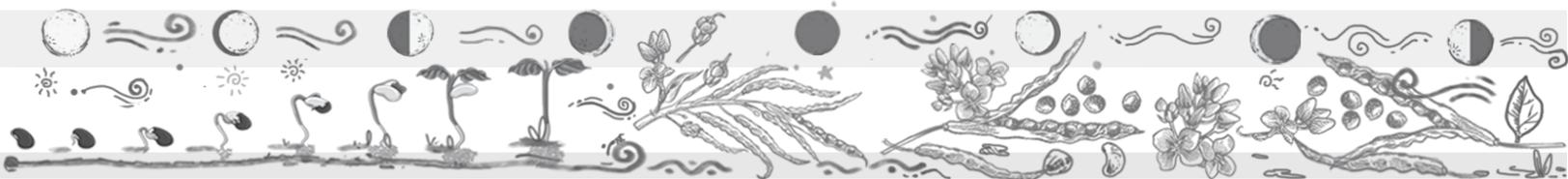
Materiales:

- Vasos de plástico o cáscaras de huevos (con orificios en el fondo para el drenaje)
- Tierra
- Frijoles secos (NOTA: primero tienen que dejarse en remojo durante la noche)



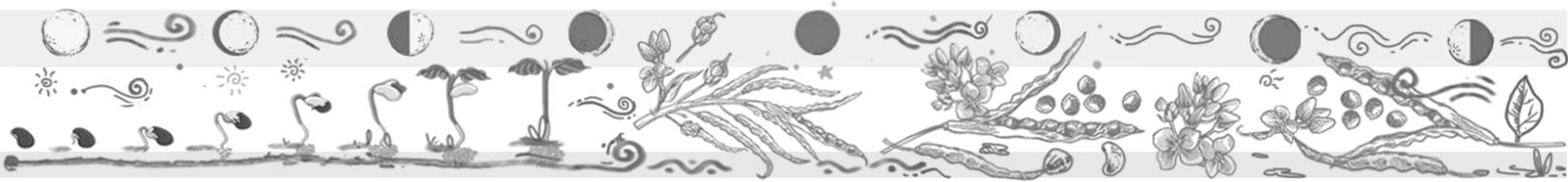
Instrucciones para la siembra

1. Llena casi por completo tres vasos o cáscaras de huevo con tierra y planta 2 o 3 frijoles, cubre con cuidado las semillas con tierra. (se siembran varios, en caso de que alguno no crezca).
2. Humedece la tierra.
3. Ubícala en un lugar en el que reciban la luz del sol.
4. Debes revisar la plantita todos los días y registrar en la siguiente tabla los cambios que presentan las plantas.



ACTIVIDAD: Observa día a día los avances en el crecimiento de la planta y regístralos en la siguiente tabla.

ASÍ CRECE MI PLANTA	
<p>DIA N° 1. ¿Qué observas?</p>	<p>DIA N° 2. ¿Qué observas?</p>
<p>DIA N° 3. ¿Qué observas?</p>	<p>DIA N° 4. ¿Qué observas?</p>



DIA N° 5.
¿Qué observas?

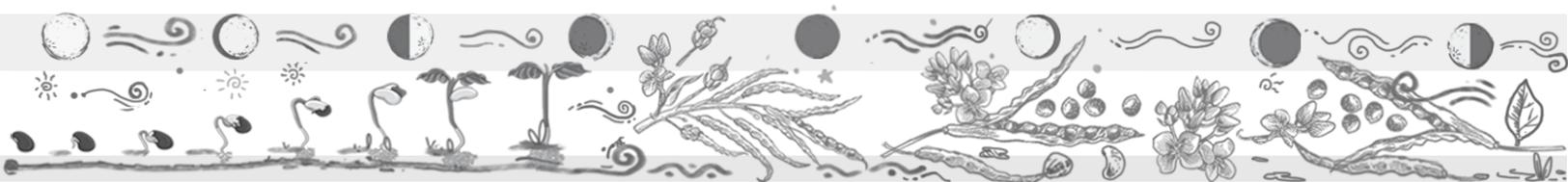
DIA N° 6.
¿Qué observas?

DIA N° 7.
¿Qué observas?

DIA N° 8.
¿Qué observas?

Cuéntanos tu experiencia

1 ¿Qué sentiste al manipular la tierra con tus manos?

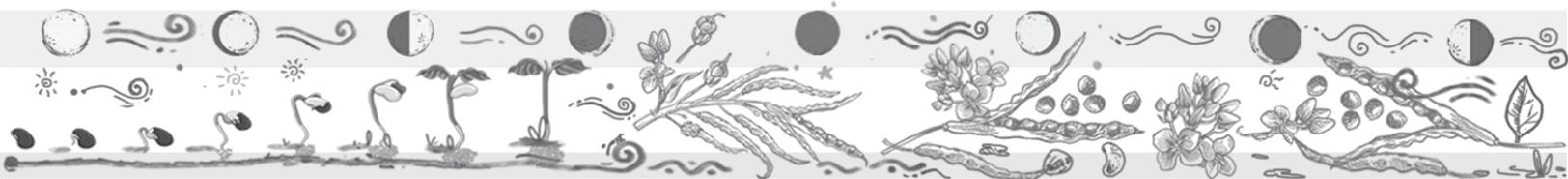


2. ¿Qué necesitan las plantas para crecer de manera adecuada?

3. ¿Crees que las plantas son importantes? ¿Por qué?

4. ¿Qué piensas de las personas que siembran y cultivan la tierra?

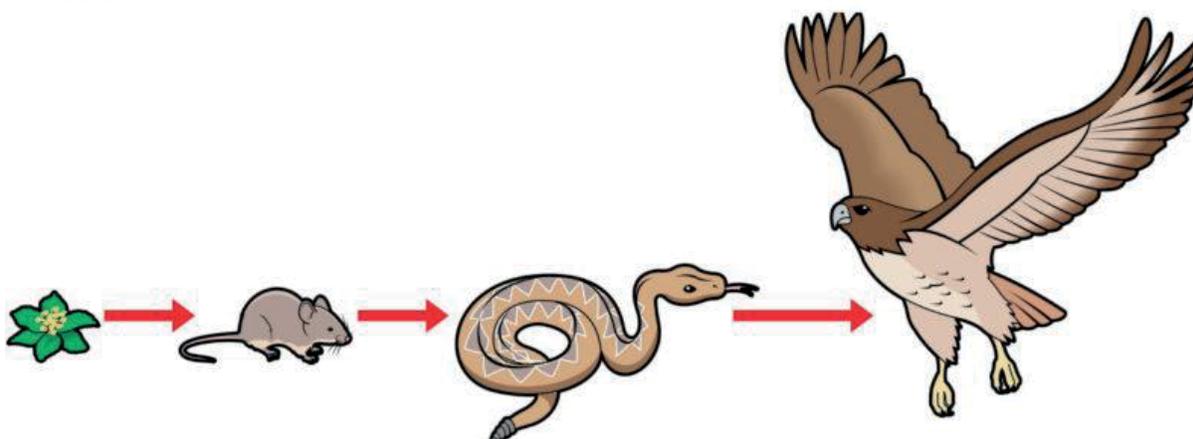
5. ¿Por qué es importante que los jóvenes aprendan a cultivar la tierra para el futuro?



¿Sabías que?

Las plantas hacen un aporte muy importante a las cadenas alimenticias o cadenas tróficas, en ellas se transmite la materia orgánica (nutrientes) y energía a través de distintas especies de seres vivos que componen una comunidad o ecosistema.

Todas las comunidades de seres vivos están compuestas por diversas formas de vida relacionadas entre sí, que comparten hábitat, pero que compiten por sobrevivir y reproducirse, alimentándose de la vegetación, de otros seres vivos o de la materia en descomposición. Este circuito, se puede comparar con una cadena porque cada nivel depende de los demás para subsistir.

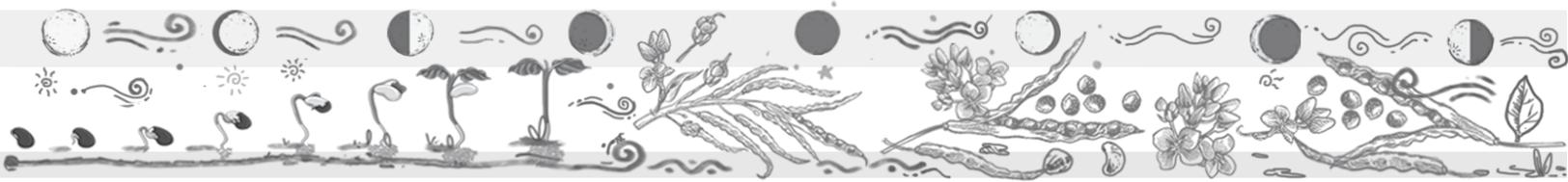


De acuerdo con los seres vivos que conforman una comunidad biológica, existen:

• **Productores.** Son aquellos que se nutren empleando fuentes de energía como la luz solar. Es el caso de las plantas con la fotosíntesis.

• **Consumidores.** son los que se nutren de otros seres vivos, sean productores (los herbívoros comen plantas) o sean otros consumidores (los depredadores comen otros animales).

• **Descomponedores.** Son finalmente los que colaboran en el reciclaje de la materia orgánica, reduciéndola a sus componentes más elementales y permitiendo que sea reaprovechada por los productores. Hongos, bacterias e insectos son de los principales descomponedores.

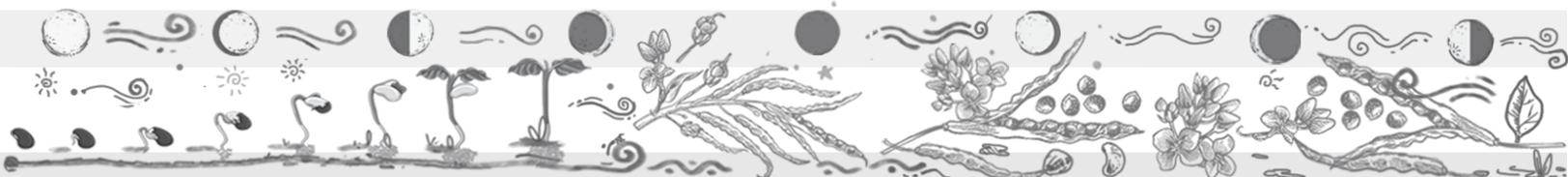


ACTIVIDAD: De acuerdo a la imagen, identifica cada agente en la cadena alimenticia, ¿Cuáles son productores, consumidores y los descomponedores? Une la secuencia con flechas.



Sigue mi rastro y exploraremos las diferentes prácticas culturales que realizan los campesinos, afros e indígenas para sembrar la vida.

¡Avancemos!



Para sembrar las personas realizan actividades como:

1. Selección del suelo, lote o terreno para sembrar, saber qué tipo de terreno es adecuado es importante.
2. Roza o quema del terreno, consiste en rozar, quemar y desyerbar. Es importante dejar descansar la tierra.
3. Consecución de las semillas.
4. Sembrar. Dependiendo del tipo de semillas esta se puede hacer en surcos, ahoyado, macaneado y en eras.

1. Selección del suelo:

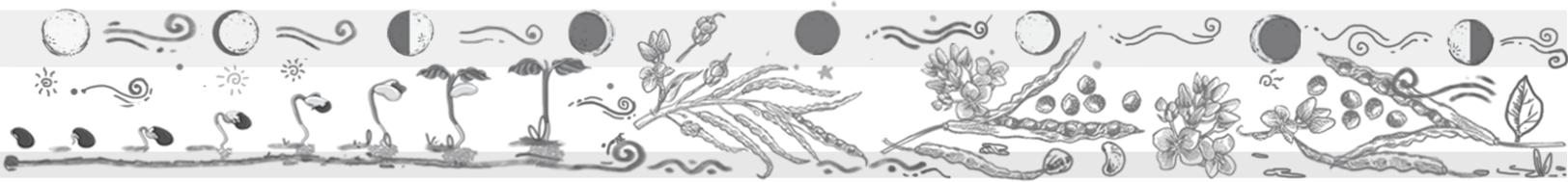
Hay elementos que nos indican hasta qué punto el suelo que tenemos delante sería apropiado para cultivar nuestra comida y ese factor consiste en evaluar la proporción de los diferentes tamaños de partículas del suelo: la granulada arena, el limo intermedio y la fina arcilla.

2. Roza o quema del terreno

Esta consiste en rozar, quemar y desyerbar.

Los mayores realizan la práctica cultural para garantizar las condiciones necesarias para que las semillitas puedan ser sembradas y crecer de la mejor manera posible.





3. Selección de semillas

El tercer paso para una buena siembra es la selección de las semillas. Existen aún comunidades y familias que mantienen la tradición de conservar semillas nativas. Por otro lado, hay familias que al no poseer semillas deben estar comprando semillas en almacenes agropecuarios, muchas de estas semillas no son de origen “tradicional”.

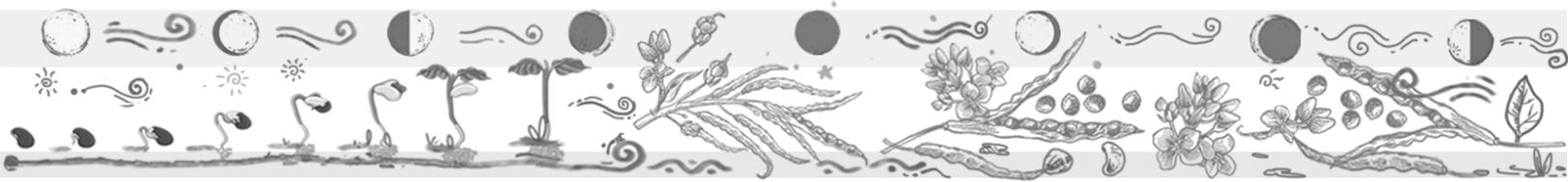
¿Qué sabes de las semillas transgénicas?

Son aquellas que han sido cambiadas o alteradas en su composición en un laboratorio por científicos; cruzan algún ingrediente que es de otro organismo. Mediante técnicas llamadas genéticas, se hacen cruces entre genes de animales y plantas, para que de esta forma los cultivos transgénicos puedan resistir a insectos, enfermedades, a los herbicidas, las sequías y produzcan alimentos grandes y atractivos. Las multinacionales han producido variedades transgénicas de diferentes plantas tales como: maíz, la alfalfa, soja y trigo, entre otros. Igualmente, al ser creadas para resistir productos químicos como los herbicidas, se ha provocado el aumento del uso de estos; los cuales envenenan el agua y enferman a las personas.

Por eso es importante guardar las semillas nativas, que se producen de manera natural y no amenazan nuestra salud.



1. ¿En tu casa guardan las semillas de los cultivos que tienen? ¿De dónde las obtienen?



Después de sembrar, las plantas, animales y personas inician su proceso de crecimiento como todo ser vivo, es decir; nacen, crecen, se reproducen y mueren.

Nacen



Crecen



Se reproducen

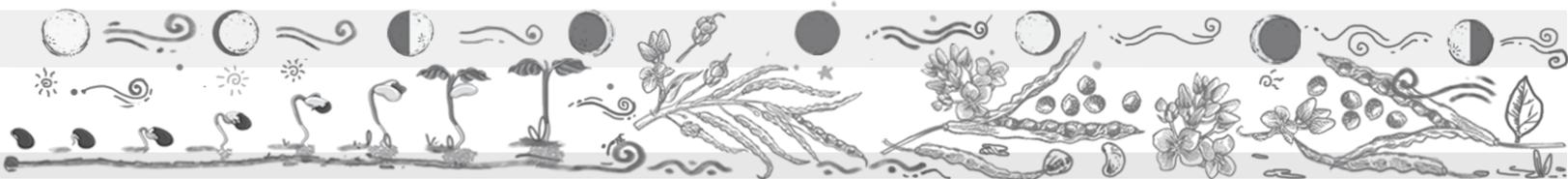


Mueren



ACTIVIDAD: Escoge una semilla y dibuja el proceso de siembra, destacando las prácticas culturales que se tienen en cuenta.

--	--



¡Genial! Hasta este momento la caminata ha sido muy productiva. Es importante que aprendas que, muchas de las prácticas culturales que se hacen en la agricultura, están influenciadas por mí. En cada fase, se realizan tareas diferentes.

Vamos a aprender...

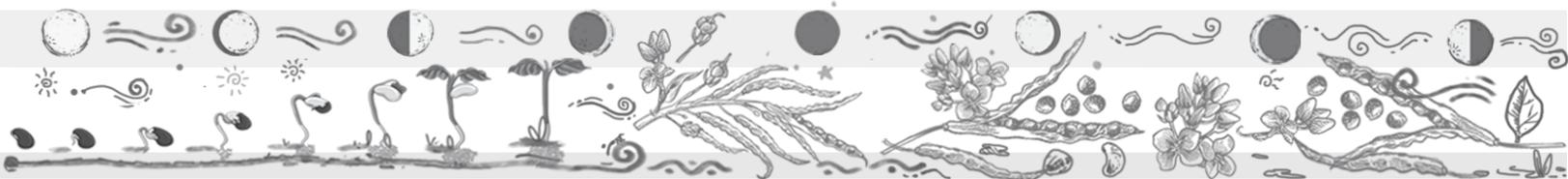
El caminar de la Luna

En la actividad de la siembra la influencia de la Luna es la muestra de la visión milenaria que tenemos las personas de relacionarnos con la naturaleza. Sembrar no es solamente producir nuestros propios alimentos, es cuidar de la familia y la comunidad. Sembrar y cosechar son acciones guiadas por la Luna en su caminar alrededor de la Tierra. Esto hace que se den condiciones especiales para lograr que las plantas crezcan de manera adecuada.

ACTIVIDAD:

1. Pregunta a tus mayores y escribe.

¿Cuál es la relación que hay entre las fases de la luna y el crecimiento de las plantas?



