



REPÚBLICA DE PANAMÁ
GOBIERNO NACIONAL

MINISTERIO DE
EDUCACIÓN

Cuarto grado

4

Ciencias Sociales

Guía del docente



2024

4

Ciencias Sociales

Cuarto grado



Guía del docente

Vocabulario



deslave. Derrumbe.
prevención.
Preparación y disposición que se hace anticipadamente para evitar un riesgo o ejecutar algo.

Nuestros valores



El apoyo que se le brinda a las personas que lo necesitan se conoce como solidaridad. Ante los efectos de los desastres en el país, se organizan campañas de recolección de alimentos y otros productos necesarios, como ropa, colchones y artículos de limpieza.

Tema 3. Situaciones de emergencia y mitigación de riesgo

A. Aprendo

Lee la siguiente información:

Fenómenos naturales y desastres

En la naturaleza ocurren fenómenos como huracanes, sismos y tormentas que pueden alterar el entorno. Cuando estos eventos perjudican a las personas y sus actividades cotidianas, se les denomina **desastres naturales**.

Los desastres pueden ocasionar, por ejemplo:

- Destrucción de casas, calles y puentes.
- Pérdida de cultivos y ganado.
- Interrupción de servicios de agua potable, electricidad y transportes.
- Alteración del relieve, como hundimiento de terrenos o derrumbes.
- Pérdida de vidas humanas.

Los desastres asociados a fenómenos naturales que más afectan a Panamá son las inundaciones y los **deslaves**. Esto se debe al clima tropical.

Nuestro país debe velar por una prevención de este tipo de fenómenos. Para ello es necesario luchar contra la tala de árboles, la contaminación y la creación de asentamientos humanos en lugares inadecuados, pues favorecen ese tipo de eventos.

En 2020, por ejemplo, las lluvias se intensificaron debido a la influencia de los huracanes Eta e Iota provocando inundaciones. Algunas de las provincias afectadas fueron Bocas del Toro, Coclé, Chiriquí, Panamá Oeste y la comarca Ngäbe Buglé.

Si bien el ser humano no puede predecir exactamente cuándo ocurrirá un desastre natural, sí puede tomar medidas para reducir sus efectos. Las medidas de **prevención** disminuyen la posibilidad de que un evento de la naturaleza se convierta en un desastre.

Prevención y mitigación

Cuando un lugar tiende a sufrir un tipo de desastre debido a las condiciones de relieve o clima que posee, se dice que es una comunidad en **riesgo**. Por ejemplo, un sitio que se ubica cerca de un río y en el que llueve casi todo el año, tiene mayor riesgo de sufrir inundaciones.

En ese caso, los habitantes y las autoridades locales pueden aplicar acciones de prevención, para reducir el riesgo de inundación. Algunas de esas medidas son:

- Prohibir la construcción de viviendas en la orilla del río.
- Inspeccionar que se cumplan las medidas de seguridad en las construcciones de edificios.
- Evitar que las personas dejen la basura en las calles, para que no obstruyan las alcantarillas.
- Mantener la vegetación cercana al río.

Si bien las medidas de prevención pueden ayudar a la comunidad del ejemplo, ese lugar aún podría sufrir inundaciones. Por ello, es necesario desarrollar medidas de **mitigación**. Estas acciones buscan que, al suceder el desastre, se reduzcan sus efectos negativos, por ejemplo:

- Seguir el plan de **evacuación** local para que las personas sepan a qué lugares dirigirse.
- Por ningún motivo debe de cruzar ríos crecidos o caminar a la orilla de estos.
- Aléjese de cables eléctricos caídos.

Vocabulario

evacuación. Acción de desalojar a los habitantes de un lugar para evitarles algún daño.

Datos interesantes

Los desastres antrópicos son aquellos provocados por el ser humano. Algunos de esos desastres son los derrames de sustancias tóxicas o los incendios en edificaciones.



Cortesía Sinaproc

En Panamá, la Fuerza de Tarea Conjunta es coordinada por el Sistema Nacional de Protección Civil (Sinaproc), que junto a otras instituciones, se encargan de enfrentar los desastres y situaciones de riesgo.

Sismo

Los sismos son movimientos violentos de la superficie terrestre. Estos se originan en movimientos en las capas internas del planeta y pueden tener diferentes intensidades. Los sismos pueden generar caída de objetos o edificios, incendios e interrupción de servicios como el de energía eléctrica.

