

Tabla Habilidades vs. Niveles del Aprendizaje

Niveles del aprendizaje y sus páginas correspondientes

		Recordar Conocer Nombrar Parear	Entender Distinguir Ordenar Clasificar	Aplicar Resolver Ilustrar Comprobar	Analizar Predecir Recombinar	Evaluar Juzgar Criticar	Crear Diseñar
Habilidades	Idea principal y detalles	10-14	10-14	10-14			
	Idea principal y detalles		15-17	15-17	15-17		15-17
	Representación gráfica	18-21	18-21	18-21			
	Idea principal	22-25	22-25		22-25		
	Resumir	28-29	28-29				
	Páginas de Internet	30-31	30-31		30-31		
	Repaso	32-35	32-35	32-35	32-35	32-35	
Secuencia							
Habilidades	Ordenar eventos	38-39	38-39	38-39			
	Ordenar eventos	40-41	40-41	40-41			
	Antes, después y mientras	42-43	42-43	42-43	42-43		
	Palabras que indican secuencia	46-48	46-48	46-48	46-48		
	Palabras que indican secuencia	49-51	49-51	49-51	49-51		
	Criterio de ordenamiento	52-53	52-53	52-53	52-53		
	Secuencia	54-57	54-57	54-57	54-57		
	Repaso	58-61	58-61	58-61	58-61		

Niveles del aprendizaje y sus páginas correspondientes

		Recordar Conocer Nombrar Parear	Entender Distinguir Ordenar Clasificar	Aplicar Resolver Ilustrar Comprobar	Analizar Predecir Recombinar	Evaluar Juzgar Criticar	Crear Diseñar
Habilidades	Causa y efecto	64-69	64-69	64-69	64-69		
	Hecho y opinión	70-75	70-75	70-75	70-75		
	Sustentar conclusiones	78-83	78-83	78-83	78-83	78-83	
	Rasgos de los personajes	84-89	84-89			84-89	
	Historias	90-95	90-95	90-95	90-95	90-95	
	Páginas de Internet		96-101	96-101	96-101	96-101	
	Repaso	102-105	102-105	102-105	102-105	102-105	
Habilidades	Cerramiento						
	Relaciones entre palabras	108-109	108-109	108-109	108-109	108-109	
	Quién habla	110-111	110-111	110-111			
	Homófonas y homógrafas	112-113	112-113		112-113		
	Sinónimos y antónimos	114-115	114-115		114-115		
	Corregir el sentido de un escrito	116-117	116-117	116-117	116-117	116-117	
	Significado por contexto	118-119	118-119	118-119		118-119	
	Dar sentido a pasajes	120-121	120-121	120-121			
	Repaso	122-125	122-125	122-125	122-125	122-125	
	Repaso final	126-131	126-131	126-131	126-131	126-131	

Lección 5

Lee el siguiente texto. En seguida, completa el esquema.

¿Cómo se manifiesta el estrés?

El estrés es una reacción del organismo frente a situaciones de peligro o angustia. Dado el ritmo tan acelerado de la vida moderna, es común encontrar que gran cantidad de situaciones son el detonante para una crisis de estrés.

Factores como trabajar bajo presión, adaptación y cambio, exceso de actividad, pueden desencadenarlo. En la actualidad, es creciente el número de personas que lo padecen; sin embargo, los síntomas no son los mismos para todas.



Síntomas físicos

Las personas pueden somatizar el estrés como dolencias musculares u óseas. Comúnmente se presentan dolores de cabeza, cuello y espalda.

El estrés se puede manifestar también como tensión en la mandíbula. No es raro que esta molestia llegue hasta la etapa del sueño provocando apretar los dientes al dormir. Otros individuos perciben el estrés como inflamación y dolor estomacal. El estrés también se revela como fatiga física y mental, especialmente al finalizar el día.

Síntomas psicológicos

Si el estrés pasa al plano psicológico, síntomas como nerviosismo, ansiedad, depresión e insomnio son frecuentes. Otros, como pánico y fobias, son menos usuales, pero más delicados.