Las fases de la Luna – Leyenda del Pueblo Inuit

Hace mucho tiempo, en una aldea a orillas del río Yukon, vivían cuatro hermanos y una hermana. El más pequeño de los hermanos era el compañero de juegos de la niña. Los demás hermanos eran grandes cazadores y en el otoño se trasladaban a la costa, ya que vivían cerca del mar, y en primavera se iban a las montañas a cazar renos. El hermano menor nunca iba con ellos porque los demás le tenían por lento y perezoso.

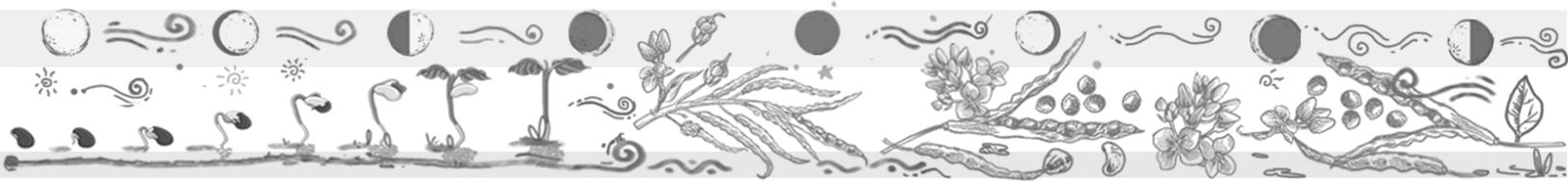


Una noche que los hermanos llegaron a la aldea, agotados tras una larga jornada de caza, la niña les fue a llevar comida al Kashim (casa de la asamblea), donde los cazadores dormían. Cuando se dirigía hacia allí, la niña vio en medio del campo una alta escalera que llegaba hasta el cielo y una cuerda a su lado. Curiosa, subió por la cuerda. Mientras lo hacía, el hermano menor vio lo que hacía y fue a alertar a sus hermanos mayores:

“¡Nuestra hermana está escalando hacia el cielo! ¡Nuestra hermana está escalando hacia el cielo!” “Oh, muchacho perezoso, ¿por qué nos despiertas con estas mentiras?”, dijeron. “Vengan y vean ustedes mismos, ¡rápido!” –dijo sin aliento.

Efectivamente, la niña seguía subiendo por la cuerda pese a cargar aún con la comida para sus hermanos. El menor decidió ir tras ella y comenzó de inmediato a subir la escalera, mientras apenas podía ver ya a su hermana que trepaba por la cuerda. Tan alto subieron los dos, que la niña se convirtió en el Sol y en la Luna se transformó el muchacho. Desde entonces, él la persigue, pero nunca la alcanza: al anochecer el Sol se pone por el Occidente y se ve a la Luna aparecer por el oriente para ir tras el Sol, pero siempre es demasiado tarde, nunca lo alcanza.

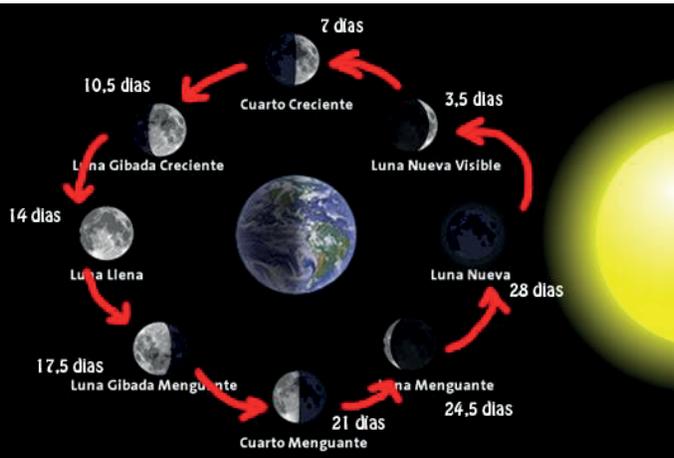
La Luna, al estar sin comida, poco a poco mengua por el hambre, hasta que casi se la pierde de vista. Es entonces cuando el Sol, la hermana, se acerca y le da la comida que guardaba en el cesto que llevaba al Kashim para sus hermanos. Después de que la Luna se haya alimentado, poco a poco va engordando y es más lento su periplo, por lo que el Sol volverá a ir por delante y la Luna pasará hambre de nuevo hasta que su hermana se apiade y vuelva a ofrecerle comida. De esta forma, se producen las fases de la Luna que vemos todos los meses.



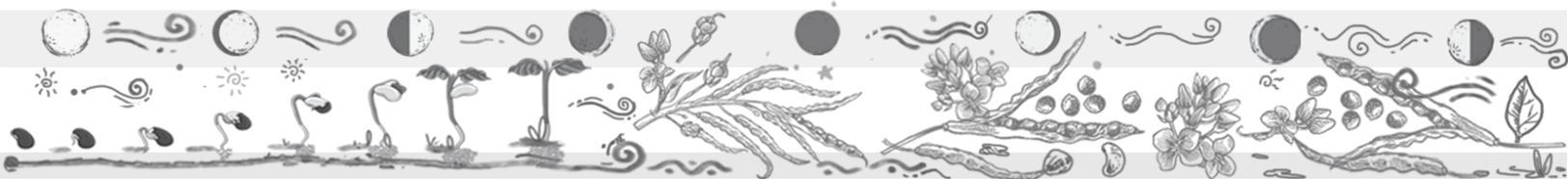
ACTIVIDAD: De acuerdo a la leyenda, responde las siguientes afirmaciones si son falsas (F) o verdaderas (V).

1. En las noches el Sol se pone por el oriente y la Luna por el occidente ()
2. La hermana se come lo que llevaba al Kashim para sus hermanos ()
3. El niño se convirtió en el Sol y la niña en la Luna ()
4. La Luna mengua por el hambre ()
5. La Luna va engordando y se hace más rápida alcanzando al Sol ()
6. La Luna sentirá nuevamente hambre hasta que su hermana le lleve ()

Fases de la luna en su caminar



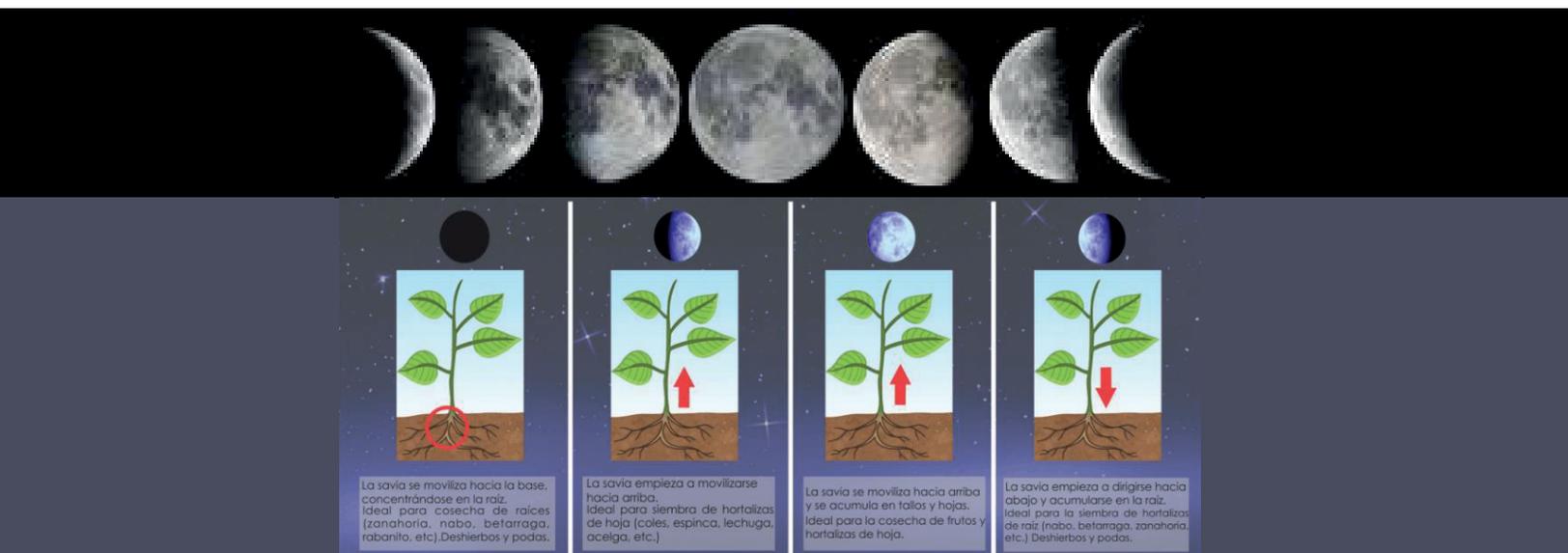
Cuando miramos al cielo sin nubes podemos ver que cada noche la Luna cambia cuando camina alrededor de la Tierra; es lo que se llaman las fases de la Luna. Estas son diferentes iluminaciones que la Luna presenta en el curso de 28 días, debido a que refleja la luz del Sol, a medida que cambia de posición.



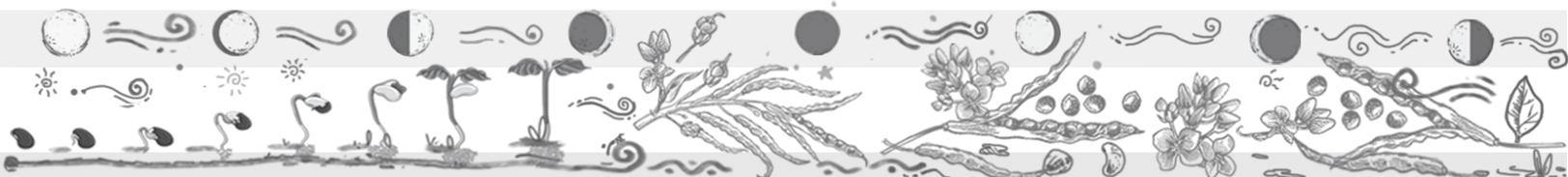
Influencia de la Luna en el crecimiento de las plantas

La Luna acompaña la Tierra desde hace muchos, muchos años. Su presencia es muy importante en la vida de toda la naturaleza. Es así como, por ejemplo, las plantas y los animales tienen su tiempo para nacer, crecer y reproducirse. En las mujeres adultas las fases de la luna tienen mucha influencia en su ciclo de vida. Por estas razones la Luna es fundamental para mantener el equilibrio en la Tierra.

La Luna influye de manera muy especial en el agua, es decir en los ríos, los mares, las plantas y en las personas, hace que cambie la marea e influye en el movimiento de la savia de las plantas. El agua es absorbida por la raíz, sube por el tallo y baja como savia desde las hojas hasta el resto de la planta.

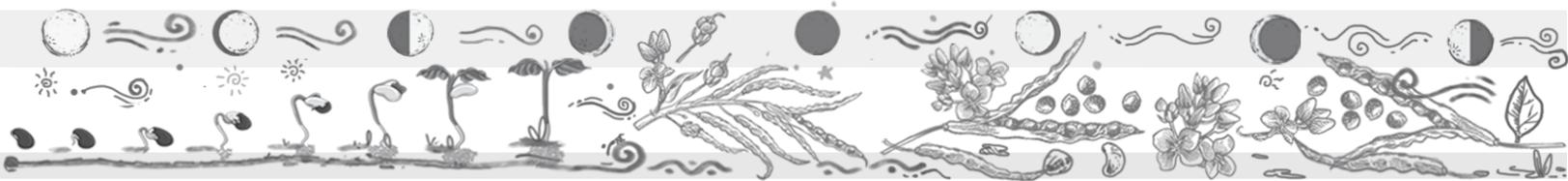


Es necesaria para que las plantas desarrollen su proceso de fotosíntesis, esto es: la elaboración del alimento de las plantas a través de su luz; provoca el crecimiento en la altura de las plantas y germinación de las semillas. La Luna nos indica cuál es el tiempo para el riego, la poda o la siembra de plantas.



ACTIVIDAD: Pregunta a tus mayores y completa la información de la tabla, deberás dibujar la luna en cada fase:

FASES DE LA LUNA	Prácticas agrícolas que se pueden realizar	Otras prácticas culturales, sociales y de salud
Luna cuarto creciente	<ul style="list-style-type: none"> • Siembra de plantas medicinales. • Siembra de hortalizas que se caracterizan por tener muchas hojas. 	<ul style="list-style-type: none"> • Normalmente las mujeres se cortan el cabello porque crece muy bonito.
Luna llena	<ul style="list-style-type: none"> • Se abona el follaje porque la savia está en las ramas. • No se puede podar. 	
Luna menguante	<ul style="list-style-type: none"> • Se siembra lo que de flores, semillas y frutos. • Es la luna indicada para sembrar tubérculos (zanahoria, arracacha, etc.) 	



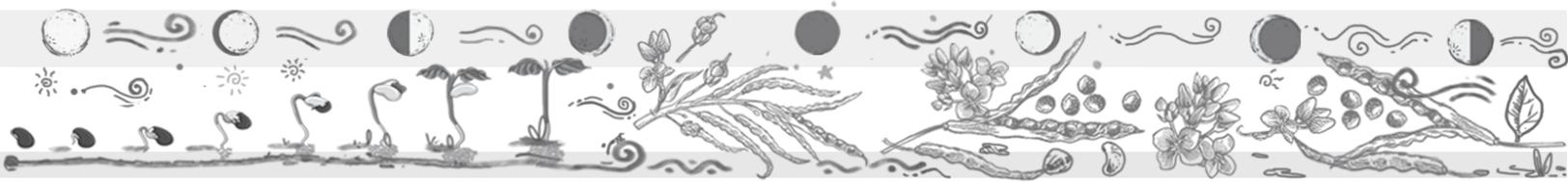
Luna cuarto menguante	<ul style="list-style-type: none"> • Debido a que la savia está en la raíz, es el momento propicio para abonar. 	
-----------------------	--	--

A continuación, encontrarás el calendario lunar del mes de Septiembre de 2020. Realiza lo siguiente:

1. Observa diariamente la Luna y dibuja las fases durante el mes de Septiembre.

 Septiembre 2020						
Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			
©MichelZbinden.com						
 Calendarios Michel Zbinden / Colombia						

- Luna llena:
- Luna cuarto creciente:
- Luna menguante:
- Luna nueva:

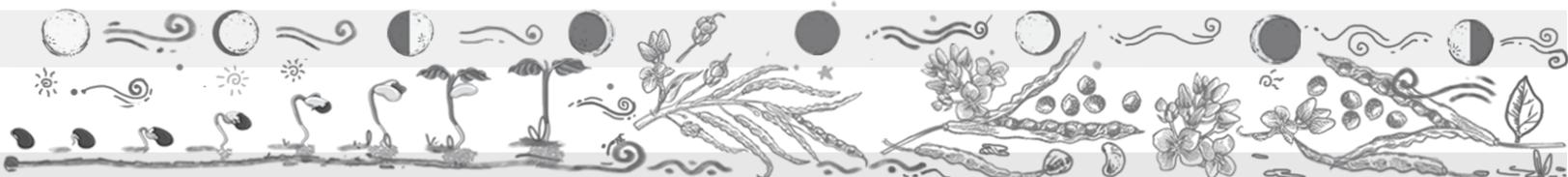


2. Complementa.

¿Qué días de Luna se debe o pueden abonar los cultivos? ¿Por qué?

¿Qué días se puede apodar las plantas? ¿Por qué?

¿La guadua en qué fase lunar se puede cortar? ¿Por qué?



¡Muy bien!

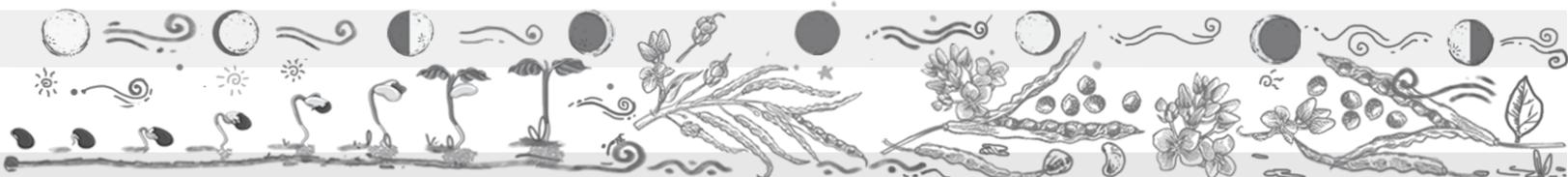
Así como los grupos de campesinos y afros tienen sus conocimientos frente a la influencia que ejerzo en las plantas, los indígenas Nasa también; camina de mi mano y aprendamos de los saberes de nuestros mayores

El camino de la Luna según la cosmovisión NASA

La Luna es la consejera del tiempo, es quien conoce todos los procesos de vida de los hijos. La Luna cada vez que camina se sienta a descansar junto al fogón, aconseja a los hijos, enseña dónde se puede sembrar o no los cultivos, cortar o no los palos, cortar o no el cabello, cuándo enseñar y cuándo descansar.

Mientras comprendes la lectura, puedes colorear como desees las imágenes.





NYAFAX A´ TE LUUÇX. Luna bebé.



Es la Luna recién nacida, es la de la primera noche, se alcanza a ver hacia las 6 de la tarde y su tamaño es solo parecido a una astilla de paja, solo ilumina 1 hora en la noche en el occidente. Esta Luna es muy bonita, atractiva, muy tierna, pero es muy débil física y espiritualmente.

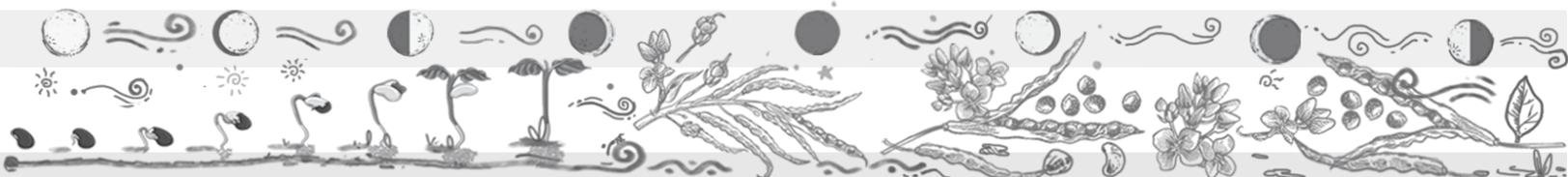
En esta Luna:

No se debe sembrar ninguna clase de semillas (animales, personas, plantas) porque crecen débiles. Las plantas y animales nacidos en este tiempo son muy enfermizos y flojos.

