



República de Honduras  
Secretaría de Educación

CUADERNO DE TRABAJO 1

# CIENCIAS NATURALES



**II CICLO**  
EDUCACIÓN BÁSICA



Estrategia Pedagógica Curricular para atención a educandos en el hogar

**El cuaderno de Trabajo 1, Ciencias Naturales de Quinto Grado, de Educación Básica,** es propiedad de la Secretaría de Estado en el Despacho de Educación, fue elaborado por docentes de las Direcciones Departamentales de Educación, diagramado y diseñado por la Fundación para la Educación y la Comunicación Social Telebásica STVE, en el marco de la emergencia nacional **COVID-19**, en respuesta a las necesidades de seguimiento al proceso enseñanza aprendizaje en centros educativos gubernamentales de Honduras, C. A.

**Presidencia de la República  
Secretaría de Estado en el Despacho de Educación  
Subsecretaría de Asuntos Administrativos y Financieros  
Subsecretaría de Asuntos Técnico Pedagógicos  
Dirección General de Currículo y Evaluación  
Subdirección General de Educación Básica  
Dirección Departamental de Educación de Olancho**

**Adaptación  
Dirección Departamental de Educación de Olancho  
Eduardo David Pavón Lobo**

**Revisión técnica-gráfica y pedagógica  
Dirección General de Innovación  
Tecnológica y Educativa  
Eda Mayra Meza Zelaya  
Neyra Gimena Paz Escobar  
Levis Nohelia Escobar Mathus**

**Revisión Curricular  
Subdirección General de Educación Básica  
Sagrario Ferrufino**

**Diagramación y diseño de portada  
Fundación para la Educación y la Comunicación Social Telebásica STVE  
Carlos Enrique Munguía  
Fernando Andre Flores  
Freddy Alexander Ortiz Reyes  
Jorge Darío Orellana**

©Secretaría de Educación  
1ª Calle, entre 2ª y 4ª avenida de  
Comayagüela, M.D.C., Honduras, C.A.  
[www.se.gob.hn](http://www.se.gob.hn)

**Cuaderno de Trabajo 1 - Ciencias Naturales, Quinto grado**  
Edición única 2020

**DISTRIBUCIÓN GRATUITA – PROHIBIDA SU VENTA**

## PRESENTACIÓN

Niños, niñas, adolescentes, jóvenes, padres, madres de familia, ante la emergencia nacional generada por el **Covid-19**, la Secretaría de Educación, pone a su disposición esta herramienta de estudio y trabajo para el I, II y III ciclo de Educación Básica (1° a 9° grado) que le permitirá continuar con sus estudios de forma regular, garantizando que se puedan quedar en casa y al mismo tiempo puedan obtener los conocimientos pertinentes y desarrollar sus habilidades.

Papá, mamá y maestro le ayudarán a revisar cada lección y les aclararán las dudas que puedan tener. Su trabajo consiste en desarrollar las actividades, ejercicios y que pueden llevarse a cabo con recursos que se tengan a la mano y que se le plantean en el Cuaderno de Trabajo 1, de forma ordenada, creativa y limpia, para posteriormente presentarlo a sus maestros cuando retornemos al Centro Educativo.

**Secretaría de Estado en el Despacho de Educación**

# ÍNDICE

<b>LECCIÓN 1: sentidos nuestro entorno.....</b>	<b>3</b>
---	----------

TEMA: Importancia de los sentidos

<b>LECCIÓN 2: Sistema Endocrino .....</b>	<b>7</b>
---	----------

TEMA: Importancia del sistema endocrino

<b>LECCIÓN 3: Pubertad y adolescencia.....</b>	<b>12</b>
--	-----------

TEMA: Importancia de la pubertad y adolescencia

<b>LECCIÓN 4: Estructura y función del sistema reproductor.....</b>	<b>15</b>
---	-----------

TEMA: Sistema reproductor



# 1 LECCIÓN

## SENTIMOS NUESTRO ENTORNO

### TEMA

#### IMPORTANCIA DE LOS SENTIDOS

¡Conozcamos algunos órganos de los sentidos!

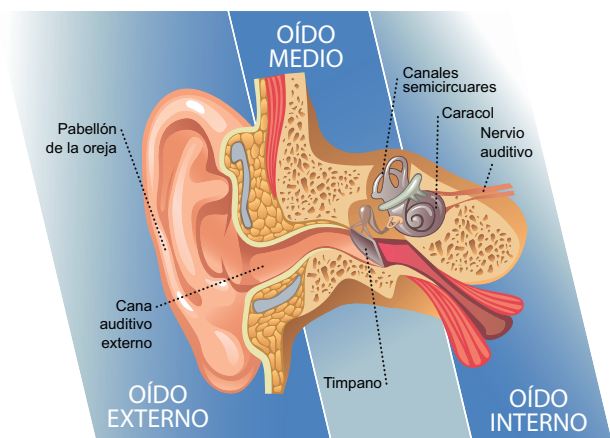
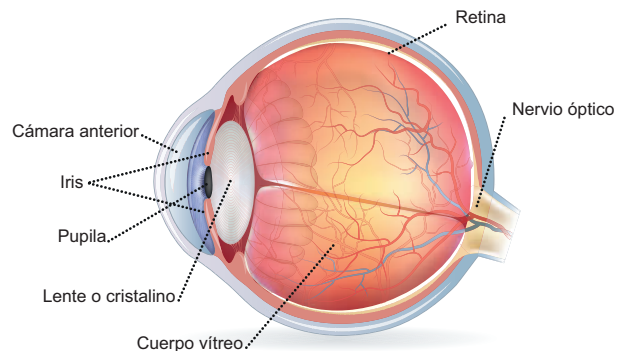
#### 1. Sentido de la vista

