

# 1

## ¿Cómo somos?

### Los vigilantes de nuestro crecimiento

Los niños deben ir al pediatra una vez al año para confirmar que se encuentran sanos y que van creciendo y desarrollándose adecuadamente. El médico los explora y, entre otras pruebas, los mide y los pesa.

Los pediatras tienen tablas y gráficas en las que pueden ver cuáles son la estatura y el peso más frecuentes en las diferentes edades de niños y niñas.

Por supuesto, no todos los niños y niñas pesan y miden lo mismo. Hay diferencias de unos a otros que son perfectamente normales.

Pero cuando la estatura y el peso de un niño son muy diferentes de los valores habituales, es señal de que puede haber algún problema y hay que prestarle atención.

En este caso, el pediatra se encargará de estudiar el caso para poder corregir el problema y darle una solución.



### Lee y comprende el problema

- ¿Qué es un pediatra?
- ¿Crees que hay que ir al médico si no se está enfermo?
- ¿Para qué te pesa y te mide el pediatra?
- ¿Qué ocurre cuando el peso o la talla de un niño se apartan mucho de lo que es habitual?
- Observa la fotografía de la página de la izquierda y explica qué está ocurriendo.
- **EXPRESIÓN ORAL.** Representad por parejas una visita al pediatra. Uno hará de médico y el otro, de paciente. Luego, intercambiad los papeles.

### ➔ SABER HACER



#### TAREA FINAL

#### Interpretar gráficas

Al terminar la unidad sabrás interpretar una gráfica sobre la estatura de un niño.

Antes aprenderás las características que nos diferencian, las etapas que pasamos a lo largo de la vida y los cambios que ocurren en cada una de ellas.



## ¿QUÉ SABES YA?



- Cada persona tiene un aspecto distinto que nos permite poder diferenciarla de las demás.

**Observa la fotografía de la derecha e indica qué les diferencia y qué les caracteriza.**

- A medida que nos hacemos mayores nuestro cuerpo va cambiando.

**¿Qué cambios crees que ha experimentado tu cuerpo desde que llegaste por primera vez al colegio hasta ahora?**



# Morfología externa del cuerpo humano

Cuando conocemos a alguien por primera vez nos fijamos en su aspecto externo: si es hombre o mujer, su edad, su estatura y su peso, el color de sus ojos, de su pelo o de su piel.

Cada persona presenta características que la hacen ser diferente y única ante los demás. Los rasgos nos permiten reconocer a unas u otras personas porque nos hacen ser distintos. **1**

## Nos diferenciamos

Los aspectos externos que nos permiten distinguir unas personas de otras son fundamentalmente:

- **El sexo.** Los hombres y las mujeres nos diferenciamos. Los hombres físicamente son más musculosos, tienen más vello corporal y su voz es más grave. Las mujeres tienen una piel más suave, las caderas y senos más desarrollados y su voz es más aguda.
- **La estatura.** Todas las personas tienen una estatura distinta que va cambiando con la edad. Pueden ser bajas, medianas o altas.
- **La constitución física.** Hay personas que tienen cuerpos anchos y otras cuerpos más estrechos. Las personas pueden ser gruesas, delgadas y atléticas.
- **La edad.** Con el tiempo el cuerpo va cambiando nuestro aspecto externo y permite diferenciar entre un niño, un adulto y un anciano.
- **Los rasgos personales.** Cada persona tiene unos rasgos externos individuales que nos sirven para diferenciarlas del resto. La forma de la cara y de la nariz, el color de los ojos y de la piel o la voz, son características propias de cada persona.

Las personas nos diferenciamos exteriormente por el sexo, la estatura, la constitución física, la edad y los rasgos personales.



- 1** Cada persona tiene un aspecto diferente.



## Parecidos familiares

Si observas la cara de tus padres verás que en ellas puedes encontrar rasgos muy parecidos a los tuyos.

