El relieve de España

Muchos nombres que localizar. Con un orden se aprenden; sueltos, no.

Nombre y apellidos: _____ Fecha: _____

Recuerda

El **relieve** son las formas de la superficie terrestre: montañas, llanuras, valles, costas.

España es un país muy montañoso: su altitud media es de unos **660 metros**, la segunda más alta de Europa después de Suiza.

La pieza central: la Meseta. Una gran llanura elevada, a unos 600-700 m, que ocupa el centro peninsular. La divide en dos el **Sistema Central**.

Los sistemas montañosos, colocados alrededor de la Meseta:

Dentro → Sistema Central —pico Almanzor— y **Montes de Toledo**.

Bordeando la Meseta → Macizo Galaico, **Cordillera Cantábrica**, **Sistema Ibérico** y **Sierra Morena**.

Fuera de la Meseta → Montes de León, **Pirineos** —pico Aneto—, **Cordilleras Costeras Catalanas** y **Sistemas Béticos** —**Sierra Nevada**, con el **Mulhacén**, 3.479 m, el pico más alto de la Península—.

Las depresiones: la del **Ebro** y la del **Guadalquivir**, dos llanuras entre montañas.

El pico más alto de España es el **Teide** (3.715 m), en Tenerife.

Las costas: cantábrica, atlántica y mediterránea, con **cabos**, **golfos**, **rías**, **playas** y **acantilados**.

Trucos

El problema de esta ficha no es entenderla: es que hay **muchos nombres propios** que localizar. Y aprenderlos sueltos no funciona. Hay que colocarlos **en un orden**.

El orden que mejor funciona es **de dentro hacia fuera**, tomando la **Meseta** como centro:

En el medio de la Meseta: Sistema Central y Montes de Toledo.

Rodeándola, girando como las agujas del reloj: Macizo Galaico, Cordillera Cantábrica, Sistema Ibérico y Sierra Morena.

Fuera, en los bordes del país: Pirineos arriba, Costeras Catalanas a la derecha y Béticos abajo.

Con ese esquema, un mapa mudo deja de ser una lista de veinte nombres y pasa a ser **tres anillos**.

Un truco para los tres picos que siempre se preguntan:

Teide (3.715) → Canarias. El más alto **de España**.

Mulhacén (3.479) → Sierra Nevada. El más alto **de la Península**.

Aneto (3.404) → Pirineos.

Cuidado con la confusión más habitual: **el Teide no está en la Península**, así que las dos frases —«el pico más alto de España» y «el más alto de la Península»— **no señalan el mismo sitio**. Y otra: la **Meseta no es una llanura baja**; está **elevada**, a 600-700 metros.

Para el adulto. Dibujar el mapa **por capas** —primero la Meseta, luego lo que la rodea, luego lo de fuera— fija los nombres mucho mejor que repetir la lista.

1. Contesta.

¿Qué es el relieve? _____
¿Cuál es la altitud media de España? _____
¿Es un país llano o montañoso? _____

2. La Meseta. Completa.

Es una gran _____ elevada, a unos _____ metros.
¿Qué sistema la divide en dos? _____

3. Clasifica cada sistema: en la Meseta, bordeándola o fuera.

Sistema Central _____
Cordillera Cantábrica _____
Pirineos _____
Montes de Toledo _____
Sierra Morena _____
Sistemas Béticos _____
Sistema Ibérico _____
Macizo Galaico _____

4. **Los picos. Completa la tabla.**

ALTURA	¿DÓNDE ESTÁ?
Teide _____	_____
Mulhacén _____	_____
Aneto _____	_____

5. **Las depresiones. Nómbralas.**

_____ y _____

6. **Las costas. Escribe las tres.**

_____ , _____ y _____

7. **La trampa de los picos. Razona.**

¿Cuál es el pico más alto **de España**? _____

¿Y el más alto **de la Península**? _____

¿Por qué no son el mismo? _____

_____

8. **La Meseta. Corrige.**

Alguien dice: «la Meseta es una llanura, así que está a poca altura».

¿Es correcto? _____

¿A qué altura está? _____

9. **El esquema de los tres anillos. Complétalo de memoria.**

En el centro: _____

Rodeando la Meseta: _____

_____

Fuera: _____

_____

10. **Dibuja el mapa por capas.**

Haz un contorno de España y añade, en este orden: **la Meseta**, después **lo que la rodea** y después **lo de fuera**. Señala los tres picos.

---

11. **Piensa un poco más.**

España tiene una altitud media muy alta y muchas montañas.

¿Cómo crees que influye eso en el **clima** de unas zonas y otras?