El globo ocular (ojo) es el órgano principal de este sentido, este recibe los rayos de luz que se encuentran en el medio ambiente y el cerebro como segundo órgano es encargado de transformar los rayos de luz a imágenes. Además este órgano cuenta con estructuras accesorias como las pestañas, cejas, párpados, saco lagrimal, conjuntiva y músculos. Nuestros familiares, amigos o vecinos pueden presentar enfermedades en la vista como ser: miopía, glaucoma, cataratas u otras. Es importante que todos cuidemos nuestro sentido de la vista, ya que sin el no podremos observar nuestro medio ambiente. Para cuidar nuestro sentido es importante:

- Lavar con abundante agua nuestro rostro.
- Acudir a un médico oftalmólogo si sentimos ardor, picazón o dolor en los ojos.

#### 2. Sentido de la audición

El órgano principal de este sentido es oído que se divide en: oído externo que tiene receptores sensitivos a las ondas sonoras y las trasladan al interior; el oído medio es una cavidad llena de aire que transmite las vibraciones sonoras a la ventana oval. Este sentido es el encargado de mantener el equilibrio corporal de nuestros cuerpos.

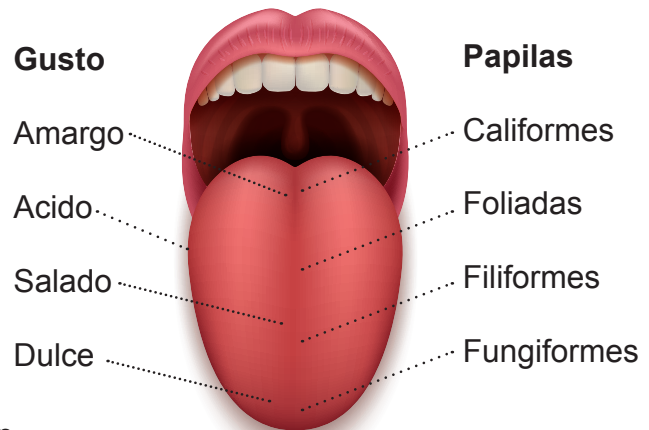


En algunas ocasiones podemos presentar enfermedades o infecciones dentro de nuestros oídos, en ese momento es importante acudir a un médico otorrinolaringólogo o el médico de la comunidad. Para evitar infecciones o enfermedades en el oído evita lo siguiente

- a. Introducir objetos duros a tu oído
- b. Exponerse a sonidos intensos o agudos.
- c. Hacer uso excesivo de audífonos.

### 3. Sentido del gusto

El órgano principal de este sentido es la lengua ya que es la que percibe los sabores o las sensaciones que se ubican en los bulbos gustativos que transmiten las características químicas de los alimentos, hasta el bulbo raquídeo y el cerebro que se encarga de percibirlos en sabores como; salado, dulce, ácido u amargo.



Nuestros familiares, amigos o vecinos pueden padecer de enfermedades en la lengua como ser; hipogeusia que es la enfermedad que le dificulta a las personas percibir sabores.

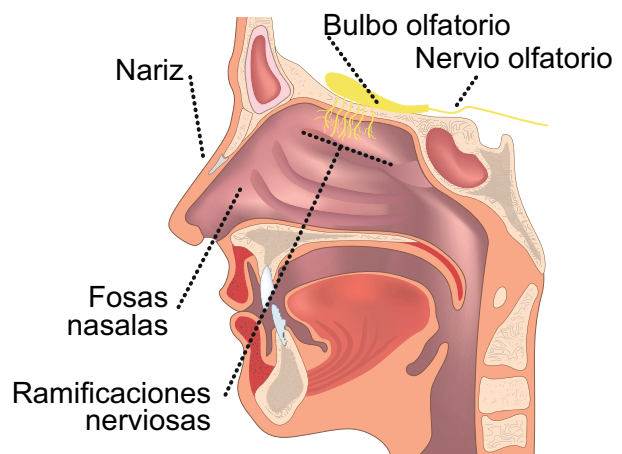
Todos los miembros de nuestra comunidad debemos de cuidar nuestro sentido del gusto, para ello debemos evitar los alimentos que tengan mucho ácido o sal.

### 4. Sentido del olfato

El órgano principal de este sentido es la nariz, dentro de este encuentran los tejidos olfatorios que transmiten los olores hacia el bulbo olfatorio del cerebro, luego se extienden al tracto olfatorio y al lóbulo temporal donde se perciben los olores.

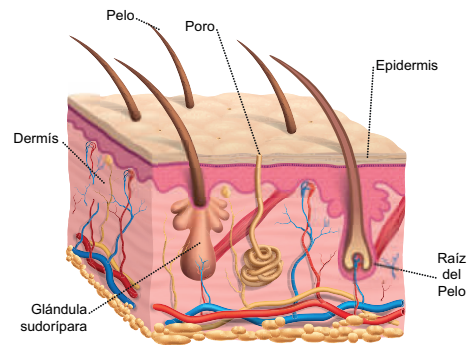
Algunas personas pueden presentar enfermedades como la anosmia que es la total incapacidad para detectar olores. Es de suma importancia cuidar nuestro sentido del olfato para ello debemos evitar estar cerca del humo, polvo, venenos, insecticidas o cualquier otra sustancia química que usemos en nuestros cultivos.

Es importante usar un cubre boca y nariz si vamos hacer uso de sustancias químicas en nuestros cultivos.



