



Colegio Isabel Riquelme

U.T.P

GUÍA DIGITAL N° 16



ASIGNATURA: Orientación/ Religión

CURSO: 5° Básico

DOCENTE: Alejandra Sepúlveda R./ Clara Henríquez / M. De Geyter

SEMANA: 21 al 25 de septiembre

CORREO: alejandra.sepulveda@colegio-isabelriquelme.cl / clarahenriquez@gmail.com

DÍA ATENCIÓN CONSULTAS: Lunes a viernes de 10:00 a 11:00 horas

Queridos/a alumnos/a:

Deseamos te encuentres bien junto a tu familia, comenzamos una nueva semana para poder compartir a la distancia. Hemos preparado este trabajo con mucho cariño porque sabemos y confiamos en tu capacidad y la actitud que tienes por aprender cada día más.

Bendiciones cuídate mucho.

Cariñosamente tus profesoras.

1: OBJETIVO DE APRENDIZAJE Y CONTENIDOS CONCEPTUALES

OBJETIVO DE APRENDIZAJE	CONTENIDO
<p>OA: 03 Identificar situaciones que puedan exponer a las y los adolescentes al consumo de sustancias nocivas para el organismo, conductas sexuales riesgosas, conductas violentas, entre otras problemáticas; reconociendo la importancia de desarrollar estrategias para enfrentarlas, y contar con recursos tales como: la comunicación asertiva y la ayuda de personas significativas y/o especializadas, dentro o fuera del establecimiento.</p>	<ul style="list-style-type: none">❖ Los cambios de la pubertad❖ Fomento del autocuidado en relación al cuerpo y la intimidad.❖ El valor de la Dignidad
OBJETIVO DE LA CLASE	HABILIDADES
<p>Reconocer cambios físicos, emocionales y sociales que comienzan a partir de la pubertad.</p>	<ul style="list-style-type: none">❖ Reconocer❖ Reflexionar❖ Identificar❖ Valorar

