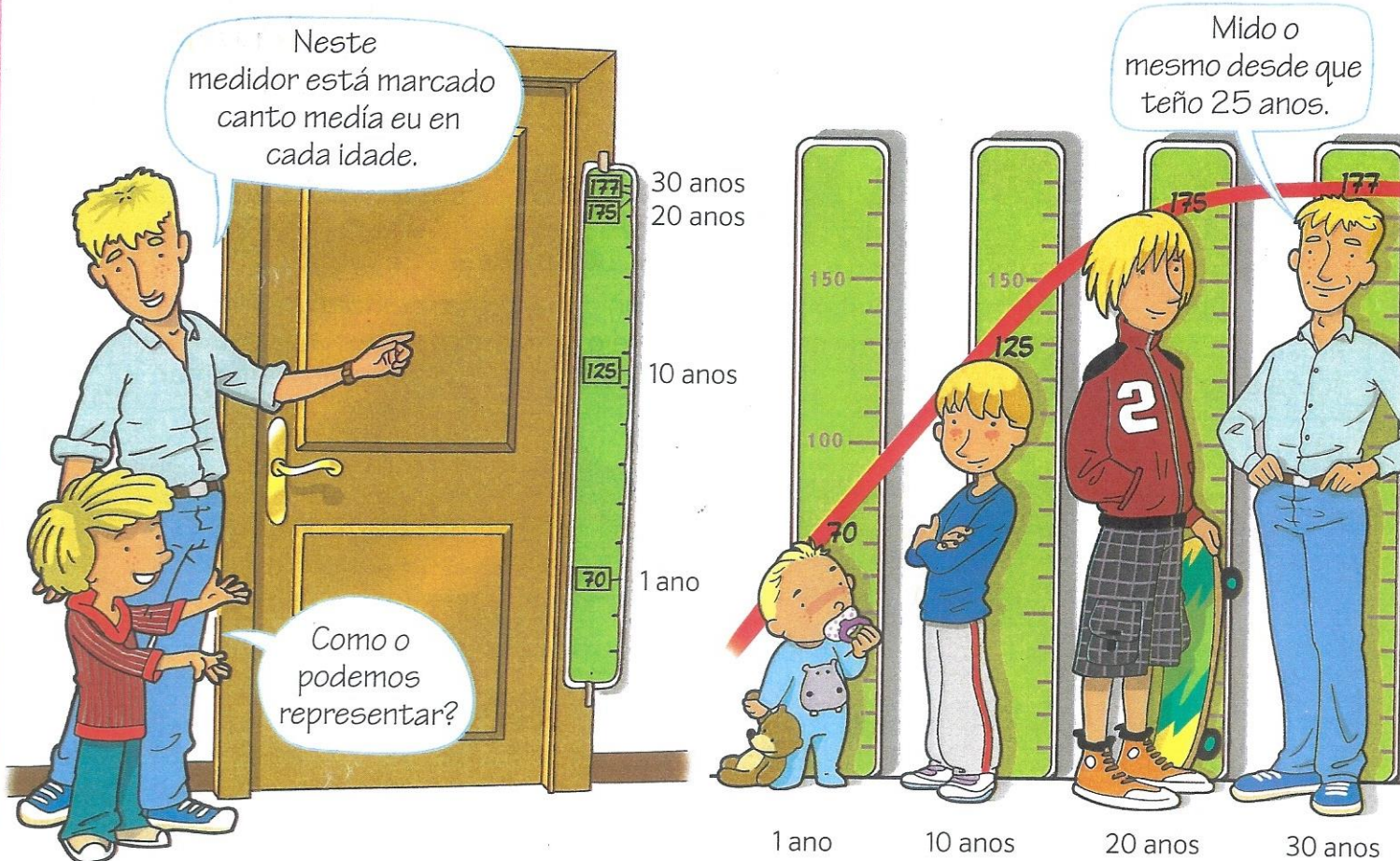


Así se constrúe a ciencia

Como convertemos uns datos nun debuxo?

Imos representar mediante un debuxo como evoluciona a estatura dunha persoa. Así veremos mellor como creceu en cada unha das etapas da súa vida.