### 5. Sentido del tacto

El órgano principal de este sentido se llama piel, y es el órgano más grande de todo nuestro cuerpo. Este sentido es el que percibe las cualidades de los objetos por medio de receptores nerviosos activados por estímulos de la ambiente, que envían esta información al cerebro permitiéndole percibir sensaciones de calor, dolor y texturas.



Cualquier persona de nuestra comunidad puede presentar enfermedades en la piel como ser; dermatitis, paño blanco, vitíligo, acné, alergias, salpullido, cáncer, granos, varicela entre otras. Si observas alguna anomalía en tu piel acude al médico de tu comunidad.

Recuerda que para cuidar tu piel debes:

- a. Usar protector solar si tienes o ropa de mangas.
- b. Asear bien tu piel mientras te bañas.
- c. Evitar el contacto directo con el fuego o sustancias químicas que usas para los cultivos.

### ¡Contesta!

Después de lo leído sobre nuestros 5 sentidos, contesta de forma clara y ordenada lo que se te pide.

1. Completa el siguiente cuadro con la información que hace falta.

**Observa el primer ejemplo.**

Nº	Sentido	Órgano	Enfermedad	Forma de cuidado
1	Vista	Globo ocular	Miopía	Lavar con abundante agua el rostro.
2	Gusto			
3		Nariz		
4	Audición			
5		Piel		

2. Menciona algunos ejemplos de alimentos que se consumen en tu comunidad y escribe que sabor percibes de ellos.

**Observa el primer ejemplo.**

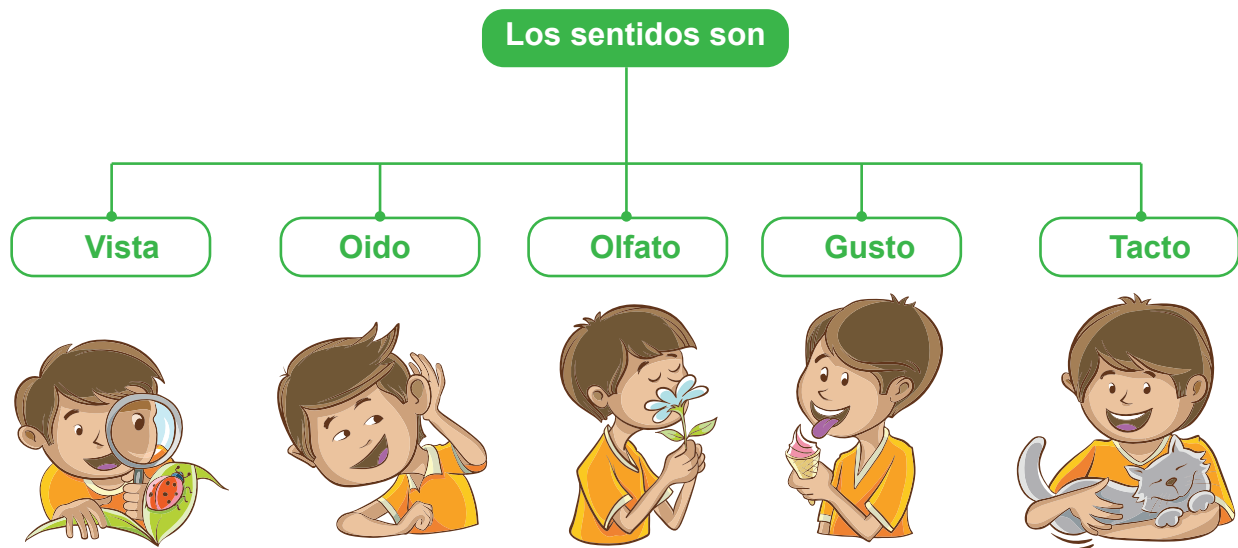
Nº	Alimento	Sabor
1	Sandia	Dulce
2		
3		
4		
5		

3. Completa la siguiente tabla mencionando que sentido de nuestro cuerpo es el responsable de detectar los siguientes ejemplos de estímulos.

Observa el primer ejemplo.

Nº	Estimulo	Sentido
1	Los rayos de luz del amanecer percibidos por don Marcos	Vista
2	El calor del fogón de doña Francisca	
3	El olor a café tostado por doña Maria	
4	El Sabor acido del limón	
5	El sonido del cantico de los pájaros por la mañana	

4. Dibuja y escribe el nombre del órgano que permite el desarrollo de tus sentidos.



El órgano es

El órgano es

El órgano es

El órgano es

El órgano es

# 2 LECCIÓN

## SISTEMA ENDOCRINO

### TEMA

#### IMPORTANCIA DEL SISTEMA ENDOCRINO

La actividad del sistema endocrino afecta a todas y cada una de las células del organismo, ya que se encarga de mantener el equilibrio químico y de controlar el funcionamiento de los diferentes órganos, de tal manera que participa, por ejemplo, en la regulación del desarrollo y el crecimiento corporal, la metabolización de los nutrientes, la función sexual, el estado de ánimo, el sueño, la actividad cerebral, etc.

### ¿CONOZCAMOS EL SISTEMA ENDOCRINO!

Todo aquello que lo realiza el sistema endocrino mediante la producción de hormonas por parte de una serie de glándulas que se ubican en diferentes partes del organismo y que cumplen distintas funciones de control y estimulación en el funcionamiento de órganos y tejidos. No obstante, sus funciones son básicamente tres:

- 1. Homeostasis:** estimula o inhibe los procesos químicos que se desarrollan en las células, manteniendo el equilibrio químico del organismo.
- 2. Reproducción:** estimula la maduración de los óvulos y la producción de espermatozoides, ambos esenciales para la reproducción humana. En el caso de la mujer, participa activamente en preparar el útero para iniciar la gestación, mantenerla e inducir el parto, además de posibilitar la lactancia materna.
- 3. Desarrollo corporal:** controla e induce el desarrollo del ser humano desde el mismo momento de la concepción, así como el crecimiento y desarrollo del organismo hasta alcanzar la pubertad y la madurez física.

