

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRENSIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**

ALUMNO/A:.....

FECHA: **DIVISIÓN:**.....



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN

COMPRENSIÓN DE TEXTOS

PROFESORADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



COMPRESIÓN Y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

¿Por qué un curso de comprensión y producción de textos?

Diversos agentes del Sistema Educativo (Nivel Secundario, Institutos Terciarios o Universidad) advierten que la formación del ingresante no siempre le permite enfrentar con éxito la continuación de estudios superiores.

El estudiante tiene dificultades para resolver problemas de aprendizaje por su escaso dominio de estrategias cognitivas que tienen una base lingüística y comunicativa. Por un lado, se suele decir que el joven no es un asiduo lector, que tiene problemas para captar el sentido de los textos de estudio más complejos. Pero... ¿cómo se advierten estos problemas? Son visibles cuando durante la lectura no logra discriminar las ideas ajenas, diferenciar su importancia o evaluar fuentes informativas más o menos fiables, exposiciones más o menos completas, intenciones más o menos justificadas. También porque le resulta difícil integrar conceptualmente la información nueva con la ya conocida, aceptando o rechazando datos nuevos según su seriedad o certeza. Por otro lado, se destacan las dificultades de los jóvenes a la hora de elaborar exposiciones orales o escritas con impacto exitoso sobre la audiencia: la mayoría de los chicos ingresantes suelen ser calificados como "escritores inmaduros". Finalmente, se advierte que los conocimientos que los alumnos han interiorizado no se convierten en herramientas de solución de sus problemas concretos para apropiarse de la situación; movilizar saberes anteriores. organizarse, planificar y gestionar información necesaria para solucionarla; controlar el estado de su procedimiento y evaluarlo.

Este curso pretende ayudar a los alumnos a realizar un diagnóstico propio, específico de sus capacidades, y otorgar herramientas para agilizar los procesos comprensivos y mejorar en la superación de los problemas que este detecte. El lenguaje nos interesa, en particular, porque permite apropiarse de los modos de pensar y de hacer, de las creencias y de las teorías. La lengua que poseemos, como producto de la capacidad de lenguaje, es el vehículo más sofisticado del ser humano para procesar información. Por medio de nuestra lengua accedemos a los distintos saberes, los sistematizamos, los conservamos, los compartimos y los transmitimos.

Los contenidos disciplinares de la carrera de Profesor de Educación Física plantean además de destreza física y conocimientos anatómicos y fisiológicos, desafíos de comprensión y producción de textos de variadas fuentes, progresivamente más complejos y diversificados en sus características léxicas y estructurales. Es notable el proceso de enriquecimiento del lenguaje y la valoración del sentido de los textos en el manejo propio de cada disciplina.

Las diversas áreas son portadoras de discursos particulares que se cargan de sentido porque son vehículo de conocimientos específicos. Hay una relación recíproca ya que el saber acerca de la lengua permite profundizar la comprensión de las disciplinas, a la vez que el contenido disciplinario justifica decisiones lingüísticas especiales en la formación de textos. Interesa, entonces, a los alumnos el uso del lenguaje como organizador del pensamiento, a través de un empleo cada vez más reflexivo y discriminado.

Leer no es una actividad mecánica. Cuando leemos, realizamos una actividad integral que consiste en encontrar sentido en lo escrito. El sentido no aparece de manera obvia, sino que la mente realiza una actividad inteligente para construirlo. Sólo atribuyendo sentido, conectado a los indicios diversos del texto, estaremos entendiendo lo que leemos. Y esa es una tarea activa que llamamos inferencia: en un escrito debemos inferir la intención del emisor, sin que él se encuentre presente y sin que podamos oír su voz o ver sus gestos o ademanes al hablar. Por eso la asignación de sentido puede volverse una tarea compleja y desafiante.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



El texto

La palabra “texto” proviene del vocablo latino “textum”, que quiere decir tejido. Esta denominación se da porque el texto tiene una organización interna, es decir, una red de relaciones que son las que llevan a unir un elemento con otro, tanto de forma como de significado. Por ello un texto es una totalidad estructural y semántica.

El texto es la expresión única e irrepetible en que un hablante o escritor construye su mensaje con un propósito comunicativo específico. Por eso decimos que es una unidad comunicativa. Se construye como un conjunto de enunciados (o un único) cuyos elementos guardan una relación de coherencia y cohesión. Solo así este conjunto puede ser denominado texto. Pero además de estas propiedades textuales el texto presenta otra propiedad textual que es la adecuación, es decir la presentación adecuada a determinada situación comunicativa, en función de una intención comunicativa, un interlocutor y las circunstancias en que se efectúa la comunicación.

Varios factores determinan la adecuación o inadecuación de un texto:

- Los conocimientos, deseos, creencias y valoraciones que poseen emisor y destinatarios, es decir, sus competencias.
- La relación existente entre ambos (grado de confianza, existencia de jerarquías tales como: jefe-empleado, director-actor, etc.
- Las condiciones institucionales que pautan los intercambios sociales, por ejemplo: solo los legisladores pueden sancionar el texto de una ley, un sacerdote realizar el oficio religioso, etc.

Propiedades textuales: coherencia y cohesión:

Coherencia

Para que un texto sea coherente, sus oraciones deben estar conectadas semánticamente, es decir, a través de su significado. Esta conexión permite reconocer en el texto una continuidad temática o el planteo de diferentes aspectos sobre un mismo tema. Por ejemplo: si observamos el siguiente texto comprenderemos que el mismo no es coherente, porque si bien tiene linealidad los temas de las oraciones no se corresponden, es decir no se relacionan.

Ayer fui al parque con mis hermanos, paseamos toda la tarde. El nitrógeno es un elemento esencial para seres vivos porque forma parte de sus cuerpos. ¿Cuántos años tienes? El último tren sale de la estación terminal a la medianoche.

Por otra parte, en el siguiente ejemplo es posible reconocer la relación semántica (significado) entre las oraciones, además del correcto uso gramatical.

Introducción: El cuerpo humano

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



El cuerpo humano es una “máquina biológica” de enorme complejidad, estudiarlo implica

identificar los elementos que lo componen y cómo están formados, organizados y estructurados, cuáles son sus propiedades y particularidades y fundamentalmente cómo se relacionan entre sí. Estudiar el cuerpo humano implica, además, identificar sus partes, reconocer su ubicación y comprender las funciones de sus componentes.

Estudiar al cuerpo humano es comprender que se trata de una estructura biológica compleja conformada por estructuras más pequeñas que se unen entre sí para dar una forma en distintos niveles, generando, de este modo, la conformación biológica actual que caracteriza a los seres humanos y los distingue del resto de los seres vivos.

El cuerpo humano debe relacionarse de manera equilibrada con el ecosistema. Para generar ese equilibrio recurre a procesos químicos y físicos de diferentes grados de complejidad; esta capacidad biológica de adaptación hace referencia a procesos de modificación de la estructura y función biológica, la cual le permite relacionarse de una manera más eficaz con el medio y también conservar su salud.

Particularmente el **movimiento** es una función del cuerpo humano que permite interactuar con el medio, relacionarse, comunicarse.

Para poder estudiar el cuerpo humano, sus estructuras, funciones, relaciones de regulación interna y fundamentalmente la motricidad nos remitiremos a las ciencias específicas que se dedican a ello.

(Fragmento de material de Fundamentos Biológicos. Cuadernillo de ingreso I.S.E.F.)

Actividades:

- 1) -Relea el fragmento del texto correspondiente a “Introducción: el cuerpo humano” y realice las actividades propuestas:
 - a)-Numere los párrafos.
 - b)-Enuncie en el margen izquierdo de la hoja el tema de cada párrafo (recuerde que es una oración unimembre que conforma un título donde se sintetiza el contenido de cada párrafo)
 - c)- Teniendo en cuenta el punto anterior diga cuál es el tema global del texto.
 - d)-¿Tiene sentido el texto? ¿Cómo podemos reconocerlo?