PASO 1 **Fixámonos** nas marcas que sinalan cal era a estatura do pai de Marcos en cada idade.

PASO 2 **Debuxamos** catro medidores iguais, **marcamos** as catro medidas e **unimos** as marcas cunha liña.

Razoo

- 1 Fíxate no debuxo e contesta.
 - a) Entre que idades creceu máis o pai de Marcos?
Dos 10 aos 20 anos. Dos 0 aos 10 anos.
Dos 20 aos 30 anos.
 - b) Con que etapa da vida se corresponden eses anos?

Poño en práctica

- 2 Que crees que ocorrerá coa liña vermella a partir dos 30 anos? Seguirá subindo, baixará ou seguirá igual? Explica por que.
- 3 Cando Marcos tiña a idade de 1 ano medía 70 centímetros de alto. Se crece os mesmos centímetros ca o seu pai, que altura terá aos 10 anos?

Organiza as túas ideas

O noso corpo

Crece e cambia

ao longo das

Etapas da vida

grazas aos

Alimentos

que conteñen

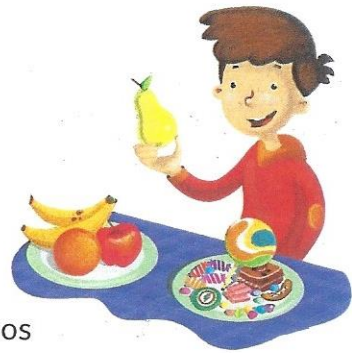
Nutrientes

Hábitos saudables

como

A hixiene

O exercicio físico



Traballa co esquema

- 1 Copia o esquema e engade ordenadamente o nome das etapas da vida que aparecen a continuación.

madurez

xuventude

adolescencia

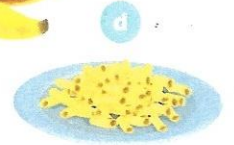
infancia

ancianidade

- 2 Observa o debuxo da familia que aparece no esquema e contesta.

- a) En que etapa da vida se encontra cada persoa?
- b) Indica as características de cada unha desas etapas.

- 3 Que nutrientes achegan fundamentalmente estes alimentos? Inclúe estes nutrientes no esquema.



- 4 Que beneficios nos achegan os hábitos saudables que aparecen no esquema?
- 5 Completa o esquema engadindo outros dous hábitos saudables.

Repasa a unidade

- 1 En que etapa da vida se encontra cada unha destas persoas?



Luís: 50 anos Amir: 8 anos Rosa: 78 anos

- 2 Copia e completa esta táboa co nome das persoas da túa familia e a etapa vital na que se encontran.

Nome	●●●	●●●	●●●	●●●
Etapa	●●●	●●●	●●●	●●●

- 3 Paréceche ben o que din? Por que?



- 4 Cal é a oración correcta? Razona.

- A. Os alimentos conteñen nutrientes.
B. Os nutrientes teñen alimentos.

- 5 Óscar come moito porque di que así estará máis san. Cres que fai ben? Explica a túa resposta.

- 6 Como coidas cada día a túa hixiene?

- 7 Fíxate na etiqueta deste produto e despois contesta.



- a) Que nutrientes ten o zume?
b) Cal é o que lle falta?
c) Que beneficios nos achega?

- 8 Copia e completa este texto.

Segundo a pirámide dos alimentos, hai que tomar ●●● alimentos da base, mentres que convén tomar ●●● alimentos da parte máis alta.

- 9 Esta é a lista da compra de Ana. Que dous produtos cres que só debería comer de cando en vez?

- Napolitanas de crema
- Lentellas
- Bolsa de patacas fritas
- Filetes de polo
- Laranxas

- 10 Xabier necesita comer un alimento que lle dea enerxía para xogar un partido. Cal destes pratos debería elixir? Por que?

- A. Filete de pescada.
B. Macarróns con tomate.
C. Ensalada.

smCelmedixital.com

VALORA O APRENDIDO Comproba o que sabes na **autoavaliación**.

Uso adecuado e responsable dos materiais

Paréceche boa idea usar papel para facer un paraugas? E cristal para un martelo? Cando escollemos un material para fabricar un obxecto é moi importante ter en conta o uso que lle daremos.

