



## ORIENTACION-EVALUACIÓN-FORMATIVA-SÉPTIMOSAB-OA1-GUIA6-SEMANA10

### GUÍA DE ORIENTACIÓN-RETROALIMENTACIÓN- 7º AÑO A Y B

Prof.: Claudio Morales – Óscar Navarro

Nombre:	Curso:	Fecha:
<b>Objetivo de la clase: Reflexionar sobre los aprendizajes logrados en la realización de las guías de estudio y en la evaluación formativa.</b>	7º Año A-B	Semana 10
<b>OA 1:</b> Construir, en forma individual y colectiva, representaciones positivas de sí mismos, incorporando sus características, motivaciones, intereses y capacidades, considerando las experiencias de cambio asociadas a la pubertad y adolescencia.		

*Estimado alumno(a), antes de empezar la guía, te enviamos un afectuoso saludo.  
Esperamos que estés bien junto a tu familia; cuidándose día a día.  
Desarrolla con entusiasmo esta guía, preparada con dedicación para ti, también es importante que la realices con algún integrante de la familia para generar momentos de conversación y confianza.*

## I.- Retroalimentación

### RECORDEMOS...

En las guías anteriores y en la evaluación formativa aplicada, abarcamos el objetivo de aprendizaje 1, el cual tenía como fin que ustedes, alumnos en periodo de pubertad, comprendieran las características y los cambios que provoca esta etapa en su desarrollo y crecimiento como personas.

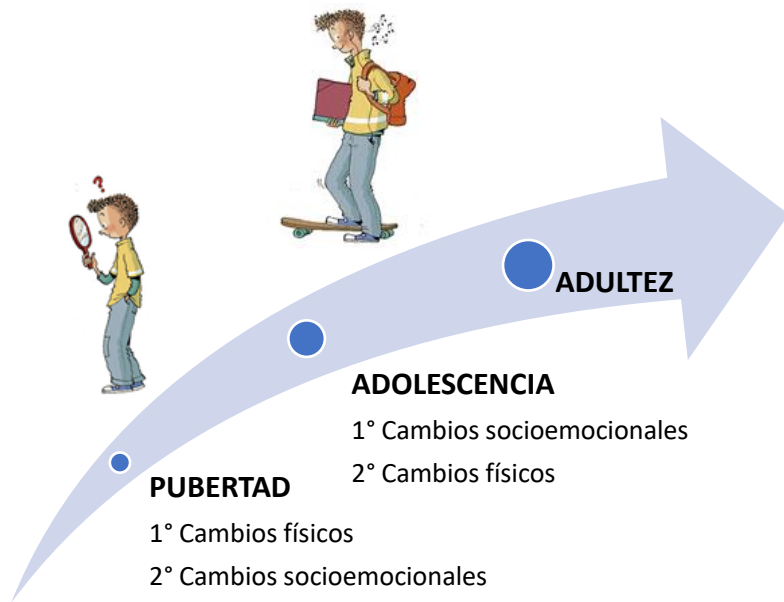
A continuación, revisaremos las preguntas en las cuales presentaron mayores dificultades, por lo que recordaremos y reforzaremos aquellos aspectos descendidos.

## II.- Contenido

Recordemos que **la pubertad es la etapa caracterizada por cambios muy rápidos que alteran las formas y funcionamiento de la niñez para lograr el funcionamiento en la adultez.** El momento de entrada a esta etapa depende del ritmo particular de crecimiento de cada niño y niña.



Los cambios que aprendimos en estas guías fueron los cambios físicos y socioemocionales, los cuales están siempre presentes en la pubertad y adolescencia; a pesar de que en la pubertad los cambios físicos son más notorios, y los cambios socioemocionales se viven intensamente en el periodo de la adolescencia.



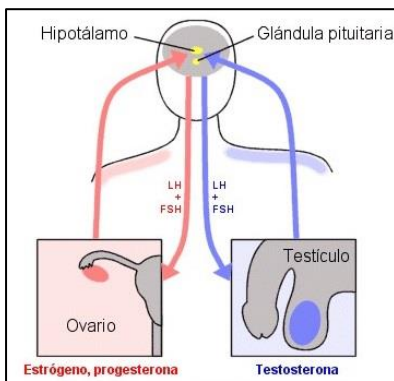
**PUBERTAD**

- 1° Cambios físicos
- 2° Cambios socioemocionales

**ADOLESCENCIA**

- 1° Cambios socioemocionales
- 2° Cambios físicos

**ADULTEZ**



Todos estos cambios: físicos, emocionales y sociales; se generan debido a que **el cerebro, específicamente en el hipotálamo, produce hormonas sexuales específicas que actúan en las diferentes partes del cuerpo**, por lo que cumplen una función muy importante en el proceso de crecimiento. En las mujeres las hormonas sexuales que intervienen son la progesterona y estrógeno; a diferencia de los hombres donde actúa sólo una hormona, es la testosterona que provoca los cambios en el cuerpo.

Aprendimos que los **CAMBIOS FÍSICOS** influyen en la **imagen corporal**, pero que existen diferencias entre hombres y mujeres, por ejemplo, en el hombre aparece el vello en el rostro por lo que debe comenzar a afeitarse; y la mujer comienza su periodo menstrual o menstruación debido a ello comienza un cuidado personal de limpieza y uso de protectores.

Pero también existen **características comunes** entre ellos, es decir, aparecen tanto en hombres como mujeres, por ejemplo: el crecimiento de vellos en los genitales, aumento de sudor corporal, engrosamiento de los músculos del cuerpo, desarrollo y maduración de los órganos sexuales.

También, reflexionamos que la pubertad y la adolescencia son etapas complejas porque todo sucede al mismo tiempo, es un proceso multidimensional que vive nuestro cuerpo que es difícil asimilarlo, por lo que siempre estarán presentes conflictos consigo mismo, problemas de relaciones con la familia y los amigos.



Los **cambios a nivel emocional** más relevantes son los cambios de humor, enojo y depresión, lo que se ve reflejado en situaciones explosivas de rabia, poca tolerancia frente a momentos de tensión, así mismo, momentos de tristeza, angustia y soledad. Otro cambio importante es la necesidad de mayor independencia y privacidad, un claro ejemplo es cuando se encierran en la habitación, desean salir solos o con sus amigos, sin la presencia de adultos.

### III.- Actividades

#### **Actividad 1: Términos pareados.**

Escribe la letra de la fila A que corresponde a su definición en la fila B.

FILA A		FILA B	
a.	Hormonas		Ciclo sexual que sólo vive la mujer.
b.	Cambios Físicos		Periodo de cambios que se vive desde los 11 o 12 años.
c.	Pubertad		Hormona sexual masculina.
d.	Independencia		Cambio emocional que busca ser más autónomo a nivel social.
e.	Progesterona		Agentes químicos generados por el cerebro que actúan en el cuerpo.
f.	Menstruación		Hormona sexual femenina.
g.	Privacidad		Son los cambios que se producen en el cuerpo del hombre o la mujer.
h.	Testosterona		Cambio emocional que busca resguardar sus espacios y emociones.

**Actividad 2:** ¡Ahora te toca a ti! Lee las siguientes situaciones y responde de acuerdo a lo que tú estás viviendo en este periodo de pubertad. Queremos que seas sincero con tus respuestas.

Situación	¿Cómo reacciono?
Cuando no me dan permiso para salir con mis amigos.	
Cuando me obligan hacer mis tareas.	
Cuando me envían a dormir temprano.	
Cuando me designan una tarea doméstica para ayudar en el hogar.	