



Recrea

Educación para refundar 2040



¡Eduquemos
tanto la mente,
como el corazón!



Recrea
Educación para refundar 2040



Educación





Educación especial

Ciencias y Tecnología: Biología “¿Qué me esta pasando?”

1° Secundaria



¿Qué voy a aprender?

Aprendizaje(s) sustantivo(s) o Aprendizaje(s) fundamental(es)

- ✓ Argumenta los beneficios de aplazar el inicio de las relaciones sexuales y de practicar una sexualidad responsable, segura y satisfactoria, libre de miedos culpables, falsas creencias, coerción, discriminación y violencia como parte de su proyecto de vida en el marco de la salud sexual y reproductiva.



¿Qué voy a aprender?

Aprendizaje(s) sustantivo(s) o Aprendizaje(s) fundamental(es)

- ✓ Explora e interacciona con fenómenos y procesos naturales, para desarrollar nociones y representaciones para plantear y preguntas sobre los mismos y generar razonamiento en la búsqueda de respuestas.
- ✓ Explora e interacciona con fenómenos y procesos naturales, para desarrollar estrategias de indagación que ayuden a comprender los procesos científicos de construcción de conocimiento.



¿Qué voy a aprender?

Temas que conocerás

- ✓ Tema 1. ¿Qué le pasa a este cuerpo?
- ✓ Tema 2. Salud sexual y reproductiva
- ✓ Tema 3. ¿Cómo me siento y qué pienso?



¿Qué necesito?

Recomendaciones generales:

La presente ficha está dirigida a los jóvenes con Aptitudes Sobresalientes y altas capacidades intelectuales, con la participación de los padres de familia; contiene orientaciones para el desarrollo de actividades desde casa, para cuatro semanas de trabajo, un tema por semana, basadas en la metodología por proyectos.

Materiales:

- ✓ Lista de materiales que requieren para el desarrollo de las actividades.
- ✓ Hojas de papel
- ✓ Libreta
- ✓ Lápiz
- ✓ Computadora (opcional)

¿Qué necesito?

Se recomienda mantener contacto con el o la maestra (o) de grupo en caso de dudas respecto al trabajo. Así como para tomar acuerdos sobre la entrega de evidencias físicas o en digital.

Te recomendamos generar un portafolio de evidencias que ayude al (a) joven a reflexionar e identificar cómo ha sido su propio ritmo de aprendizaje, reconociendo sus fortalezas y áreas a mejorar.

Puede hacer su portafolio seleccionando los trabajos como textos, dibujos, problemas, organizadores gráficos que, demuestren el logro del Aprendizaje Esperado.

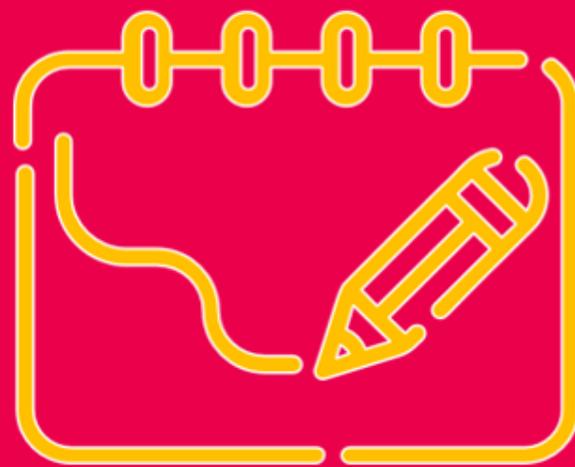
Elijan los trabajos que mejor demuestren el logro de aprendizaje, y guárdenlos ya sea a través de una fotografía, un video, hojas del cuaderno etc. Para que se los puedas mostrar al docente.



Organizador de actividades:

Semana	Tema	Actividad	Producto
1	¿Qué le pasa a mi cuerpo?	¿Será cierto? Veo, Pienso, me pregunto. Nuestros mensajes diarios	Respuestas a preguntas del semáforo en el cuaderno o en algún dispositivo electrónico-. Esquema de reflexión del pensamiento en el cuaderno.
2	Salud sexual y reproductiva	Sabías tú... Antes Pensaba, ahora pienso	Resumen del texto consultado Esquema de reflexión del pensamiento.
3 y 4	¿Cómo me siento y qué pienso?	Formas de expresar las emociones ¿Y ahora que hago con mis emociones?	Esquema de reflexión sobre las ideas acerca del tema.