### ¡Glándulas endocrinas importantes que debes de conocer!

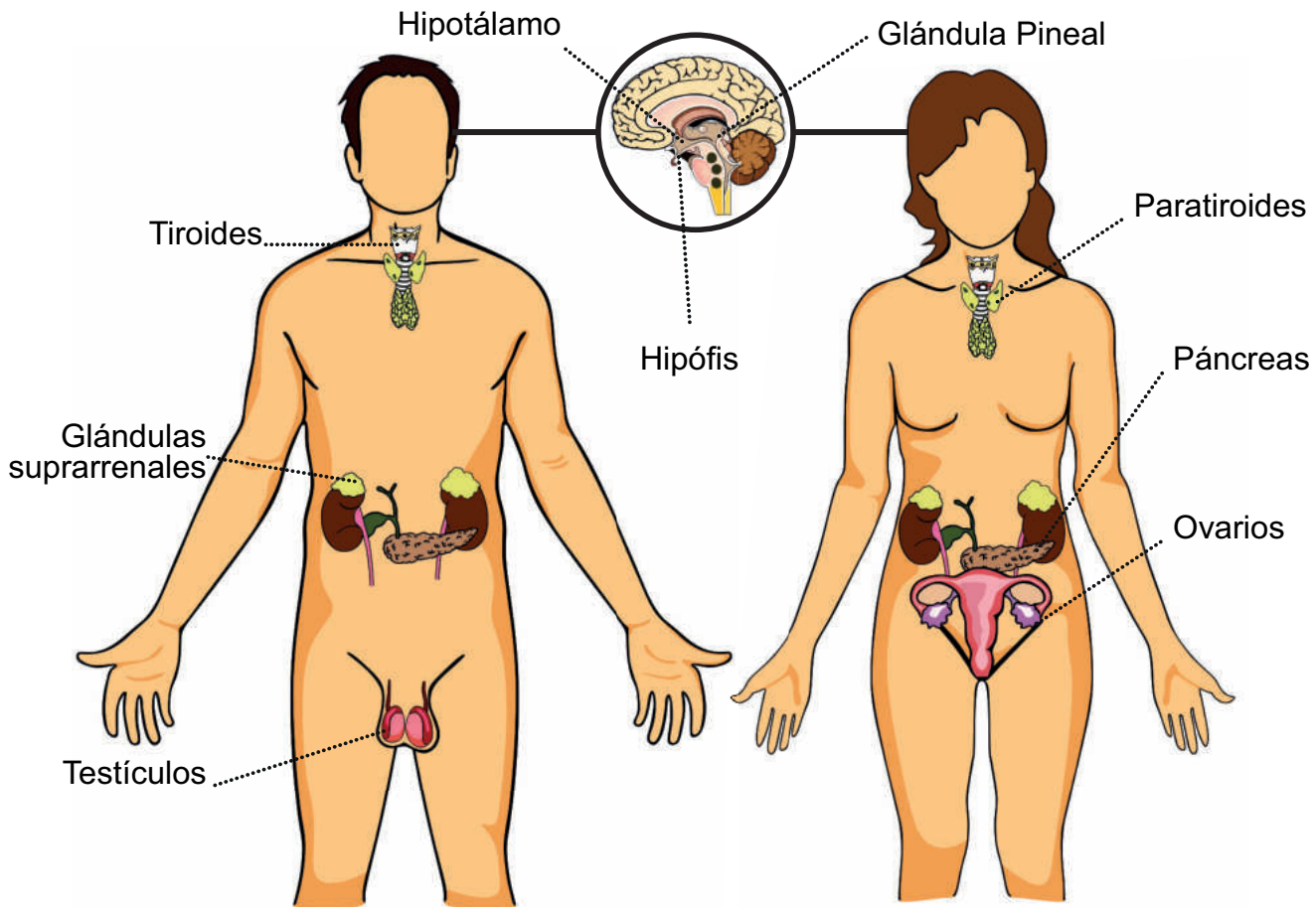
Estas glándulas se ubican en la cabeza, el cuello y el tronco y cada una de ellas cumple con funciones concretas:

- 1. Hipotálamo:** se ubica en la parte central inferior del cerebro y constituye la unión entre el sistema nervioso y el endocrino. Desde ahí se controla el funcionamiento de la hipófisis, estimulando o inhibiendo la producción de hormonas por parte de esta glándula.
- 2. Hipófisis:** se sitúa en la base del cerebro, inmediatamente por debajo del hipotálamo y es probablemente la glándula más importante, ya que las hormonas que produce sirven, entre otras cosas para regular la función de las demás glándulas endocrinas. Está constituida por dos lóbulos (anterior y posterior) que se reparten el control y regulación del resto de las glándulas. En la hipófisis se produce la hormona del crecimiento, la

prolactina, la tiroxina, corticotropina, oxitocina, endorfina, hormona antidiurética y las hormonas que estimulan la producción de hormonas sexuales.