_____

El reto

1. El mapa mudo, tres veces. Consigue un mapa mudo de España e intenta rellenarlo **de memoria** tres días distintos.

día 1: acerté _____ de _____

día 2: acerté _____ de _____

día 3: acerté _____ de _____

¿Cuáles se te resisten? _____

2. Tu provincia. Con un adulto o un mapa, contesta:

¿qué sistema montañoso tienes más cerca? _____

¿estás dentro de la Meseta? _____

¿a qué altura está tu localidad? _____ m

3. De costa a costa. Elige un viaje real: de tu localidad a la playa más cercana.

¿qué costa es? _____

¿qué montañas hay que cruzar? _____

¿cuántos kilómetros? _____

Y contesta a lo difícil: los **ríos** del norte son cortos y llevan mucha agua, y los del centro son largos.

¿Qué tiene que ver eso con el relieve?

Solucionario

Ejercicio 1: el relieve son las **formas de la superficie terrestre** · la altitud media es de unos **660 metros** · es un país **montañoso**: el segundo más alto de Europa tras Suiza.

Ejercicio 2: es una gran **llanura elevada**, a unos **600-700** metros · la divide el **Sistema Central**.

Ejercicio 3: Sistema Central **en la Meseta** · Cordillera Cantábrica **bordeándola** · Pirineos **fuera** · Montes de Toledo **en la Meseta** · Sierra Morena **bordeándola** · Sistemas Béticos **fuera** · Sistema Ibérico **bordeándola** · Macizo Galaico **bordeándola**.

Ejercicio 4: **Teide** 3.715 m, en **Tenerife (Canarias)** · **Mulhacén** 3.479 m, en **Sierra Nevada (Béticos)** · **Aneto** 3.404 m, en los **Pirineos**.

Ejercicio 5: la depresión del **Ebro** y la del **Guadalquivir**.

Ejercicio 6: costa **cantábrica**, **atlántica** y **mediterránea**.

Ejercicio 7: el más alto de España es el **Teide** · el más alto de la Península es el **Mulhacén** · no son el mismo porque el **Teide está en Canarias**, que no forma parte de la Península: son dos preguntas distintas aunque se parezcan.

Ejercicio 8: **no** es correcto · la Meseta está a unos **600-700 metros**: es una llanura **elevada**, no baja.

Ejercicio 9: en el centro **Sistema Central y Montes de Toledo** · rodeándola **Macizo Galaico, Cordillera Cantábrica, Sistema Ibérico y Sierra Morena** · fuera **Montes de León, Pirineos, Costeras Catalanas y Sistemas Béticos**.

Ejercicio 10: se comprueba que la Meseta ocupe el centro y que cada sistema esté en su anillo.

Ejercicio 11: las montañas **frenan las nubes** y hacen que llueva mucho en una vertiente y poco en la otra; además, **a más altura, más frío**. Por eso hay zonas muy verdes y otras muy secas en un país no muy grande.

El reto: mapa y entorno. Repetir el mapa mudo **tres días separados** funciona mucho mejor que hacerlo tres veces seguidas, porque obliga a recuperar lo aprendido y no solo a copiar. Y sobre los ríos: los del **norte** nacen en montañas **muy cerca del mar** —la Cordillera Cantábrica está pegada a la costa—, así que son **cortos**, y como allí llueve mucho, bajan **con mucha agua** y con fuerte pendiente. Los del **centro** nacen en el interior de la Meseta y tienen que recorrer **cientos de kilómetros** hasta el Atlántico, atravesando tierras secas: por eso son **largos** y llevan menos agua de la que parecería por su tamaño. El relieve decide **por dónde y cuánto** corre cada río. Se da por conseguido si completa el mapa mudo con el esquema de los anillos y relaciona ríos y relieve.

Hoja de registro

Esta hoja es para el docente. Marca C en lo conseguido, EP en lo que va con ayuda y NC en lo que aún no aparece.

1. Define relieve y sitúa la Meseta. C [ ] EP [ ] NC [ ]
2. Clasifica los sistemas en sus tres anillos. C [ ] EP [ ] NC [ ]
3. Conoce los tres picos y su ubicación. C [ ] EP [ ] NC [ ]
4. Distingue «de España» de «de la Península». C [ ] EP [ ] NC [ ]

5. Sabe que la Meseta está elevada. C [ ] EP [ ] NC [ ]
6. Completa un mapa mudo de memoria. C [ ] EP [ ] NC [ ]
7. Relaciona relieve con clima y ríos. C [ ] EP [ ] NC [ ]

El reto

Cómo leer el conjunto. El 2 es la clave del tema. Veinte nombres sueltos no se sostienen; **tres anillos alrededor de la Meseta**, sí. Quien tiene el esquema recuerda los nombres, y no al revés.

El 4 es el error más repetido en los exámenes, y no es de memoria: es de **leer bien la pregunta**. Teide y Mulhacén contestan a cosas distintas.

El 7 es lo que convierte la geografía física en algo con sentido: el relieve **explica** dónde llueve y cómo son los ríos. Sin esa conexión, el mapa se olvida en un mes.