

Ejemplos de actividades

OA_3

Reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual que aprecia en sí mismo y en los demás, describiendo los cambios físicos, afectivos y sociales que ocurren en la pubertad, considerando la manifestación de estos en las motivaciones, formas de relacionarse y expresar afecto a los demás.

1

En una lluvia de ideas, señalan los cambios experimentados en la pubertad según lo visto el año pasado en Orientación y conversan sobre la evolución que han tenido durante el último año. Luego, en grupos de cuatro alumnos, agrupan los cambios según el ámbito en que se producen, reconociendo los cambios fisiológicos (caracteres sexuales secundarios, cambio de estatura, fisonomía del cuerpo), los psicológicos (sentimientos, emociones, intereses, formas de percibirse a sí mismos) y sociales (relaciones entre hombres y mujeres; formas de relacionarse con pares y adultos...). Después comparten sus trabajos.

2

A partir de la actividad anterior, se dividen en cuatro grupos. Cada uno trabajará uno de los siguientes ámbitos: físico, psicológico, social y motivacional. Conversan sobre las tareas más desafiantes que tiene un joven al experimentar cambios en esa área y sobre las dificultades que conllevan esos cambios.

- › Lo más desafiante de los cambios físicos puede ser reconocer la nueva imagen corporal que uno tiene y aprender a aceptarse, aprender a cuidar el cuerpo para que siga creciendo en forma sana, respetar el cuerpo propio y el del otro sexo.
- › En lo psicológico, lo más desafiante puede ser aceptarse como uno es, independientemente de los modelos de belleza que nos presenta la sociedad.
- › En lo social, lo más desafiante puede ser aprender a ser amigo de otros, mostrarse cómo uno es en los grupos a los que pertenece.
- › En lo motivacional, el reconocer los nuevos intereses propios, lo que a uno lo motiva y lo mueve.

Presentan en un plenario lo conversado en cada grupo.

3

Responden individualmente las siguientes preguntas: ¿en qué me parezco al resto del curso?, ¿en qué me diferencio?, ¿en qué me gustaría parecerme? Luego lo comparten en parejas. Junto al profesor, concluyen que todos somos únicos e irrepetibles y, a la vez, formamos parte de distintos grupos (familia, curso, amigos...) con los que compartimos características comunes y en los cuales podemos ser un aporte y aprender de ellos.

4

Se prepara un debate sobre los cambios que ocurren en la pubertad en la relación con los padres: un grupo del curso busca argumentos que sostengan que las relaciones con los padres son más cercanas en la adolescencia, más fáciles de llevar y que los

padres pueden conversar más cosas con ellos; otro grupo prepara el argumento de que en la adolescencia las relaciones con los padres son difíciles, que tienen menos comunicación y que hay más conflictos. Hay un grupo de observador. Cada grupo que debate expone sus ideas durante cinco minutos. Luego el grupo observador hace preguntas que deben contestar en 5 minutos.

1 Observaciones al docente:

Se sugiere concluir junto a los estudiantes que, a pesar de las dificultades que se presentan en la relación con los padres, propias de esta etapa de desarrollo, se deben cultivar las relaciones familiares y mantener un diálogo abierto con los padres o apoderados. Téngase en cuenta que esto es un factor protector. Se recomienda explicitar que lo natural es que la relación con los padres cambie en la pubertad respecto de la infancia e incentivar a los alumnos a tomar la iniciativa en la comunicación con ellos.

5

Los estudiantes llevan de tarea conversar con sus padres o apoderados con respecto a las siguientes preguntas: ¿cómo eras tú a mi edad? ¿cómo era la relación con tus papás? ¿qué piensas que podríamos mejorar en nuestra relación? A la sesión siguiente, los estudiantes comparten voluntariamente su trabajo y reflexionan junto al docente en torno a las respuestas de los padres o apoderados.

6

En forma individual, elaboran una lista de preguntas con respecto a la afectividad y la sexualidad, las recortan y las ponen en un buzón destinado para ello, en forma anónima. El docente responde a estas inquietudes en sesiones posteriores.

1 Observaciones al docente:

Se recomienda leer previamente todas las preguntas y preparar las respuestas para las sesiones siguientes.

7

Los alumnos hacen un collage con recortes de revistas, diarios, dibujos u otros materiales, que los representa en esta nueva etapa de vida. Los collages se pegan en la pared de la sala.

1 Observaciones al docente:

Se recomienda que los alumnos tengan tiempo para mirar todos los collages. Son una buena herramienta para guardar y conversar en entrevistas personales, pidiendo al estudiante que explique su collage. Se debe considerar que el desarrollo abarca las siguientes dimensiones:

- 1 física:** diferencias corporales en ambos sexos, capacidad procreativa y fertilidad, diferentes tipos de expresión corporal del amor
- 2 social:** roles sexuales determinados culturalmente.
- 3 afectiva:** emociones, sentimientos, atracción sexual
- 4 intelectual:** esfera del autocontrol, conducta sexual, elecciones, voluntad, grados de responsabilidad frente a la propia sexualidad
- 5 espiritual:** fines unitivo y procreativo de la sexualidad

8

Guiados por el profesor, elaboran una lista de las formas en que se puede expresar atracción, cariño, enamoramiento o amor por personas del sexo opuesto y las anotan en un cuadro en el pizarrón. Luego analizan y reflexionan sobre la importancia de una adecuada manifestación de los sentimientos.