3. **Glándula pineal:** se encuentra en el centro del cerebro y produce melatonina, la hormona que regula el sueño.
4. **Glándula tiroidea:** está ubicada en la parte anterior e inferior del cuello y secreta las denominadas hormonas tiroideas: tiroxina y triiodotironina, que se encargan de transformar los alimentos en energía y están implicadas en el crecimiento de los huesos (mediante la producción de la calcitonina) y el desarrollo del cerebro y del sistema nervioso.
5. **Glándulas paratiroides:** son cuatro y se encuentran junto a la glándula tiroidea. Liberan hormonas paratiroides, que participan activamente en la metabolización del calcio.
6. **Glándulas suprarrenales:** hay una de estas glándulas encima de cada riñón. Produce corticoesteroides, que regulan el equilibrio entre sales minerales y agua, el metabolismo, el sistema inmunitario y el desarrollo y la función sexuales. También produce adrenalina o epinefrina, que regula la respuesta al estrés induciendo un aumento de la tensión arterial y la frecuencia cardíaca.
7. **Gónadas:** son las encargadas de producir las hormonas sexuales. En los hombres son los testículos, que producen los andrógenos y específicamente la testosterona, y en las mujeres los ovarios, que secretan estrógenos y progesterona.

**¡Observemos en que parte de nuestro cuerpo se encuentra cada glándula!**





## Enfermedades del sistema endocrino

**Diabetes:** se caracteriza por un aumento del azúcar o glucosa en la sangre.

**Insuficiencia suprarrenal:** se da cuando la glándula suprarrenal libera bajas cantidades de hormona cortisol y aldosterona lo que produce malestar, debilidad, deshidratación y manchas oscuras en la piel.

**Gigantismo:** es cuando la hipófisis produce demasiada hormona del crecimiento, por lo que los huesos crecen de forma descontrolada. Si los niveles de la hormona del crecimiento son bajos, un niño puede dejar de crecer.

**Hipertiroidismo:** la glándula tiroides produce demasiada hormona tiroidea, esto provoca sudor excesivo, pérdida de peso, aceleración de los latidos del corazón y problemas nerviosos.

**Síndrome de ovario poliquístico (SOP):** provoca ovarios poliquísticos, menstruación irregular, acné, puede causar infertilidad. Los quistes son inflamaciones en forma de bolsitas.

### Cuidados e higiene del sistema endocrino

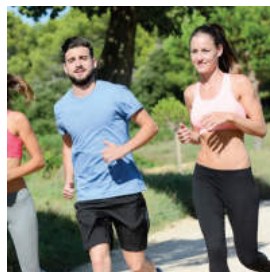
Consumir frutas, verduras, proteínas, carbohidratos y grasas con moderación. Tomar ocho vasos con agua al día.



Dormir por lo menos ocho horas para que el cuerpo descanse, segregue hormonas y repare las diferentes partes del cuerpo



Practicar deporte como: fútbol, natación, baloncesto, caminata o carrera.



Evitar el consumo de sustancias químicas que no sean indicadas por profesionales de la medicina.



**¡Contesta!**

Después de lo leído sobre el sistema endocrino, contesta de forma clara y ordenada lo que se te pide.

1. De los siguientes ejemplos de glándulas del sistema endocrino, escribo qué función tiene cada una de ellas para los seres humanos.



b. Tiroides



b. Testículo



c. Páncreas

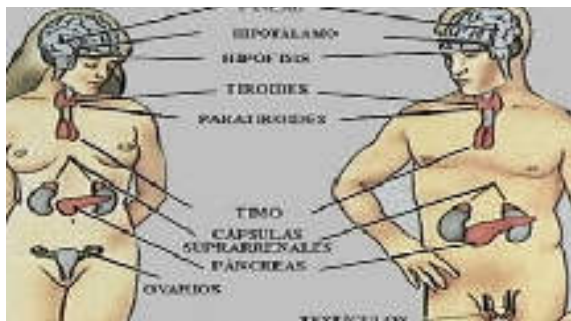


c. Ovario

a. \_\_\_\_\_  
c. \_\_\_\_\_

b. \_\_\_\_\_  
d. \_\_\_\_\_

2. Encuentra las palabras relacionadas al sistema endocrino y sus glándulas que aparecen dentro de la sopa de letras, con un color o tu lápiz grafito resalta cada una de las palabras y diviértete.



- |             |               |
|-------------|---------------|
| Glándula    | Endocrino     |
| Hipotálamo  | Pineal        |
| Tiroides    | Hipófisis     |
| Timo        | Paratiroides  |
| Desarrollo  | Suprarrenales |
| Físicos     | Cambios       |
| Emocionales | Intelectuales |
|             | Hormonas      |

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

3. Elabora un cuadro resumen sobre la función de las glándulas

Observa el primer ejemplo

Glándula	Función
Gónadas	Producir hormonas sexuales
Hipófisis	
Tiroides	
Paratiroides	
Páncreas	
Ovarios	
testículos	

4. Analiza y responde las siguientes preguntas después de que hayas leído sobre el sistema endocrino.

1. ¿Cuál es la función del sistema endocrino?

---



---



---

2. ¿Cómo se compone el sistema endocrino?

---



---



---

3. ¿Dónde se encuentra el sistema endocrino?

---



---



---

4. ¿Cuáles son los tipos de Glándulas Endocrinas?

---



---



---

# 3 LECCIÓN

## PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

### TEMA

#### IMPORTANCIA DE LA PUBERTAD Y ADOLESCENCIA

La adolescencia es el periodo de la vida que va desde que empieza la maduración sexual (la pubertad) hasta la edad adulta. Durante esta etapa se producen cambios físicos y psicológicos, emocionales y sociales, todos ellos orientados a la adquisición de una identidad propia y a la preparación para la vida adulta.



#### ¡Conozcamos más sobre la pubertad y adolescencia!

##### ¿Qué es la pubertad?

La pubertad es el periodo en el que el cuerpo del niño cambia para convertirse en adulto. Es la fase final del crecimiento del niño, cuando alcanza la talla adulta y la madurez psicosocial y reproductiva.

