



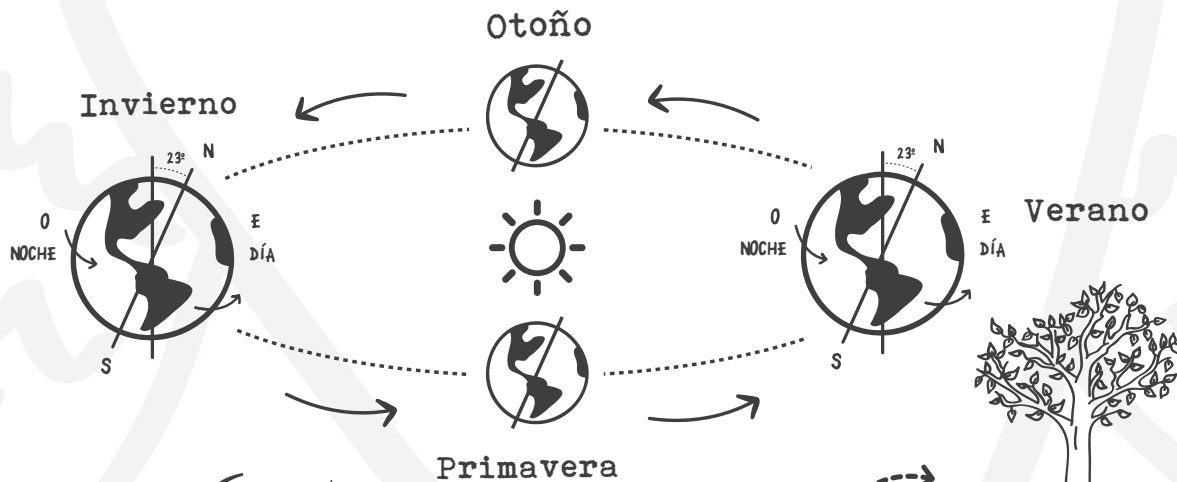
# Las cuatro Estaciones

¿Sabías qué? Las estaciones tienen tres fases: la joven, la madura y la vieja.

Un Reloj en sintonía con el Universo!



En **Otoño** el Sol empieza a alejarse de la Tierra y nuestro **organismo** necesita **vitaminas y minerales** para prepararse para el invierno que se viene...



Llega el **Invierno** y el Sol está en el punto más lejano de la Tierra en el hemisferio sur. Los días son más fríos y nuestro cuerpo nos pide alimentos con más calor.

La **Primavera!** vuelven los días de Sol, los colores, el viento que nos refresca y los alimentos también...

En **Verano** el Sol está en el punto más cerca de la Tierra. Hace calor y nuestro cuerpo necesita alimentos que contengan más agua...

Todo este fenómeno "espacial" repercute en las **temperaturas**, dicta las estaciones y los cultivos que crecen en la época. Así determina nuestra **alimentación**, nuestra vida diaria e incluso nuestros ánimos!



## Actividad 1

La actividad consiste en diseñar un cartel con los cambios que se producen en las estaciones y nuestro cuerpo, específicamente en el Otoño, estación en la que nos encontramos.

Observa tu entorno

*¿Qué ocurre con los árboles? ¿con el sol?  
¿el clima?*

*¿Cómo se produce la lluvia?*

*¿Cómo nos sentimos en esta estación?*

Puedes inspirarte en los **cambios físicos** que ocurren en los árboles... o en el ciclo del agua que genera las lluvias... o los vegetales que se cosechan en la estación... o en cómo nos sentimos en esta época.



Dibuja los cambios que observas para inspirarte