¡Manos a la obra!



Tema 1. ¿Qué le pasa a mi cuerpo?

1. Trata de responder las siguientes preguntas sobre la sexualidad, con la información que cuentas, sin buscar en internet, cópialas en tu cuaderno. Cuando hayas terminado, compara lo que has escrito, con lo que encuentres en internet (ahora si puedes buscar). Si es necesario corrige o complementa la información.

- ✓ ¿Será cierto que las mujeres durante la adolescencia logran madurar sexualmente más rápido que los hombres ?
- ✓ ¿Cuáles crees que son los cambios más frecuentes en las emociones que se experimentan durante la adolescencia?
- ✓ ¿Será cierto que es necesario hablar de sexualidad con tus padres, porqué ?
- ✓ ¿Cuál de las siguientes fuentes crees que es mas confiable al hablar de sexualidad? Internet, amigos (as), profesores (as), padres o libros.
- ✓ ¿Sabes qué es el analfabetismo sexual?
- ✓ ¿ A qué crees que se refiere la frase “yo tomo el control de mis decisiones respecto a mi cuerpo y mi sexualidad”?

Tema 1. ¿Qué le pasa a mi cuerpo?

2. Busca y analiza una fotografía de cuando eras pequeño y compárala con una más reciente, de ahora que eres adolescente. Si no cuentas con una foto reciente, puedes mirarte en un espejo. Después, responde las siguientes preguntas copiando el siguiente cuadro en tu cuaderno.

Veo ¿Qué es lo que observaste?	Pienso ¿Qué es lo que piensas al observarlo?	Me pregunto ¿Qué preguntas te harías al respecto?
------------------------------------------	--------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------

3. Realiza un texto narrativo en donde puedas escribir sobre los cambios que observas en tu persona, como:

- Físicos
 - Emocionales
 - De pensamiento

Hazlo en forma de narración ¡No lo olvides!

Tema 1. ¿Qué le pasa a mi cuerpo?

4. Ahora reflexiona ¿Cómo impactan los mensajes que nos llegan todos los días, a través de distintos medios?

- Realiza en un cuaderno una pequeña lista con los mensajes que recibes en tus redes sociales o aquellos que puedes ver en televisión, incluso en las pláticas con tus amigos (as) que tengan relación con tu cuerpo o tu salud sexual.
- Sepáralos en aquellos que crees que son adecuados y los que son inadecuados para tu salud.
- Identifica la fuente de esa información y colócala como en el siguiente ejemplo:

Fuente: Grupo de la escuela.

Mensaje: Vamos a jugar básquet.

Valoración: Positivo para mi salud.

Fuente: Videos de internet.

Mensaje: La mejor cerveza solo para ti.

Valoración: Negativo para mi salud.

Tema 1. ¿Qué le pasa a mi cuerpo?

4. Es momento de concluir la actividad, realiza una minuciosa revisión de tus respuestas a las preguntas y a los escritos que has hecho hasta el momento, identificando los elementos ortográficos y de sintaxis para que quede lo mejor posible.

5. Es importante que puedas hacerle saber a tu familia a qué conclusión llegaste con respecto a las preguntas iniciales sobre:

- ¿Cuál de las siguientes fuentes crees que es mas confiable al hablar de sexualidad? Internet, amigos (as), profesores (as), padres o libros.
- ¿Sabes qué es el analfabetismo sexual?
- ¿A qué crees que se refiere la frase “yo tomo el control de mis decisiones respecto a mi cuerpo y mi sexualidad”?

Tema 1. ¿Qué le pasa a mi cuerpo?

Evaluación: Es importante que constantemente identifiques las cosas que has hecho de manera adecuada, en cuáles requieres mejorar y en cuáles crees que necesitas ayuda, así como las actividades que fueron fáciles y las que fueron más difíciles.