Comienza cuando aparecen los caracteres sexuales secundarios: cambios en el pecho en las chicas y los genitales en ambos sexos, precedidos por la aparición del vello genital y en otras regiones. Empiezan a crecer más deprisa y el cuerpo cambia. También se producen cambios psicológicos y emocionales hasta que, al final, se alcanza la madurez.

##### ¿Por qué se produce?

Al comenzar la pubertad, el cuerpo comienza a fabricar unas sustancias llamadas hormonas sexuales, que son las que producen los cambios corporales. Estos cambios pueden comenzar a partir de los 8 años en las chicas y de los 9 o 10 en los chicos. Estas hormonas se distribuyen por el organismo a través de la sangre y hacen que el cuerpo del niño se transforme en un cuerpo de adulto.

Durante esta época se produce un gran crecimiento, el llamado "estirón". Durante dos a cuatro años, los adolescentes ganan el 25% de la talla que tendrán de adultos y el 40% del peso de adultos. Los principales órganos del cuerpo, como el corazón, el riñón o el hígado doblan su tamaño.

La adolescencia y las etapas del desarrollo humano nunca deben ser vistas como una enfermedad, un problema o una etapa crítica. Sin embargo, si un o una adolescente no ha empezado su etapa de desarrollo a los 15 años, es conveniente buscar la asesoría de un profesional de la salud.



¡Conozcamos algunos de los cambios que pueden experimentar tanto los hombres como las mujeres al inicio de la pubertad!

### A. Cambios físicos de las mujeres en la adolescencia:

Aumento de estatura y masa corporal.

- Aparece el acné.
- Aparece vello en las axilas y genitales.
- Crecimiento de senos y caderas.
- Inicia el período reproductor con la menarquía o primera menstruación.



### Cambios físicos de los hombres en la adolescencia:

- Aumento de estatura y masa corporal.
- Aparece el acné.
- Aparece el vello en brazos, axilas, pecho, espalda, piernas y genitales.
- Inicia el período reproductor con la primera eyaculación.



### B. Cambios psicológicos:

1. El o la adolescente puede volverse agresivo/a, rebelde, aislado/a e inestable.
2. Experimentan cambios en los estados de ánimo, de repente sienten depresiones o rabia y luego felicidad.
3. Crece la necesidad de sentirse admirado y valorado en los grupos a los cuales pertenecen.
4. Empiezan a cuestionar las órdenes de sus padres, buscan libertad e independencia para escoger a sus amigos, amigas o pareja.
5. Se sienten presionados a tomar decisiones con las que no están de acuerdo.
6. Empiezan a sentir atracción erótico-afectiva por otras personas y a tener “amores platónicos”.

## Comunicación en la adolescencia

En esta etapa tratamos de construir el entorno social, la cercanía con los amigos crece aún más al tratar de ser aceptados por ellos convirtiéndose en seres muy importantes. Siempre hay que tener presente que la familia es el pilar fundamental de lo que somos y es la que nos guía por este proceso de cambios. La buena comunicación con los padres es la guía apropiada para esta edad. Daremos algunos consejos para mejorar la comunicación con los padres:

Exponga sus problemas con sinceridad, evitando ser cortante: confíele sus problemas, cambios físicos u otras situaciones.

No actúe de forma exagerada con los problemas por ejemplo: “usted no me quiere”, “no me comprende”, “esto no es justo”, son frases que debemos evitar pronunciar.

Confíe en los consejos que le dan sus padres, ellos tienen más años recorridos y experiencias vividas.

**¡Contesta!**

Después de lo leído sobre la pubertad y adolescencia, contesta de forma clara y ordenada lo que se te pide.

- Encuentra las palabras relacionadas a la pubertad y adolescencia que aparecen dentro de la sopa de letras, con un color o tu lápiz grafito resalta cada una de las palabras y diviértete.

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

- Identidad
- Riesgos
- Entorno
- Desarrollo
- Factores
- Ambientales
- Menstruación
- Adolescencia
- Preveanci3n
- Pubertad
- Social
- Hormonas
- Genéticos
- Nutrici3n
- Eyaculaci3n



- Con lo que leíste sobre la pubertad y adolescencia, completa el siguiente cuadro, escribiendo una F, si la característica le corresponde a la mujer, una M si le corresponde al var3n y una A si le corresponde a ambos.

Observa el primer ejemplo

Característica	Letra	Característica	Letra
Crecimiento de las mamas	F	Cambio de olor en el sudor	
Aparici3n de acné		Aumento de caderas	
Aparici3n de vello púxico		Eyaculaciones nocturnas	
Comienzo de la menstruaci3n y fertilidad.		Desarrollo de la musculatura	
Crecimiento del pene y testículos		Comienzan a tener amores plat3nicos	



3. Analiza y responde las siguientes preguntas después de que hayas leído sobre la pubertad y adolescencia.

1. ¿A qué edad puede comenzar la pubertad en las niñas?

---



---

2. ¿Qué cambios has visto en ti mismo?