Los granos y los tallos se gorgojean, el viento las tumba fácilmente.

Los árboles no se pueden cortar, porque en este tiempo está recogiendo la savia y se gorgojea de manera rápida.

No se debe coger las plantas medicinales en esta Luna para guardarlas porque las polillas o piojos comen las hojas. (Consejos de los kiwe the´sa. 1997)



A ´TE LUUÇX PUXATESA. Luna niña.



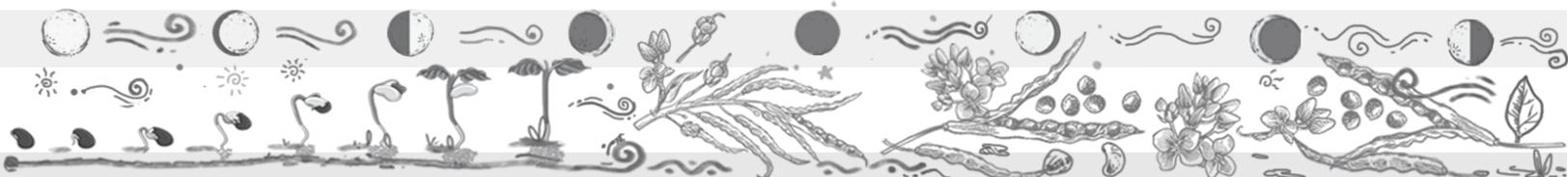
Es la Luna que tiene 4 noches, ilumina 3 horas aproximadamente y vuelve a ocultarse, su tamaño es menos de tres cuartos de círculo.

En esta Luna:

Las personas que nacen en esta posición de la Luna tienen tendencias a ser muy elegantes, amables, afanadas y de poca concentración en los trabajos, tejidos, deportes y estudios.

A las niñas y niños se debe hacer mirar esta Luna para que el crecimiento sea rápido.

Se corta el cabello en esta Luna para que crezca rápido, sea de buen color, abundante.



A´ TE KNA´SA. Luna señorita.



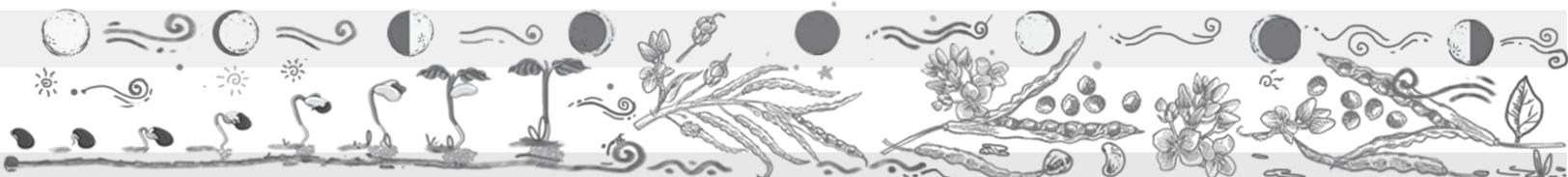
Es la Luna que tiene 8 noches, ilumina 7 horas y se oculta. Su tamaño es la mitad del círculo. Las energías de esta Luna es la de una mujer señorita, hermosa, coqueta, rápida. Esta Luna es para seleccionar y sembrar toda clase de semillas de plantas, animales y personas.

En esta Luna:

Las personas nacidas en este tiempo crecen rápido, serán elegantes, insistentes, ágiles, coquetas, afanados, pero con poca concentración en las artesanías, trabajos, rituales y estudios.

Es buen tiempo para realizar estudio académico, evaluaciones, consejos.

Es perfecto para realizar deportes, trabajos y caminatas.



A´ TE THÊ´ JESA. Luna madre.



Es la Luna madre que tiene 12 noches, ilumina 10 horas, su tamaño es próximo de completar el círculo. Las energías de la Luna es el símbolo de una señorita madura, fuerte física, espiritual, e intelectualmente. Las personas que nacen en esta Luna son inteligentes, con mucha capacidad de análisis y comparación, no le gusta los consejos, no creen totalmente en lo que le enseñan hasta no comprobarlo, creen saberlo todo, son rebeldes.

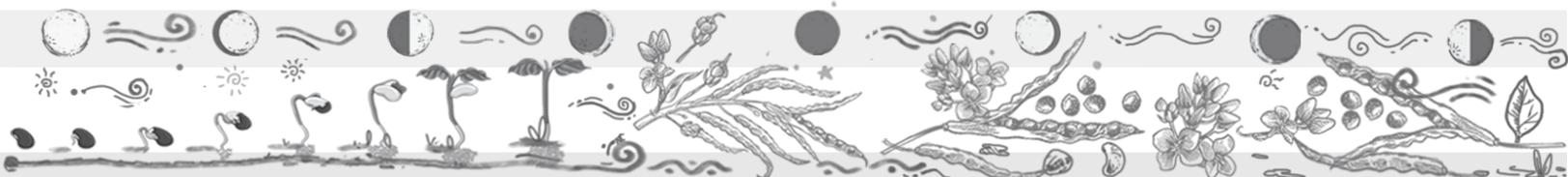
En esta Luna:

Se puede cortar cabello para que sea de buen color, abundante y no caiga.

Se hacen corte de lana de las ovejas para que crezca elegante y fuerte para hilar.

Se puede podar, arreglar las ramas de las plantas para que resistan a las corrientes del viento y de contagios de enfermedades en los tallos.

Se siembra árboles frutales como café, naranja, aguacate, guama, limón, manzanas para que no crezca muy alto, sean fuerte y den buena cosecha.



A´TE THÊ ´SA. Luna mayora.



Es Luna llena que amanece, tiene 15 noches, ilumina desde las 6 de la tarde hasta las 6 de la mañana, su tamaño es plenamente circular. Una noche en que tenemos luz de Luna las 12 horas completas. Las energías de la Luna, es el estado de una mujer fuerte, sabia, madura la que tiene muchos conocimientos para dar consejos en la familia y comunidad.

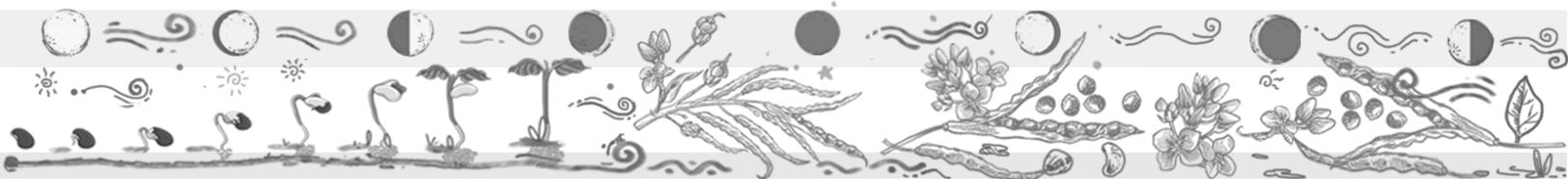
En esta Luna:

Se siembra toda clase de plantas como: maíz, fríjol, habas, mexicano, repollos, nacedero, para que den buena semilla y rendimiento.

Es recomendable también para recolección de las semillas para las próximas siembras.

Las personas nacidas en esta Luna serán fuertes e inteligentes, con mucha capacidad de análisis y orientación equitativa, son muy aptos para los trabajos agrícolas, estudios, construcciones, resistentes a las enfermedades y competentes en los juegos deportivos.

Es buen tiempo para la siembra de semillas caciques, cacicas.



¡Ya ves! Preguntar a los mayores es muy bueno, porque aprendes más y más sobre la importancia de sembrar con mi ayuda.

¿Qué tanto has aprendido?



ACTIVIDAD: Une mediante líneas las frases con las palabras que corresponde.

Es la Luna que tiene 8 noches, ilumina 7 horas y se oculta. Su tamaño es la mitad del círculo.

Es la Luna que tiene 12 noches, ilumina 10 horas, su tamaño es próximo de completar el círculo.

Es Luna que amanece, tiene 15 noches, ilumina desde las 6: PM hasta las 6: AM.

Es la Luna recién nacida, es la de la primera noche.

Es la Luna que tiene 4 noches, ilumina 3 horas aproximadamente.

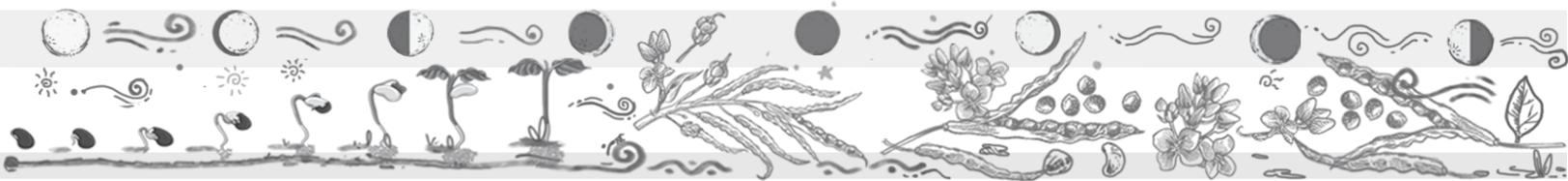
Luna bebé

Luna niña

Luna señorita

Luna mayor

Luna madre



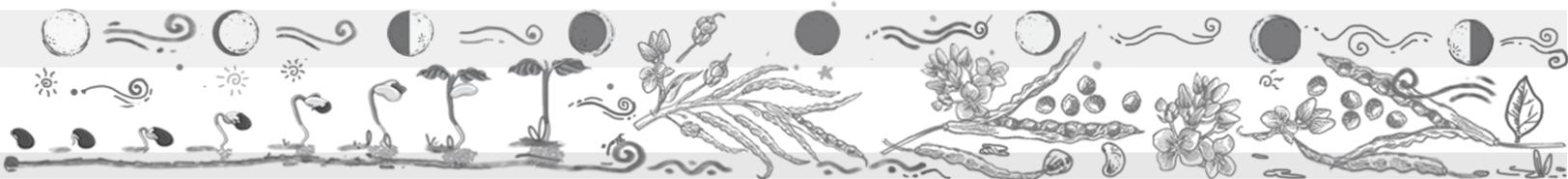
Sin duda alguna vivimos en una parte de la Tierra en la que podemos cultivar y producir nuestros alimentos con la ayuda de las fuerzas y buenas energías de la Luna. Pero para producir alimentos sanos, es importante contar con agua y sembrar semillas nativas.

Nuestro planeta se nutre del agua, el aire, la tierra y el fuego. Si falta alguno de estos elementos se rompe la cadena de la vida. Las semillas son pedacitos de universo, son pequeños seres que necesitan ser cuidados y conservados con mucha responsabilidad porque ellas, a través de los alimentos nos da la fuerza para existir.

Actividad: Te invitamos ahora a conversar con tu familia sobre las semillas que hay aún en territorio y de esta manera reconocer cuáles han desaparecido y cómo podemos recuperarlas.

Llena el siguiente cuadro, escribe y dibuja las semillas y marca con una “X” si es abundante, escasa o ha desaparecido.

Semillas del territorio (escribe los nombres)	Abundantes	Escasas	Desaparecidas



¡Dato curioso e importante!

Sabías que en Colombia por lo menos 555 especies de plantas están amenazadas de desaparecer (262 se encuentran en mayor riesgo), de estas 202 plantas nacen únicamente en alguna parte de Colombia.

Se cree que hay 15 plantas que han desaparecido, entre ellas algunas orquídeas y pasifloras, que son extraídas de manera indiscriminada para ser vendidas a precios muy costosos.

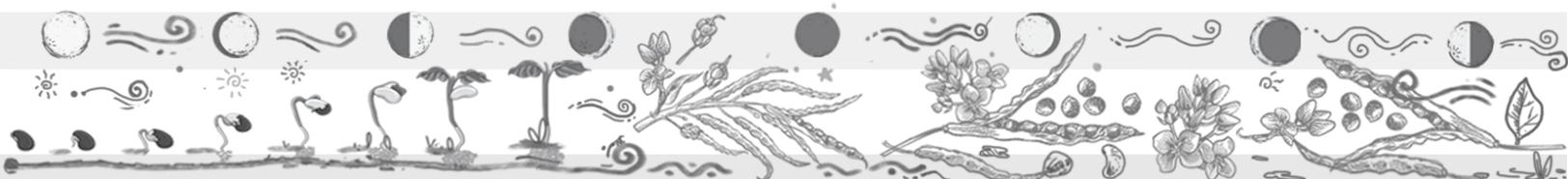


¿Has escuchado de los guardianes del territorio?

En nuestras comunidades tenemos unas personas encargadas de prestar servicio a la comunidad y proteger el territorio. Son los que día a día nos cuidan y defienden de diferentes amenazas y su compromiso de servicio es hasta que se apague el Sol.

Así como tenemos guardianes del territorio que nos cuidan, también contamos con guardianes de las semillas. Son personas interesadas en proteger, cuidar y sembrar semillas propias o nativas y son reconocidos como: **Guardianes de semillas.**

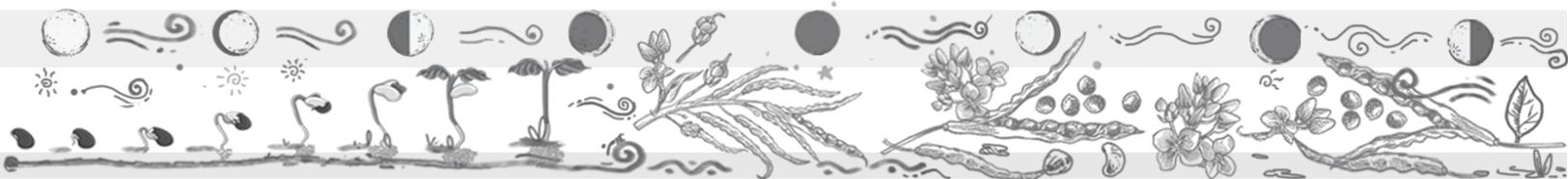




Importancia de conservar semillas:

Conservar semillas tiene las siguientes ventajas:

- Están adaptadas a las condiciones locales del suelo, agua, clima, por eso necesitan menos agua para producir.
- Son resistentes a las sequías e inundaciones.
- No requieren costosas ni dañinas aplicaciones de abonos agroquímicos.
- Amplían la diversidad de alimentos de las comunidades.
- Contribuyen a la protección y conservación del suelo y de los ecosistemas.
- Reducen la dependencia de abonos agroquímicos y de la compra de semillas en almacenes agrícolas.
- Promueven la solidaridad de los pueblos cuando se comparten las semillas.
- Aportan al mejoramiento de la vida y la salud en las familias y las comunidades.
- Mejoran la relación que tenemos con la naturaleza, contribuyendo al enfriamiento del planeta Tierra frente al cambio climático.



ACTIVIDAD: Escribe los nombres de las personas de tu comunidad que saben conservar semillas y pregúntales porque es importante ser guardián de la semilla.

Nombres:

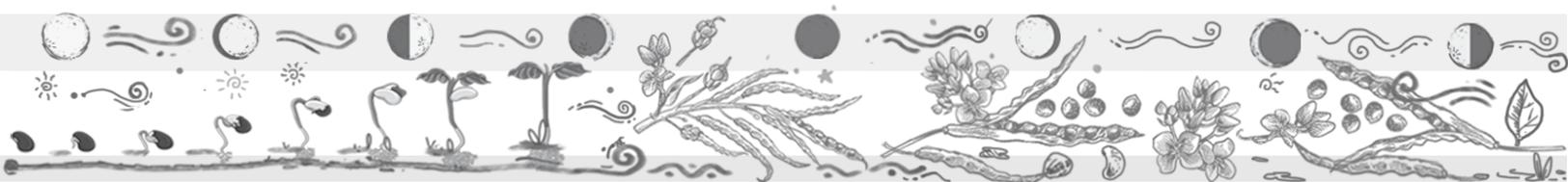
¿Quieres aprender a conservar semillas?

Para conservar las semillas nuestros abuelos realizan las siguientes prácticas:

1. Las semillas se recogen en Luna Llena para que se conserven por más tiempo.
2. Se guardan en unos tarros de guadua o en calabazos y se dejan en un lugar seco.
3. Se utiliza la ceniza de la leña para mezclarle a las semillas y guardarlas en tarros con tapa, para quitar la humedad y protegerlas de insectos.
4. Utilizar el ahumado del maíz sobre el fogón, para evitar que animalitos como los gorgojos las dañen.
5. Para conservarlas también se utiliza el barbasco, que es una planta que se machaca, se pone a hervir y cuando el agua esté fría se lavan las semillas y luego se ponen a secar al sol, para finalmente guardarlas en recipientes de plástico o vidrio.

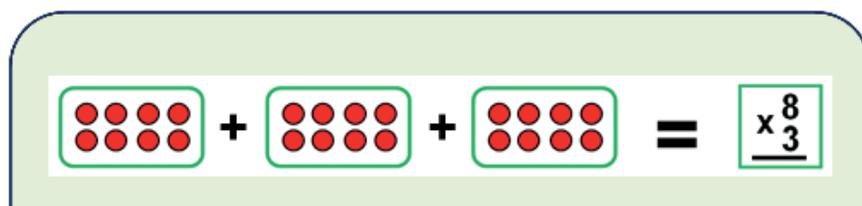


Después de caminar por los procesos de siembra y semilla, pon en este espacio las palabras que más te gustaron en este recorrido. A mí por ejemplo me gusta la palabra: ¡viento!