Cohesión

Las relaciones de sentido que se entretajan se pueden observar en la superficie del texto a través de mecanismos lingüísticos como son la elipsis, la sustitución pronominal, la sinonimia, antonimia, el uso de conectores.

Elipsis: Consiste en omitir ciertas palabras o expresiones para evitar repeticiones innecesarias. Sólo debe utilizarse cuando lo elidido no provoca confusión y es fácilmente recuperable por el contexto (lo que se dijo o escribió antes). Puede elidirse:

- ☛ Por ejemplo:

❖ DIAZ, VANESA

❖ QUIROGA, SILVINA



El sistema Braille, inventado en el siglo XIX, está basado en un símbolo formado por 6 puntos: aquellos que estén en relieve representarían una letra o un signo de la escritura en caracteres visuales.

Es importante destacar que no es un idioma, sino un código. Por lo tanto, las palabras y la sintaxis serán las mismas que para los caracteres visuales.

ELIPSIS:

☛ Un sustantivo:

Ej: Juan está en la biblioteca. Es muy estudioso.

En lugar de decir: Juan está en la biblioteca. **JUAN** es muy estudioso.

☛ Un verbo:

Ej: Marisa lee bien y Pedro también.

En lugar de decir: Marisa lee bien y Pedro también **LEE** muy bien.

ACTIVIDADES ELIPSIS:

1. **IDENTIFIQUE** las elipsis con (*) **Y ESCRIBA** las palabras elididas:

- Los gatos cuentan con un olfato muy sensible. Tienen la costumbre de marcar territorio con los olores.
- Las estaciones secas, en la zona norte, se producen en invierno y en la región sur, en verano.
- Ciertos hongos y bacterias, llamados descomponedores, juegan un papel fundamental porque desintegran los restos de los organismos muertos y liberan dióxido de carbono al aire, lo cual puede ser usado por las plantas.

2. **INDIQUE** las palabras eliminadas con * y reponga la palabra.

3.

Las piezas del esqueleto son órganos pasivos que no pueden efectuar movimiento alguno, a menos que intervengan los músculos, órganos activos. Están formados por células que tienen aspecto de huso, llamadas fibras musculares, las cuales se hallan reunidas en haces o masas.

Estas agrupaciones se encuentran cubiertas por la aponeurosis, que es una vaina o membrana resistente que impide que el músculo se desplace, y el perimisio, otra finísima membrana que, envolviéndolo también, separa unos haces de otros. El movimiento se logra mediante la contracción de células musculares, que hacen trabajo mecánico al contraerse, en cuyo acto se acortan y ensanchan. Están formadas por las proteínas miosina y actina

📍 Sustitución:

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....

mecanismos:



Muchas veces el autor de un texto para evitar repeticiones de una palabra o una expresión puede reemplazar la palabra a través de los siguientes

- **Referencia** pronominal: se reemplaza la palabra o expresión por una forma pronominal, adverbios pronominales y de adjetivos pronominales.

Por ejemplo:

Anatomía (ana-, de aná, a través, y -tomía, de tomée, corte) es la ciencia que estudia las estructuras corporales y las relaciones entre ellas.

PRONOMBRES: Son palabras que sirven para reemplazar palabras o frases ya mencionadas antes en el texto. No tienen significado por sí mismos, sino que depende del mismo texto.

PERSONALES. Sustituyen a quien habla, quien escucha o de quien se habla. Yo, mí, conmigo, me, nosotros/as, nos. Tú, usted, ti, contigo, te, vosotros/as, ustedes, os. Él/ella, ello, sí, consigo, se, lo/la, le, ellos/ellas, sí, consigo, los/las.

POSESIVOS. Indican posesión o pertenencia. Mía/mío/-s, tuya/tuyo/-s, suya/suyo/-s, nuestra/nuestro/-s, vuestra/vuestro/-s.

DEMOSTRATIVOS. Indican la relación locativa (distancia) del sujeto de enunciación respecto del objeto de discurso. Así se indica una relación de proximidad o lejanía en relación con lo que se nombra.

Esta/este/estas/estos, esa/ese/esas/esos, aquella/aquel/aquellos...

ACTIVIDADES: PRONOMBRES

1- Relea la oración y señale los pronombres referenciales presentados, indicando su referencia.

a) *La física es una ciencia que estudia las propiedades de la materia, la energía y los fenómenos de transformación de la materia y su evolución, a partir de ella podemos explicar fenómenos como el movimiento, la generación de energía y la producción de calor en el cuerpo humano.*

b) *El movimiento humano no solo se estudia desde una perspectiva física, pues se*

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



caracteriza por ser un movimiento que expresa inteligencia, sentimientos, emociones; esta característica nos

diferencia enormemente de la motricidad del resto de los animales.

- 2- Explique oralmente por qué fue necesario para el autor utilizar la referencia pronominal en esta oración.
- 3- Coloque en la siguiente oración un punto seguido con la sustitución referencial que corresponda para dar mayor claridad a la oración.

El sistema de músculos, huesos y articulaciones conforman el Aparato locomotor humano, controlados por el sistema nervioso central funcionan de manera conjunta y coordinada

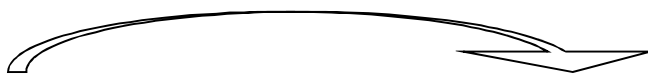
permitiéndole al organismo una gran cantidad de movimientos, desde la postura, para sostenernos de pie, pasando por las danzas, los deportes, el lenguaje escrito, la manipulación de objetos es generada por este sistema.

Está recomendado consumir naranjas en las primeras horas de la mañana. Esta fruta posee muchas propiedades, una de ellas es el aporte de vitamina C.

-Sinonimia:

sustituimos por sinónimos palabras o ideas similares que ya

han sido mencionadas.



ACTIVIDADES DE: SINONIMIA

1-LEA los textos y RESUELVA:

❖ DIAZ, VANESA

❖ QUIROGA, SILVINA

❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:

FECHA: DIVISIÓN.....



Trabajo del corazón y recorrido de la sangre

El corazón está trabajando desde que comienza la vida en el vientre materno, y lo sigue haciendo por mucho tiempo más, hasta el último día. Para que bombee sangre hacia todo el cuerpo, el corazón debe contraerse y relajarse rítmicamente. Los movimientos de contracción se llaman movimientos **sistólicos**, y los de relajación, movimientos **diastólicos**. La sangre sale del corazón a través de las arterias y se dirige hacia los pulmones. Allí recoge el oxígeno y regresa al corazón a través de las venas. El corazón la bombea hacia el resto del cuerpo, para llegar otra vez hasta él cargada de anhídrido carbónico y, así, ir nuevamente a los pulmones y volver a comenzar el ciclo.

- SUBRAYE las palabras o frases repetidas.
- REESCRIBA el texto usando sinónimos.

-**ANTÓNIMOS**: son palabras con significado opuesto. Por ejemplo:

Pero hay otra ciudad que ni llevo ni quiero llevar al campo. Y es la ciudad odiosa del trajín social, de los cafés, de los casinos y los clubes, de los teatros, de los parlamentos, la odiosa ciudad de las vanidades y las envidias. Huyo de esta ciudad en cuanto puedo. El campo es una liberación.

- **HIPERÓNIMOS**: designa un conjunto o una clase, mientras que los hipónimos designan los elementos que forman parte del conjunto.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA



ALUMNO:
 FECHA:

Las supersticiones no dejan vivir a Cristina. Una moneda con una efigie borrada, una mancha de tinta, la luna vista a través de dos vidrios, las iniciales de su nombre grabadas por azar sobre el tronco de un cedro, la enloquecían de temor.