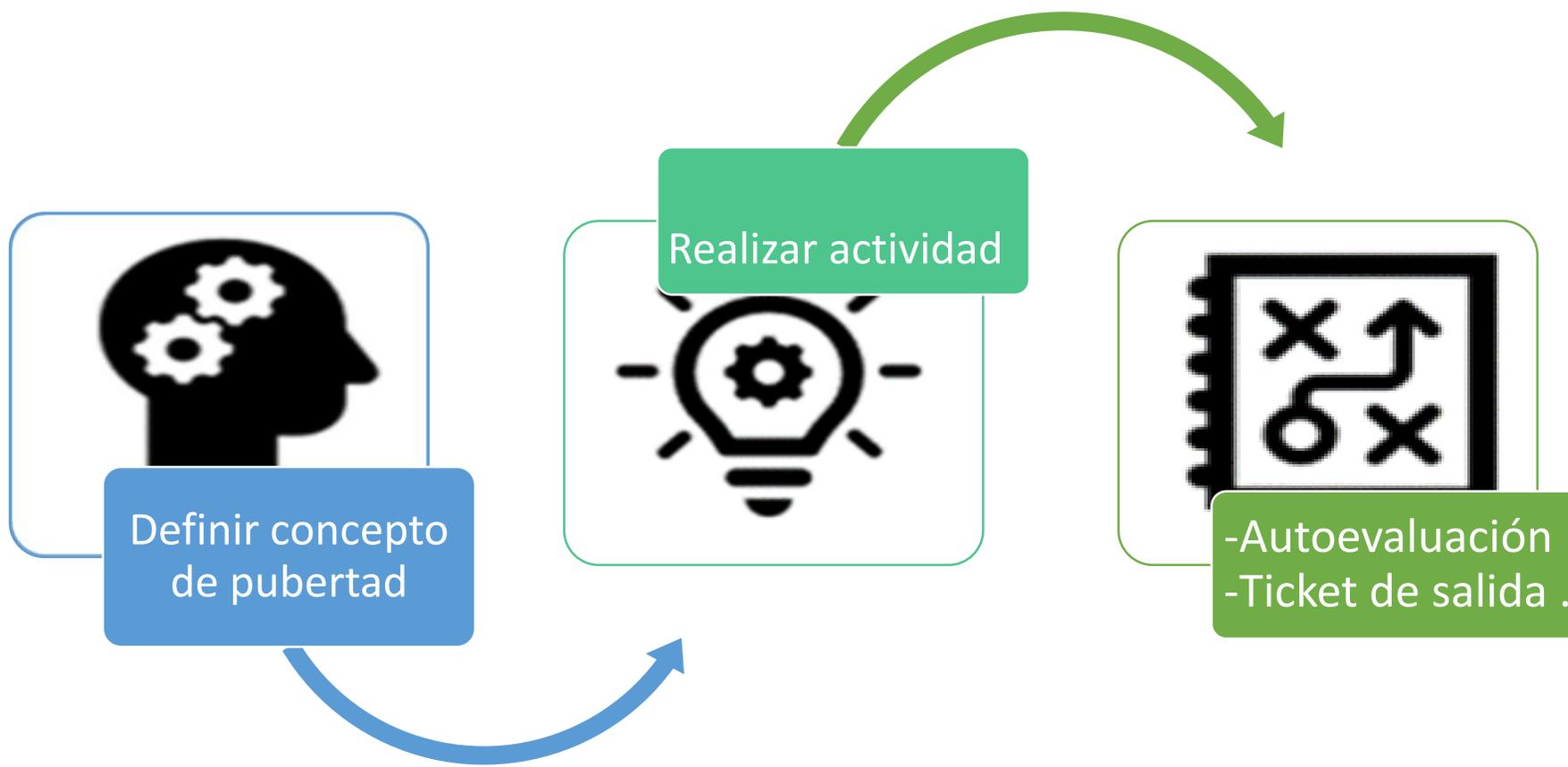


2:

GUÍA

RUTA DEL APRENDIZAJE

Objetivo de la clase: Reconocer cambios físicos, emocionales y sociales que comienzan a partir de la pubertad.



La presente guía está diseñada, para ser trabajada por ustedes, con el propósito de mantener los hábitos de estudio y dar continuidad a su proceso de aprendizaje, de manera autoguiada.

Desarrolla las actividades con tiempo y dedicación, para que logres el objetivo.

Recuerda revisar tus respuestas y escribir en tu cuaderno el trabajo que realices.

Cuídense mucho, para que pronto nos volvamos a ver.

#QUEDATEENCASA



Si tienes alguna duda, recuerda que me puedes escribir vía mail ,
envíame un correo con tu nombre completo, curso y la dificultad:

alejandra.sepulveda@colegio-isabelriquelme.cl

Cambios emocionales en la pubertad

Durante la pubertad, las chicas y los chicos pueden sentirse confusos o percibir emociones fuertes que jamás habían sentido. Es probable que noten que se encuentran demasiado sensibles o se enfadan fácilmente. Los expertos señalan que, algunas veces, es difícil controlar estas nuevas emociones.



¿QUÉ NOS PASA DURANTE LA PUBERTAD?