Medidas de seguridad ante un sismo



Antes de un sismo se debe:

- Identifica de qué material está construida tu vivienda, escuela o lugar de trabajo. En caso de ser adobe o autoconstrucción, debes evacuar inmediatamente durante un sismo.
- Identifica dónde están las llaves del agua, de corte general de gas y el interruptor o fusible general de electricidad y aprende cómo cortarlas.
- Arma tu mochila para emergencia.



Durante un sismo se debe:

- Mantén la calma y ubícate en un lugar de protección sísmica.
- Protégete y afírmate debajo de un elemento firme. Si no es posible debajo, ubícate junto a él. Cubre tu cabeza y cuello con tus brazos.
- Si estás en la calle, aléjate de los edificios, postes y cables eléctricos.

Después de un sismo se debe:

- Si estás en la costa y el sismo te dificultó mantenerte en pie, evacúa inmediatamente hacia las zonas de seguridad
- Corta los suministros de gas y electricidad. Antes de restablecerlos, asegúrate de que no existan fugas de gas.
- Para iluminar usa sólo linternas.
- Utiliza mensajes de texto para comunicarte con tu familia y mantente informado con una radio a pilas y sólo sigue los reportes oficiales.
- Si quedas encerrado, mantén la calma, pide auxilio y espera la llegada de los rescatistas.
- Si estás atrapado, cúbrete boca y nariz. Evita gritar y da señales dando golpes con algún elemento en la estructura.

Deslizamientos

Los deslizamientos son desprendimientos del suelo que se precipitan a zonas bajas. Estos se originan por el exceso de lluvia en los terrenos elevados.

Para prevenir los deslizamientos se debe proteger los bosques, establecer planes de emergencia y evitar la acumulación de basura en el suelo. Durante un desplazamiento se debe:

- Estar alerta de sonidos inusuales que puedan indicar el desplazamiento de escombros, tal como árboles o rocas juntándose.
- Alejarse del derrumbe o desprendimiento de escombros lo más rápido posible. Los peligros del deslizamiento de lodo son mayores cerca de canales de agua y durante lluvias prolongadas.
- Antes de cruzar puentes, asegurarse que no hay desplazamiento de escombros cerca. De lo contrario, no cruce.
- Estar alerta, si está cerca de un arroyo o canal, de cualquier aumento repentino o disminución del flujo de agua y cambios de agua clara a sucia. Estos cambios pueden indicar la actividad de deslizamientos de tierra en las aguas de arriba, así que prepárese para moverse rápidamente.

Inundaciones

Las inundaciones son fenómenos en los que el agua de ríos, lagos o canales se desborda de sus cauces normales e invade áreas cercanas dejándolas bajo el agua. Las inundaciones pueden ser generadas por situaciones como lluvias torrenciales, huracanes o subidas de marea.

Ante una inundación se debe:

Antes de la inundación	Durante la inundación	Después de la inundación
<ul style="list-style-type: none">→ Identificar las áreas seguras y las de alto riesgo en su comunidad.→ Ubicar las rutas hacia los lugares más altos de la comunidad.→ Guardar documentos personales en bolsas plásticas.→ Armar la mochila para emergencias con una linterna, radio portátil, suficientes baterías; agua en botella, tres mudas de ropa, frazadas, medicamentos, alimentos secos, estufita a gas, fósforos.	<ul style="list-style-type: none">→ Mantener la calma, bajar la palanca del panel eléctrico y desconectar el tanque de gas.→ Mantener vigilados a niños, adultos mayores y personas con discapacidad.→ Dirigirse hacia lugares altos, previamente identificados como seguros.→ Por ningún motivo cruzar ríos crecidos o caminar a la orilla de estos.→ Alejarse de cables eléctricos caídos.→ Verificar toda la información con las fuentes oficiales.	<ul style="list-style-type: none">→ No regresar a la casa hasta que las autoridades indiquen que lo puede hacer.→ No acercarse a construcciones pues es posible que se derrumben.→ No tocar ni pisar cables eléctricos caídos.→ No tomar alimentos ni comida que haya sido mojada por el agua de la inundación.→ No movilizar a los heridos, es mejor avisar a las personas especializadas para que las atiendan en el lugar que indiquen.