Puede que tengas el mismo color de ojos de tu padre o el mismo tipo de pelo de tu madre, o la nariz o la boca similar a la de uno de ellos. Somos una mezcla de nuestros padres.

Puede suceder que te parezcas poco a ellos o que, por el contrario, te parezcas más a un abuelo o a un tío.

También puedes parecerte o ser muy distinto a tus hermanos. Y es que dos hermanos que tengan los mismos padres, no significa que sean iguales. Uno de ellos se podrá parecer más a su madre y el otro más a su padre, o presentar rasgos físicos de ambos. Incluso las personas gemelas no son exactamente iguales. Cada persona es única. **2**

Aunque las personas de una misma familia puedan parecerse, todos somos seres únicos.



**2** A veces, los gemelos no son exactamente iguales.

## ACTIVIDADES

- 1** ¿Qué aspectos externos de una persona hacen que podamos diferenciarlas de las demás?
- 2** ¿Dos personas gemelas son exactamente iguales o pueden diferenciarse?
- 3** ¿A qué miembro de tu familia crees que te pareces físicamente?

# Creemos y cambiamos

Las personas vamos cambiando a lo largo de la vida. Todos pasamos por diferentes etapas en las que nuestro cuerpo crece y cambia. También nuestra mente se desarrolla y adquirimos nuevos conocimientos y habilidades.

Las etapas de la vida del ser humano son: la **infancia**, la **adolescencia**, la **edad adulta** y la **ancianidad**.

## La infancia

Es la etapa en la que más se crece y se cambia. Un bebé recién nacido depende de otras personas para casi todo. Según crece, su cuerpo va cambiando y aprende muchas cosas.

Esta etapa dura hasta los doce años, aproximadamente.

### TRABAJA CON LA IMAGEN

- Elige una de las escenas de la ilustración y descríbela.
- ¿Cuántas personas diferentes aparecen en la ilustración?



## La adolescencia

Entre los 12 y los 16 años, el cuerpo se transforma: es la **pubertad**. Las personas se preparan para ser adultas. Se producen cambios en el cuerpo y en la mente.

Ya existen diferencias visibles entre chicos y chicas. A los niños les cambia la voz y les aparece vello en la cara y en el cuerpo. A las niñas les crecen los senos y les cambia la forma corporal.

También se producen cambios en la forma de ser: los adolescentes son más independientes, empiezan a tener gustos personales y a tomar sus propias decisiones.

### La edad adulta

En la edad adulta el cuerpo está totalmente desarrollado y preparado para tener hijos.

Las personas adultas dejan de crecer y cambian lentamente. A algunos hombres, por ejemplo, se les empieza a caer el pelo.

En esta etapa las personas están preparadas para asumir **responsabilidades**, como el trabajo y el cuidado de los hijos, y ser parte activa de la sociedad.

EDAD ADULTA



ANCIANIDAD

### La ancianidad

En la ancianidad, el cuerpo va perdiendo agilidad, fuerza y resistencia. El pelo se suele volver blanco y aparecen arrugas en la piel.

Los mayores tienen muchas experiencias, recuerdos, conocimientos... ¡Podemos aprender mucho con ellos!

A lo largo de la vida, las personas pasamos por la infancia, la adolescencia, la edad adulta y la ancianidad.

### ACTIVIDADES

- 1 ¿Cuántos años tienes y en qué etapa estás? ¿Y tus padres?
- 2 **EXPRESIÓN ESCRITA.** Explica en tu cuaderno cómo te gustaría ser de adulto, a qué desearías dedicarte y si querrías tener hijos.
- 3 Pregunta a tus abuelos o a alguna persona mayor cómo jugaban de pequeños: nombres de juegos, juguetes que utilizaban...  
Elabora un informe que se titule *Los juegos de mis abuelos*.