🗨 **Conectores:** son nexos que sirven de enlace entre las ideas. Estos se utilizan en función de relación que se desee establecer oposición, de causalidad, de tiempo, etc. Los conectores más comunes son:

CLASE DE CONECTORES	CONECTORES	SE USAN PARA INDICAR...
TIEMPO	Antes, anteriormente, después, a continuación, ahora, cuando, simultáneamente, etc.	Tiempo, su evolución o especificar un punto determinado.
DE ADICIÓN	Y, además, inclusive, también	Suma, agregado de ideas.
DE OPOSICIÓN	A diferencia de, en oposición a, pero, sin embargo, en cambio, no obstante, etc.	Objeción, contraste, oposición de ideas o conceptos.
DE ORDEN	En primer/ segundo/ tercer lugar, a continuación, en adelante, etc.	Sucesión, orden, progreso de elementos en una secuencia lógica.
DE EJEMPLIFICACIÓN	Por ejemplo, para ejemplificar, tal es el caso de, etc.	Caso particular que ilustra un concepto general.
CAUSA-CONSECUENCIA	Porque, puesto que, ya que, debido a que, por eso, por ello, por esta causa, por esta razón/causa, etc. Así que, por lo tanto, en consecuencia, etc.	CAUSA: Motivo o razón de ser de algún concepto, hecho o fenómeno. CONSECUENCIA: Resultado o consecuencia de un hecho o idea.
ACLARACIÓN	Es decir, en otras palabras, o sea, etc.	Justificación, explicación de una idea o concepto.
OPCIÓN	O ¹ , u	Elección entre uno o más elementos.

1. Relea nuevamente el siguiente párrafo e identifique los conectores temporales el

¹¡Atención!! También “o” puede usarse para indicar que dos expresiones o más son sinónimos. Por ejemplo: Ciencias duras o exactas. En este caso no hay que elegir entre uno y otro término porque ambos significan lo mismo.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



conector adversativo presente en el párrafo.

2. Explique qué información introducen los temporales y confronta el adversativo.

Anatomía (*ana-*, de *aná*, a través, y *-tomía*, de *tomée*, corte) es la ciencia que estudia las estructuras corporales y las relaciones entre ellas. En un principio se estudió a partir de la disección (*dis-*, de *dis*, separado, y *-sección*, de *sectio*, corte), el acto de cortar las estructuras del cuerpo para estudiar sus relaciones. En la actualidad, hay una gran variedad de técnicas de imágenes como las radiografías o tomografías que contribuyen al avance del conocimiento anatómico. Mientras que la anatomía se ocupa de las estructuras del cuerpo, la **fisiología** (*fisio-*, de *physis*, naturaleza, y *-logía*, de *logos*, estudio) es la ciencia que estudia las funciones corporales, es decir, cómo funcionan las distintas partes del cuerpo. Es posible describir varias ramas de la anatomía y la fisiología.

TEXTO

1)-Complete la siguiente definición de texto teniendo en cuenta la información observada en el documento de clase.

Un..... es.....de palabras que.....
Lo construye una serie de enunciados que.....Sin embargo además de estas.....el texto debe ser.....
La.....de un texto se puede observar a través de.....de las ideas.
Las relaciones de.....que dan como resultado la.....se presentan a través de la..... como son.....,.....,.....,.....

TEXTO EXPOSITIVO

En los textos expositivos se utiliza el tiempo presente o pretérito imperfecto del modo indicativo para señalar hechos reales, objetivos de un tiempo vigente.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



Los textos de un tema de especialización como así también la vacunación de los textos enc...

Para que el lector comprenda los siguientes r...

- Pres...
- Pos...
- dec...
- Mos...
- emp...
- Ten...
- deb...

El texto de los textos **espe**cializados general, que se refieren a Su autor su experiencia en la materia. La información de interés es para el destinatario de los textos claros.

Por otra parte, el texto público rest... conocimiento... ser investigado... proveer inf...

En la sec... distinguir... tema y el pu... explican los hechos, car... finalmente... relevantes... puede apor... contenido t...

Los recursos explicativos utilizados para facilitar la comprensión del lector son:

***Definición:** expone los rasgos generales y específicos del contenido. En ella se presenta: el tema base (tema a definir) y la descripción (definición).

Los verbos utilizados en esta estructura identificadora de características o significados son los verbos: "ser", "llamar", "denominar" y "significar".

***Ejemplificación:** Mecanismo que consiste en relacionar un caso concreto con uno abstracto. Los conectores que presentan son: "por ejemplo", "a saber", "es el caso de" y el signo de puntuación "dos puntos".

***Clasificación:** Permite relacionar los contenidos gracias a sus rasgos similares.

***Descripción:** se caracterizan los elementos o nociones mencionados.

***Comparación:** se establecen semejanzas con conceptos o elementos más familiares o que resulta...

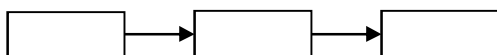
***Paráfrasis:** consiste en reformular lo expresado a través de diferentes elementos léxicos o estructuras sintácticas. Es un mecanismo de redundancia usado para facilitar y orientar el alcance del contenido.

***Narración:** presenta el contenido a desarrollar como el relato de hechos históricos, de anécdotas, experiencias concretas o procesos

Utilizan palabras científicas o tecnicismos del área en que se elabora el texto.

...gos particulares de objetos seres o fenómenos, de modo (expositivo descriptivo).

➤ Ordenamiento cronológico: se presentan hechos o fenómenos según su sucesión temporal (expositivo secuencial).

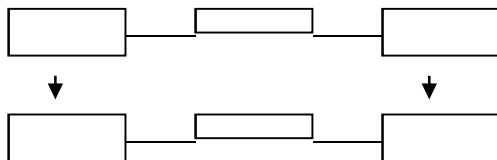


- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

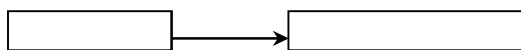


- Contraste u oposición: se establecen similitudes o diferencias entre elementos

diversos (expositivo comparativo)



- Causalidad: Se explica un fenómeno a través del análisis de sus causas y de sus consecuencias (expositivo de causa consecuencia)



- Problema-solución: Se plantea primero una incógnita, luego datos pertinentes para resolverla y, finalmente, posibles soluciones. (expositivo de problema- solución)



Paratextos

Para la comprensión del texto expositivo no solamente el autor hace uso de recursos explicativos sino que también recurren otro tipo de componentes que facilitan la comprensión lectora, éstos son los elementos paratextuales. Los paratextos son un conjunto de elementos que rodean o acompañan al texto, brindan datos complementarios y refuerzan su información.

El paratexto está integrado por elementos de distintas clases:

- **Verbales**: textos de contratapa, solapa, portada, índice, prólogo, epígrafes, títulos, subtítulos, notas, anexos, etc.
- **Icónico**: ilustraciones, fotografías, cuadros, esquemas, gráficos, diagramas, mapas, etc.
- **Materiales**: variación tipográfica (tipos y cuerpo o tamaño de la letra) y diagramación del texto en la página.

Las funciones de los paratextos son las siguientes:

1. Anticipan el contenido del texto.
2. Amplían la información.
3. Favorecen la representación mental del mundo al que el texto refiere.
4. Jerarquizan la información según los grados de importancia
5. Predisponen la lectura.

Proceso de producción escrita

Como observamos en el documento de información sobre las diferencias entre oralidad y escritura, la escritura es muy diferente a la oralidad. En la comunicación escrita entran en juego señales y procesos que no se presentan en la oralidad.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



En la comunicación oral reconocemos elementos procedentes del lenguaje corporal, frases que se interrumpen y se vuelven a retomar de otro modo

como así también el uso de gestos característicos de brazos y manos propios del lenguaje hablado. Estos elementos no se hallan presentes en la comunicación escrita. El mensaje que se pretende transmitir puede ser el mismo, y las palabras constituyen, ciertamente, el vehículo principal de la comunicación en ambos casos, pero la comunicación escrita requiere un sinnúmero de destrezas distintas. Por lo tanto, comprendemos que el proceso de escritura no es una simple transcripción de las ideas, sino una tarea ardua y compleja que consta de diferentes pasos o etapas:

1-Determinar el propósito comunicativo del texto:

El texto puede tener como finalidad describir un evento, explicar o defender una postura sobre un punto de discusión, puede tener como propósito presentar una experiencia personal o exponer el resultado de una lectura.