Para que utilizamos os materiais?

Algúns exemplos dos usos dos materiais son:

- Para construír **edificios** e **estradas** utilízanse materiais resistentes que soportan ben a acción da chuvia, como o formigón e o asfalto.
- Para confeccionar **roupa** e **calzado** búscanse materiais resistentes que, á vez, resulten elásticos, lixeiros e suaves para que esteamos cómodos, como o algodón ou o poliéster.
- Para fabricar **máquinas** e **ferramentas** úsanse materiais resistentes, como o aceiro. En cambio, as partes polas que as collemos adoitan ser de materiais illantes que nos protexen da calor ou da electricidade, como o plástico e a madeira.

O **formigón** é unha mestura moi resistente de cemento, area e cas coa que se constrúen, por exemplo, os edificios.

A **arxila** é impermeable e úsase para fabricar ladrillos e tellas.

O **vidro** é transparente, polo que se usa para os cristais das fiestras.

O **algodón**, o **poliéster** e a **viscosa** son materiais elásticos e lixeiros que serven para confeccionar roupa.

A **madeira** e o **plástico** son materiais illantes que nos protexen da calor ou da electricidade. Úsanse para fabricar mangos de ferramentas.



Os materiais e o medio ambiente

A busca de materiais que fagan a nosa vida máis cómoda provoca, a miúdo, problemas no medio ambiente. Así, por exemplo, a corta de árbores para conseguir madeira pode provocar a desaparición de bosques.

Existe unha fórmula que nos axuda a conservar o medio. É a **regra dos tres R**: Reducir, Reutilizar e Reciclar.

- **Reducir** é consumir menos materiais na nosa vida diaria. Por exemplo, reduces o uso de materiais se acabas as follas do teu caderno antes de empezar outro.
- **Reutilizar** é dar un segundo uso aos materiais xa utilizados. Por exemplo, podes reutilizar as caixas dos zapatos para gardar xoguetes ou pinturas de cores.
- **Reciclar** é transformar os materiais usados noutros novos para que se poidan volver utilizar. Cando separas o lixo na casa e o tiras nos contedores adecuados, axudas a reciclar.

Para elixir o **material** adecuado temos en conta o **uso** do obxecto que imos fabricar.



vidro



papel



plástico

Separa!



Actividades

- 9 Observa a etiqueta da túa roupa e anota os materiais cos que está feita.
- 10 Como axuda a regra dos tres R ao medio ambiente?