---



---

3. Elabora un concepto con tus propias palabras sobre la pubertad

---



---

4. Menciona tres tipos de cambios pueden sufrir los hombres y mujeres durante la pubertad.

---



---

# 4 LECCIÓN

## ESTRUCTURA Y FUNCIÓN DEL SISTEMA REPRODUCTOR

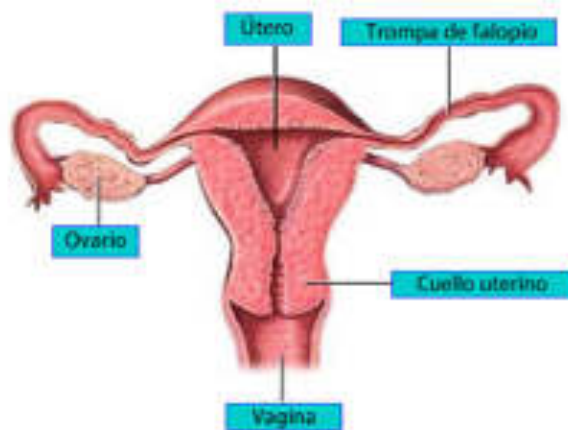
### TEMA

#### SISTEMA REPRODUCTOR

##### Sistema reproductor

Los ovarios son las gónadas femeninas productoras de hormonas sexuales como el estrógeno y la progesterona. Además generan los óvulos que son las células reproductoras femeninas. Los óvulos recorren las trompas de Falopio hasta llegar al útero.

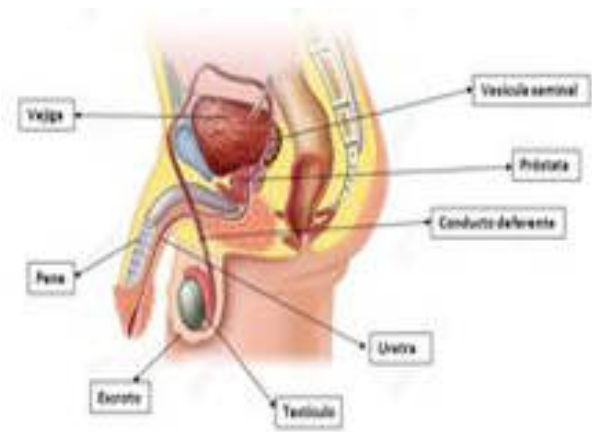
El útero es el lugar donde se desarrolla el óvulo fecundado



### Sistema reproductor masculino

El escroto aloja los testículos, que son las gónadas masculinas que producen espermatozoides. El cerebro controla la producción de la hormona testosterona.

Los espermatozoides viajan por los conductos junto con el semen, producido en las vesículas seminales hasta llegar al pene, que está diseñado para introducir el espermatozoide en la vagina de la mujer durante la relación sexual.





### Comunicación en la adolescencia

En esta etapa tratamos de construir el entorno social, la cercanía con los amigos crece aún más al tratar de ser aceptados por ellos convirtiéndose en seres muy importantes. Siempre hay que tener presente que la familia es el pilar fundamental de lo que somos y es la que nos guía por este proceso de cambios. La buena comunicación con los padres es la guía apropiada para esta edad. Daremos algunos consejos para mejorar la comunicación con los padres:

- Exponga sus problemas con sinceridad, evitando ser cortante: confíele sus problemas, cambios físicos u otras situaciones.
- No actúe de forma exagerada con los problemas, por ejemplo: “usted no me quiere”, “no me comprende”, “esto no es justo”, son frases que debemos evitar pronunciar.
- Confíe en los consejos que le dan sus padres, ellos tienen más años recorridos y experiencias vividas.

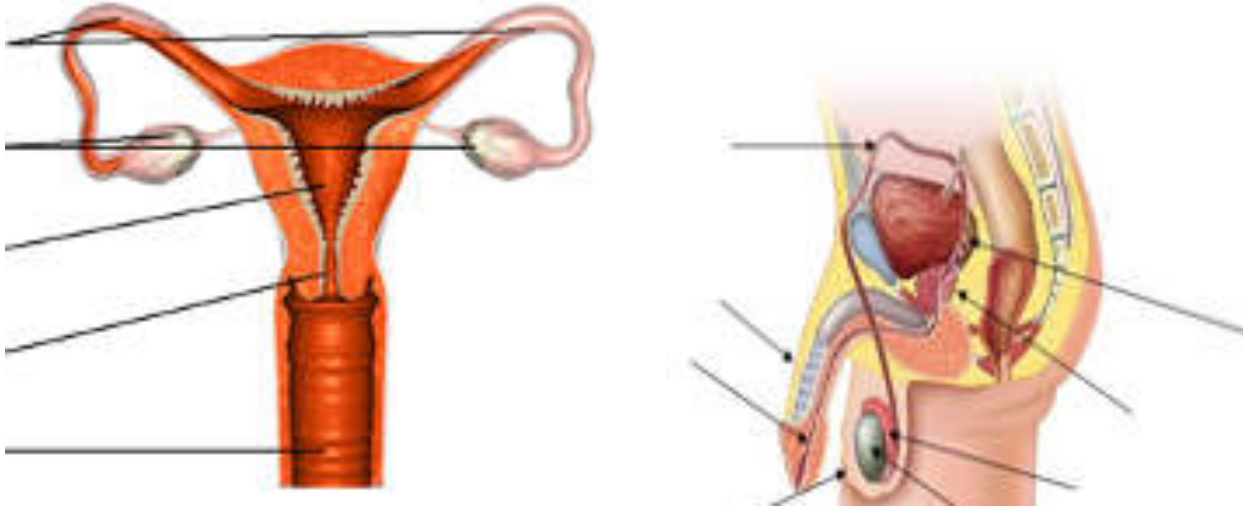
### Higiene de los genitales

Los genitales, al igual que todo nuestro cuerpo, necesitan ser lavados a diario utilizando un jabón neutro y aplicando los siguientes consejos:

<b>HIGIENE EN LA MUJER</b> 	<b>HIGIENE EN EL VARÓN</b> 
<p>Cambiar diariamente la ropa interior y que sea de algodón. Cambiar frecuentemente la toalla sanitaria durante la menstruación. Limpiar la vulva de adelante hacia atrás, cuando va al baño. No sentarse en el aro del sanitario de baños públicos. En caso de picazón, irritación, ardor o secreción, buscar ayuda médica.</p>	<p>Cambiar diariamente la ropa interior y que sea de algodón. No usar ropa interior apretada y sintética que provoca sudor. Secar bien los genitales luego de ir al baño. No sentarse en el aro del sanitario de baños públicos. En caso de picazón, irritación, ardor o secreción, buscar ayuda médica.</p>

**¡Contesto!**

1. Escribo las partes del sistema reproductor femenino y masculino, según lo que indica la flecha.
2. Estructuras del sistema reproductor femenino y masculino



3. Lea:

Doña Ana platicaba con su amiga Margarita y le comentaba que no le gusta llevar a su hija pequeña a los baños públicos que hay en los centros comerciales, por eso siempre le dice que vaya al sanitario antes de salir de casa, pero la niña no todas las veces puede y cuando están en los locales comerciales le dice que tiene ganas de ir al baño, entonces la debe acompañar porque no puede dejar que vaya sola. El otro día le tocó llevarla al baño público, que estaba muy sucio. Por supuesto, le aconsejó a la niña que no se sentara, pero eso es incómodo para su hija, además de que pueden ocurrir accidentes.

Doña Margarita le aconsejó, que su hija ponga los pies sobre la taza del sanitario, sin importar si se ensucia, lo que quiere evitar es que se enferme. A doña Ana no le parece buen consejo, porque se puede resbalar.

4. Conteste las preguntas sobre la lectura.
  - a. ¿Cómo nos protegemos cuando tenemos que ir a un baño público?

---



---



---

b. ¿Cómo podemos adquirir una infección en nuestros genitales por acudir a los baños públicos?

---

---

---

c. ¿Qué pensamos del consejo que le da doña Margarita a doña Ana?

---

---

---

d. ¿Cuáles son las infecciones que podemos contraer en nuestros genitales?

---

---

---

e. Asumimos que la niña empieza a sentir picazón, irritación, ardor o secreción en los genitales ¿Qué debe hacer su madre en este caso?

---

---

---

f. ¿Qué consejos de higiene personal le daríamos a la niña para evitar las infecciones en sus partes íntimas?

---

---

---

g. ¿Cuánta confianza tenemos con nuestros padres para hablar de este?

---

---

---

# **OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**



El 25 de septiembre de 2015, los líderes mundiales adoptaron un conjunto de objetivos globales para erradicar la pobreza, proteger el planeta y asegurar la prosperidad para todos como parte de una nueva agenda de desarrollo sostenible. Cada objetivo tiene metas específicas que deben alcanzarse en los próximos 15 años.



La **Secretaría de Educación** debe garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad, promoviendo oportunidades para el aseguramiento de aprendizajes pertinentes, relevantes y eficaces para todos.

<p><b>META 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Enseñanza gratuita, equitativa y de calidad.</li> </ul>	<p><b>META 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso a servicios de calidad en primera infancia y enseñanza preescolar.</li> </ul>	<p><b>META 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Acceso igualitario a formación técnica, profesional y superior de calidad.</li> </ul>	<p><b>META 4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Entregar competencias para el empleo, el trabajo decente y el emprendimiento.</li> </ul>	<p><b>META 5</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Eliminar las disparidades de género a todos los niveles de enseñanza.</li> </ul>
<p><b>META 6</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Que todos los jóvenes estén alfabetizados.</li> </ul>	<p><b>META 7</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Asegurar adquisición de teorías y prácticas que promuevan el desarrollo sostenible.</li> </ul>	<p><b>META 8</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Construir y adecuar instalaciones educativas que consideren a personas con discapacidad.</li> </ul>	<p><b>META 9</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aumentar el número de becas para enseñanza superior, profesional o técnica.</li> </ul>	<p><b>META 10</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Aumentar la oferta de maestros calificados.</li> </ul>



#HondurasQuedateEnCasa

# RECUERDA LOS 5 PASOS PARA DETENER EL CORONAVIRUS (COVID-19)

- ▶ **Manos**, lavarlas seguido
- ▶ **Codo**, toser o estornudar en el
- ▶ **Cara**, no te la toques
- ▶ **Distancia**, guardar una distancia de 1.5 metros
- ▶ **¿Te sientes enfermo?**, no salgas de casa



RECUERDA  
**DENUNCIA**  
AGLOMERACIONES AL  
**911**



**¡5 PASOS QUE SALVARÁN TU VIDA Y LA DE TU FAMILIA!**



Sigue las recomendaciones en nuestro sitio oficial:

**covid19honduras.org**

<http://www.desastres.hn/COVID-19/COVID-19-23.jpeg>



## AGRADECIMIENTO

La Secretaría de Educación, agradece el valioso apoyo brindado por la **Fundación para la Educación y Comunicación Social Telebásica STVE**, en el diseño y diagramación de estos Cuadernos de Trabajo 1, como un significativo aporte a la Educación de Honduras, en el marco de la estrategia pedagógica curricular para atender educandos en el hogar.

## Emergencia COVID-19

### **Cuaderno de Trabajo 1 - Ciencias Naturales Quinto grado de Educación Básica**

Impreso y publicado por la Secretaría de Educación  
en el marco de la emergencia nacional **COVID - 19**

Tegucigalpa, M.D.C., Honduras, C.A.

2020

CUADERNO DE TRABAJO 1

# CIENCIAS NATURALES 5 Grado



República de Honduras  
Secretaría de Educación