2-Escribir pensando en la audiencia:

El lenguaje y el contenido cambian según la audiencia.

3-Planificación textual:

La planificación sobre el contenido del texto es un proceso que se realiza antes de redactar. Consiste en hacer un esquema de contenidos o tomar nota sobre el posible contenido de la producción escrita. Estos esquemas y notas son flexibles, ya que a medida que se realizan el escritor puede quitar o agregar contenidos.

4-Releer la producción:

Una vez emprendido el proceso de escritura es necesario que el lector monitoree su texto, es decir, relea los fragmentos que ya han sido redactados. Esto permite mantener el sentido del texto, ya que se evalúa si los nuevos fragmentos escritos corresponden o no a la imagen mental que se tiene del texto. Además de corroborar la coherencia o respeto al plan de escritura elaborado antes de la redacción.

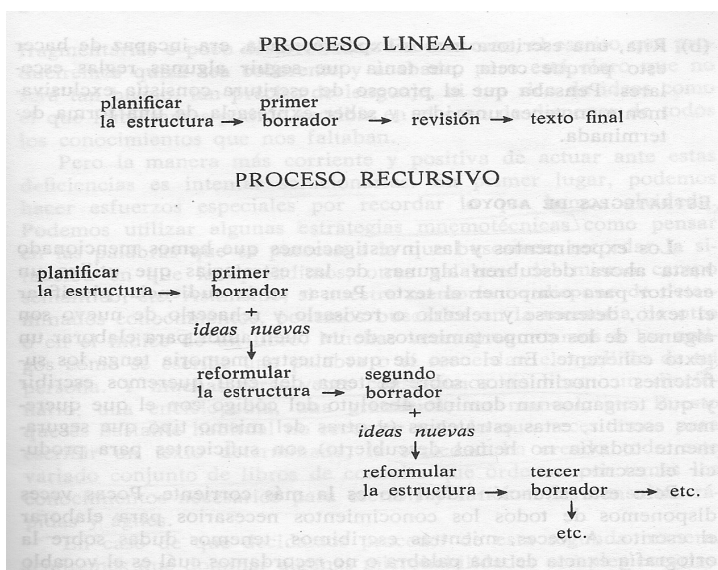
5-Corrección

Es necesario revisar y retocar el texto cuantas veces sea necesario. Estos retoques alteran el sentido prefijado, el orden. Existen diferentes tipos de retoques, aquellos que están destinados a la revisión de ideas y aquellos formales destinados a la revisión superficial del texto. Los primeros afectan el contenido y las ideas expuestas en el texto, los segundos afectan la parte gramática y ortográfica del texto.

6-Recursividad y linealidad en la composición:

La producción textual puede realizarse de dos modos diferentes lineal o recursivo. En el proceso lineal de producción el escritor planifica la estructura del texto, después escribe un borrador, luego revisa y finalmente realiza la versión final del escrito. Por otra parte, cíclico implica la anterior en cualquier producción y lleva a

el proceso recursivo o interrupción de una etapa punto del proceso de recomenzar nuevamente.



- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



LA COCINA DE LA ESCRITURA: TODA UNA PLANIFICACIÓN

Un buen escritor, es ante todo un buen lector decía Jorge Luis Borges. Así es. Sucede que para escribir hay que estar preparado y planificar antes de aventurarse a tratar una materia, tema o asunto.

Los alumnos y profesores de todos los niveles del sistema educativo son lectores y productores asiduos de textos expositivos, científicos o de opinión. En los primeros escritos predomina un vocabulario técnico o propio de una ciencia, precisión en las explicaciones, definiciones, conceptos, clasificaciones, se habla en tercera persona con un estilo impersonal². En segundo tipo textual predomina el uso de verbos de opinión y además de recursos como analogía, ironía, ejemplificación entre otros.

Para ser un escritor eficaz de textos es necesario investigar y leer (con más o menos profundidad) otros escritos que sirven de fuente. Es conveniente analizar y estudiar los textos bases para escribir luego.

No hay una fórmula para escribir. Sin embargo, hay que considerar aspectos como:

- NO ES RECOMENDABLE escribir una única vez un texto y según el fluir de la conciencia. Puede que olvidemos de incluir aspectos importantes que quizás, no los agreguemos en una versión posterior. El productor de textos (tanto cuando habla como cuando escribe) debe ser consciente que mientras más reescribe o reformula oralmente, mayores serán las posibilidades de lograr un texto coherente y de ser comprendido.
- UN TEXTO NUNCA ESTA ACABADO. Al pasar el tiempo, es probable que hagamos modificaciones a textos que hemos escrito. No somos los mismos después de haber leído tales o cuales producciones, ni después de haber vivido ciertos momentos, ya que el sujeto ha capitalizado esos conceptos. En otras palabras, tiene otros conocimientos previos. Esto no quiere decir que debamos producir un texto eternamente.
- Hay que tener en cuenta formalidades como la letra legible, la ortografía- este aspecto influye considerablemente en la coherencia textual- y la presentación. Es imperante atraer al lector para que desde lo visual se lo impulse a leer. Ya que el escrito se asienta en una comunicación diferida, es decir que no siempre estaremos cuando el destinatario comprenda nuestra producción.
- SER PRECISOS. Debemos estimar que el productor puede escribir para muchas personas o que los receptores leerán el texto después de pasado un tiempo. Un ejercicio útil es leer nuestro escrito a un amigo, familiar, vecino, etc. que desconozca sobre el tema tratado y pedirle que explique para ver si somos lo suficientemente explicativos, didácticos. Por supuesto que hay limitaciones dependientes de los destinatarios. No es el mismo tipo de vocabulario que emplearemos para un lector adulto con estudios universitarios que para un adolescente. Hay que tratar de ser claros, precisos, pero sin perder de vista a quiénes informaremos y cuáles son sus conocimientos previos.

² Ejemplo: La célula es la unidad mínima de vida. En estos casos, se habla en tercera persona gramatical (él/ ella/os/as) porque la intención es mostrar que el concepto es una verdad universal.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



- HAY UN PROCESO DE TEXTUALIZACIÓN O DE PRODUCCIÓN: Como se dijo antes, es necesario: 1- leer, indagar, 2- resumir, hacer esquemas, mapas conceptuales, etc., 3- estudiar lo leído, 4- elaborar un esquema que guíe la exposición u opinión y muestre los subtemas a tratar, 5- escribir el texto teniendo en cuenta el esquema mentor, 6- revisar y reescribir el texto.

TÉCNICAS DE ESTUDIO

GLOSARIO DE CONCEPTOS: listado de conceptos nuevos y búsqueda de su significado (diccionario, consulta personal, etc.)

RESUMEN: es la deducción del texto original construida con las mismas palabras del autor.

La elaboración del resumen supone la utilización de las siguientes operaciones:

- ❖ Supresión: se eliminan los elementos redundantes o irrelevantes.
- ❖ Selección: Se jerarquizan las ideas y se eligen las imprescindibles.
- ❖ Construcción: se enlazan las ideas seleccionadas y jerarquizadas.

SINTESIS: Es expresar con la máxima brevedad las ideas del texto. La síntesis implica una elaboración personal a diferencia del resumen en que puede o no incluirse fielmente a las palabras del autor.

MAPA CONCEPTUAL: Son representaciones gráficas de relaciones entre los contenidos.

La utilización de los mapas te permitirá:

- ❖ Seleccionarlos conceptos más importantes de un tema.
- ❖ Jerarquizarlos desde los más generales hasta los menos abarcativos.
- ❖ Observar las relaciones que se establecen entre los conceptos por medio de flechas (vectores).

PROCESO DE ELABORACIÓN DE UN MAPA CONCEPTUAL.

La construcción de un mapa requiere respetar diferentes momentos escalonados y sucesivos ordenados con consignas claras y concretas.

Las acciones a seguir son las siguientes:

1. Lectura comprensiva del texto a mapear: de fundamental importancia para poder dar sentido al contenido.

2. Descarga conceptual: selección de los conceptos más importantes del texto al mapa, verificando la inclusión de todos los que incluye el mismo.