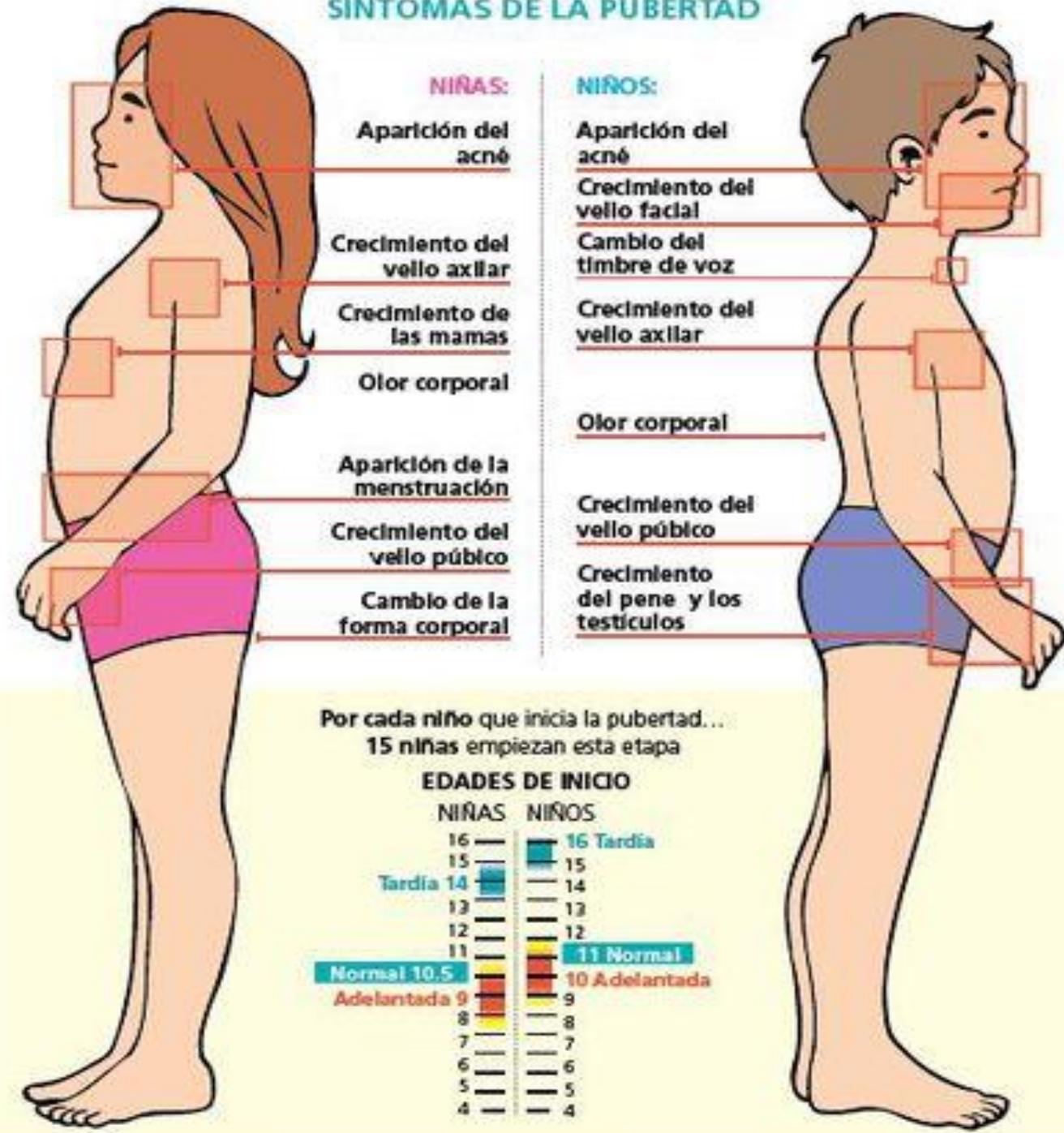
La pubertad es la etapa que da inicio a la adolescencia, período en el desarrollo de la vida que viene inmediatamente posterior a la niñez y que involucra una serie de cambios a nivel biológico, psicológico, social y sexual. En otras palabras, es el primer paso para dejar de ser niños y comenzar a ser jóvenes adultos. El inicio de esta etapa es entre los 10 y 12 años de edad y su término está entre los 19 y 20 años, con el fin de la adolescencia. Durante estos años vivirás cambios y experiencias nuevas que irás notando en tu cuerpo, en tus emociones, en tu manera de pensar o entender tu vida, en la relación con tu familia y amistades, en tus nuevos intereses y preferencias, en tus sueños y fantasías, entre otras cosas. Puede ser una etapa un poco confusa, porque ya no te sentirás niño o niña, pero tampoco adulto. Estás en una transición y, por lo mismo, podrás tener sentimientos encontrados, dudas o preocupaciones. De todas maneras, es una etapa por la que debes pasar para crecer como persona y -como en toda etapa vital- hay cambios, experiencias nuevas y desafíos importantes de conocer y comprender.



ASPECTO BIOLÓGICO

Incluye las características del cuerpo y su funcionamiento, referido principalmente a la anatomía y función del sistema reproductor.

SÍNTOMAS DE LA PUBERTAD





La pubertad

es

la etapa del desarrollo de las personas en las que madura el aparato reproductor

se inicia cuando

unas hormonas producidas por la hipófisis llegan hasta los órganos sexuales y hacen que maduren y produzcan las hormonas sexuales

que hacen que

se desarrollen los caracteres sexuales secundarios

empieza

en las niñas sobre los 11 años

en los niños sobre los 13 años

Te invito ahora a que reflexionemos sobre el valor de la Dignidad

La dignidad humana es un valor o un derecho inviolable e intangible de la persona, es un derecho fundamental y es el valor inherente al ser humano porque fue creado a imagen y semejanza de Dios, (Gn. 1: 27) es un ser racional que posee libertad y es capaz de crear cosas. Esto quiere decir que todos los seres humanos pueden modelar, cambiar y mejorar sus vidas ejerciendo su libertad y por medio de la toma de decisiones. **La dignidad se basa en el respeto y la estima que una persona tiene de sí misma** y es merecedora de ese respeto por otros porque todos merecemos respeto sin importar cómo somos.

Salmos 139:13 y 14

Tú me formaste
en el vientre de mi
madre.
¡Te alabo porque
soy una creación
admirable!
¡Tus obras son
maravillosas,
y esto lo sé muy
bien!