- ✓ ¿Cómo valorarías los aprendizajes que has logrado?
- ✓ ¿Hay algo que no te salió como tú esperabas?
- ✓ ¿Qué cosas crees que debes mejorar en la realización de actividades?

Comparte tus avances y reflexiones con tus padres.

Tema 2. Salud sexual y reproductiva

1. ¿Sabías tú...?

- ¿Qué es la UNICEF?
- ¿Qué documentos importantes ha expedido, sobre los derechos de la infancia y adolescencia en México, sobre la salud sexual y la supervivencia?
- ¿Qué dice ese documento acerca de la salud sexual y reproductiva de los adolescentes?
- ¿Qué explica al respecto, para el cuidado de la salud en los niños, niñas y adolescentes?

Si no conoces sobre el tema, busca en internet y registra en tu cuaderno, los hallazgos que más llamen tu atención y comparte con tus padres esta información. Pregúntales si ellos lo sabían o así como tú, es la primera vez que oyen acerca de este tema.

Tema 2. Salud sexual y reproductiva

2. Busca en tus libros o en internet más sobre este tema, aquello que está relacionado con:

- El embarazo adolescente
- Los prejuicios sobre la salud sexual y reproductiva de los adolescentes
- Cómo educar a los adolescentes en la salud sexual y reproductiva
- La salud sexual y reproductiva de los adolescentes indígenas del país

Recuerda que es importante corroborar las fuentes de donde obtienes información, cuida que sean confiables y serias. Evita aquellas páginas de humor o de dudoso origen; esas páginas no son malas, pero no son adecuadas para desarrollar este tema.

3. Realiza un resumen tomando nota de lo más importante. Relee tu resumen, revisa la coherencia de las ideas y de la información que has encontrado.

5. Presenta tu resumen a tus padres y pide su opinión. Si encuentras un punto importante para complementar tu escrito, agrégalo. Cuida la ortografía.

Tema 2. Salud sexual y reproductiva

4. Con la lectura y el resumen que has elaborado; realiza el siguiente ejercicio de reflexión:

Cuando comenzaste a estudiar acerca de lo que te está pasando, tenías ideas iniciales de lo que se trataba. Si no recuerdas lo que pensabas o no estás seguro, revisa tus apuntes y completa el recuadro “Antes pensaba”; en el recuadro “Ahora pienso”, describe la información nueva que has descubierto.

Observa cómo ha cambiado tu percepción acerca del tema de la salud sexual en la adolescencia.

Antes pensaba

An empty rectangular box with a thin red border, intended for the student to write their initial thoughts on the topic.

Ahora pienso

An empty rectangular box with a thin red border, intended for the student to write their updated thoughts after learning more about the topic.

Tema 2. Salud sexual y reproductiva

Para cerrar el tema, es importante que compartas tus hallazgos con tus padres, pídeles que recuerden junto contigo cómo es que has avanzado en la comprensión de este tema.

Como adolescente es necesario que logres comprender las responsabilidades que acompañan el desarrollo de la sexualidad; entre más información correcta poseas acerca de los temas sobre la salud sexual y entre más puedas comunicarte con tus amigos (as), padres y maestros (as), podrás tomar las mejores decisiones y con ello es más probable que disfrutes de una sexualidad sana, plena, sin pena, ni culpas.

Tema 2. Salud sexual y reproductiva

Es importante que constantemente identifiques las cosas que has hecho de manera adecuada, en cuáles requieres mejorar y en cuáles crees que necesitas ayuda, así como las actividades que fueron fáciles y las que fueron más difíciles.

¿Qué cosas aprendí ?	¿Cómo logre aprenderlo?	¿Qué fue difícil?	¿Cómo lo pude resolver?

Tema 3. ¿Cómo me siento y qué pienso?

1. Uno de los cambios más significativos y más notorios cuando llega la adolescencia, es el cambio en las emociones, pues a veces estarás feliz, otras enojado (a) o triste. Estas y otras emociones son las que podrás sentir y la forma en que las expreses no será sencilla. Pero es importante, que entiendas cómo puedes reaccionar ante lo que sucede a tu alrededor.