3- Construcción del gráfico: se vuelca el papel cada concepto, ordenándolo de acuerdo con una forma lógica, jerarquizándolos en función de su inclusión, colocando en el tope del mapa el más general o abarcador, luego los secundarios.

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRESIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**

ALUMNO/A:.....

FECHA: **DIVISIÓN:**.....



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN

Anexo

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRENSIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Textos y Guías

Lea el apartado “El sistema esquelético” y realice las actividades propuestas:

El sistema esquelético

El sistema esquelético humano está conformado por 208 huesos dispuestos de manera simétrica algunos de ellos son únicos o impares situados fundamentalmente en la zona media, y muchos de ellos pares situados a ambos lados del cuerpo, la combinación de todos ellos permite que se constituya la estructura básica de nuestro cuerpo. Cada hueso del esqueleto se comporta como un órgano, su tejido combina células de distintos tipos (osteoblastos, osteocitos

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



y osteoclastos), y a su vez las células están formadas por materiales químicos

como el calcio (Ca) y fósforo (P), además de proteínas como el colágeno. Las células y el tejido del hueso están renovándose constantemente, y de esta manera fortifican la matriz ósea.

Los huesos y el sistema esquelético cumplen numerosas funciones básicas.

- a) *Sostén.* El esqueleto le proporciona al cuerpo una base estructural para sostener los tejidos blandos y los sitios de inserción para la mayoría de los músculos.
- b) *Protección.* El esqueleto protege los órganos internos de las lesiones. Por ejemplo, los huesos del cráneo forman una cavidad que protege al cerebro, los huesos de la columna (vértebras) la medula espinal, y las costillas protegen al corazón y los pulmones.
- c) *Movimiento.* Como la mayoría de los músculos esqueléticos se insertan en los huesos, al contraerse ellos traccionan y generan movimiento. [...]

1)-Numere los párrafos.

2)-Lea el texto y señale con una cruz la opción correcta.

El texto pertenece a la siguiente tipología textual:

- a)-Discurso científico especializado, fue elaborado por un autor experto para un lector experto y está publicado en un libro de escaso tiraje.
- b)-Discurso de semi- divulgación científica, fue elaborado por un autor experto para un lector con conocimientos en la materia, fue publicado en un libro.
- c)-Discurso de divulgación científica, es elaborado por un periodista o docente para un público en general, publicado en revistas, diarios y formatos de gran tiraje.
- d)-Discurso explicativo didáctico, es elaborado por un autor experto para transformar el saber sabio en saber enseñado, publicado y difundido en el círculo educativo.

2) Fundamente su elección con ejemplos específicos del fragmento que den cuenta de la tipología elegida.

3)-Presente en una oración el tema del texto. (recuerde que tópico y tema no significan lo mismo)

4)-Relea el primer párrafo y resuelva:

4.1-) -Marque con una cruz el recurso explicativo que se presenta en el primer párrafo del apartado:

- a) Una descripción
- b) Una ejemplificación
- c) Una definición
- d) Una narración

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



4.1.1)-Justifique oralmente su elección teniendo en cuenta las características y función del recurso elegido, luego transcriba

en su cuaderno lo expresado anteriormente.

4.2)-Relea la segunda oración y marque con una cruz la opción correcta.

- a) La oración presenta un caso particular de conformación de los huesos.
- b) La oración presenta una descripción de la conformación de los huesos.
- c) La oración presenta las consecuencias de la formación de los huesos.
- d) La oración presenta una comparación entre la morfología de los distintos huesos que conforman el cuerpo humano.

4.3) En el párrafo se presenta la siguiente construcción:

“Las células y el tejido del hueso están renovándose constantemente, y de esta manera fortifican la matriz ósea”.

4.3.1)-Mencione el recurso explicativo que se reconoce e indique sus partes.

4.3.2)-Explique oralmente la funcionalidad de este recurso explicativo en la oración.

HORMONAS Y EJERCICIO FÍSICO.

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRESIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



MINISTERIO DE EDUCACIÓN



Hormonas y Deporte

Ni que decir tiene la

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**



importancia que tienen las hormonas cuando nos iniciamos en cualquier tipo de práctica deportiva.

Las hormonas son sustancias químicas que se vierten a la sangre, para realizar determinadas funciones. Determinados autores afirman que, con la adaptación al entrenamiento, se van produciendo cambios en la personalidad del individuo, fruto de la liberación de hormonas con el ejercicio. hormona-y-deporte

El sistema nervioso segrega una serie de glándulas, glándulas endocrinas, que se liberan a la sangre cuando el individuo entrenado comienza a practicar, y otras*, llamadas exocrinas, que tienen funciones específicas y actúan como marcadores en tejidos diana del cuerpo.

Con la activación de las primeras*, las endocrinas, se vierten a la sangre sustancias que influyen en la práctica deportiva provenientes de las glándulas suprarrenales, que se encuentran en la cavidad abdominal, de los islotes pancreáticos (páncreas), de los testículos y los ovarios, en el caso de la mujer. Estas glándulas vierten hormonas a la sangre, y a continuación explicaré de qué tipo de hormonas se trata y qué implicaciones tienen cuando estamos practicando ejercicio físico.

La GH, conocida vulgarmente como Hormona del Crecimiento; es la responsable del crecimiento muscular del deportista, que implica una mejora de fuerza; y como consecuencia, del rendimiento. De ahí que los deportes en que la

fuerza sea predominante, como el boxeo y los deportes de lucha, se vean dañados en ocasiones porque los practicantes las consumen de forma exógena. También se le acusa a esta hormona de ser responsable de la pérdida de peso del deportista.

La Hormona Antidiurética (ADH), asociada a la absorción de líquidos en la vejiga del/la deportista, aumenta en un 800% con el ejercicio!, es decir, que cuando empezamos un ejercicio al 40% de intensidad, es razonable que te entren ganas de ir al baño.

La prolactina tiene efectos sobre individuos muy entrenados, principalmente en corredores que superan el umbral anaeróbico, es decir, corredores de larga distancia. Además, esta hormona ha provocado bastante controversia en el deporte femenino, acusándola de ser responsable de amenorreas (ausencia de menstruación) y oligomenorreas (retraso en la primera). Principalmente las afectadas son gimnastas y corredoras de larga distancia, o deportistas que entrenan a diario a intensidades elevadas.

Los opiáceos se liberan tras una respuesta al entrenamiento de alta intensidad, y al igual que algunas drogas que se consumen de forma artificial, provocan placer y disminuyen la sensación de fatiga al/la deportista. De ahí nos viene sonando que el deporte es una droga y que “engancha”.

Otras*, de menor relevancia es el Cortisol, que se libera con la exposición a situaciones muy estresantes, como es la competición; Las Hormonas Tiroideas, que elevan el metabolismo basal, y la Adrenalina y Noradrenalina, muy importantes tras empezar un ejercicio físico.

Si bien la primera provoca contracciones en el corazón, la segunda está implicada en el metabolismo del ejercicio. Éstas se liberan tras emociones intensas, o cuando tenemos miedo o estrés, durante la práctica deportiva. Los últimos

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



estudios afirman que los deportes muy muy intensos tras un tiempo prolongado de realización, pueden agotar la liberación de adrenalina.

La Dopamina y las Catecholaminas tienen efectos parecidos a la adrenalina durante el ejercicio; y la Insulina, o azúcar en sangre, es una hormona que disminuye a medida que nos vamos ejercitando. Por último, el estradiol, interfiere en procesos ováricos de mujeres deportistas tras la práctica de 8 semanas de ejercicio moderado.

Para concluir, éstos son algunos efectos, de forma resumida, de las hormonas que se liberan en el cuerpo del/la deportista tras la aparición de ejercicio físico o con entrenamiento.

Autora: Ana Puerta Morales

Fuente <https://www.deportesalud.com/deporte-salud-hormonas-deporte.html>

Actividades

1. ¿Cuáles son los elementos paratextuales que presenta el texto? ¿Qué información proporcionan?
2. Establezca a qué tipo de texto expositivo corresponde el artículo anterior. Justifique su respuesta.