Calculemos con la siembra

La multiplicación: Es una manera muy útil para sacar cuentas rápidas, porque multiplicar es la suma repetida de un mismo número. Observa el siguiente. Ejemplo:



$$3 \text{ veces } 8 = 3 \times 8 = 24$$

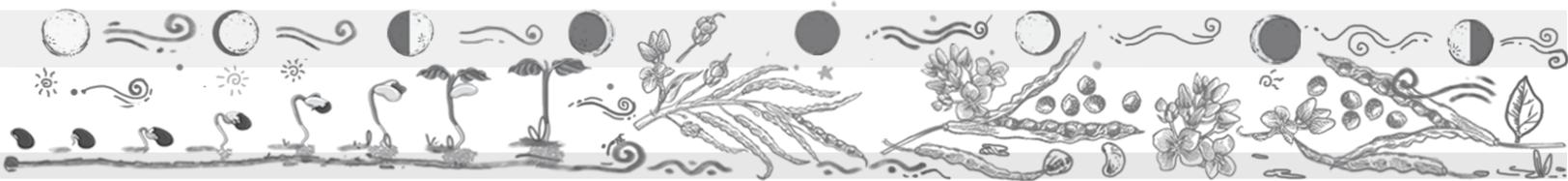
ACTIVIDAD: completa los siguientes ejercicios de suma sucesiva.

$$\begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} = 3 \times 10 = \underline{\hspace{2cm}}$$

10 + 10 + 10 = 3 veces 10

$$\begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \\ \hline \end{array}$$

9 + 9 + 9 + 9 + 9 = 5 veces 9 = 5 x 9 =



--	--	--	--	--	--	--

$$6 + 6 + 6 + 6 + 6 + 6 + 6$$

7 veces 6 = 7 x 6 = _____

ACTIVIDAD: Realiza las operaciones necesarias, encuentra el resultado y selecciona la respuesta correcta.

1. Una mata de moras produce 28 moras cada mes, ¿Cuántas moras producirá en 35 meses?

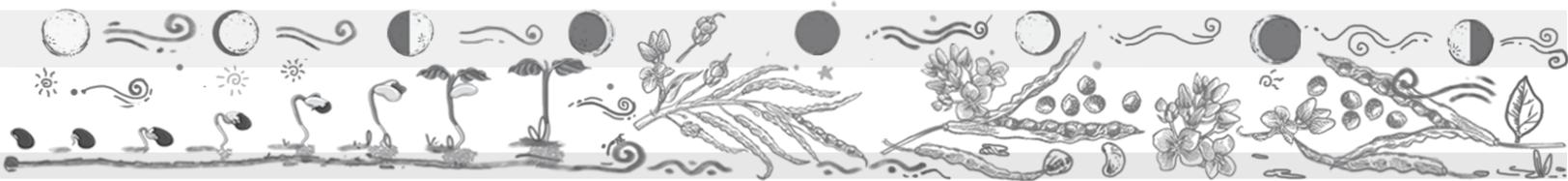
$$\begin{array}{r}
 28 \\
 \times 35 \\
 \hline
 140 \\
 84 \\
 \hline
 980
 \end{array}$$

Tenemos que comenzar multiplicando 5x8. Pero el resultado es 40, así que escribimos solo el 0 en la línea del resultado, y el 4 se lo sumaremos al siguiente producto: 5x2 hace 10, +4 que nos llevamos, 14: el producto de la multiplicación del multiplicando (28) por la unidad del multiplicador (5) es: 140.

Con el siguiente multiplicando hacemos lo mismo, pero en el resultado corremos una posición hacia la izquierda y finalmente realizamos la suma de los productos.

2. Pedro siembra en un día 45 cogollos de plátano. Si siembra lo mismo durante 10 días, ¿Cuántos cogollos habrá sembrado en los 10 días?

- A) 20
- B) 450
- C) 300
- D) 125



3. Don Jacinto es un guardián de semillas, guarda 350 semillas cada minuto, ¿Cuántas semillas guardará en 5 minutos?

A) 1067

B) 1690

C) 1750

D) 1570

ACTIVIDAD: Haz la operación y resuelve los problemas.

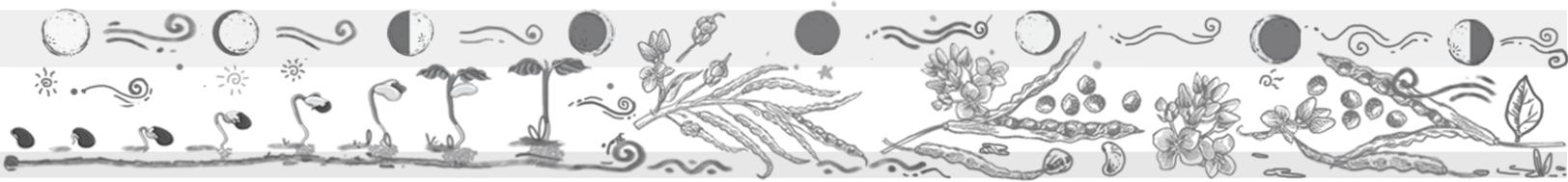
1. Luis fue a la exposición de artesanías y llevó 120 mochilas hechas con lana de oveja, allá se encontró con un amigo que generosamente le regaló 75 mochilas del mismo material ¿Cuántas mochilas reunió Luis?

Respuesta: _____

2. Diego tiene 345 huevos se va para la huerta y encuentra a una gallina con 72 huevos, muy contento los lleva a casa ¿Cuántos huevos reúne Diego?



Respuesta: _____



Resuelve los siguientes problemas:

1. La señora Ana necesitaba sembrar en la finca, fue a comprar semillas a un valor de \$37.650. Canceló con un billete de \$50.000.

¿Cuánto recibió de regreso?



Respuesta: _____

2. José fue a comprar semillas de maíz para sembrar, el paquete de 3 kilos costaba \$2.479 y el paquete de 1 kilo \$869, ¿Cuánta plata puede ahorrar si compra el paquete de 3 kilos, en lugar de 3 paquetes de 1 kilo cada uno?



Respuesta: _____

3. A Mariana le han dejado de tarea en la escuela rellenar con semillas unas figuras, en cada página caben 45 semillas. Ya tiene 17 páginas completas más 7 sueltas. ¿Cuántas semillas ha pegado en total?

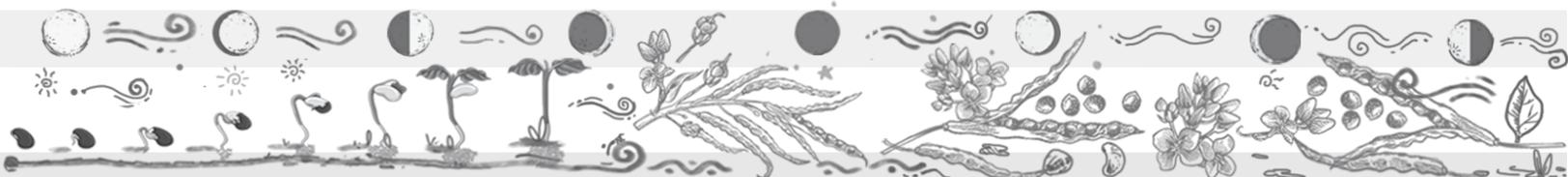


Respuesta: _____

Unidad 3. Caminemos la cosecha...



Después de la siembra y el cuidado de los cultivos, viene la cosecha del trabajo y los alimentos. ¡¡La cosecha nos une, nos llena de alegría!! Son tiempos de fiesta y familia. Caminemos junto con el Sol y la Luna para compartir saberes y prácticas para el cuidado de la vida.



ACTIVIDAD: Lee la canción y haz un dibujo que represente cada parte de la canción.

Para cosechar hay que sembrar

Letra y música: Santiago Leiro y Juan C. Marioni

*Hay que saber esperar el ciclo natural,
hay mucho por trabajar.*

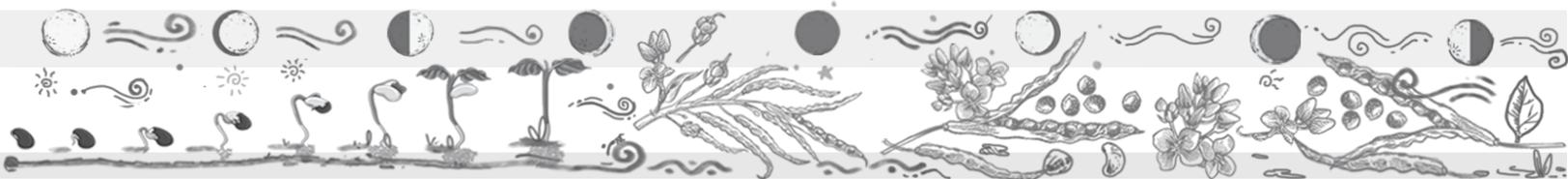
*Los días van a llegar, para cosechar hay
que sembrar y transitar el camino.*

*Para cosechar hay que sembrar mejores
semillas y cultivos
Cada cultivo es especial, tiene su tiempo
para madurar
Cada semilla germinará sus frutos
pronto crecerán.*

*Para cosechar hay que sembrar y transi-
tar el camino
Para cosechar hay que sembrar mejores
semillas y cultivos
Esta es la historia de Julieta y Nicolás,
que se fueron al campo, lejos de la ciudad
Junto a su papá y su mamá están apren-
diendo a cultivar.*

*Y que el trigo crezca bien erguido, que la
soja se llene de hojas, que el maizal se
pinte de dorado, que el girasol mire a
otro lado.*

*Para cosechar hay que sembrar mejores
semillas y cultivos para cosechar hay que
sembrar y transitar el camino. (bis)*



ACTIVIDAD: Completa las frases de manera coherente.

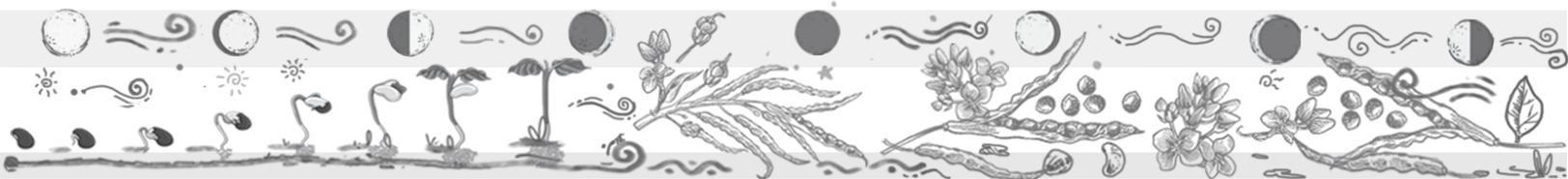
Mi nombre es: _____, vivo en la vereda _____
_____ del resguardo de _____. En mi casa vivo
con _____, en mi territorio tenemos un
clima _____, los productos que sembramos en la comunidad
son: _____

_____, las familias y comunidades siembran y cosechan los alimentos de las
siguientes maneras: _____. Los alimen-
tos que se cosechan los utilizamos _____
_____, sembrar y cosechar es
muy importante porque _____

Ya sabrás que el trabajo del agricultor requiere de mucha dedicación y paciencia y cuando llega el tiempo de la cosecha la satisfacción resulta maravillosa. Solo imagina cosechar todo ese amor que sembraste en cada semilla con la intención de obtener un alimento.

¿Sabías que?

De acuerdo con la cantidad de productos que se siembra y se cosecha, encontramos dos formas de cultivo: **Monocultivo** y **cultivos asociados**.



Los Monocultivos:

Son plantaciones en las que se siembra una sola clase de cultivo. Ejemplo: terrenos grandes en los que se siembra solamente café, plantaciones grandes de pino, caña de azúcar en el Valle del Cauca, entre otros.

Más que ventajas, los monocultivos presentan desventajas para la naturaleza y para la salud de los seres humanos, te contaremos algunas de ellas:

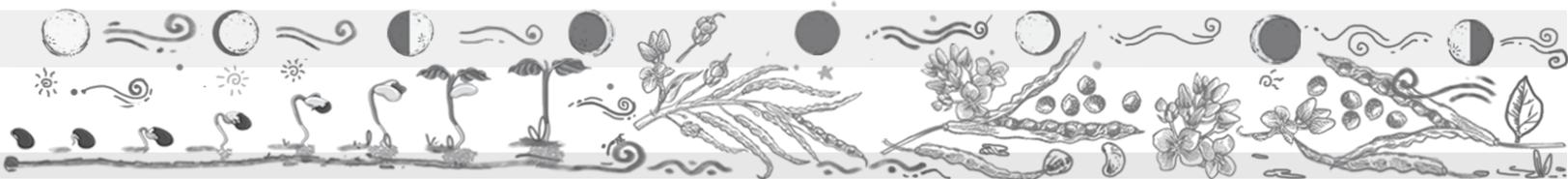
Desventajas:

- La diversidad natural de plantas que cubren el suelo, son consideradas innecesarias para la productividad del cultivo, por tanto, se quitan.
- Tener una sola especie de cultivo, favorece la aparición de enfermedades y animalitos que se comen los cultivos; por tanto, en estos cultivos usan más fumigaciones de plaguicidas (productos químicos utilizados para matar animalitos que se comen las hojas, tallos y frutos, considerados plagas) y fungicidas (son productos que acaban con los hongos que les da a las plantas).
- El suelo sufre pérdida de nutrientes y muchas veces se derrumba, debido a que en muchos cultivos se arrancan del suelo los vegetales que lo cubren, dejándolo desprotegido. El suelo se empobrece y pierde nutrientes necesarios para que germinen y crezcan semillas de manera adecuada, por lo cual se utilizan abonos y fertilizantes.
- En caso de sequía en los cultivos, se generan grandes pérdidas de plantas y frutos, haciendo que los agricultores no tengan más productos para vender.

Cultivos asociados:

Es una práctica de siembra que consiste en la combinación de especies de plantas en el mismo terreno.





Ventajas:

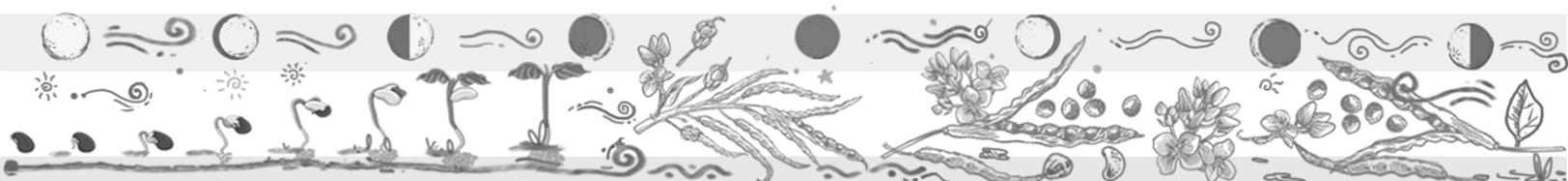
- No coinciden las épocas de trabajo a lo largo del año, con lo que el agricultor puede planear sus tareas según la época del año.
- Ofrece a las familias variedad de alimentos, lo que favorece a la autonomía alimentaria.
- No necesita de grandes cantidades de agua para producir.
- Evita la erosión de suelos.

ACTIVIDAD: Teniendo en cuenta lo aprendido realiza el siguiente ejercicio:

1. Une las oraciones que se complementan coloreando los cuadros del mismo color y con una línea.

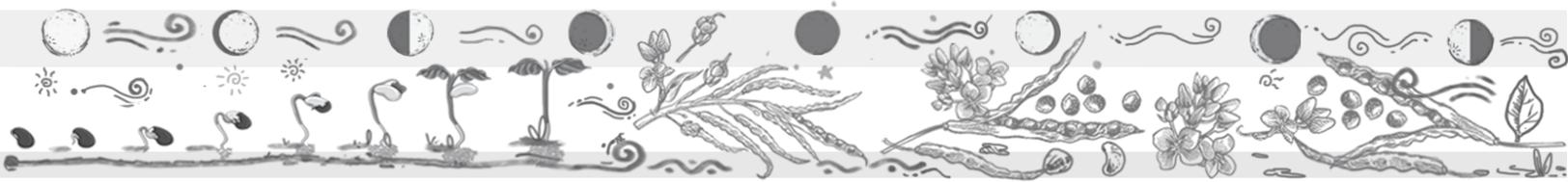
Sembrar y cosechar solamente plátano en una finca
Mi abuela ha sembrado en su finca maíz, frijol, yuca, café y hortalizas,
Ya no quiero comprar mis verduras en la galería,
La plaga llamada roya dañó todo mi cultivo de café,
Mi deber es cuidar la naturaleza, en especial el agua

De ahora en adelante sembraré mi huerta o tul.
De ahora en adelante sembraré otros cultivos para que la próxima vez una plaga no afecte mi único sustento.
Significa que tengo un monocultivo.
Evitaré usar abonos agroquímicos
Nos beneficiamos en tiempo de cosecha de su cultivo combinado, porque nos regala de sus alimentos.



3. Pregunta a tus mayores ¿Cómo sembraban antes? ¿Qué forma de cultivar se veía más?

4. En este espacio vas a escribir un mensaje con el que invites a las personas a cuidar de la Madre Tierra, puedes dibujar y pintar o decorarlo como quieras.



Muchas familias tienen la fortuna de poder sembrar, cosechar y alimentarse de lo que producen en sus parcelas, **¡Así deberíamos poder hacerlo todos!**

ACTIVIDAD: Realiza la operación matemática para resolver este problema.

Contando cosechas

• De un cultivo de 800 matas de maíz en las que cada mata produce 4 mazorcas: ¿Cuántas mazorcas en total se producen? (Realice la operación).



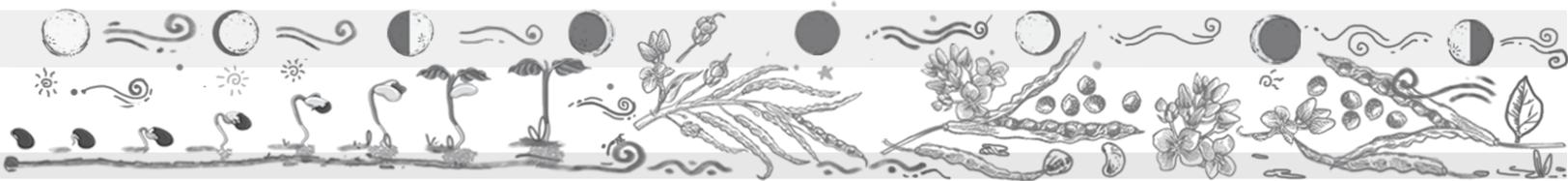
• Yesica se ha comido 3 manzanas diarias durante su cuarentena (14 días). ¿Cuántas manzanas se comió en total?

