



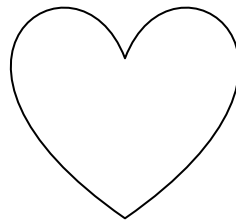
# Paquete de Actividades de Maggie

Nombre \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_

## Yo Mi Corazón

Cuando piensas en un sistema de entrega, ¿en qué piensas? ¿En sobres? ¿Cajas? ¿En San Valentín llegando a tu puerta? Sí, todas estas cosas son entregadas a hogares y negocios. Pero, ¿sabías que tienes tu propio sistema de entrega especial que funciona par ti a cada segundo de cada día? Así es. Tu sistema circulatorio no puede dejar de funcionar. Incluso cuando estás descansando, la sangre debe ser bombeada a través de tu cuerpo. ¿Y qué es lo que hace todo este duro trabajo? ¡Tu corazón!



Sí, cuando llegue el 14 de Febrero, doblamos papeles rosados y rojos y cortamos formas de corazones para mandárselas a nuestros amigos y familiares. Sin embargo esta forma que tanto apreciamos en el Día de Valentín no tiene la forma del corazón del que dependemos para nuestra vida. Es más parecido a una pera y tiene aproximadamente el tamaño de tu puño. El corazón en tu cuerpo es un fuerte músculo con cuatro cavidades. Actúa como la bomba para nuestra sangre. Las cuatro cámaras del corazón trabajan en armonía para asegurarse de que la sangre fluya de manera constante a través de tu cuerpo.

Cuando respiras, llenas tus pulmones con oxígeno. La sangre, con ese aire que nos da vida, viaja hacia una de las cámaras de tu corazón. Las arterias y los capilares entregan esta sangre a las otras partes de tu cuerpo. Tus venas llevan la sangre de regreso al corazón. Así que, como podrás imaginar, tu corazón y todas las arterias y venas son necesarias para la vida.

Hay una gran cantidad de venas y arterias en tu cuerpo. Si las estiraras todas, tus vasos sanguíneos darían vuelta alrededor de la Tierra por la línea ecuatorial por lo menos dos veces. Cuando eres adulto, ¡puedes tener suficiente para dar cuatro vueltas alrededor de nuestro planeta! ¡Ahora puedes ver porqué el corazón tiene que ser una buena bomba!

Aparte de usar la forma equivocada para el corazón, la gente suele pensar en forma equivocada en los latidos del corazón. Los poetas y los compositores hablan de cómo suenan los latidos del corazón por un ser amado. El latido del corazón en realidad son las válvulas en tu corazón. Tu corazón late cuando estas válvulas se cierran para empujar la sangre a las partes o cámaras de tu corazón. ¡Estas válvulas tienen que ser fuertes porque bombean entre 1500 y 4000 galones de sangre cada día, dependiendo de tu edad y de tu tamaño! ¡Esa es una enorme cantidad de trabajo!

Así que la próxima vez que oigas frases como un corazón roto, el llanto de tu corazón o tiene el corazón puesto en algo, piensa en el verdadero corazón que trabaja tan duro para ti todo el tiempo. ¿Cómo lo puedes cuidar mejor?



Piensa en las diferencias entre el corazón en el arte de San Valentín y el corazón en tu cuerpo. Has un listado de los contrastes.

Un Corazón Verdadero

Un Corazón de Arte

¿Cuáles son algunas de las formas en las que podrías cuidar a tu corazón verdadero?

---

---

---

---

Queridos Colegas,

En las Aventuras Terrestres de Maggie siempre estamos buscando darle un nuevo giro a los días de fiesta...y qué mejor manera de celebrar el Día de San Valentín que pensando en su inspiración artística – ¡el corazón! Mientras oímos más y más de la obesidad infantil y del hecho de que la preparación para las pruebas parece borrar los recreos de nuestros días, queríamos destacar la necesidad de comer sano y de jugar con fuerza: ¡una fórmula para un corazón sano y feliz! Los animamos a usar esta oportunidad para fomentar los hábitos saludables en su salón de clases (¡sin mencionar para ustedes mismos!).

Este WAP es una buena oportunidad para presentarle el sistema circulatorio a sus alumnos y todo lo que hace para que nuestro cuerpo funcione correctamente. Es posible que deseen profundizar en los detalles de las cámaras del corazón con más detalle. Pídanle a sus alumnos que miren un dibujo de estas cámaras y que luego escriban una explicación de la mecánica de este fuerte músculo. El escribir títulos en los gráficos que encuentren en Google Images es una muy buena manera de aprender. Cuando los niños generan sus propios pensamientos, el aprendizaje es activo, no pasivo. ¡Eso es clave cuando estamos aprendiendo o tratando de ser saludables!

También nos gusta la idea de crear un contraste visual. Esto le ayuda a los niños a ver cómo sus ideas cobran vida. Completar el Diagrama Venn le ayudará a sus niños a comprender mejor el corazón físico y también puede generar pensamientos acerca de cómo la sociedad valora al corazón y por ello lo han utilizado como un símbolo.

También integren otros temas. Piensen en las matemáticas que pueden hacer con los datos numéricos entregados en este WAP. ¿Por qué no hacer que los niños creen tarjetas de San Valentín explicando cómo el destinatario puede cuidar de sí mismo? ¡Sentimientos como: “!Me preocupo por ti! Vamos a correr en el patio para mantener el corazón sano” serían un nuevo giro en la ciencia y en el Día de San Valentín!

Feliz enseñanza,  
Dra. Kathy

Las respuestas van a variar.

Pídanle a los niños que compartan las formas en las que han visto que se utiliza el corazón en la cultura popular. Motiven a sus alumnos más tecnológicos a que filmen un anuncio de “servicio público” sobre el cuidado del corazón. Es una forma divertida para integrar las habilidades de ciencias, de tecnología y de alfabetización oral.

### **Objetivos:**

Los niños leerán un artículo sobre la importancia del corazón. Se les pide que contrasten las diferencias entre el corazón físico y el corazón como se utiliza en la cultura popular. Para desarrollar habilidades de pensamiento crítico, los niños usan los datos del artículo para explicar cómo cuidar el corazón. Esta actividad está disponible en los niveles primario e intermedio y está en correlación con el Estándar de Contenido C, Ciencias de la Vida, y con el Estándar de Contenido F, la Ciencia en Perspectivas Personales y Sociales de los Estándares Nacionales de Ciencia.