- Texto académico:
- Divulgación científica:

3. ¿A qué tipo de secuencia expositiva responde el texto? Justifique.
4. Escriba una pregunta que sea respondida por cada párrafo, respectivamente.
5. Escriba una oración unimembre a modo de título para cada párrafo, respectivamente.
6. En cada párrafo, subraye la expresión que, según su entender, condensa el contenido semántico.
7. Transcriba del segundo párrafo una definición. Explique por qué la autora emplea este recurso explicativo.
8. En el mismo párrafo señale una cita de autoridad. Explique qué función tiene el empleo de ese recurso explicativo.
9. Diga qué tipo de relaciones lógicas se dan en la primera oración del cuarto y décimo párrafo y la última del octavo. Justifique.
 - Causa/consecuencia:
 - Comparación:
 - Contraste u oposición:
 - Condición:

10. A partir de la información proporcionada en el octavo párrafo, elabore una definición de “opiáceos”
11. Diga a qué palabras refieren las expresiones referenciales marcadas con asterisco.
12. Diga qué función cumple el conector “es decir” en el sexto párrafo. Sustitúyalo por otro equivalente.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



13. Reemplace los conectores “Por último” y “Para concluir” de los dos últimos párrafos por otros de función equivalente.

La importancia de la actividad física en niños y adolescentes

Practicar ejercicio es una de las acciones que más benefician a la salud de una persona a lo largo de su existencia. No sólo ayuda a que el organismo tenga un mejor y correcto funcionamiento, sino que también es lo que permite lograr un estado mental saludable. Además, es uno de los métodos preventivos más eficientes contra muchas enfermedades, incluyendo el síndrome metabólico, que comprende varios factores de riesgo para desarrollar una enfermedad cardiovascular, entre los que figuran la obesidad abdominal, diabetes de tipo II, hipertensión o en casos graves, infartos y derrames cerebrales. Sin embargo, en las últimas décadas la actividad física se ha visto desplazada por un mayor sedentarismo conforme la vida moderna exige que las personas pasen cada vez más horas del día dedicadas al estudio o al trabajo, sumado a un desarrollo tecnológico en constante aumento. Todo esto lleva a un sedentarismo tal alto que ya empieza a considerarse como un peligro para la salud de los seres humanos. Preocupados por cómo el sedentarismo empieza a impactar en el ritmo de la población infantil y juvenil, el Comité Olímpico Internacional, en conjunto con otras instituciones como la Organización Mundial de la Salud, reunió a un grupo de expertos en enero de 2011 para discutir el papel y la

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



importancia del deporte en la salud, aptitud y estado mental de los jóvenes; para evaluar la evidencia científica; y así establecer una serie de bases para la

toma de decisiones.

El objetivo de la investigación del Centro de Salud y Rendimiento de la Universidad de Guelph fue identificar las soluciones potenciales propuestas por el Comité Olímpico Internacional, comparándolas con las colaboraciones entre algunos gobiernos así como sus programas de promoción al deporte en niños y adolescentes, y revisar las lagunas existentes es decir, conocer por qué los niños y adolescentes no están practicando deportes, a pesar de los esfuerzos gubernamentales. De acuerdo con el estudio Declaración de consenso del Comité Olímpico Internacional sobre la salud y la aptitud de los jóvenes a través de la actividad física y el deporte (1), realizado por un grupo de especialistas del Centro de Salud y Rendimiento de la Universidad de Guelph, en Canadá, y liderado por la Dra. Margo Mountjoy, se estima que actualmente las características del síndrome metabólico están afectando a entre un 3% y un 14% de los jóvenes a nivel global, lo que favorece el aumento de la obesidad en niños y jóvenes. “ Los estudios observacionales han encontrado que en la población infantil y juvenil existe una estrecha relación entre sobrepeso, obesidad y bajos niveles de actividad física, combinación ideal para que el síndrome metabólico se manifieste. Un fenómeno alarmante, si consideramos que hasta hace poco el síndrome metabólico era un padecimiento exclusivo de los adultos”, considera la Dra. Mountjoy, quien participará en la Serie Científica Latinoamericana 2014, a realizarse en septiembre en Buenos Aires, Argentina. Por ejemplo, dado el alto índice de sobrepeso y obesidad en niños y jóvenes, se pudo concluir que las intervenciones de promoción del deporte en esta población son fundamentales para detener esta prevalencia que parece ir en alza. Pero no basta con campañas de fomento a la actividad física. Estudios realizados por el cuerpo científico del COI sugieren que las campañas deben ser más específicas en cuanto a la difusión deportiva, por ejemplo, informar a los padres sobre el efecto benéfico de una prolongada actividad física en los niveles de lípidos en sangre de personas jóvenes.

La idea sería establecer estrategias publicitarias que puntualicen que niños y jóvenes deberían practicar un mínimo de 40 minutos de actividad física al día, cinco días a la semana y con una duración de, por lo menos, cuatro meses para lograr una mejoría considerable en sus niveles de lípidos y lipoproteínas. De esa forma, dicen los expertos, podrán apreciarse resultados visibles no sólo en la complexión física (aspecto que inevitablemente interviene en el desarrollo de la autoestima, sobre todo en adolescentes), sino que además asegurarán un crecimiento sano, serán menos propensos a padecer enfermedades crónicas al llegar a la edad adulta, y podría verse una mejoría generalizada en un rendimiento académico promedio.

Fuente: (1) International Olympic Committee consensus statement on the health and fitness of young people through physical activity and sport: Margo Mountjoy, Lars Bo Andersen, Neil Armstrong, Stuart Biddle, □ Colin Boreham, Hans-Peter BrandlBedenbeck, Ulf Ekelund, Lars Engebretsen, Ken Hardman, Andrew Hills, Sonja Kahlmeier, Susi Kriemler, Estelle Lambert, Arne Ljungqvist, Victor Matsudo, Heather McKay, Lyle Micheli, Russell Pate, Chris Riddoch, Patrick Schamasch, Carl Johan Sundberg, Grant Tomkinson, Esther van Sluijs, Willem van Mechelen. (2) World Health Organization. Global Status Report on Noncommunicable Diseases 2010. Description of the Global Burden of NCDs, Their Risk Factors and Determinants. Geneva: World Health Organization, 2011

<http://www.seriecientifica.org/es/2014/la-importancia-de-la-actividad-fisica-en-ninos-y-adolescentes>

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



1.)-Observe los elementos paratextuales del texto *La importancia de la actividad física en niños y adolescentes* responda las siguientes consignas:

1.1)-Marque los elementos paratextuales que se presentan

- a) Título, infografía y subtítulo
- b) Título, fotografía y fuente
- c) Título, fuente y subtítulo
- d) Título, epígrafe y fuente

1.2)-Los elementos paratextuales presentados en el texto permiten:

- a)-Anticipar el contenido del texto y comprender la lectura del mismo.
- b)-Resumir el contenido del texto y generar debate sobre el mismo.
- c)-Escudriñar el contenido del texto y explicar la lectura del mismo.
- d)-comprender el contenido del texto y responder dudas sobre lectura del mismo.

2) Lea el texto en forma global y realice las siguientes actividades:

2.1). Marque la opción correcta. ¿Para qué fue escrito este texto?

- a) Para convencer.
- b) Para dar instrucciones.
- c) Para informar.

d) Para entretener

2.2)-El texto pertenece a la siguiente tipología textual:

- a)-Discurso científico especializado, fue elaborado por un autor experto para un lector experto y está publicado en un libro de escaso tiraje.
- b)-Discurso de semi-divulgación científica, fue elaborado por un autor experto para un lector con conocimientos en la materia, fue publicado en un libro.
- c)-Discurso de divulgación científica, es elaborado por un periodista o docente para un público en general, publicado en revistas, diarios y formatos de gran tiraje.
- d)-Discurso explicativo didáctico, es elaborado por un autor experto para transformar el saber sabio en saber enseñado, publicado y difundido en el círculo educativo.