• Pedro llenó un bulto de mazorcas con 50 mazorcas que cosechó en su finca, ¿Cuántas mazorcas necesita Pedro para llenar 30 bultos?



Pedro cosechó en su finca un total de 500 mazorcas de maíz, ¿Cuántos bultos puedo llenar con ese número de mazorcas?





• Don Luis ha cosechado 125 bultos de café en su parcela, para llevar a vender el café ha contratado 5 carros. Don Luis necesita saber ¿Cuántos bultos caben en cada carro?

1. Escribe el número que va antes y que va después.

← →

← →

← →

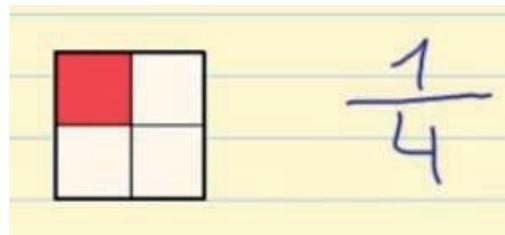
← →

← →

← →

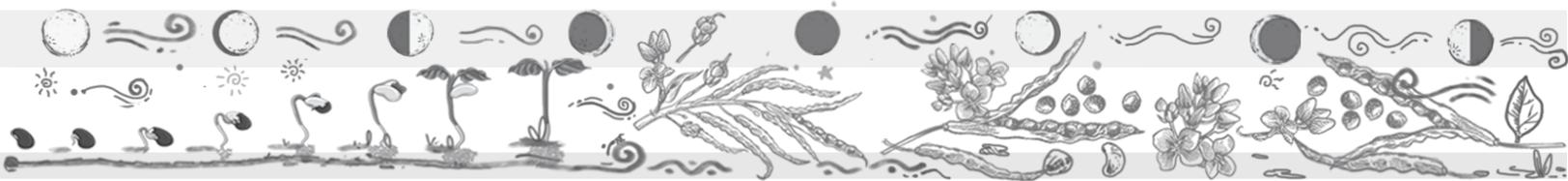
Números fraccionarios

Una fracción representa el número de partes que cogemos de una unidad, que está dividida en partes iguales. Se representa por medio de diagramas o graficas.

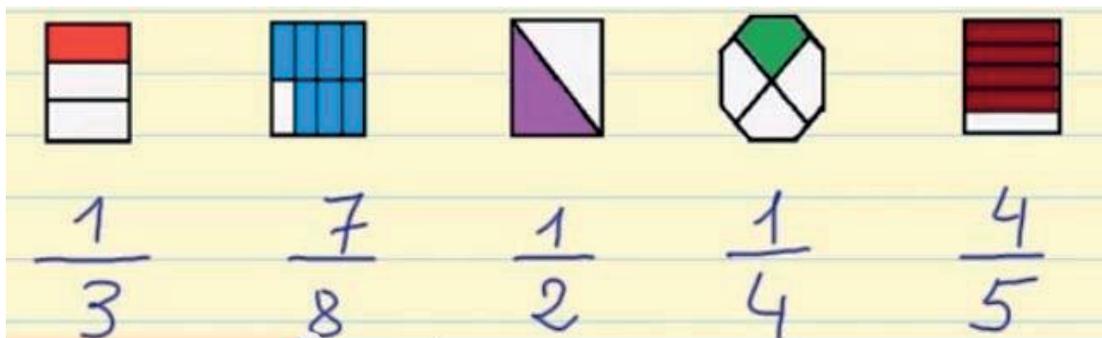


Términos de una fracción:

Los términos de una fracción son el numerador y el denominador. El numerador es el número de partes que tenemos y el denominador es el número de partes en que hemos dividido la unidad.



Vamos a ver un ejemplo: Tenemos diferentes figuras y cada una de ellas la dividimos en diferentes partes iguales, que es el denominador. La parte coloreada es el numerador.



Ejemplo:

La señora Piedad cosechó 5 bultos de maíz, decide vender 3 de ellos. Representa en fracciones la situación.



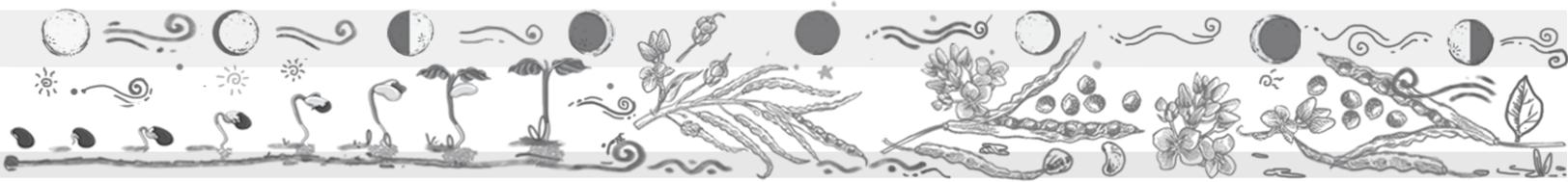
$$\frac{3}{5}$$

Número de partes que se toman

Número de partes en que se divide

1. Don Hernán compró 8 bultos de abono orgánico para sus cultivos, pero solamente utilizó 6 bultos, grafica la situación y escribe la fracción.





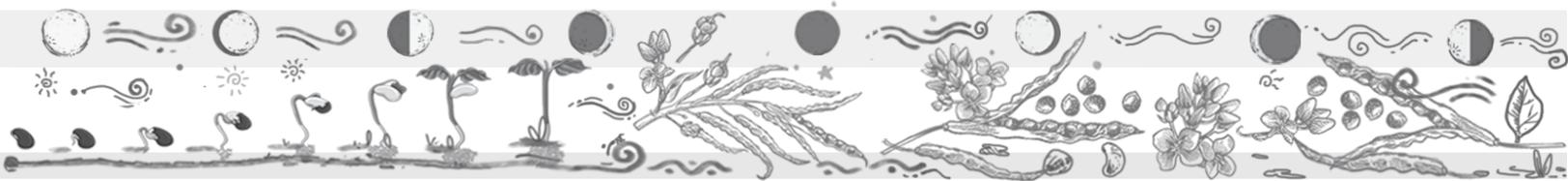
2. Don José tiene una finca de 9 hectáreas de terreno, utilizará para sembrar 6 de ellas. Grafica la situación y escribe la fracción.



ACTIVIDAD: colorea las fracciones que piden y escribe las que están coloreadas.

$\frac{2}{3}$	COLOR		
$\frac{3}{4}$	COLOR		
$\frac{3}{5}$	COLOR		
$\frac{1}{2}$	COLOR		

a.		=	$\frac{\quad}{\quad}$	b.		=	$\frac{\quad}{\quad}$
c.		=	$\frac{\quad}{\quad}$	d.		=	$\frac{\quad}{\quad}$
e.		=	$\frac{\quad}{\quad}$	f.		=	$\frac{\quad}{\quad}$



Juego de Sudoku

Observa el ejemplo y realiza los ejercicios. Sudoku se llama el juego que ves, consiste en ubicar números de tal manera que por todos lados sume el número que te piden.

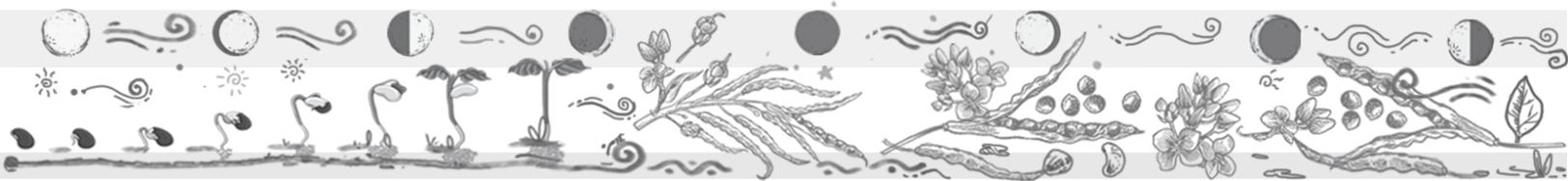
Ejemplo:

6	7	3	→	15
	3	8	→	15
6		5	→	15
↓	↓	↓		
15	15	15		

	8		→	20
8		8	→	20
5	8		→	20
↓	↓	↓		
20	20	20		

7		3	→	19
	6		→	19
4			→	19
↓	↓	↓		
19	19	19		

	8		→	10
8		8	→	10
5	8		→	10
↓	↓	↓		
10	10	10		



4. Caminando el cuidado de la vida



¡Ya ves!, nos acercamos al final del camino, aquí realizaremos un viaje en chiva que nos enseñará o recordará aquellas cosas que debemos hacer para cuidarnos y para el cuidado de la casa grande, nuestra Madre Tierra.

¿Alguna vez te contaron de lo importante que es cuidarnos a nosotros mismos? Lee este cuento sobre la importancia de cuidarnos, de cuidar a la Madre Tierra y de vivir en armonía.

ACTIVIDAD: Lee el cuento y con ayuda de tu imaginación dibújalo y coloréalo.

La chiva con destino a una vida en armonía

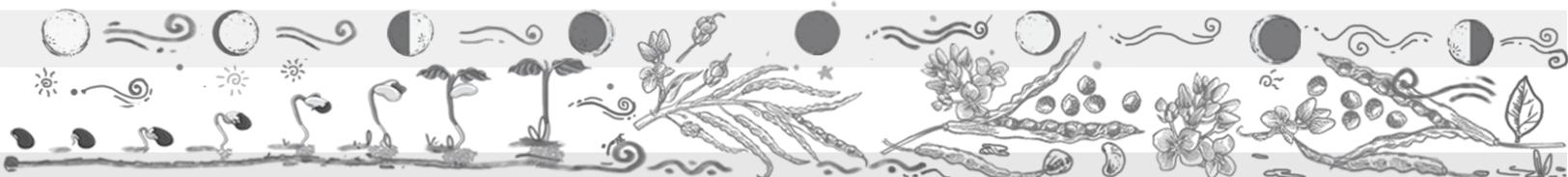
Adaptación del cuento de: Erwin Hernando Hernández Rincón

Una mañana un grupo de niños se subieron a una chiva para dar un paseo, lo que nunca imaginaron fue la travesía que iniciaban, el conductor de la chiva les dijo: ¡Los voy a invitar al destino de una vida en armonía!

Y emprendieron el viaje...



¡Atención! En cada estación aprenderán algo importante

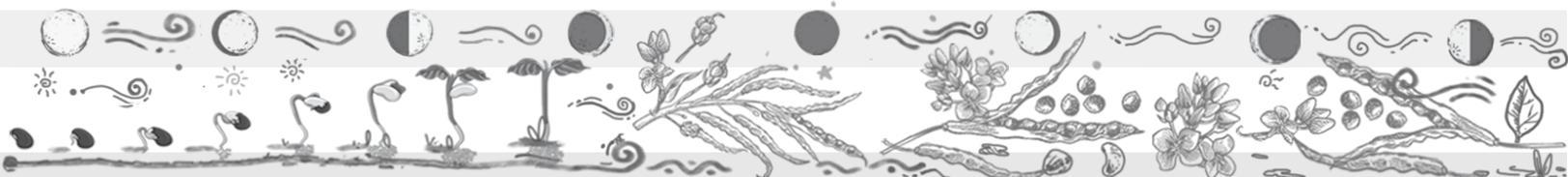


Haciendo este viaje vamos a aprender cinco consejos para vivir en armonía.

La primera estación nos dice: ¡atención: ¡cuando tenemos sed, el agua es la mejor!

Seguimos recorriendo la segunda parada: ¡comamos muchas frutas, verduras y ensaladas!

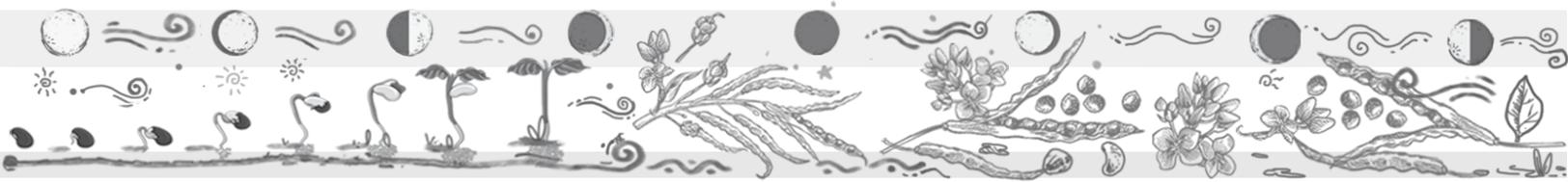
La tercera estación nos saca del asiento: ¡el cuerpo necesita estar en movimiento!



*La chiva ya se acerca al cuarto destino
“mejor sembrar alimentos, ¡sembramos
nuestra comida en casa!”*

*En la quinta parada se ve un gran letrero:
“la naturaleza no nos necesita, necesita-
mos de la naturaleza” “¡cuidémosla
juntos!”*

*El viaje se termina y contentos bajamos...
¡ahora ya sabemos cómo vivir en armo-
nía!*

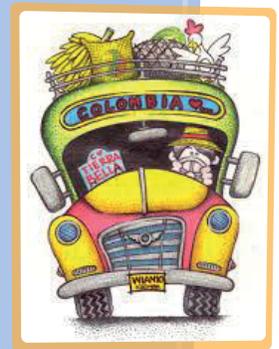


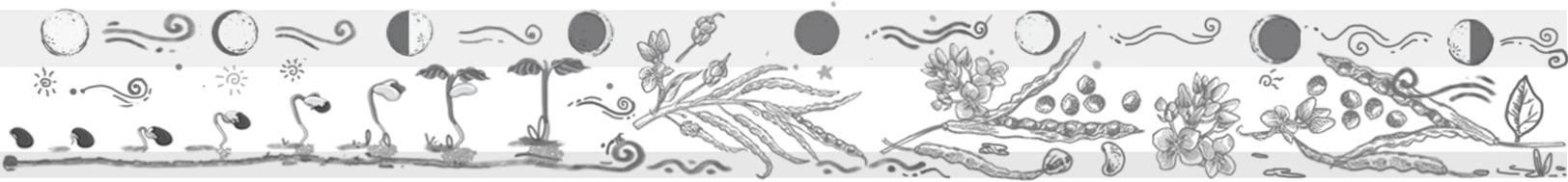
ACTIVIDAD: Después de haber leído el cuento “La chiva con destino a una vida en armonía” escribe los cinco (5) consejos que muestra el cuento:

Recordemos la primera parada de la chiva: ¡El agua es la mejor! Porque todos los seres vivos de la naturaleza necesitamos el agua para vivir. Los seres humanos necesitamos agua dulce para beber, pero esta agua tiene que tener unas características importantes, por ejemplo: ser agua limpia, libre de contaminación, en lo posible hervirla para el consumo.

La contaminación que hacemos los seres humanos ha generado que cada día contemos con menos agua para el consumo. ¿Has visto como contaminamos los ríos con las aguas que salen de nuestras casas? ¿Cómo tala- mos árboles, quemamos y generamos basura?

Para poder hacer uso del agua dulce suficiente y adecuada para la salud debemos protegerla, no malgastarla y sembrar muchos árboles...





ACTIVIDAD: Lee las siguientes adivinanzas, descúbrelas y realiza un dibujo que represente la adivinanza.

Está en el grifo

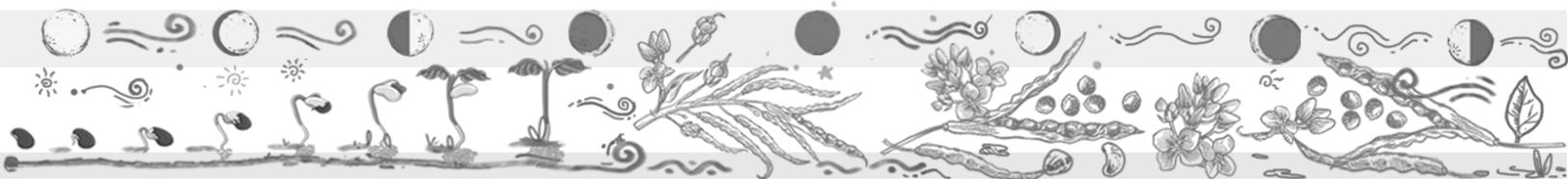
Está en el mar

Cae del cielo

Y al cielo va.

Como el algodón
Suelo en el aire flotar, a
veces otorgo lluvia
Y otras, solo humedad.

Desde el día en que nací
Corro y corro sin cesar,
Corro de noche y de día,
Hasta llegar al mar.