# La infancia

La infancia es la primera etapa de la vida. Abarca desde el nacimiento hasta los doce años, aproximadamente. En esta etapa es en la que se crece más rápido. También existe una gran capacidad de aprendizaje.

## El bebé recién nacido

Un recién nacido mide unos **cincuenta centímetros** y pesa alrededor de **tres kilos**. Su pelo es fino y suave y en la tripa tiene unos restos de piel que cuando se desprenden dan lugar al **ombligo**. **1**

La cabeza de los bebés es muy delicada porque los huesos no están totalmente unidos.

Los bebés nacen sin dientes y se alimentan solo de leche. Necesitan que otra persona se encargue de cuidarlos y pasan mucho tiempo durmiendo.

Los bebés necesitan cuidados constantes, nacen sin dientes y solo toman leche.



**1** Bebé recién nacido. El ombligo se formará en pocos días.

## Los cambios corporales

Cuando nacen, los bebés tienen la cabeza muy grande en comparación con el cuerpo.

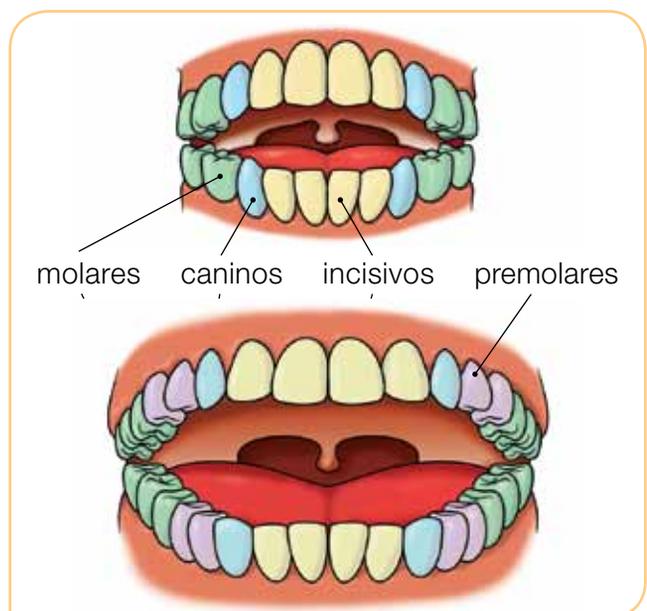
Durante el primer año aumentan mucho de peso y de estatura. Después, crecen más despacio. El cuerpo se hace más alargado y la cabeza ya no parece tan grande.

Los bebés nacen sin dientes. Estos comienzan a salir a partir de los cuatro meses, hasta que se completa la primera dentadura, llamada **dentadura de leche**. A partir de los seis años comienzan a caer los dientes de leche y van saliendo los definitivos. La **dentadura definitiva** se completa cuando las personas son adultas. **2**

Durante la infancia crecemos mucho. Primero salen los dientes de leche y cuando se caen salen los definitivos.

### TRABAJA CON LA IMAGEN

- ¿Cuántos dientes hay en la dentadura de leche? ¿Y en la definitiva?



**2** Dentadura de leche y dentadura definitiva.

## Los aprendizajes

A lo largo de la infancia se aprenden muchas cosas. Los niños pasan de ser bebés totalmente dependientes a saber hacer muchas cosas por ellos mismos.

Aprender a **andar** y a **hablar** son dos logros muy importantes. Los bebés suelen primero gatear y luego aprenden a ponerse en pie y a dar sus primeros pasos. Esto sucede alrededor del primer año de edad. **3**

Al principio los bebés lloran cuando necesitan algo o tienen hambre. Después se comunican también con la sonrisa y la risa. Más tarde dicen sus primeras palabras y alrededor de los dos años ya saben hablar. Han aprendido imitando a los adultos. Durante estos primeros años los idiomas se aprenden con mucha facilidad.

En la infancia los niños van al colegio. Allí aprenden muchas cosas. Además, se relacionan con otros niños, juegan, hacen amistades...