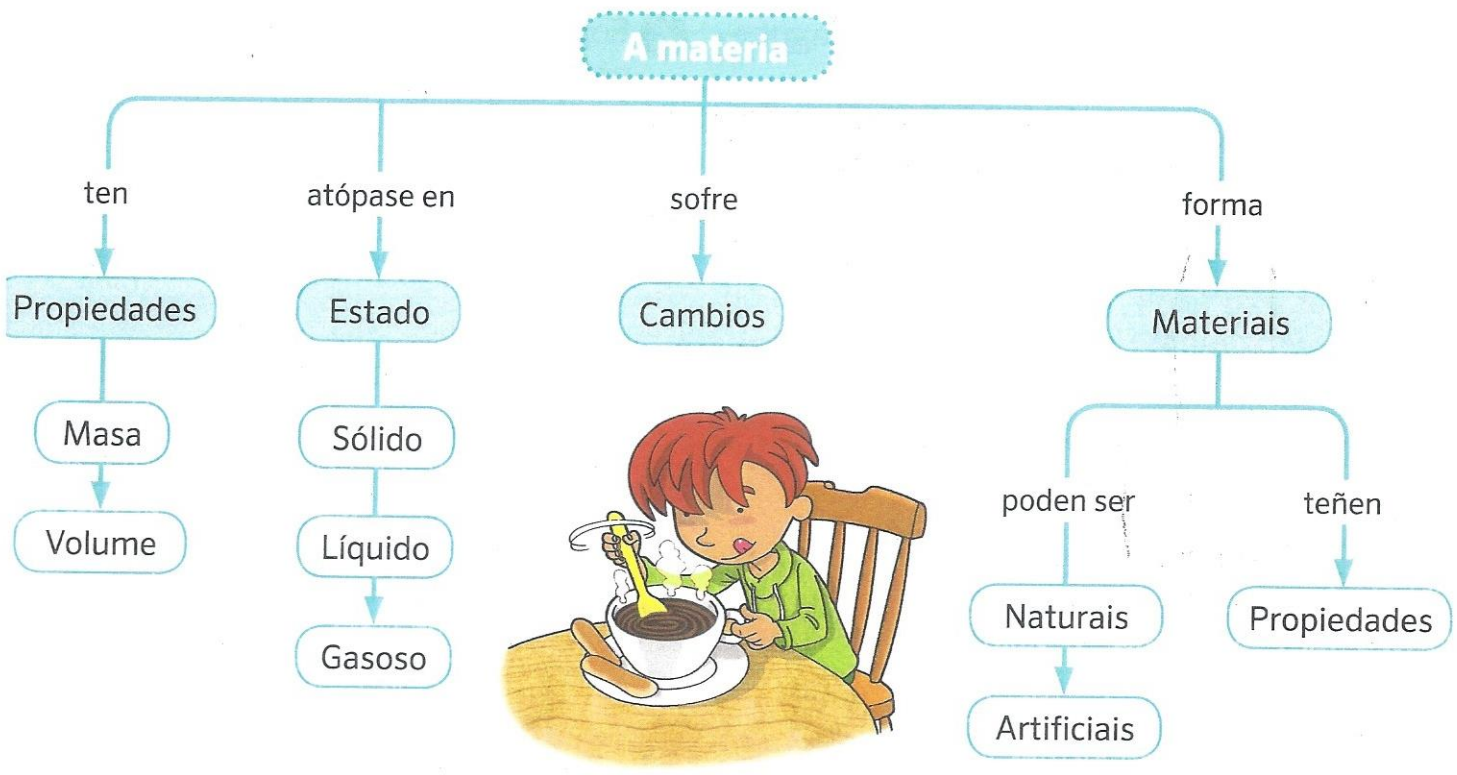
As **rocas** son moi resistentes; por iso, se utilizan para construír muros.

O **asfalto** é unha mestura impermeable e resistente ao peso e á calor. Utilízase para facer estradas.

O **aceiro** é un material moi resistente que se utiliza para fabricar máquinas e ferramentas.

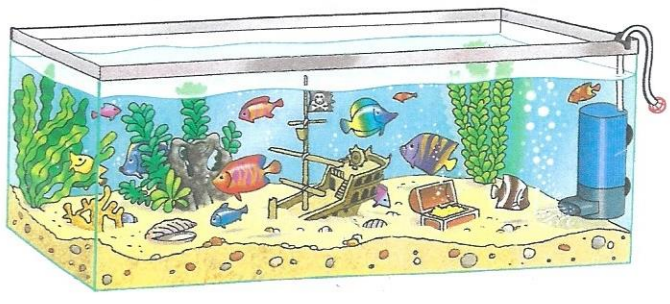


Organiza as túas ideas



Traballa co esquema

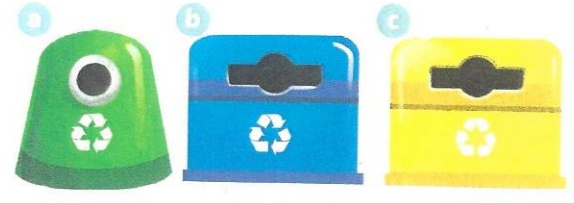
- 1 Copia o esquema no teu caderno. Despois engade nel dous aparatos de medida que podemos usar para calcular a masa e o volume da materia.
- 2 Onde incluírías no esquema os tipos de materia? Describe cada un deles e pon exemplos.
- 3 Incorpora no teu esquema un exemplo de materia en estado sólido, líquido e gasoso que apareza representado neste debuxo.



- 4 Copia e completa o texto. Despois engade as palabras no teu esquema.