Tromba marina

Las trombas marinas son un fenómeno atmosférico en forma de embudo o tubo desde las nubes hasta el mar. Este tipo de fenómeno puede estar acompañado de otros eventos como fuertes vientos, tormentas eléctricas o granizo.

Las trombas marinas pueden ser muy peligrosas ya que representan una amenaza para botes, lanchas, aviones y nadadores. Ese fenómeno puede ocasionar que los vehículos acuáticos se vuelquen o se dañen y pongan en peligro la vida y la propiedad.

Medidas de seguridad ante una tromba marina



Llevar siempre chaleco salvavidas al navegar.



Si al navegar aparece una tromba marina, dirigirse en sentido opuesto.



Si la tromba llega a tierra y no hay tiempo para buscar un refugio adecuado, arrojarse en una acequia o zanja y permanecer ahí hasta que pase el peligro.



Si estás nadando, salir rápidamente del agua y buscar un lugar seguro en la tierra donde refugiarte.

Mar de fondo

El mar de fondo es un oleaje largo y continuo generado por tormentas en el mar. Estas olas pueden desplazarse por largas distancias e impactar las costas, sin que necesariamente la tormenta llegue a la costa.

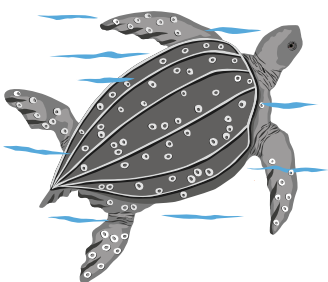
Estas olas son capaces de alcanzar alturas de hasta 10 metros y generar corrientes de resaca con la fuerza para arrastrar a nadadores mar adentro.

Medidas de seguridad de mar de fondo

- Prestar atención a la elevación del nivel del mar y la presencia de oleaje alto y frecuente en cualquier momento.
- Atender las indicaciones del SINAPROC y la Autoridad Marítima de Panamá, respecto a una posible suspensión de actividades marítimas y costeras.
- Mantenerse alejados de las zonas de playa hasta que las autoridades locales indiquen que el peligro ha pasado.
- Evitar las actividades recreativas que se desarrollan en las franjas litorales como paseos en lancha, surfing o moto acuática.
- Fijar y amarrar embarcaciones que puedan ser afectadas o colocarlas en lugares protegidos del oleaje alto.
- Asegurar o retirar el mobiliario de playa por seguridad.

¿Qué hacer ante una corriente de resaca?

- Conservar la calma.
- No nadar contra corriente.
- Nadar paralelo a la orilla.
- Salir de la corriente nadando en diagonal.



En la playa debemos atender las recomendaciones de los guardavidas.



Datos interesantes



Los tsunamis son olas gigantes generadas por sismos o erupciones volcánicas ocurridas en el fondo oceánico. Estas no deben ser confundidas con el mar de fondo.

Trabajo colaborativo



Elabora, en parejas, un afiche sobre una de las situaciones de riesgo estudiadas y las medidas para afrontarla. Compartan su trabajo con el resto de la clase.

B. Conozco el tema

1. Define qué son los desastres naturales.

Cuando un fenómeno natural, como un sismo o una tormenta, afecta a las personas y sus actividades cotidianas se denominan desastres naturales.