Durante la infancia se aprenden muchas cosas, entre ellas, a caminar y a hablar.

## La salud

Los hábitos saludables son muy importantes a cualquier edad. En la infancia debemos cuidar especialmente estos hábitos:

- Comer de todo en las cantidades adecuadas.
- Sentarnos bien y evitar cargar mucho peso.
- Lavarnos los dientes después de cada comida.
- Hacer ejercicio, dedicar tiempo al ocio y dormir lo suficiente.

Para crecer fuertes y sanos es importante tener hábitos saludables.



- 3** Los bebés aprenden a dar sus primeros pasos ayudados por sus padres.

## ACTIVIDADES

- 1** Escribe cinco características propias de los recién nacidos. Por ejemplo: *Pesan alrededor de tres kilos.*
- 2** Explica qué son los dientes de leche y los dientes definitivos.
- 3** ¿Qué te gusta hacer cuando estás con tus amigos?
- 4** **EXPRESIÓN ESCRITA.** Explica tus hábitos saludables en la vida diaria.

## Interpretar gráficas

Normalmente, cuando recogemos datos los anotamos en una tabla. Pero también podemos representarlos en una gráfica.

Una gráfica es un dibujo en el que se representan datos.

### ➔ Lee y observa la gráfica

Amparo es la mamá de Pablo. Desde que nació ha apuntado su estatura y la ha representado en la siguiente gráfica:



### ➔ Analiza la gráfica

- 1 En la gráfica hay dos líneas rojas que se llaman ejes, uno horizontal y otro vertical.
  - ¿Qué se representa en el eje horizontal? ¿Y en el eje vertical?
- 2 En la gráfica aparece una línea azul que se ha dibujado uniendo varios puntos marcados por aspás.
  - ¿Qué indican esas aspás?
- 3 La línea azul va creciendo de año en año. ¿Por qué? ¿Crees que podría disminuir de un año al siguiente?
- 4 Responde:
  - ¿Qué estatura tenía Pablo a los cuatro años? ¿Y a los seis?
  - Quitar y añadir: ¿Qué edad tenía Pablo cuando medía 86 centímetros? ¿Y 102?



**1 RESUMEN.** Copia en tu cuaderno el resumen y complétalo con las siguientes palabras:

ancianidad – desarrollado – adolescencia – hablar – sexo – infancia – física – caminar – cambia – personales – crece – edad – estatura – bajas



Los aspectos externos que distinguen a unas personas de otras son: el , la estatura, la constitución , la  y los rasgos .

Todas las personas tienen una  distinta que va cambiando con la edad. Hay personas , medianas y altas.

Las etapas de la vida del ser humano son: la , la , la edad adulta y la ancianidad.

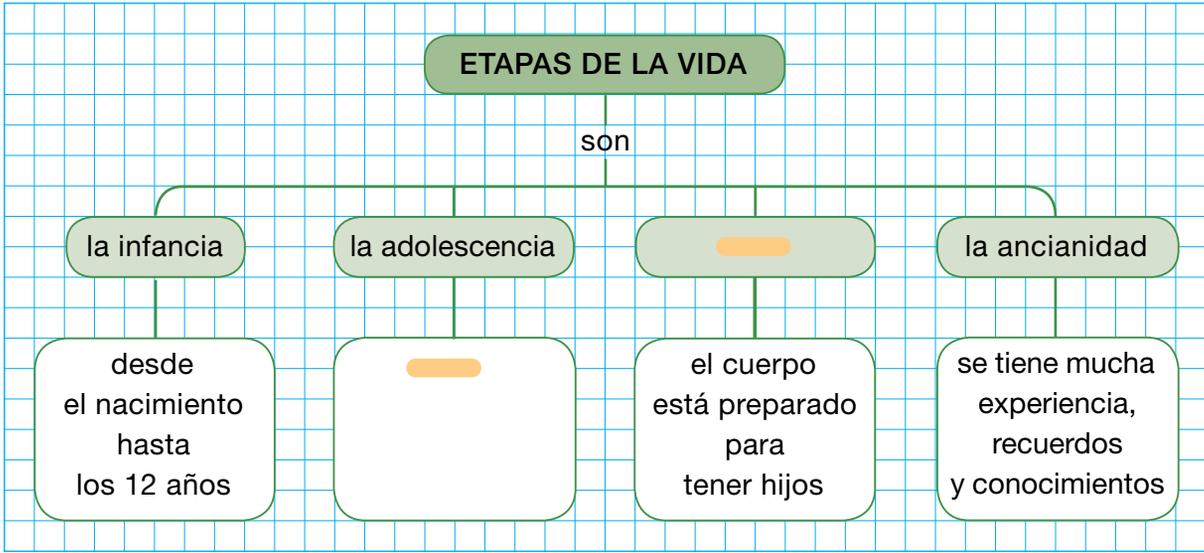
La infancia es la etapa en la que más se  y se .