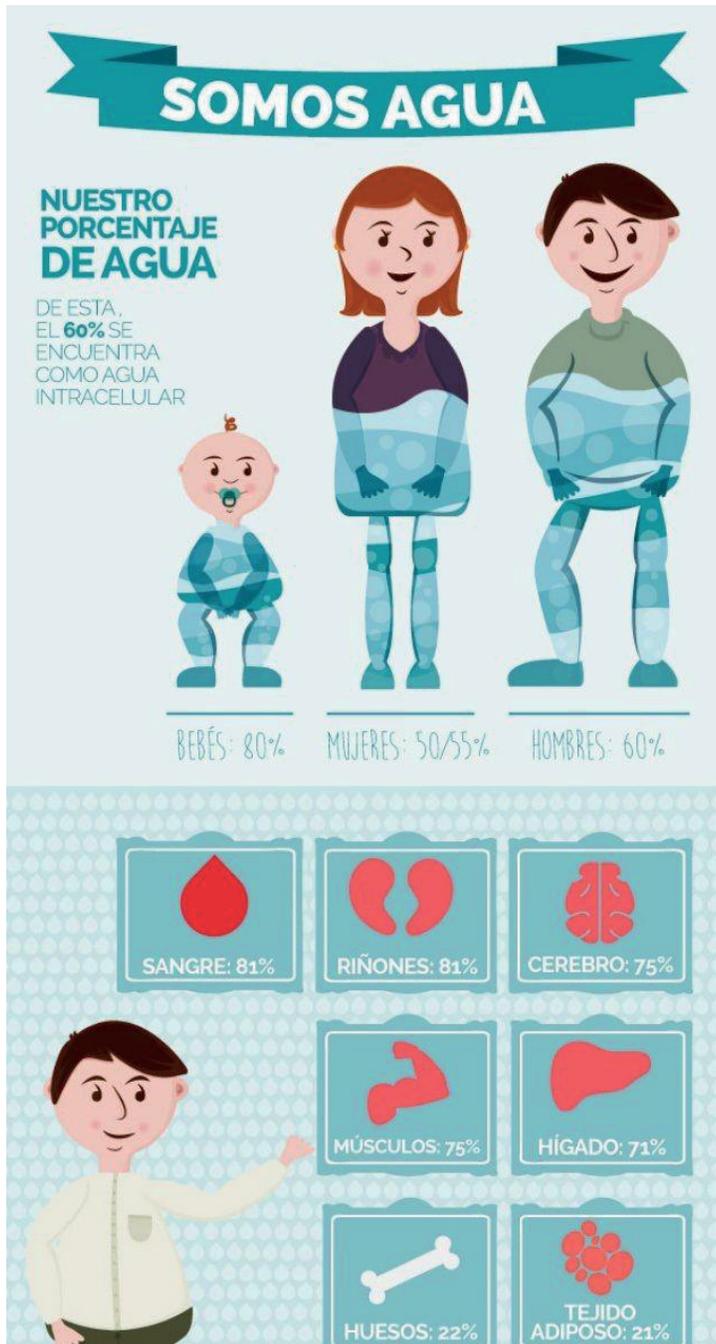
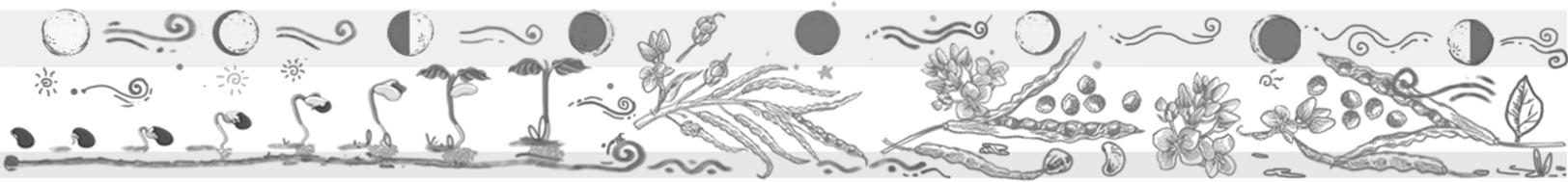


ACTIVIDAD: Responde las siguientes preguntas:

¿Te gusta beber agua? ¿En qué momentos lo haces?

¿En tu casa hay agua? ¿Qué uso le dan al agua?

¿Bebes agua? ¿Cuántos vasos de agua bebes al día?



Porque soy agua, la cuido.

Como te has enterado, nuestro cuerpo se encuentra conformado por porcentajes altos de agua, ¡sin ella no podríamos vivir!

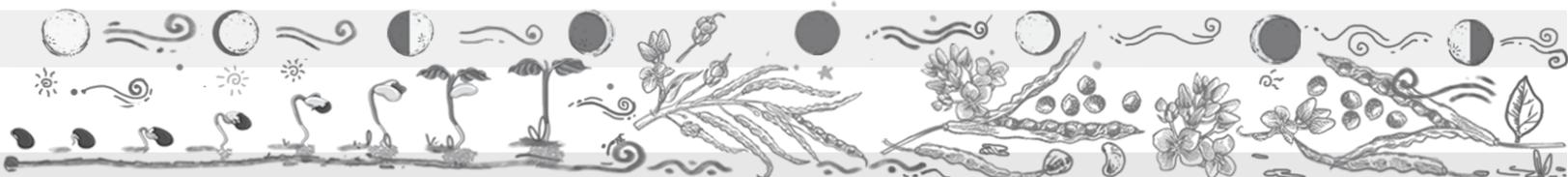
¡Sabías que!

Se estima que en el año 2050 unos 6.000 millones de personas sufrirán cortes de agua; es decir, la mitad de los habitantes del planeta no tendrán acceso agua potable. No es 2050 y ya hay al menos 44 países en el mundo que no tienen suficiente agua potable para abastecer a sus habitantes.

¡Imagínate!

Si no habrá agua para el consumo humano, tampoco habrá para la agricultura, el desarrollo de la industria, la ganadería entre otras...

Por estas razones es importante empezar a cuidarla, valorarla y darle un buen uso. ¡Es nuestra responsabilidad!



SOPA DE LETRAS DE USOS DEL AGUA

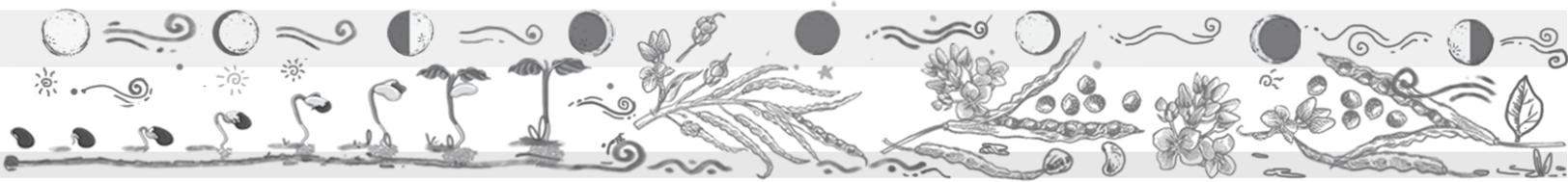
Busca en la sopa de letras los usos que le damos al agua en nuestro diario vivir y resáltalas en colores:

P	O	B	S	E	R	V	A	R	N	D	O	F	E	R	A	L	E	T	O
S	A	F	V	K	L	A	V	A	R	R	O	P	A	N	N	M	A	R	A
F	R	S	A	N	T	E	L	E	F	A	N	T	L	E	I	A	I	A	S
G	Ñ	E	I	B	A	N	E	R	O	A	A	A	I	T	L	S	R	N	I
A	S	N	G	A	R	O	S	O	S	P	U	B	M	A	O	E	G	S	P
R	A	C	R	N	S	I	M	A	N	A	G	L	E	T	R	O	E	P	U
E	T	S	E	M	S	I	C	A	T	G	N	O	N	L	R	P	L	O	S
F	N	F	N	C	A	V	N	A	L	A	E	E	T	I	T	E	A	R	A
H	A	L	E	O	N	A	D	A	R	R	M	N	A	H	E	R	A	T	O
J	L	K	R	F	I	J	O	S	E	I	A	E	C	A	G	S	L	A	L
Ñ	P	O	I	H	U	S	E	U	L	N	N	R	I	T	A	O	A	R	E
E	S	K	C	S	Q	O	R	A	C	C	U	O	O	E	M	N	A	C	I
A	A	J	U	A	A	R	R	O	A	E	L	A	N	R	O	A	D	A	F
I	L	N	D	P	M	A	C	I	O	N	U	E	A	E	R	L	O	R	N
B	R	U	O	R	R	E	N	A	N	D	I	A	N	B	O	L	A	G	U
N	A	G	R	A	E	D	E	S	L	I	M	P	I	E	Z	A	P	A	K
O	G	R	P	S	V	L	U	N	A	O	S	E	M	B	R	A	R	S	E
P	E	E	D	O	O	A	Z	U	L	S	U	L	A	M	O	R	E	S	L
U	R	A	V	L	M	B	O	O	C	E	P	I	L	L	A	R	S	E	P
P	R	A	C	T	I	C	A	R	D	E	P	O	R	T	E	S	A	T	F

ENCUENTRA ESTAS PALABRAS

LAVAR ROPA	FABRICAR
BEBER	PRODUCIR ENERGIA
CEPILLARSE	PRÁCTICAR DEPORTES
ASEO PERSONAL	NADAR
PREPARAR ALIMENTOS	OBSERVAR
REGAR LAS PLANTAS	TRANSPORTAR CARGAS
SEMBRAR	LIMPIEZA
APAGAR INCENDIOS	MOVER MÁQUINAS
ALIMENTACIÓN ANIMAL	



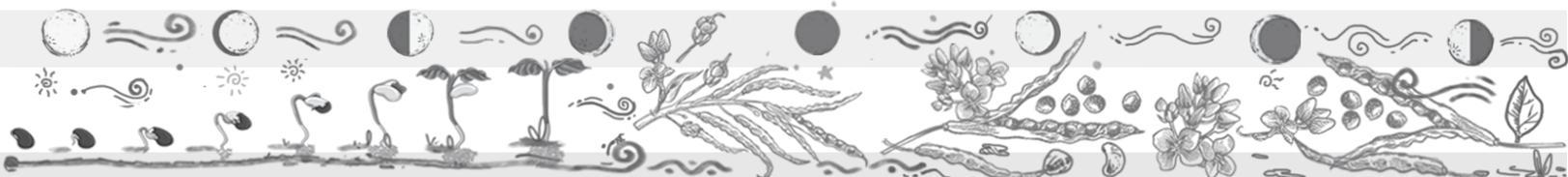


ACTIVIDAD: Te invitamos a escribir un cuento, sobre una familia que no tiene agua. Para ello primero deberás pensar ¿cómo sería nuestra vida si no tuviéramos acceso al agua? (como sucede en muchas partes del mundo). ¡Vamos! Manos a la obra.



ACTIVIDAD: Haz un listado de acciones que consideres importantes para el cuidado del agua, te daré unas ideas.

El agua es vida, ¡cuidémosla!	
Sembrar árboles en las laderas de los ríos.	



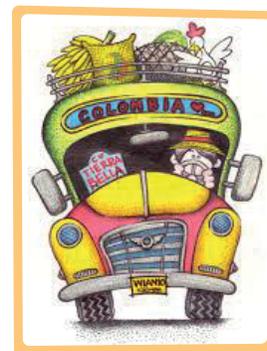
Ojalá se conviertan en compromisos y hábitos de vida.

La segunda parada de la chiva dice: **¡comamos muchas frutas, verduras y ensaladas!**

Comer frutas, verduras y hortalizas es importante porque son ricas en vitaminas, minerales y antioxidantes, nutrientes esenciales para el correcto funcionamiento del cuerpo ya que ayudan en el crecimiento y desarrollo de su organismo.

También son ricas en fibra, agua, y tienen un bajo contenido en grasas. De ahí que en la dieta que deben seguir los más pequeños, sea fundamental la inclusión de frutas, verduras y hortalizas cada día por parte de los padres.

Los nutrientes esenciales que contienen las frutas y verduras las convierten en unos alimentos indispensables; su consumo diario contribuye a una dieta saludable y por ende a mantener una buena salud física.

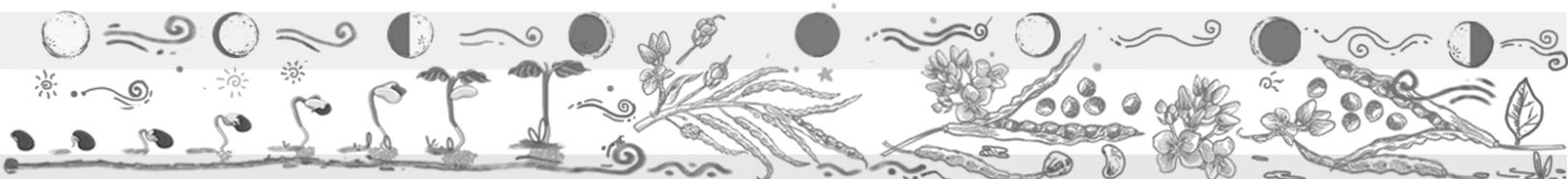


ACTIVIDAD: lee el siguiente cuento y realiza un dibujo sobre el tema.



Cuento: *La poción de la mala vida*

Hace muchos, muchos años, todas las personas estaban fuertes y sanas. Hacían comidas muy variadas, y les encantaban las frutas, las verduras y el pescado; diariamente hacían ejercicio y disfrutaban de lo lindo saltando y jugando.

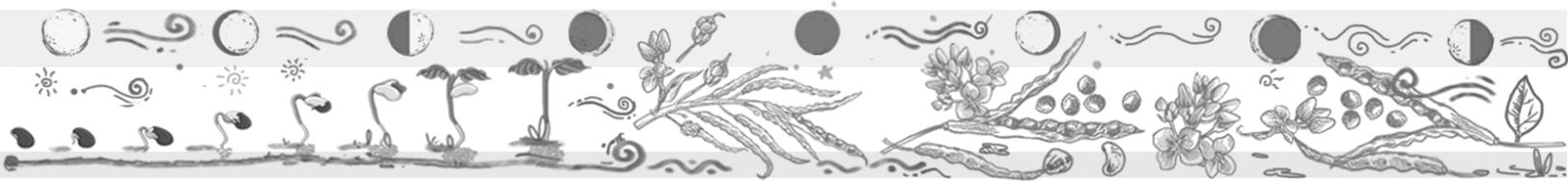


La tierra era el lugar más sano que se podía imaginar y se notaba en las vidas de la gente y de los niños, que estaban llenas de alegría y buen humor. Todo aquello enfadaba terriblemente a las brujas negras, quienes solo pensaban en hacer el mal y fastidiar a todo el mundo. La peor de todas las brujas, la malvada Cara Mala, tuvo las más terrible de las ideas: entre todas unirían sus poderes para inventar una poción que quitase las ganas de vivir tan alegremente. Todas las brujas se juntaron en el bosque de los pantanos y colaboraron para hacer aquel maligno hechizo. Y era tan poderoso y necesitaban tanta energía para hacerlo, que cuando una de las brujas se equivocó en una sola palabra, hubo una explosión tan grande que hizo desaparecer el bosque entero.

La explosión convirtió a todas aquellas brujas malas en seres tan pequeñitos y minúsculos como un microbio, dejándolas atrapadas en el líquido verde de un pequeño frasco de cristal que quedó perdido entre los pantanos. Allí estuvieron encerradas durante cientos de años, hasta que un niño encontró el frasco con la poción, y creyendo que se trataba de un refresco, se la bebió entera. Las microscópicas y malvadas brujas aprovecharon la ocasión y aunque eran tan pequeñas que no podían hacer ningún daño, pronto aprendieron a cambiar los gustos del niño para perjudicarlo. En pocos días, sus pellizquitos en la lengua y la boca consiguieron que el niño ya no quisiera comer las ricas verduras, la fruta o el pescado; y que sólo sintiera ganas de comer helados, pizzas, hamburguesas y golosinas. Y los mordisquitos en todo el cuerpo consiguieron que dejara de parecerle divertidísimo correr y jugar con los amigos por el campo y sólo sintiera que todas aquellas cosas le cansaban, así que prefería quedarse en casa sentado o tumbado. Así su vida se fue haciendo más aburrida, comenzó a sentirse enfermo, y poco después ya no tenía ilusión por nada; ¡la maligna poción había funcionado! Y lo peor de todo, las brujas aprendieron a saltar de una persona a otra, como los virus, y consiguieron que el malvado efecto de la poción se convirtiera en la más contagiosa de las enfermedades, la de la mala vida.

Tuvo que pasar algún tiempo para que el doctor Sanis Saludakis, ayudado de su microscopio, descubriera las brujitas que causaban la enfermedad. No hubo vacuna, ni jarabe que pudiera acabar con ellas, pero el buen doctor descubrió que las brujitas no soportaban la alegría y el buen humor y que precisamente la mejor cura esa esforzarse en tener una vida muy sana, alegre y feliz.

En una persona sana, las brujas aprovechaban cualquier estornudo para huir a toda velocidad, desde entonces, sus mejores recetas no eran pastillas ni inyecciones, sino un poquitín de esfuerzo para comer verduras, frutas y pescados, y para hacer un poco de ejercicio. Y cuantos pasaban por su consulta y le hacían caso, terminaban curándose totalmente de la enfermedad de la mala vida.



ACTIVIDAD: Lee el siguiente cuento y realiza un dibujo sobre el tema.



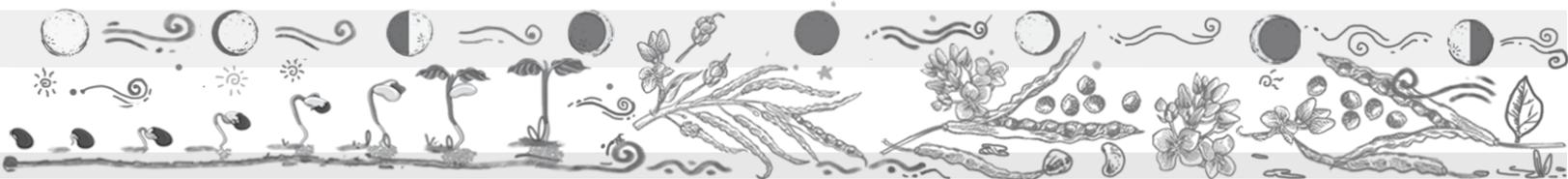
¿Consideras que tienes una vida sana, alegre y feliz? ¿Por qué?

A large, empty rectangular box with a red border, intended for drawing or writing a response to the question above.

¿Consideras que tienes una vida sana, alegre y feliz? ¿Por qué?



A large, empty rectangular box with a red border, intended for drawing or writing a response to the question above.



¿Sabías que los alimentos se clasifican?

Los alimentos se clasifican en los siguientes grupos:

¡Aprendamos!

- **Primer nivel:** En la base de la alimentación se encuentran los cereales. Tienen carbohidratos y vitaminas. Aquí se encuentran las pastas, harinas, el maíz, el arroz, el pan, otros.