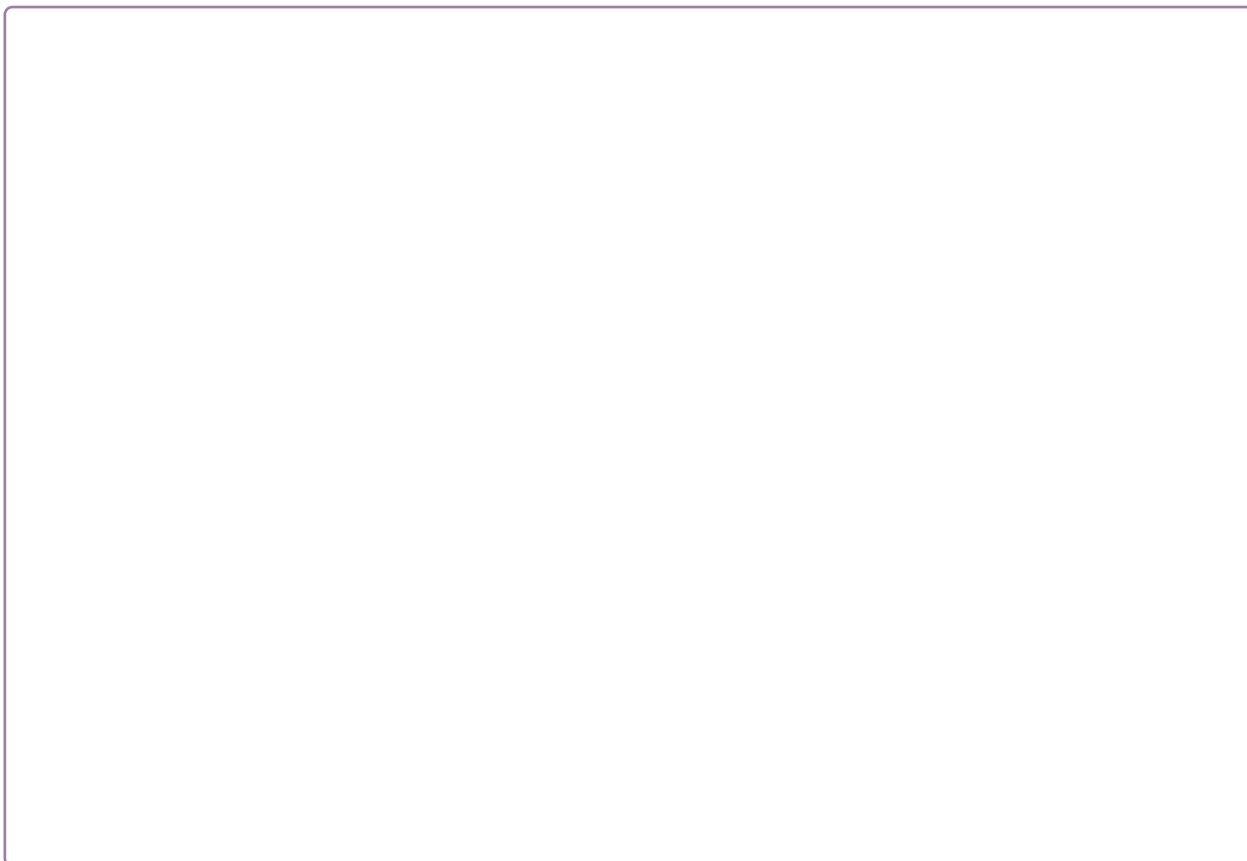
2. Anota dos medidas de prevención ante un desastre natural.

R. P.: Elaborar y conocer los planes de evacuación ante un desastre, mantenerse informado de las condiciones climáticas y sus posibles efectos.

C. Comprendo la información

3. Describe, por medio de un ejemplo, las condiciones de un lugar que aumentarían las posibilidades de sufrir un desastre natural. **R. A.**

- a. Elabora un dibujo a partir de tu descripción. **R. A.**



D. Aplico mis conocimientos

4. Anota dos desastres naturales que hayan ocurrido en el distrito o en la provincia donde vives. **R. A.**
- Escribe qué condiciones aumentan el riesgo ante esos desastres.
 - Anota un efecto de esos desastres en el distrito o la provincia.

Condiciones _____
Efecto _____

Condiciones _____
Efecto _____

5. Describe las acciones que se aplican en tu escuela ante posibles desastres naturales.

R. A.

6. Busca información sobre medidas de prevención y mitigación ante uno de los desastres anotados en el ejercicio 4. **R. A.**

- Elabora un boletín con ejemplos de esas medidas.
- Ilustra algunas de las medidas descritas.
- Escribe un comentario sobre la importancia de seguir esas medidas, para la seguridad y el bienestar personal y familiar.
- Presenta tu trabajo al resto de la clase.

Evaluación | Unidad 2

Marca con un gancho (✓) la opción correcta.