A materia pode sufrir cambios ... e Os cambios ... poden ser cambios de estado como a fusión, a ..., a ... e a A combustión, polo contrario, é un cambio

- 5 Que propiedades dos materiais engadíarías no esquema? Descríbeas.
- 6 Onde incluírías a regra dos tres R? Indica que tipo de lixo debes deixar en cada un destes contedores.



Repasa a unidade

1 A que palabras corresponden as seguintes definicións?

- a) Cantidade de materia dun corpo.
- b) Espazo que ocupa a materia.

2 Fíxate ben neste iogur de melocotón. Cres que é unha mestura homoxénea ou heteroxénea? Por que?

Encántame que o iogur teña anaquiños!



3 A Miguel derretéronse os cubos de xeo do zume. Que ocorreu?

- a) Como se chama o cambio de estado que se produciu?
- b) Para que a auga volvese transformarse en xeo, aplicarías calor? Que cambio de estado se produciría?

4 Emparella no teu caderno cada obxecto co material para fabricalo.

Obxectos

zapatos garfo porta guantes chan

Material

metal madeira mármore la coiro

5 Descubre as oracións falsas e escríbeas correctamente no teu caderno.

- a) Os sólidos teñen un volume variable.
- b) Os gases teñen a forma e o volume fixos.
- c) Os líquidos teñen unha forma variable.

6 Copia a táboa no teu caderno e clasifica nela estes materiais segundo a súa orixe.

mármore	madeira	arxila
la	coiro	algodón
cortiza	seda	granito
Animal	Vexetal	Mineral
...

7 Que número lle corresponde a cada obxecto segundo as súas características?



Resistente
Non elástico
Condutor de calor **1**



Transparente
Impermeable
Non elástico **2**



Resistente
Non impermeable
Elástico **3**

8 Completa as oracións no teu caderno.

a) A  é ... porque soporta peso sen romper.

b) A  é ... porque deixa pasar a luz.

c) A  é ... porque recupera a súa forma despois de deformarse.

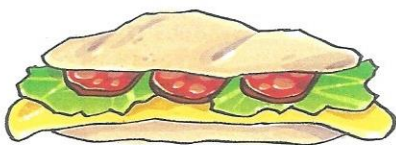
9 Cando tiramos as botellas de vidro ao contedor verde, reutilizamos ou reciclamos? Cal é a diferenza?

Comproba o que aprendiches

Test

Lembras todo o que aprendiches durante este trimestre? Compróboo neste test.

1. Cal é a orde correcta?
 - A. Infancia, xuventude, adolescencia
 - B. Infancia, adolescencia, xuventude
 - C. Adolescencia, infancia, xuventude
2. Que afirmación é verdadeira?
 - A. É mellor non facer exercicio físico para non cansarse.
 - B. Para ter boa saúde, o ideal é comer só verduras e froitas.
 - C. É importante colocar ben a mochila sobre os dous ombros.
3. Se hai que incluír poucas graxas na dieta, que eliminarías do bocadillo?

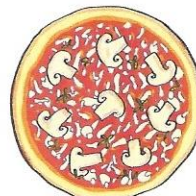


- A. O chourizo
 - B. A tortilla
 - C. A leituga
4. Que nutriente vai tomar principalmente Rosa?