3)-Escriba en una oración el tema del texto.

4)-Relea el primer párrafo y resuelva las siguientes consignas:

4.1)-Teniendo en cuenta la primera, segunda y tercera oración del primer párrafo, elabore una definición de "Práctica de ejercicio físico"

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



4.2)-Marque con una cruz la alternativa correcta:

La expresión “sino que también” significa que:

- a)- Practicar ejercicio ayuda al organismo a tener un mejor funcionamiento y permite lograr un estado más saludable.
- b)- Practicar ejercicio ayuda al organismo a tener un mejor funcionamiento con ello permite lograr un estado mental saludable.
- c)- Practicar ejercicio físico ayuda al organismo a tener un mejor funcionamiento causando un estado mental saludable.
- d)- Practicar ejercicio físico ayuda al organismo a tener un mejor funcionamiento generando simultáneamente un estado mental saludable.

4.3)-Señale cuál de las siguientes alternativas indica correctamente la relación lógica de la expresión “*el síndrome metabólico que comprende varios factores de riesgo para desarrollar una enfermedad cardiovascular, entre los que figuran la obesidad abdominal, diabetes tipo II, Hipertensión o en casos graves, infartos y derrames cerebrales*”.

- a)-Presenta una relación de causa consecuencia porque el síndrome metabólico desencadena una serie de enfermedades cardiovasculares.
- b)-Presenta una relación de causa consecuencia porque el síndrome metabólico desencadena varios factores de riesgo físicos que pueden desarrollar una enfermedad cardiovascular .
- c)-Presenta una relación de causa consecuencia porque diferentes factores de riesgo desencadenan el síndrome metabólico.
- d)-Ninguna de las anteriores es correcta

4.4)-Marque la opción correcta:

El conector *sin embargo* introduce:

- a)-Una ejemplificación con respecto a lo mencionado anteriormente en el párrafo.
- b)-Una oposición de la idea con respecto a la mencionado anteriormente en el párrafo.
- c)-Una marcación de orden discursiva con respecto a lo mencionado anteriormente en el párrafo.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



d)-Una adición de las ideas con respecto a lo mencionado anteriormente en el párrafo.

4.5)-Señale en el texto qué expresión reemplaza la construcción “Todo esto” y marque el recurso cohesivo que se presenta

- a)- Elipsis
- b)-Referencia pronominal
- c)-Referencia sinonímica
- d)-Conector de tiempo

4.6)-Entre la cuarta y quinta oración del primer párrafo se establece una relación lógica. Señale cuál de las alternativas representa esa relación.

- a)-La quinta oración establece una relación de consecuencia con respecto a la cuarta.
- b)- La quinta oración establece una relación de oposición con respecto a la cuarta.

c)-La quinta oración establece una relación causal con respecto a la cuarta

d)-La quinta oración del párrafo establece una relación temporal con respecto a la cuarta.

4.6.1)-Fundamente en dos renglones su elección.

5)-Relea el segundo párrafo y marque la opción correcta en las consignas propuestas:

5.1)-En el segundo párrafo la siguiente construcción “conocer por qué los niños y adolescentes no están practicando deportes, a pesar de los esfuerzos gubernamentales” indica una reformulación porque:

- a)-Se presenta con nuevas palabras un caso particular de lo expuesto en el fragmento anterior de la oración.
- b)-Se presenta con otras palabras una aclaración de lo expuesto en el fragmento anterior de la oración.
- c)-Se presenta con otras palabras las consecuencias de lo expuesto en el fragmento anterior de la oración.
- d)-Se presenta con otras palabras la descripción de lo expuesto en el fragmento anterior de la oración.

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA

ALUMNO/A:.....

FECHA: DIVISIÓN.....



5.2)-La cita presentada en la tercera y cuarta oración del segundo párrafo indica:

a)-Una reformulación de lo presentado

anteriormente

b)-una descripción de lo presentado anteriormente

c)-una comparación con lo presentado anteriormente

d)-ninguna de las alternativas es válida.

5.3)- Señale el conector presente en la quinta oración del párrafo y diga qué recurso explicativo se presenta

El conector adversativo pero establece la siguiente significación entre las proposiciones

- a) La promoción del deporte en niños y jóvenes no es suficiente, sino que además se debe concientizar también a la generación adulta encargada de los jóvenes y su salud.
- b) La promoción del deporte en niños y jóvenes no es suficiente simultáneamente se debe concientizar a la generación adulta encargada de los jóvenes y su salud.
- c) La promoción del deporte en niños y jóvenes no es suficiente por ello se debe concientiza a la generación adulta encargada de los jóvenes y su salud.
- d) Ninguna de las opciones es correcta en el significado.

6)-Relea el tercer párrafo y marque la opción correcta en las consignas

6.1)-La construcción sustantiva “estrategias publicitarias”, funciona en el tercer párrafo como:

- a) Hiperónimo de campañas
- b) Hipónimo de campañas
- c) Antónimo de campaña
- c) Pronombre de campaña

6.2)-Señale el sinónimo del término menos propensos, presente en la última oración del tercer párrafo.

- a) Menos expuestos
- b) Menos dados
- c) Menos predilectos
- d) Ninguna de las opciones es correcta

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRESIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**

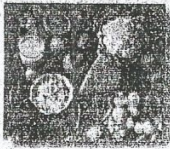
ALUMNO/A:.....

FECHA: **DIVISIÓN:**.....



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



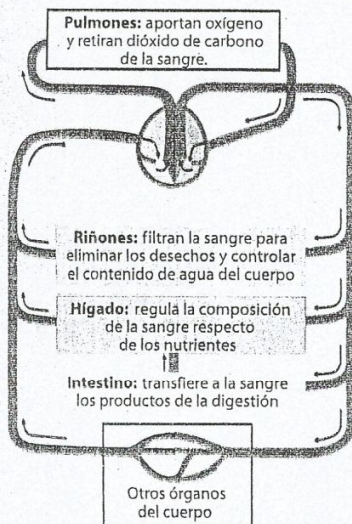
Capítulo 10

La circulación

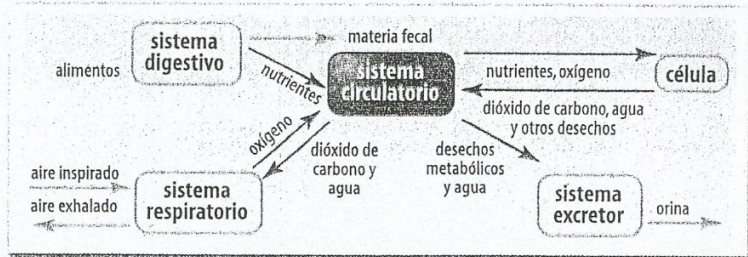
La nutrición en el organismo humano

El sistema circulatorio o cardiovascular transporta todas las sustancias que deben llegar a las células y salir de ellas.-Sus principales funciones son: transportar el oxígeno y el dióxido de carbono implicados en el proceso de respiración celular; distribuir los nutrientes y las sustancias que se sintetizan en ciertos tejidos y deben llegar a otros; transportar células y proteínas que participan en los mecanismos de defensa del organismo; retirar los desechos de las células y distribuir calor en el cuerpo, ayudando a mantener constante su temperatura.

El sistema cardiovascular



El recorrido que realiza la sangre entre el corazón y los pulmones se conoce como circulación menor; el circuito que la lleva entre el corazón y el resto de los órganos se denomina circulación mayor.



Este sistema está constituido por el corazón y por una red de vasos que se extiende por todo el cuerpo. En la red de vasos sanguíneos, pueden diferenciarse dos tipos: las arterias y las venas.