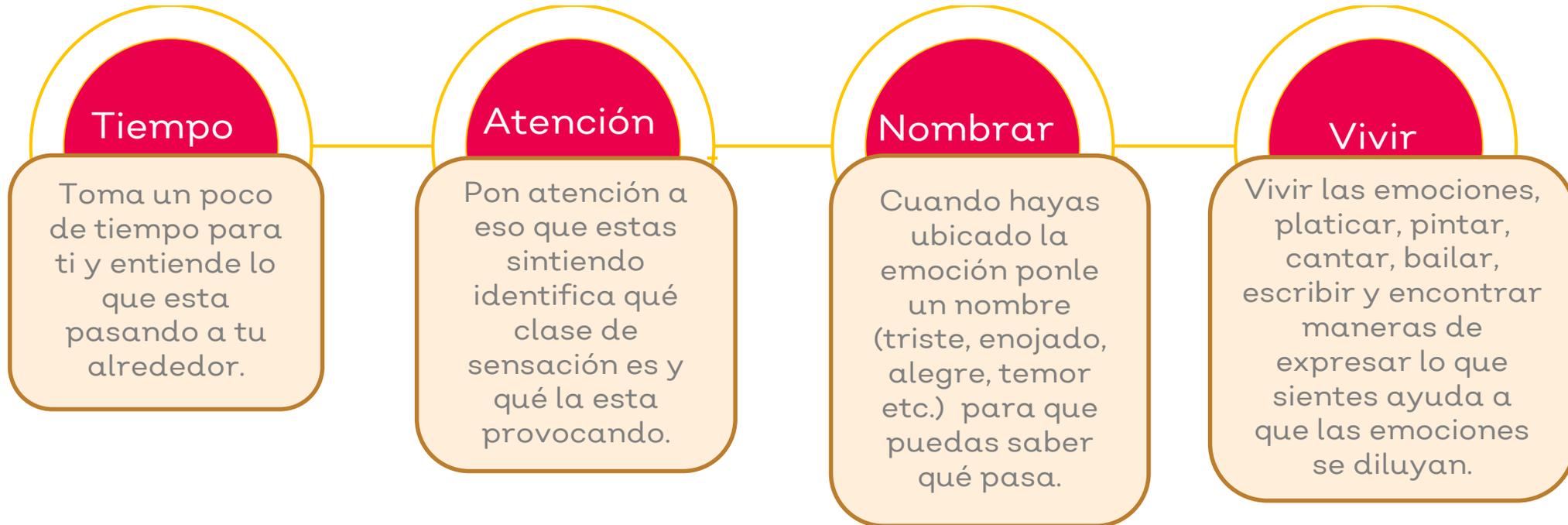
Lee los siguientes cuestionamientos y con las respuestas llena el siguiente cuadro en tu cuaderno.

¿Qué sientes cuando tratan mal a uno de tus amigos o amigas? ¿Cómo lo expresas?

Formas de expresar las emociones			
Primer forma en que se te ocurre que puedes expresarte	Segunda forma en que se te ocurre que puedes expresarte	¿En qué se parecen esas formas de reaccionar?	¿En qué se diferencian esas formas de reaccionar?

Tema 3. ¿Cómo me siento y qué pienso?

2. Comenta con tus padres, compañeros (as) y maestros (as) otras formas de hacer algo con las emociones, de acuerdo al momento en que aparecen.



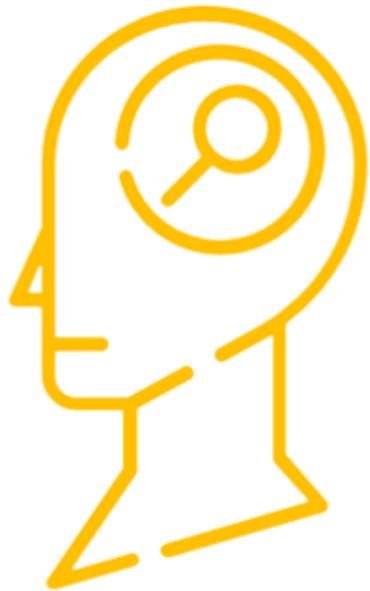
3. A partir de esta información, escribe un ejemplo de algo que te haya sucedido y creas que no tuviste buenos resultados por la forma en que reaccionaste ante esa situación. Reflexiona si podría ser distinto si hubieras contado con esa información ¿Qué harías diferente?. Escribe en tu cuaderno, tus reflexiones.