- A. Proteínas
- B. Graxas
- C. Vitaminas

5. Que tipo de materia é esta pizza? Observa os seus ingredientes.



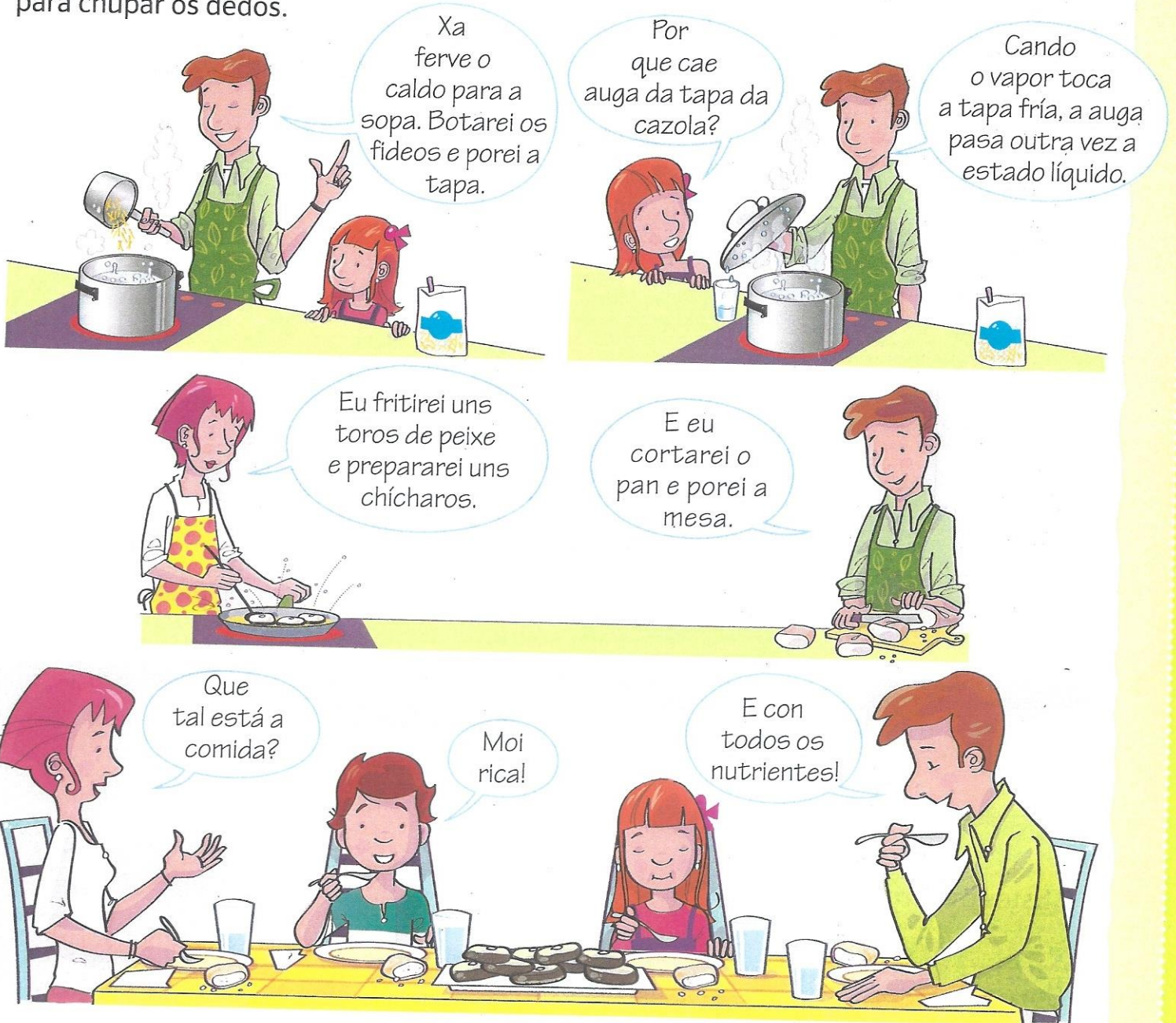
- A. É unha mestura homoxénea.
 - B. Non é unha mestura de compoñentes.
 - C. É unha mestura heteroxénea.
6. Que cambio de estado se está producindo no xeado de Raúl?



- A. Fusión
 - B. Solidificación
 - C. Vaporización
7. Un material é elástico se...
 - A. Recupera a súa forma despois de deformarse.
 - B. Se dobra sen romper.
 - C. Non deixa pasar a auga.
 8. Que é reciclar?
 - A. Transformar materiais usados para volver utilízalos.
 - B. Dar outro uso aos materiais.
 - C. Consumir menos materiais.

Unha rica comida saudable

O pai e a nai de Daniel e Sofía están preparando unha comida saudable para chupar os dedos.



1 Que cambio de estado se produce cando ferve a auga para a sopa? É un cambio físico ou químico?

2 Que nome recibe o paso do estado gasoso ao estado líquido que ocorre na tapa da cazola?

3 Indica que alimentos da comida que toman Daniel e Sofía proporcionan máis enerxía. Cales crees que achegan máis vitaminas?

4 Engade unha sobremesa saudable para completar esta comida.