1. Las provincias que se ubican hacia el oeste del territorio nacional reciben el nombre de
 - A) Panamá Oeste y Darién.
 - B) Bocas del Toro y Chiriquí.
 - C) comarca Guna Yala y Colón.
 - D) comarcas Emberá Wounaan y Guna Yala.
2. La provincia y la comarca de mayor superficie de nuestro país se llaman:
 - A) Darién y la comarca Ngäbe Buglé.
 - B) Panamá y la comarca Ngäbe Buglé.
 - C) Darién y la comarca Emberá Wounaan.
 - D) Veraguas y la comarca Emberá Wounaan.
3. Las provincias que tienen su territorio, por completo, en la península de Azuero, reciben los nombres de
 - A) Veraguas y Colón.
 - B) Darién y Veraguas.
 - C) Los Santos y Herrera.
 - D) Panamá Oeste y Chiriquí.
4. La mayor altitud de Panamá es el volcán Barú, que se localiza en
 - A) Chiriquí.
 - B) Veraguas.
 - C) Bocas del Toro.
 - D) la comarca Ngäbe Buglé.
5. La comarca que presenta mayor variedad de climas se llama
 - A) Guna Yala.
 - B) Ngäbe Buglé.
 - C) Emberá Wounaan.
 - D) Guna de Madungandi.
6. La isla Coiba es la más extensa de Panamá y forma parte del territorio de la provincia de
 - A) Chiriquí.
 - B) Panamá.
 - C) Veraguas.
 - D) Los Santos.

7. La ciudad de Penonomé es la cabecera de la provincia que recibe el nombre de
- A) Coclé.
 - B) Colón.
 - C) Herrera.
 - D) Los Santos.
8. El río Tuira es el más caudaloso de Panamá y se ubica en la provincia de
- A) Colón.
 - B) Darién.
 - C) Panamá.
 - D) Panamá Oeste.
9. La provincia que limita al sur y al este con el océano Pacífico; al oeste, con Veraguas, y al norte, con Herrera recibe el nombre de
- A) Coclé.
 - B) Chiriquí.
 - C) Los Santos.
 - D) Panamá Oeste.
10. Las provincias que poseen relieve en los denominados macizos del sur corresponden a
- A) Coclé y Veraguas.
 - B) Los Santos y Herrera.
 - C) Panamá Oeste y Coclé.
 - D) Chiriquí y Bocas del Toro.
11. Los lagos Gatún, Alajuela y Bayano son parte de la hidrografía de las siguientes provincias:
- A) Colón y Panamá.
 - B) Panamá Oeste y Colón.
 - C) Panamá Oeste y Panamá.
 - D) Panamá y comarca Guna Yala.
12. La comarca de más reciente creación, en diciembre de 2020, recibe el nombre de comarca
- A) Guna Yala.
 - B) Naso Tjër Di.
 - C) Emberá Wounaan.
 - D) Guna de Madungandi.

Escribe en las líneas lo que se te solicita.

- 13.** Escribe el nombre de cuatro provincias ubicadas en el centro del país.

R. P.: Coclé, Colón, Panamá, Panamá Oeste, Herrera, Los Santos.

- 14.** Anota el nombre de dos cabeceras de comarcas.

R. P.: Unión Chocó, Gaigirgordub, Sieyic, Buäbiti.

- 15.** Escribe el nombre de las dos comarcas que son un corregimiento de las provincias de Panamá y Darién.

Comarca Guna de Wargandi y comarca Guna de Madungandi.

- 16.** Anota dos elementos del paisaje geográfico natural que identifican la comarca Guna Yala.

R. P.: Posee un extenso archipiélago y tierras altas que forman parte de la serranía de San Blas.

- 17.** Escribe dos accidentes costeros que destacan en el paisaje geográfico natural de la comarca Ngäbe Buglé.

R. P.: la península Valiente, el golfo de Los Mosquitos y numerosas puntas como Cocaplumas y Guabo.

- 18.** Anota el nombre del clima y la vegetación más frecuentes entre las comarcas de nuestro país.

El clima más frecuente entre los comarcas es el clima subtropical con estación seca y la vegetación dominante es el bosque tropical húmedo.

- 19.** Escribe el nombre de los dos distritos de la comarca Emberá Wounaan.

Cémaco y Sambú.