La pubertad: Por ser una etapa de cambios físicos, está acompañada de inquietudes que afectan a los adolescentes a nivel emocional.

- Cuántas veces habremos podido escuchar de un adolescente frases como “Todo el mundo está en mi contra” o “ sólo me pasa a mi”, quizás también “Nadie me quiere porque soy un muy feo-a” etc. etc.
- Cuando los niños comienzan la etapa de la pre-adolescencia, es un período de grandes cambios físicos y psicológicos.
- Pueden sentirse felices, infelices, extraños y disconformes. Es difícil encontrar adolescentes sin complejos; mas bien, inseguros y con vergüenzas.
- Necesitan un tiempo de adaptación para las modificaciones que van a acontecer y puede que esto les lleve al estrés, depresión y ansiedad.

Recuerda nuestro verdadero valor y dignidad radica en que fuimos creados por Dios a su imagen y semejanza. Gn. 1:27

La Regla de Oro y el respeto a la dignidad

Jesús enseñó lo que suele considerarse la norma más famosa sobre relaciones personales: “Todas las cosas que quieren que los hombres les hagan, también ustedes de igual manera tienen que hacérselas a ellos” (Mateo 7:12). Este consejo, conocido comúnmente como la Regla de Oro, anima a respetar al prójimo con la confianza de recibir a cambio el mismo trato. Cada persona que conoces tiene una dignidad y un valor increíble, porque son creados a imagen de Dios. Esa es una buena razón para aceptarse y amarse a sí mismos y amar y tratar a todos con respeto.

**El hombre y la mujer
han sido creados por
Dios con igual
dignidad.**

**Y con una reciproca
complementariedad.
Juntos están llamados
a transmitir la vida**

**humana, formando en el matrimonio “una
sola carne” (Gn 2,24), y a dominar la tierra
como “administradores” de Dios.**



¡Ahora a trabajar!



Desarrolla las actividades con tiempo y dedicación,
para que logres el objetivo de la clase.

3: TAREA

INSTRUCCIONES: Antes de comenzar a responder la siguiente actividad, lee cuidadosamente las preguntas y si tienes alguna duda, vuelve a leer el PPT con los contenidos trabajados en el inicio de esta clase. Posteriormente desarrolla en tu cuaderno las actividades, escribiendo con letra clara y legible (manuscrito cursivo).



Realizar: actividades

ENCUESTA PERSONAL A continuación, encontrarás una serie de preguntas que te invitan a reflexionar en torno a lo que estás viviendo de acuerdo a tu edad, tómate un tiempo para pensar y escribir tus respuestas desde tu experiencia personal. Recuerda que no hay respuestas correctas o incorrectas, pues cada persona vive este proceso a su modo y está muy bien que así sea.

Responder en
cuaderno

1. ¿Qué cambios has podido percibir? ¿En tu cuerpo? ¿En tu manera de pensar?

En mi cuerpo	En mi mente



2. ¿Qué cosas son importantes para ti? ¿Cuáles son tus nuevos intereses o preferencias?

Lo que me importa más	Mis nuevos intereses y preferencias

3. ¿Cómo ha cambiado la relación con los otros? ¿Con tu familia, tus padres, tus amigos?

Con mi familia	Con mis amigos



4:

SOLUCIONARIO

Esta vez no tendrás solucionario, ya que las preguntas son para que reflexiones y son variables. Ten presente que no hay respuestas correctas o incorrectas, pues cada persona vive este proceso a su modo y está muy bien que así sea.

- 1. Respuesta variable*
- 2. Respuesta variable.*
- 3. Respuesta variable.*



Criterios de evaluación		Logrado	Por Lograr
		1	Los contenidos de la guía me han ayudado a conocer acerca de los cambios que ocurren en la pubertad
2	He comprendido la importancia del valor de la dignidad		
3	He utilizado mis apuntes frente a alguna duda		
4	He consultado las dudas a mi profesora		
5	He sido exigente conmigo mismo/a en las actividades realizadas		
6	me siento satisfecho/a con el trabajo realizado		
7	He cumplido oportunamente con mis trabajos		

6:

TICKET DE SALIDA

De los cambios que se producen en la pubertad, escribe una característica física, emocional y social.

Indicador:

Reconocen la etapa de desarrollo en que se encuentran, identificando características propias de ella.



LA PUBERTAD



Respuesta:

1. Físico
2. Emocional
3. Social

Seguiste la clase con atención, leíste cada una de las instrucciones y has cumplido el objetivo de la clase.