Plan de Recuperación Anual: Biología y Geología 3º ESO.

Objetivos Generales

- Reforzar los conceptos fundamentales del cuerpo humano y su relación con la salud y el medio ambiente.
- Practicar con ejercicios escritos y esquemas basados en el libro de texto.
- Preparar al estudiante para las evaluaciones finales y la comprensión integral de las funciones vitales.

Estructura del Plan

Duración: Todo el año (dividido en 3 trimestres)

Trimestre 1: El cuerpo humano y la nutrición

Semana 1: El cuerpo humano, el individuo (SA 1)

- Leer el capítulo correspondiente al cuerpo humano y realizar un esquema de los niveles de organización (célula → tejido → órgano → sistema → organismo).
- Completar los ejercicios del libro sobre las funciones vitales (nutrición, relación y reproducción).

Semana 2: Eres aquello de lo que te alimentas (SA 2)

- Estudiar los diferentes nutrientes (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales) y sus funciones.
- Elaborar una tabla con ejemplos de alimentos que contengan cada tipo de nutriente y crear un menú equilibrado.

Semana 3: Tus mitocondrias son la clave (SA 3)

- Leer sobre la célula y la función de las mitocondrias en la obtención de energía.
- Dibujar una célula señalando las mitocondrias y explicar brevemente cómo producen energía.

Semana 4: Transportar nutrientes y desechos (SA 4)

- Estudiar los aparatos circulatorio y excretor y sus principales órganos.
- Realizar un esquema del recorrido de la sangre y otro del proceso de excreción, respondiendo a las preguntas de repaso del libro.

Trimestre 2: Coordinación, relación y reproducción

Semana 5: Relación y coordinación — sistema nervioso y endocrino (SA 5)

- Leer el capítulo sobre los sistemas nervioso y endocrino y realizar un resumen con sus principales funciones.
- Hacer un dibujo del cerebro y etiquetar sus partes, explicando brevemente cómo actúan las hormonas.

Semana 6: Órganos de los sentidos y sistema locomotor (SA 6)

- Estudiar los cinco sentidos y los componentes del sistema locomotor (huesos, músculos y articulaciones).
- Elaborar una tabla que relacione cada sentido con su órgano y una breve descripción de su función.

Semana 7: La reproducción, función vital (SA 7)

- Leer el capítulo sobre los aparatos reproductores masculino y femenino, y realizar un esquema de cada uno.
- Completar los ejercicios sobre reproducción y sexualidad, tema 9.

Semana 8: Salud y enfermedad (SA 8)

- Estudiar las diferencias entre enfermedades infecciosas y no infecciosas, y los hábitos saludables.
- Elaborar una tabla con tres columnas: enfermedad, causa y prevención.

Trimestre 3: Medio ambiente y repaso general

Semana 9: Entender dónde vivimos: el ecosistema (SA 9)

- Leer el capítulo sobre ecosistemas y realizar un esquema que incluya factores bióticos y abióticos.
- Dibujar una cadena alimentaria y explicar el papel de los productores, consumidores y descomponedores.

Semana 10: El hombre y el planeta Tierra (SA 10)

- Estudiar los problemas ambientales más relevantes (contaminación, cambio climático, deforestación).
- Escribir una redacción corta: "¿Qué puedo hacer yo para cuidar el planeta?"

Semana 11: Repaso general de Biología

- Revisar los resúmenes, esquemas y dibujos realizados durante el año.
- Realizar un autoexamen con preguntas tipo test y de desarrollo sobre los 10 temas.

Semana 12: Evaluación Final y Reflexión

- **Reflexión:** Escribir un breve resumen personal sobre lo aprendido durante el año y cómo ha cambiado tu comprensión del cuerpo humano y el medio ambiente.
- **Actividad:** Realizar un examen final que abarque todos los contenidos de Biología y Geología, se realizará el primer miércoles a la vuelta de semana santa durante el recreo en el departamento de ciencias naturales (60% de la nota de los criterios correspondientes a este curso). Ese mismo día se entregarán las actividades propuestas escritas a mano (40%) y la reflexión final.

Consejos Adicionales

- Mantener una rutina de estudio constante (dos días por semana).

- Utilizar el índice del libro para localizar rápidamente los temas.
- Hacer resúmenes, esquemas y dibujos para reforzar la memoria visual.
- Consultar videos o materiales complementarios sobre los sistemas del cuerpo humano y los ecosistemas.
- Revisar con frecuencia los conceptos más difíciles antes de los exámenes.