20. Escribe dos efectos de los desastres naturales.

R. P.: Destrucción de casas.

R. P.: Pérdida de cultivos.

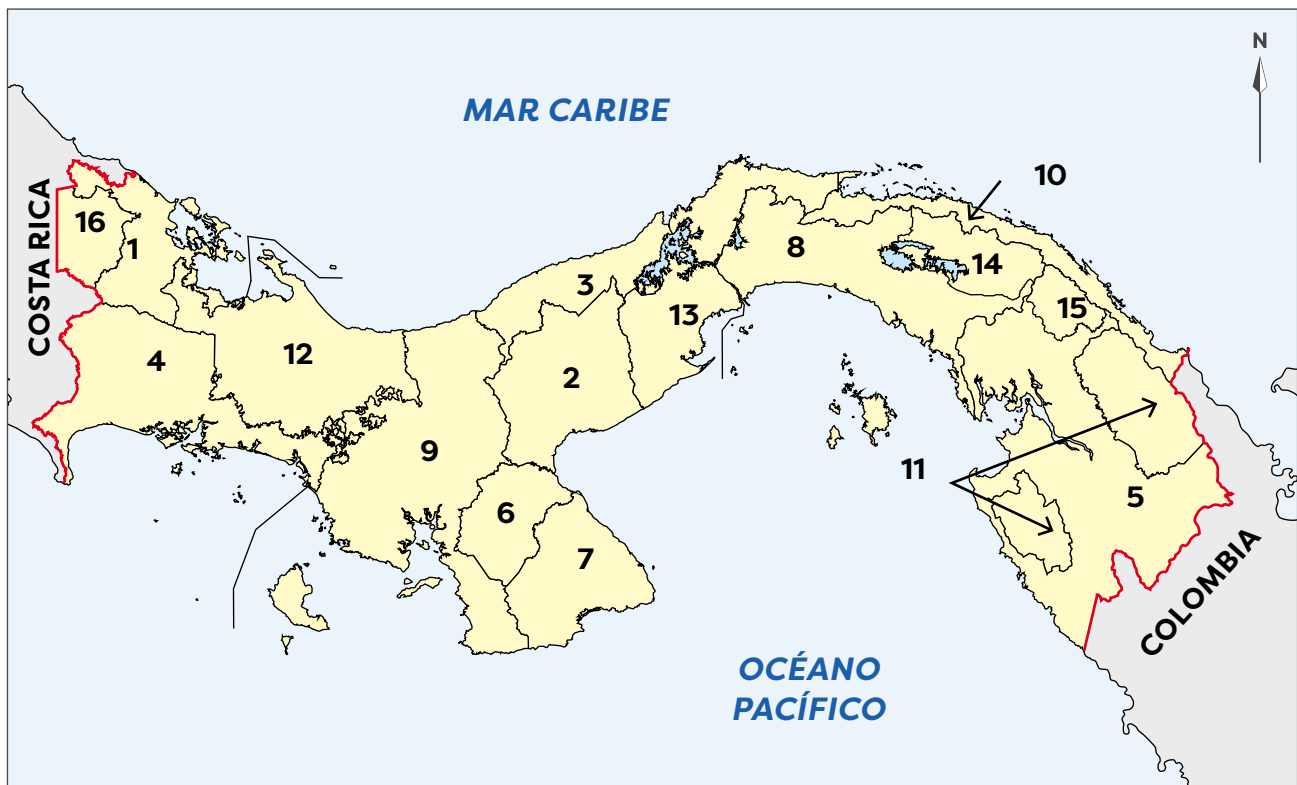
21. Escribe tres medidas de seguridad contra los deslizamientos.

R. P.: Mantener la calma.

Seguir el plan de emergencia.

Iniciar las actividades de evacuación.

22. Escribe el número que identifica cada provincia y comarca de la República de Panamá según el mapa.



1 Bocas del Toro

4 Chiriquí

2 Coclé

3 Colón

11 Comarca
Emberá Wounaan

16 Comarca Naso
Tjër Di

14 Comarca Guna
de Madungandi

15 Comarca Guna
de Wargandi

10 Comarca
Guna Yala

12 Comarca
Ngäbe Buglé

5 Darién

6 Herrera

7 Los Santos

8 Panamá

13 Panamá Oeste

9 Veraguas

Instrumento de autoevaluación

Marca con un gancho (✓) las evidencias de aprendizaje que has logrado.

Criterios	Desempeños		
	Lo domino.	Lo domino parcialmente.	Debo esforzarme para dominarlo.
1. Ubico, en un mapa de la República de Panamá, el espacio geográfico de cada provincia y comarca.			
2. Identifico los elementos representativos del relieve de las provincias y las comarcas del país.			
3. Ubico, en un mapa de mi provincia, los distritos que la conforman.			
4. Reconozco las formas de relieve más sobresalientes de cada provincia.			
5. Reconozco la vegetación predominante en la provincia en la época seca y la época lluviosa.			
6. Ubico los ríos más importantes de cada provincia.			
7. Comprendo las medidas preventivas para mitigar el riesgo ante desastres naturales.			