La sangre circula por las arterias desde el corazón hacia los tejidos de todo el organismo. Con excepción de la arteria pulmonar, la sangre arterial es oxigenada. La sangre circula por las venas desde los tejidos hacia el corazón. Excepto en la vena pulmonar, la sangre venosa es carboxigenada. Se llama *carboxigenada* a la sangre que llega a los pulmones porque tiene mayor proporción de dióxido de carbono que la que sale de ellos. Se llama *oxigenada* a la sangre que sale de los pulmones porque tiene mayor contenido de oxígeno que la que llega a ellos después de recorrer todos los tejidos del cuerpo.

El sistema circulatorio humano, al igual que el de todos los animales mamíferos, es cerrado y doble. Es un sistema cerrado porque los intercambios entre la sangre y los tejidos corporales se realizan a través de las paredes de los vasos. El pasaje de las sustancias se lleva a cabo en los capilares, que son vasos sanguíneos sumamente delgados y de paredes muy finas, que se distribuyen intrincadamente en los tejidos para ponerse en contacto con sus células. Es un sistema doble porque en él pueden diferenciarse dos circuitos: en uno circula la sangre entre el corazón y los pulmones y en el otro lo hace desde el corazón hacia el resto del cuerpo.

En condiciones normales, los músculos reciben el 20 % de la sangre que bombea el corazón y el cerebro, el 25 %. Esta distribución es desproporcionada si se tiene en cuenta el porcentaje del peso corporal que corresponde a los músculos y al cerebro. Sin embargo, las complejas funciones cerebrales requieren de un aporte constante de unos 250 mililitros de sangre por segundo.

El sistema cardiovascular no es la única red de transporte que tiene el cuerpo. Los vasos linfáticos también constituyen una trama que recorre el organismo, por la cual fluye un líquido acuoso y transparente llamado *linfa*.

Vasos sanguíneos y capilares. Si se extendieran totalmente los vasos sanguíneos que recorren el cuerpo de un adulto, sin considerar los capilares, alcanzarían una longitud aproximada de 96,5 km. En un kilogramo de tejido muscular se estima que hay 190 km de capilares.

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FÍSICA DE SAN JUAN

CURSILLO DE INGRESO

COMPRESIÓN y PRODUCCIÓN DE TEXTOS

DOCENTES A CARGO:

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**

ALUMNO/A:.....

FECHA: **DIVISIÓN:**.....



MINISTERIO DE
EDUCACIÓN

- ❖ DIAZ, VANESA
- ❖ QUIROGA, SILVINA
- ❖ GONZALEZ, VERÓNICA



El mecanismo de la circulación

Estructura y funcionamiento del corazón

El corazón humano tiene un tamaño similar al de un puño. El corazón de un bebé pesa unos 20 gramos; el de un adulto, unos 300 gramos.

El corazón está claramente dividido en dos mitades, derecha e izquierda. La mitad derecha recibe la sangre que recorre todos los tejidos y la bombea hacia los pulmones; la mitad izquierda recibe la sangre proveniente de los pulmones y la bombea hacia el resto de los órganos.

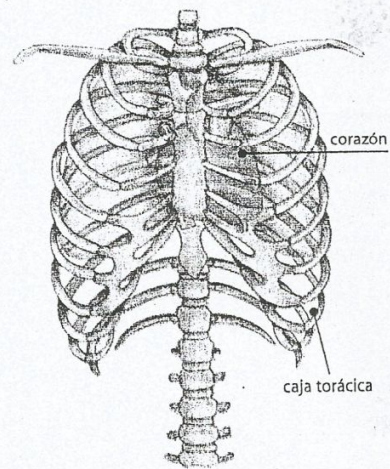
Cada mitad del corazón se compone de dos cámaras: una aurícula, que recibe la sangre y un ventrículo, que la expulsa. Las paredes de los ventrículos son más gruesas que las de las aurículas. Ellos realizan el mayor trabajo de bombeo.

Las cámaras están separadas parcialmente por válvulas, que actúan como compuertas que permiten el paso de la sangre en una sola dirección: desde las aurículas hacia los ventrículos y desde los ventrículos hacia las arterias.

Los movimientos involuntarios del músculo cardíaco impulsan la sangre y se conocen con el nombre de *latidos cardíacos*. Cada latido bombea unos 70 mililitros de sangre y dura menos de un segundo. Para estudiar el mecanismo por el cual la sangre se desplaza dentro del corazón, es necesario imaginar que ocurre a una velocidad menor que la real. De ese modo, es posible describir una serie de pasos:

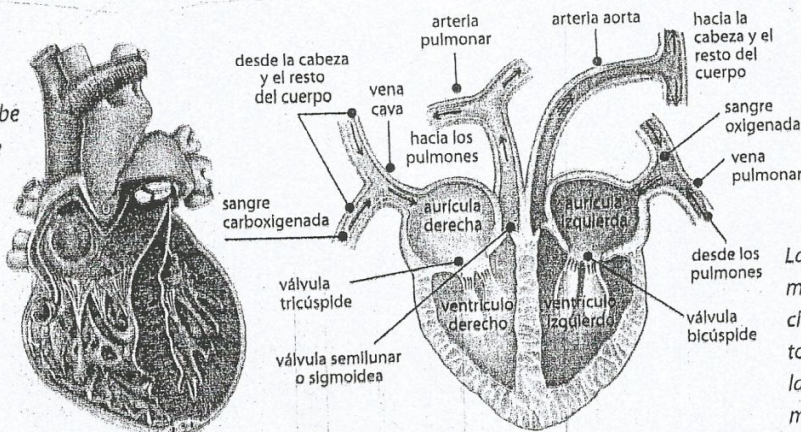
- la sangre ingresa a las aurículas a través de las venas. La vena cava desemboca en la aurícula derecha y la vena pulmonar, en la izquierda;
- las aurículas se contraen. Este movimiento y el flujo de sangre abren las válvulas tricúspide y bicúspide, por lo cual la sangre pasa a los ventrículos. Al mismo tiempo, se cierran las válvulas semilunares, que se encuentran entre los ventrículos y las arterias;
- la sangre acumulada en los ventrículos es impulsada por la contracción de las paredes ventriculares. Estos movimientos provocan el cierre de las válvulas tricúspide y bicúspide, y la apertura de las semilunares;
- la sangre del ventrículo derecho sale por la arteria pulmonar; la sangre del ventrículo izquierdo sale por la arteria aorta. A continuación, las válvulas semilunares se cierran y así impiden el retroceso de la sangre hacia el corazón;
- las paredes del corazón se relajan y el ciclo vuelve a comenzar.

El movimiento de contracción muscular que expulsa la sangre hacia las arterias se conoce con el nombre de *sístole*; la relajación que provoca la entrada de sangre a las aurículas se llama *diástole*.



El corazón se encuentra dentro de la caja torácica, que lo protege.

El músculo cardíaco recibe el nombre de miocardio.



Las válvulas son membranas que se abren y cierran impulsadas por el torrente sanguíneo y por las contracciones de los músculos cardíacos.

- ❖ **DIAZ, VANESA**
- ❖ **QUIROGA, SILVINA**
- ❖ **GONZALEZ, VERÓNICA**

ALUMNO/A:.....

FECHA: **DIVISIÓN:**.....



Actividades.

- a) Indique cantidad de textos y la relación entre ellos.
- b) Recuerde: ¿Qué es un paratexto y cuál es su función? Marque los que aparecen.
- c) Señale los recursos característicos del texto expositivo que están presentes en estos textos.
- d) ¿En qué se diferencian las arterias y las venas? Exprese con una frase nominal el contenido del párrafo.
- e) Ubique el tercer párrafo del primer texto e identifique la(s) palabra(s) que se reiteran y reformule el escrito.
- f) En este texto hay construcciones articuladas con el conector “porque”. ¿Qué se expresa antes y después de esta palabra? Lea el quinto párrafo y reescríbalo teniendo en cuenta esta estructura. Reflexione acerca de la intención explicativa del texto.
- g) En el mismo párrafo aparece el conector “sin embargo” y en el siguiente, el conector “también”. ¿Qué función cumplen? Reemplácelo por otro que implique la misma relación.
- h) Realice un resumen del texto: “El mecanismo de la circulación”.
- i) Confeccione un mapa conceptual del mismo texto.