En la edad adulta el cuerpo está totalmente .

En la  el cuerpo va perdiendo agilidad, fuerza y resistencia.

Durante la infancia se aprende a  y a .

**2 ESQUEMA.** Copia y completa en tu cuaderno el siguiente esquema sobre las etapas de la vida.



## ACTIVIDADES DE REPASO

- 1 Explica las diferencias que podemos encontrar en las personas según su aspecto externo.



- 2 ¿Cómo se comunican los bebés?

- 3 **PARA PENSAR.** ¿Qué forman los incisivos, caninos, premolares y molares?

- 4 Explica qué rasgo físico de tu cara es el que más te gusta.



- 5 La primera etapa de la vida es la infancia y la última la ancianidad. ¿En qué se diferencian?

- 6 **TRABAJO COOPERATIVO.** Escribe en tu cuaderno el nombre de dos compañeros de clase y describe cómo son sus caras, ojos, pelos y altura. Cuando termines, compáralos.

- ¿En qué se diferencian sus caras?
- ¿Tienen el mismo color de ojos?
- ¿Qué tipo de pelo tienen?
- ¿Son de la misma altura?



**7 Para crecer fuertes y sanos debemos tener unos hábitos saludables. ¿Cuáles de los siguientes lo son?**

- Sentarnos correctamente.
- Comer muchos dulces.
- Dormir suficientes horas.
- Alimentarnos de forma variada.
- Llevar mucho peso en la mochila.

**8 Explica cómo aprendiste a realizar las siguientes acciones. Di quién te ayudó y cómo te salían al principio.**

Atarte los cordones

Restar

Hacer puzles

**9 Ahora mismo te encuentras en la etapa de la infancia. ¿Qué puedes decir sobre esta etapa? ¿Qué te parece lo más importante de ella?**

**10 PARA PENSAR. Lee y responde las preguntas.**

*Luis y Antonia están contentos porque su hija Cristina ha encontrado un buen trabajo. Su otro hijo, Manuel, gritó de alegría con esa voz que sonaba un poco extraña porque le estaba cambiando. El abuelo Lucas, en cambio, se puso un poco triste porque él ya no trabajaba y se tendría que quedar solo en casa hasta que volvieran todos.*

- ¿En qué etapa de la vida se encuentra cada persona?
- ¿Cómo lo has averiguado?

**11 Pregunta a tus padres a qué edad comenzaste a hablar y cuál fue tu primera palabra.**

**Demuestra tu talento**

**Elige y realiza una de estas actividades:**

- A.** Busca información en Internet o en libros sobre las muelas del juicio y recóglala en una presentación.
- B.** Busca fotografías de tus familiares y empléalas para hacer un póster que refleje las etapas de la vida.
- C.** Los hijos se parecen a sus padres y a sus hermanos en algunas cosas. Escribe un relato a partir de esta idea.