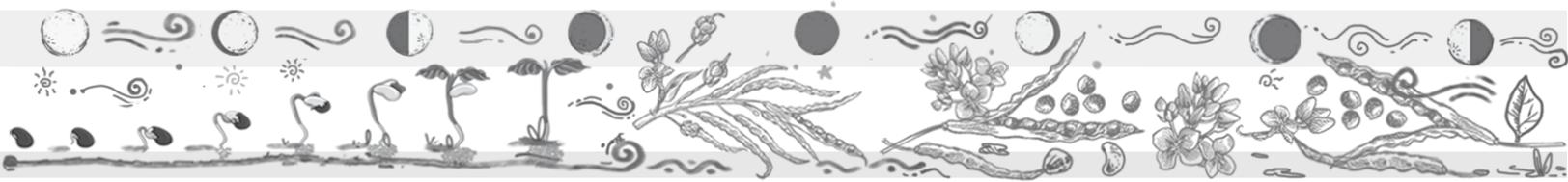
- **Segundo Nivel:** Aquí se encuentran los vegetales y las frutas. Son alimentos ricos en fibras, vitaminas y minerales.

- **Tercer nivel:** se encuentran dos grupos, los lácteos (leche y sus derivados, yogurt y queso) y el grupo de proteínas como las carnes de pollo, res, cerdo, pescado, frijoles, lentejas, huevos, y nueces. Son alimentos ricos en minerales esenciales como el calcio y el hierro y proteínas.

- **Cuarto Nivel:** La punta de la pirámide, este grupo debemos consumirlo con moderación. Las grasas, los aceites, los postres y los dulces están aquí.



¡Bebamos mucha agua!



Manera saludable en la que deberíamos alimentarnos.

PLATO SALUDABLE

PROTEÍNA SALUDABLE

Pescados, carnes de ave y legumbres preferentemente. Limita el consumo de carnes procesadas (hamburguesas, embutidos, pates,...)

nutt
consejo nutricional

ACEITE DE OLIVA

GRANOS INTEGRALES

Elige cereales integrales, limitando los cereales refinados

FRUTAS Y VERDURAS

¡Cuanto más colores mejor!

AGUA

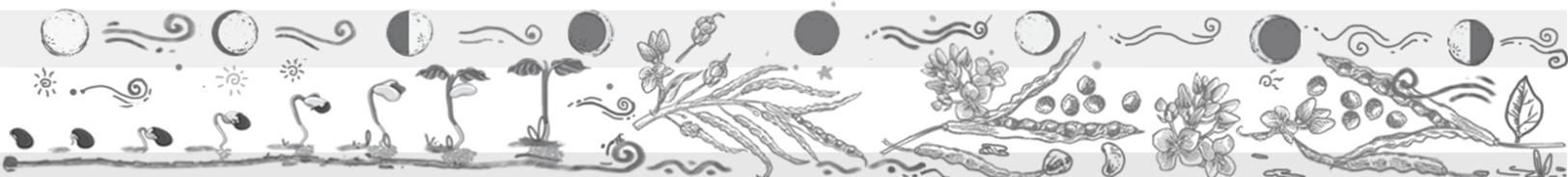
Bebida de elección. Evitar bebidas azucaradas

¿Notas la importancia de comer vegetales y frutas?
¡Cuanto más colores tengas en tu plato mejor!

COME DE COLORES...

www.BienComer.com.mx

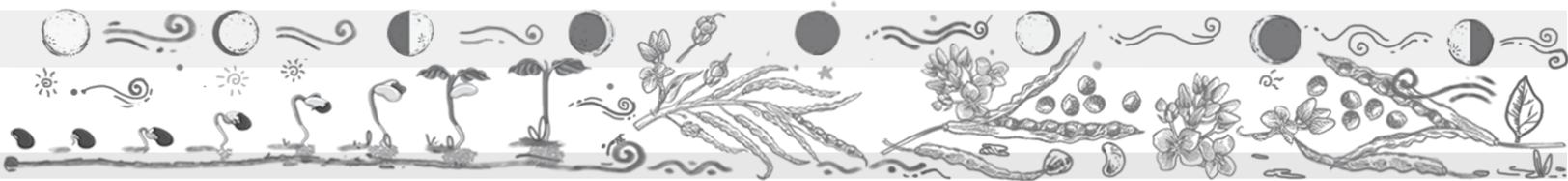
BLANCO	AMARILLO	ROJO	MORADO	VERDE
Fortalece el sistema inmune Previene infecciones Disminuye el colesterol Saludable al corazón Efecto antibiótico	Disminuye el colesterol Saludable al corazón Regenera tejidos Protege la visión Previene algunos tipos de cáncer	Saludable al corazón Disminuye el colesterol Protege de los daños del sol Combate los radicales libres Previene algunos tipos de cáncer	Saludable al corazón Disminuye el colesterol Mejoran la memoria Combate los radicales libres Protege el sistema urinario	Mejora la digestión Cuida los huesos Protege la visión Fortalece el sistema inmune Previene algunos tipos de cáncer



ACTIVIDAD: En el siguiente plato nutricional dibuja los alimentos que hayas consumido en el almuerzo.

**¿Cuál es tu
almuerzo saludable?**

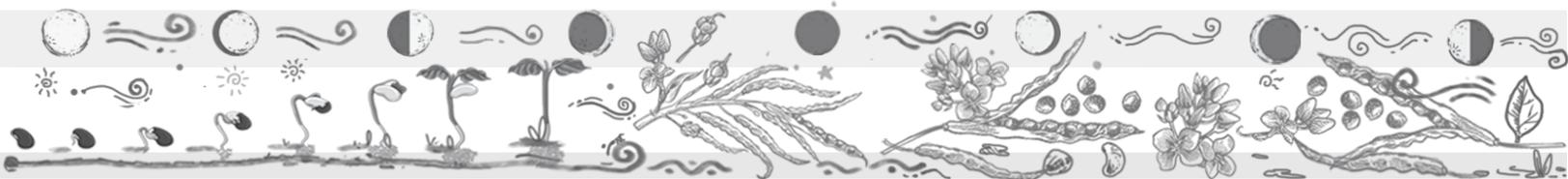




ACTIVIDAD: Teniendo en cuenta lo aprendido clasifica los alimentos de tu almuerzo:

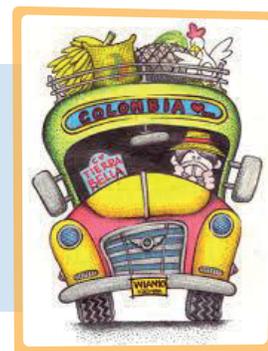
ALIMENTO	TIPO DE ALIMENTO
Arroz	Cereal

¿Qué alimentos te hace falta consumir más?



¡Como ves si te quieres sentir saludable, debes alimentarte muy bien, que bueno que tomáramos en cuenta todo lo que hemos venido aprendiendo en el caminar de las unidades, conocer el planeta, sembrar, cosechar y cuidar de la casa grande, la Tierra y de cada uno de nosotros!
Pero esto aún no termina, sigamos caminando...

La tercera estación de la chiva nos saca del asiento: ¡el cuerpo necesita estar en movimiento! Para mantenernos alegres y saludables.



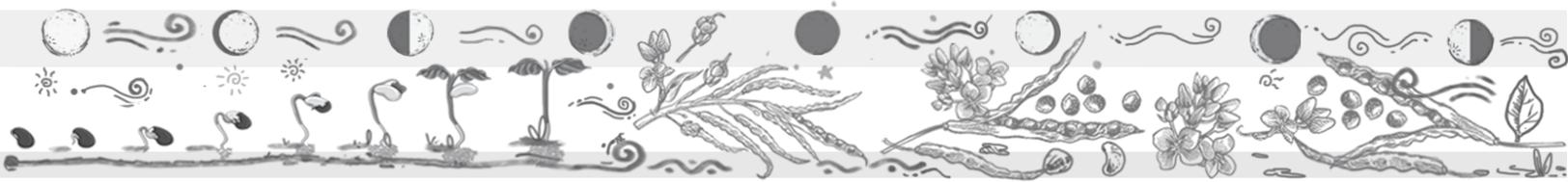
ACTIVIDAD: Lee el siguiente poema con mucha atención.

YO ASÍ NO JUEGO MÁS

(Anónimo)

*Si el juego es una carrera
y solo gana el que llega
yo así no juego más.*

*Si por ganar no me importa
que tú te quedes sin
premio yo así no juego más..*



*Si el juego es una pelea y
solo gana quien pega yo
así no juego más.*

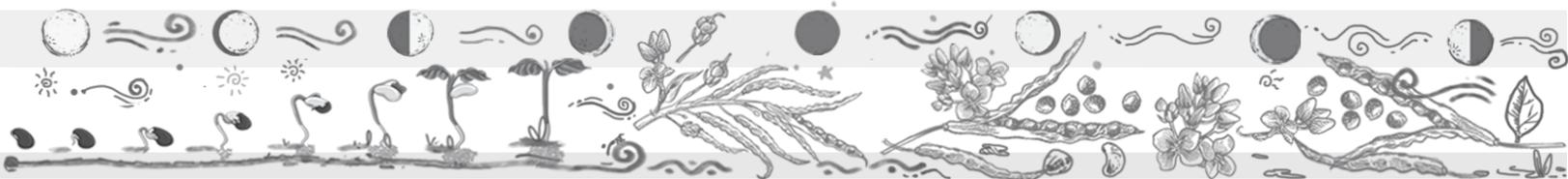
*Si estás jugando conmigo
y por ganar te lastimo yo
así no juego más.*

*Yo solo quiero jugar
porque me gusta encontrar
la sonrisa que hay en ti.*

*Yo solo quiero jugar porque
es la mejor forma de
disfrutar del sol.*

*No me quieran enseñar
cómo se debe jugar que el
juego lo inventé yo.*

2. escribe con tus propias palabras la enseñanza que te deja el poema.



¿Te has dado cuenta que hoy en día los niños y niñas de tu edad, han cambiado sus maneras de vivir y de disfrutar de los juegos?

Cada vez son más los que dedican su tiempo a estar frente a las pantallas del televisor, del computador, el celular o los videojuegos. Los niños de otras épocas jugaban mucho con sus primos, hermanos y tíos. En las calles del pueblo salían a jugar cuerda, aro y trompo, hoy en día ya no se escuchan estos juegos.

¡Pareciera que los niños se olvidaron de ser niños!

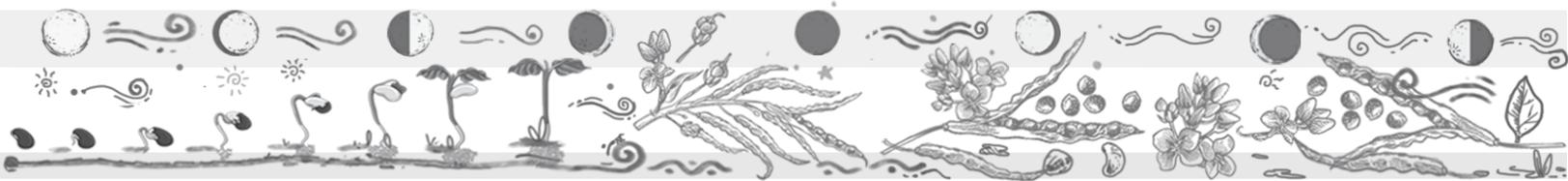
¡Y a ti qué te gusta!

¿Cómo te sientes después de correr, saltar y jugar en la escuela?

¿Cómo te sientes después de correr, saltar y jugar en la escuela?

¿Qué clase de juegos practicas en la escuela con tus compañeros?

¿Qué clase de juegos practicas en la escuela con tus compañeros?



¿Cuál crees que es la importancia de jugar o hacer actividad física?

Te contaremos algunos datos que te servirán para que te animes a iniciar el camino de la vida activa y llena de juego.

¡Que ser niños juguetones, saludables y felices se ponga de moda!



Importancia de la vida en movimiento

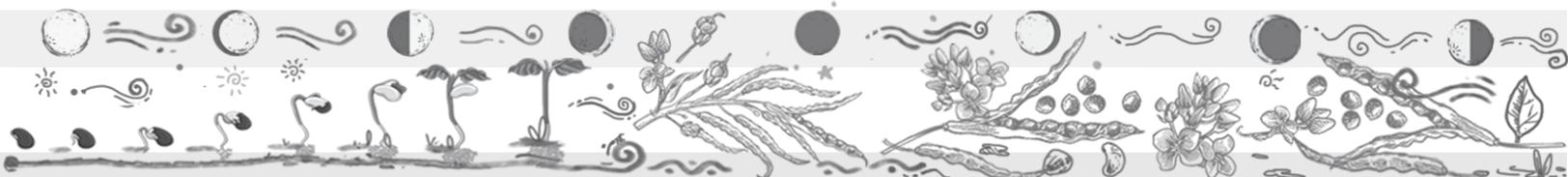
El ejercicio físico en los niños es algo básico e imprescindible porque fomenta su propio desarrollo físico, psicológico y social.

Que los niños participen en actividades deportivas, además de favorecer su autoestima, favorece otras habilidades necesarias como la toma de decisiones. Es necesario para que alcancen un dominio y conocimiento de su propio cuerpo y de sus propias limitaciones y capacidades.

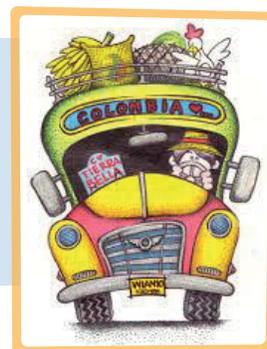
Sabías que:



- Si practicas algún deporte, aprendes a seguir reglas y a crear hábitos.
- Favorece el desarrollo físico, con el crecimiento de los huesos y músculos.
- Mejora su autoestima porque ayuda al niño a trazarse metas, superarlas y a conocer mejor sus capacidades y limitaciones.



La chiva ya se acerca al cuarto destino “Mejor sembrar alimentos, ¡sembramos nuestra comida en casa!”



Como habrás notado, venimos haciendo un recorrido por el camino que conduce a una vida saludable, y en esta parada de la chiva se nos recomienda sembrar nuestra propia comida. Todo esto con el fin de garantizar del desarrollo de la vida, la vida vegetal, animal y humana.



¿Sabías que en el Municipio de Páez en muchas comunidades las personas siembran su propia comida? El tul o la huerta es el espacio que se utiliza para garantizar la alimentación de las familias, pues en él se siembra y se cosechan diferentes productos.

Cuento: La abuelita con granos¹

NARRADO POR: EVA ARCELIA MUMUCUÉ

ESCRITO Y TRADUCIDO POR: CARLOS ALBERTO PACHO Y JUAN CARLOS PACHO

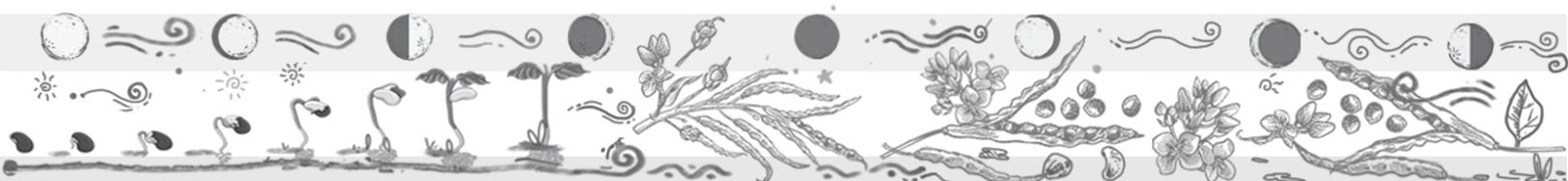
ADAPTADO POR: NATALIA CAICEDO

En la región de Tierradentro había una abuelita muy vieja que nadie cuidaba: solo la acompañaba un perro blanco.

Una tarde iban asando unas niñas cargando leña y la abuelita, que estaba a la orilla el camino, les preguntó: “¿Ustedes son de por aquí?” las niñas muy asustadas asintieron.

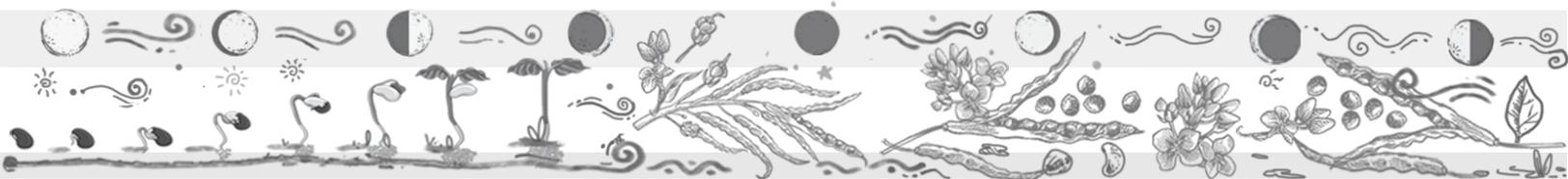
¹ Cuento tomado de:

<http://aprende.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/naspublic/17palabraytulnasa0.pdf>

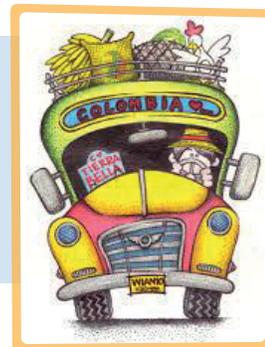


ACTIVIDAD: Realiza un dibujo del cuento “La abuelita y el grano de maíz”.

A large, empty rectangular box with a thin red border, occupying most of the page. It is intended for the student to draw the story "La abuelita y el grano de maíz".



En la quinta parada se ve un gran letrero que dice:
“La naturaleza no nos necesita, necesitamos de la naturaleza” “¡cuidémosla juntos!”