Tema 3. ¿Cómo me siento y qué pienso?

4. Para cerrar el tema, investiga en internet qué estrategias existen para ayudarte a regular las emociones. Puedes buscar estrategias a través de blogs, podcast, videos, páginas de internet, o puedes preguntar a tus profesores (as), padres y a tus amigos (as); de las recomendaciones que te den has la siguiente clasificación, pasando el siguiente cuadro a tu cuaderno.

ESTRATEGIAS SALUDABLES	ESTRATEGIAS NO SALUDABLES
Hacer ejercicio	Tomar alcohol para olvidar

¿Qué aprendí?



Este espacio tiene la intención de evaluar la forma en que has elaborado tus actividades, poco a poco, podrás incorporar anotaciones sobre las estrategias que funcionaron –y que podrías volver a aplicar en otras actividades o los siguientes proyectos escolares–, las que no resultaron bien y las que requieren más trabajo, para ello, resuelve el siguiente cuadro en tu cuaderno.

- Reflexiona: ¿Qué ocurrió con mis actividades?

Actividad	¿Funcionó?			¿Por qué pasó así?	¿Qué cosas crees que podrías hacer para que funcione mejor?
	Bien	Regular	Mal		

**Para aprender
más...**



Sigue aprendiendo:

- Recuerda que tanto en tu libro de ciencias, como en internet podrás encontrar más información acerca de este tema. Es importante, tener la oportunidad de hablar de lo que estás sintiendo ya que, describirlo te ayudará a ponerle nombre a los sentimientos facilitando que los expreses de manera asertiva, clara y directa, mejorando tus relaciones con otras personas.
- Busca en internet videos y tutoriales que te ayuden a conocer los cambios por los que pasan los adolescentes.
- Incluye en tu búsqueda foros y blogs, con indicaciones para responder de mejor manera a las dificultades que vienen con la adolescencia.

- Entre más puedas conocerte más fácilmente entenderás qué debes hacer para que las cosas te salgan bien.
- En ocasiones tomarás decisiones equivocadas por no intentar nuevas formas de lograr lo que quieres; pero no te preocupes con la experiencia se aprende.
- Procura alejar de tu mente los pensamientos negativos y las preocupaciones, trata de imaginar recuerdos o imágenes agradables. Permite que el sentimiento de tranquilidad te envuelva.
- Si te sientes mal, busca ayuda, comenta lo que sucede con un amigo, un maestro o uno de tus padres, es importante que no tomes decisiones alterado por alguna emoción.
- Reserva un espacio del día para hablar del problema que te angustia, pensar en soluciones y llevarlas a cabo.

¿Cómo apoyar en las tareas desde casa?



Apartado para padres:

- Quizás la adolescencia sea una etapa difícil en el desarrollo de su hijo (a), si necesitan apoyo u orientación, búsqüenla con especialistas en el área.
- Ayuden a su hijo (a) a mejorar la expresión de sus emociones siendo receptivos y compartir espacios en donde puedan dialogar como familia.
- Acompañen a su hijo (a) durante los momentos en que realice investigaciones en internet, de manera que puedan cuidar que ingrese a espacios virtuales saludables y con contenido de acuerdo a su edad. Recuerden que el tema de la sexualidad, está rodeado de información precisa, pero también riesgosa para el desarrollo pleno de los adolescentes.

DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez
Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco

Juan Carlos Flores Miramontes
Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco

Pedro Diaz Arias
Subsecretario de Educación Básica

María del Rocío González Sánchez
Encargada del Despacho de Educación Especial

Responsable de contenido
Francisco César M. Galván García.

Diseño gráfico
Liliana Villanueva Tavares

Zapopan, Jalisco. Ciclo escolar 2021-2022