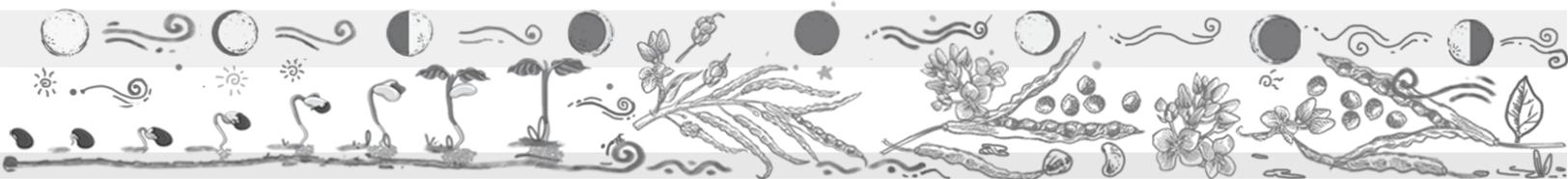
ACTIVIDAD:

Identifica y escribe los nombres de los residuos sólidos que aparecen a continuación:

				
Latas				

Observa en tu casa qué tipo de residuos sólidos generan y selecciónalos.

- a) Plástico
- b) Vidrio
- c) Papel
- d) Metales (*Latas*)
- e) Desechos orgánicos (cáscaras de frutas, verduras, huevos, etc.)



3. En tu casa aprovechan los residuos sólidos generados o ¿qué hacen con ellos?

En muchos hogares se queman los residuos sólidos en el fogón. Quemar basura genera un humo con gran cantidad de sustancias químicas dañinas para el ser humano y contaminantes para la naturaleza, como el gas de efecto invernadero que causa el cambio climático.

Nuestra salud se afecta por estos contaminantes, generando problemas para respirar, y con el tiempo puede causar hasta cáncer, malformaciones, entre otras enfermedades.

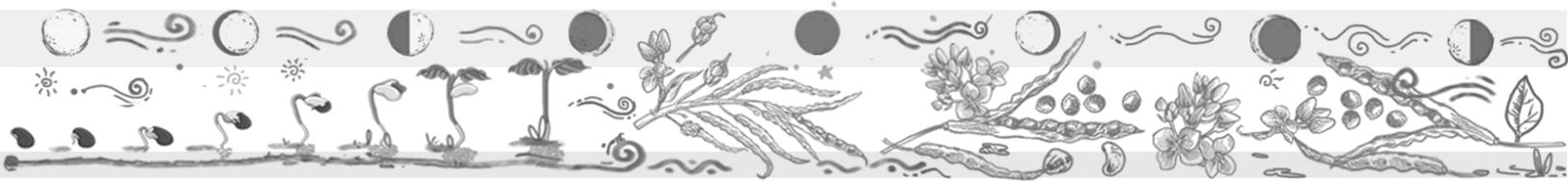
Además, puede ser peligrosa la explosión de latas, envases de lociones o plásticos, al generar quemaduras en el cuerpo.



¿Sabías que?

9 de cada 10 personas en el mundo respiran un aire contaminado. 7 millones mueren antes de tiempo cada año por esta causa. El humo que envuelve ciudades como Pekín en el continente de Asia, pero también a Bogotá, Santiago de Chile y Ciudad de México en nuestro continente, se constituyen en una amenaza para la salud y el bienestar de las personas.

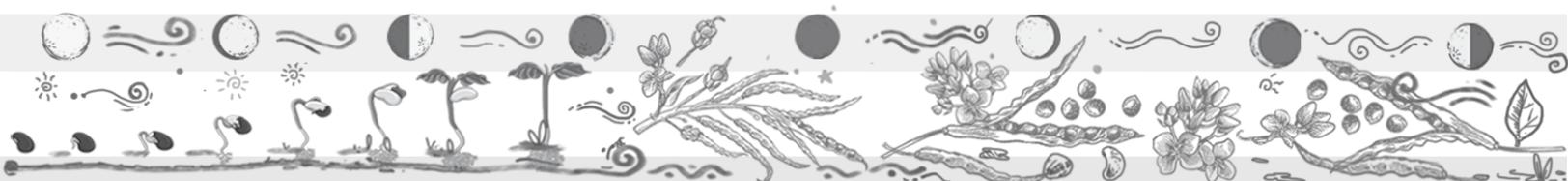
La contaminación es uno de los problemas más graves que afronta el planeta.



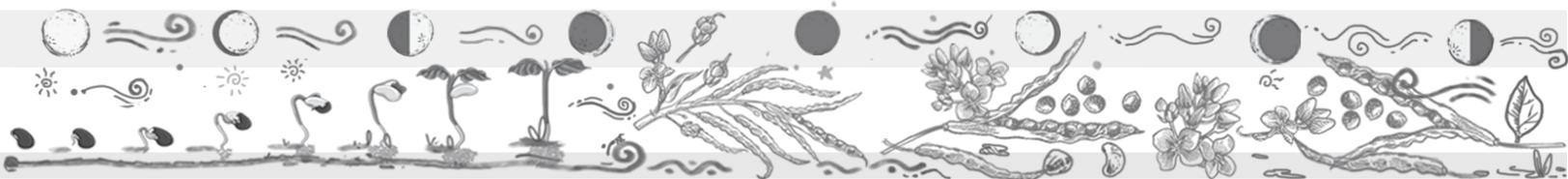
ACTIVIDAD: Observa la imagen y describe lo que entiendes o interpretas a partir de la imagen.

Observa todas las imágenes y crea una historia





Como te has dado cuenta nuestra casa grande llamada Tierra ha sufrido cambios con el caminar del tiempo, debido a las acciones que realizamos los seres humanos, como las quemadas, la tala de bosques, la contaminación, el desperdicio de agua, el mal manejo de los residuos, la compra innecesaria de cosas que terminan convertidas en basura.



ACTIVIDAD: Lee con atención el siguiente cuento y haz un dibujo que lo represente.

La Tierra está triste²

Habían hecho un corrillo en el universo.

- La Tierra tiene muy mala cara - dijo la luna.
- ¡Tienes razón; está muy apagada! - asintió el sol.
- He oído que la gente que vive en ese planeta no la cuida nada bien - dijeron las estrellas.
- ¡Creemos que está enferma!
- exclamaron las osas.

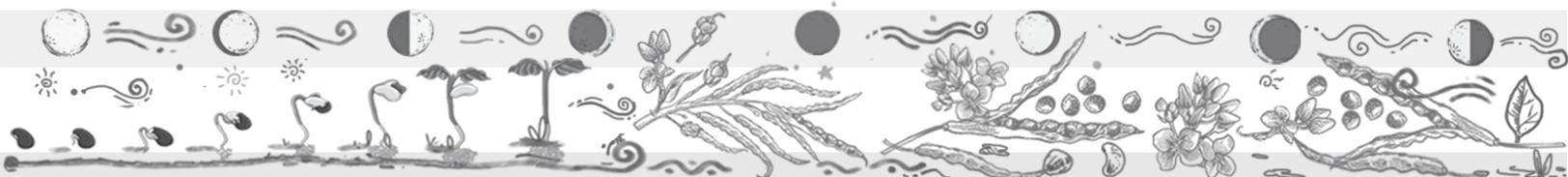
Y todos se acercaron al planeta para preguntarle qué le pasaba.

- ¡Hola Tierra! ¿Te encuentras bien?
- habló primero la luna.

La Tierra la miró con los ojos llenos de lágrimas y no pudo contestar.

- ¡Nos estás asustando, Tierra! ¿Qué te sucede?
- preguntaron de nuevo las estrellas muy preocupadas.
- ¡Cuéntanos! - insistieron todos.
- Creo que las personas no son conscientes
- contestó muy afligida.





La Luna, el Sol, las estrellas y las dos osas la miraron callados esperando que continuara hablando.

- Los hombres están quemando bosques, talando árboles, llenando el mar de basura, exterminando a los animales - dijo sollozando de nuevo.

- El calentamiento global está deshelando mis polos. ¿¡Cómo no se dan cuenta!?
¡Están destruyendo la naturaleza! - dijo tapándose la cara que ahora lucía colorada y febril.

Unos niños que estaban jugando en la calle escucharon la conversación.

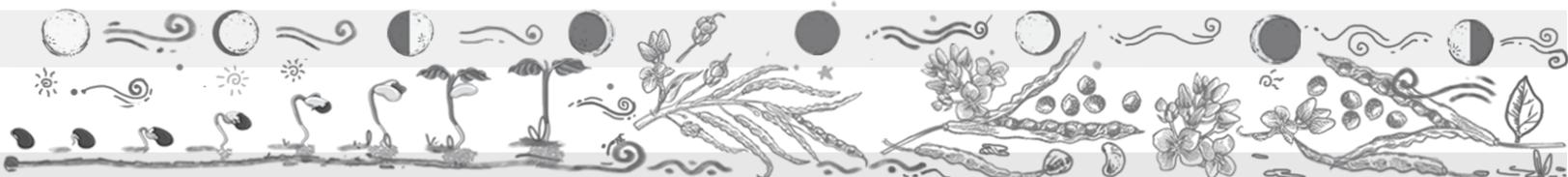
- ¡Tierra, Tierra! ¡No llores más, por favor! - gritaron con todas sus fuerzas para que los oyera.

- ¡Decidme pequeños! - les dijo tragándose las lágrimas.

- ¡Nosotros te vamos a cuidar! ¡No permitiremos que mueras!
- prometieron con voz temblorosa.

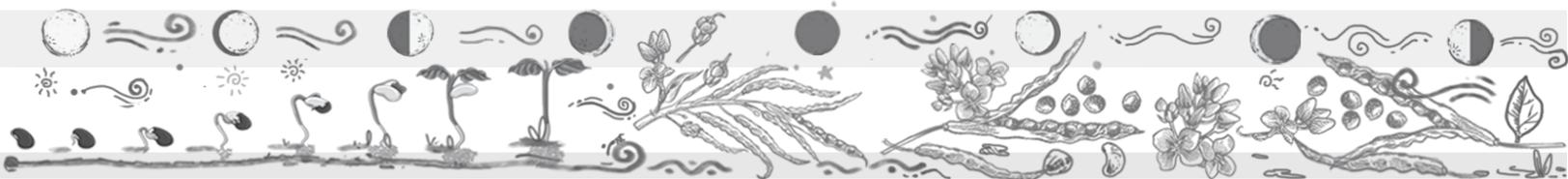
La Tierra entonces sintió un enorme alivio cuando vio la transparencia de sus ojos; solo esperaba que de adultos no olvidaran su promesa.

Y tú ¿A qué te comprometes para cuidar y proteger la naturaleza?



Finalizo expresándote que ha sido un verdadero placer caminar de tu mano, explorando el planeta. Pasaron ya cuatro lunas y hemos entendido que todos los seres nos necesitamos para vivir bien. Sin lugar a dudas comprender los procesos de siembra y cosecha son un buen ejemplo para comprender que la Tierra es nuestra casa grande y nuestra escuela.

FIN



Glosario:

Civilizaciones: el concepto se utiliza en general para nombrar a una sociedad compleja, diferente de las sociedades tribales de la antigüedad. El término también se usa como sinónimo de progreso.

Observatorio: son lugares para la observación de los cuerpos celestes, ya sea planetas, estrellas, asteroides, etc. así como de otros fenómenos que se encuentran en el universo.

Inevitable: es aquello que no se puede evitar. Este verbo (evitar) refiere a apartar algún peligro o daño para impedir que suceda, a excusarse de incurrir en algo o a huir el trato de alguien. Lo inevitable, por lo tanto, es lo ineludible o inexcusable.

Astronomía: La astronomía estudia los cuerpos celestes del universo, desde los planetas y sus satélites, pasando por las cometas y los asteroides y hasta los sistemas de materia interestelar, materia oscura, estrellas, gas y polvo que conocemos como galaxias.

Astrología: Como astrología se denomina el estudio de la posición y los movimientos de los astros y su influencia en las personas y los acontecimientos del mundo. La palabra, como tal, proviene del griego ἄστρολογία (astrología), que significa estudio o ciencia que trata de los astros.

Solsticios: el término solsticio es un concepto astronómico que se refiere a la época en que el Sol se encuentra en uno de los trópicos. ... El solsticio de verano o solsticio vernal produce el día más largo y la noche más corta del año en el hemisferio boreal (sucediendo lo contrario en el hemisferio austral).

Apartado: en este caso indica distancia y por “partis” con el significado de “parte”. Apartado es algo que está separado del resto, distanciado o aislado.

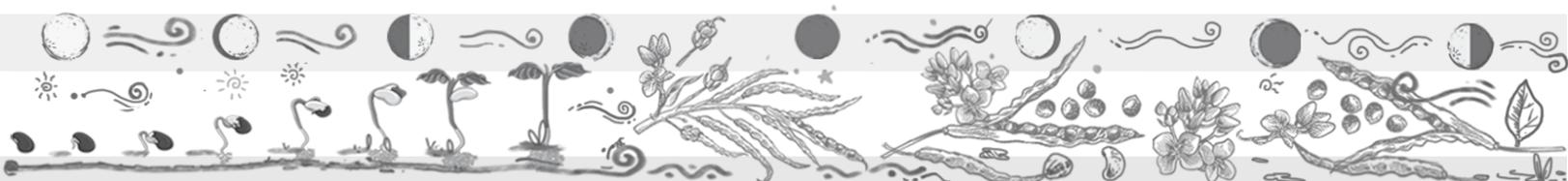
Macaneado: Golpear con una macana o garrote grueso de madera.

Higroscópicos: Sustancia capaz de absorber humedad del medio. Gracias a esta propiedad las sustancias higroscópicas se utilizan como desecantes, ya que adsorben el agua de otros compuestos. ... El cloruro cálcico, cloruro de magnesio o el ácido sulfúrico son ejemplos de compuestos higroscópicos.

Granulada: que se presenta o está formado por pequeños granos.

Limo: barro transportado por los ríos y por el viento, que se depositan sobre terrenos que han sido inundados.

Multinacionales: empresa o sociedad que tiene negocios o actividades establecidos en varios países.



Referencias bibliografía e iconicas

- Cuento leyenda de la Luna y el Sol tomado de link: <http://www.cuentosinfantilesadormir.com/cuento-laleyendadelsoylaluna.html>
- cuento del sistema solar tomado de link: <https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/cuentos-infantiles/cuento-corto-del-sistema-solar-para-ninos/>
- Cuento “Milagros de la naturaleza La semillas” fuente: internet. Link: <https://www.Actividadeseducainfantil.com>
- Cuentos tomados del libro “kutx yuwe, palabra y Tul Nasa”. (2015) territorios narrados PNLE, Bogotá.
- Reedición educativa de la cartilla andar del tiempo/SEK – A `TE DXI J Caminos del sol y de la luna /A `kafx 2019 – 2020.
- Morrow, Rosemary “el libro familiar de cuidadores de semillas” edición en Mallin, Ahogado, 2007.
- Kwe´sx ũtxi máw phewújwa pta´xsxa eçkwe recetas para la preparación de alimentos propios asociación de cabildos indígenas nasa çxhâçxha programa de salud yaçka ksxa´w ips indígena paéz belalcázar
- Reedición educativa de la cartilla andar del tiempo/SEK – A `TE DXI J Caminos del sol y de la luna /A `kafx 2019 – 2020
- Cuento La poción de la mala vida tomado de link: <https://cuentos para dormir.com/infantiles/cuento/la-pocion-de-la-mala-vida>
- Cuento El tren saludable tomado de link: <http://bancos.salud.gob.ar/recurso/cuento-el-tren-saludable>
- Cuento: la tierra está triste tomado de link: <https://www.guiainfantil.com/ocio/cuentos-infantiles/la-tierra-esta-triste-cuentos-cortos-del-cambio-climatico-para-ninos/>
- Poema Yo asi no juego tomado de link: <https://www.mariavaleriafreelance.com/-yo-asi-no-juego-mas/>
- Cuento: la tierra está triste: <https://www.guiainfantil.com/ocio/cuentos-infantiles/la-tierra-esta-triste-cuentos-cortos-del-cambio-climatico-para-ninos/>
- Leyenda INUIT <https://cuentosdelmundo.wordpress.com/2013/07/19/fasesluna-leyenda-esquimal/>
- Vectores ilustraciones “www.freepik.es”



Yat pwe'sx
Jiiyunxitx Û'na



Preescolar

Sembrando saberes en familia

Kiwe wejxate fxi'ya' ki
paayya' jiiyunxitx apuhupna



Primero

Explorando saberes para leer el territorio

âusyakh âskiwe'jna



Segundo

Corazonar enraizados con el territorio

We' wena Yuunxiju
ujawejxa's a' teyakh atna



Tercero

Tradición oral, siembra y luna

FXI'ZENXI'S UHN



Cuarto

Sembrando vida

Eenyak dxi' phadeçxa
fxiwu'jna. Sembrando semillas
de pervivencia.



Quinto

Kiwek peevya'ja'



Sexto

El territorio nos enseña

Sek ki' a'te dxi'the piyana u'jweka



Séptimo

En el andar del tiempo vamos aprendiendo

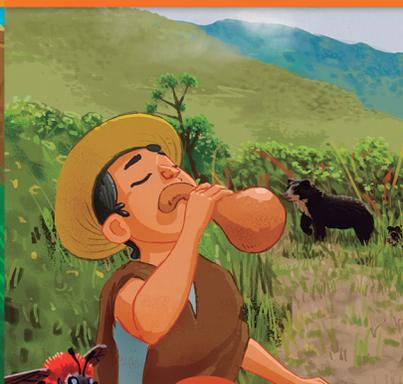
Maantey âusyahtxna fxi'zenxi



Octavo

Memoria Viva

kiwe's ype'jna Nasa fxi'zenxite



Noveno

Guardianes de la Vida y el Territorio

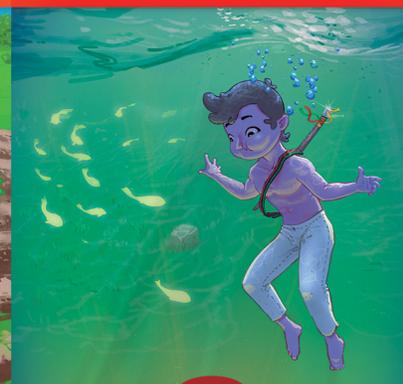
Kwe'sxa' fxiwtha'w
bakaçxtepa nesyuuya'



Décimo

Nosotros permanecemos como semillas para la pervivencia

Fxiw Uuhsa



Undécimo

Custodios de Semillas