📌 **Observaciones al docente:**

Se sugiere concluir que existen distintas manifestaciones de cariño asociadas a distintas intensidades del afecto que se puede sentir por una persona del sexo opuesto. Es importante que los alumnos entiendan que deben regular sus expresiones de afecto de acuerdo a su edad y a la relación que mantengan con la otra persona. Hay manifestaciones de amor que son propias de los adultos, dado que se necesita una madurez psicológica para ello. Se recomienda que conversen con sus padres o apoderados a partir de esta actividad.

9

Los estudiantes elaboran un cuento en que los personajes estén en el proceso de desarrollo de la pubertad, dando cuenta del conocimiento y la valoración de este momento de sus vidas y reconociendo los cambios físicos y los relativos a sus intereses y sus relaciones con sus pares y adultos en general.

📌 (Lenguaje y Comunicación)

OA_4

Practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado, como:

- › **mantener una comunicación efectiva con la familia o adulto de su confianza**
- › **resguardar la intimidad (por ejemplo: evitar exponer información personal, fotos íntimas a través de redes sociales, protegerse de manifestaciones de índole sexual inapropiadas)**
- › **seleccionar y acudir a fuentes de información confiables (personas significativas, libros y páginas de internet especializadas)**
- › **realizar un uso seguro de redes sociales**

1

Mediante una lluvia de ideas, comentan las ventajas y desventajas de mantener una buena o mala comunicación con su familia, estableciendo un paralelo. Proponen formas para mejorar la comunicación y acercarse a sus padres y hermanos.

2

Los estudiantes escriben una carta a sus padres o apoderados, explicándoles cómo se sienten en esta nueva etapa de desarrollo y qué necesitan de ellos.

3

Reflexionan y determinan quiénes son los adultos de confianza a los cuales pueden acudir en caso de tener inquietudes en relación con la sexualidad o en caso de verse expuestos a situaciones de riesgo. Cada alumno puede plantearse las siguientes preguntas: ¿con qué adulto me siento cómodo y seguro?, De las personas adultas que conozco, ¿quiénes me inspiran confianza? ¿a quién o quienes podría recurrir si necesito ayuda o tengo dudas?

4

Mediante una lluvia de ideas, señalan qué redes sociales utilizan, qué información intercambian y con quiénes se relacionan. A partir de la información anterior, trabajan en grupos de cuatro, estableciendo beneficios y riesgos del uso de las redes sociales. Un representante por grupo comenta las conclusiones de su trabajo.

Observaciones al docente:

Se recomienda conversar sobre los riesgos que se corren al exponer fotografías íntimas o provocativas, al entregar información personal o conversar con extraños a través de las redes sociales. Se sugiere señalar a los estudiantes la importancia del uso de claves de seguridad y formas de proteger la información personal en internet.

5

En relación con la información que los estudiantes manejan sobre la sexualidad, responden las siguientes preguntas:
Marque la o las opciones que concuerdan con su experiencia.

a ¿Cómo ha sido la información recibida?

- Insuficiente Suficiente
 Confusa Clara
 Antes de lo necesario Oportuna Tardía

b ¿De quién o quiénes la ha recibido?

- Padres Otros familiares Profesores
 Otros adultos de confianza Médico, enfermera
 Internet, revistas, TV Amigos

c ¿Con quién o quiénes conversa sobre sexualidad?

- Padres Otros familiares
 Profesores o adultos de confianza Amigos
 Otros, ¿quiénes? _____

Observaciones al docente:

Se sugiere que respondan esta encuesta en forma anónima, ya que lo que interesa es la reflexión posterior sobre los resultados en cuanto a la confiabilidad de las fuentes de información.

6

A partir de la actividad anterior, el docente tabula los resultados y presenta la información al curso para generar una reflexión sobre la información y las fuentes. Argumentan por qué una fuente de información es confiable o no.

7

En forma individual, clasifican una serie de conductas de acuerdo a si las consideran protectoras en relación con la propia intimidad o de otros. Las afirmaciones pueden ser:

CONDUCTAS	SÍ	NO	FUNDAMENTE
Buscar información sobre sexualidad en revistas no especializadas de circulación masiva.			
Compartir claves de seguridad con amigos.			
Reunirse con alguien que se conoció en foros o chats de internet.			
Conversar con los padres o un adulto de confianza sobre dudas e inquietudes sobre la sexualidad.			
Aceptar a desconocidos en los grupos de redes sociales para conocer más gente.			
Ser grabado o grabar a otros en situaciones personales sin su consentimiento.			
Decir a otros cuando nos sentimos incómodos con sus manifestaciones de cariño.			
Publicar fotografías íntimas, propias o de otras personas.			
Cerrar las cuentas de internet o sesiones en redes sociales una vez que se dejan de utilizar.			
Avisar al salir de la casa.			

8

A partir de lo anterior, los estudiantes forman grupos, comentan su trabajo y discuten los resultados. Se sugiere concluir que hay conductas que nos protegen y otras que nos ponen en riesgo.

9

Los estudiantes se reúnen en grupos según los lugares donde viven (barrio, comuna). Escriben una lista de los focos de riesgo que existen cerca o en su lugar de residencia (esquinas oscuras, pandillas, personas que consumen drogas en la plaza, calles peligrosas, entre otras). Analizan qué es lo riesgoso de cada uno y proponen una forma de protegerse o evitarlos.

Uso seguro de redes sociales**10**

Elaboran un tríptico para entregar a los alumnos del establecimiento a partir de la información del siguiente sitio web: <http://www.enlaces.cl/index.php?t=67>, relacionada con el uso seguro de internet.

11

Los alumnos, reunidos en grupos, elaboran un “código cibernético” que contenga 10 normas básicas para resguardar el buen trato en las relaciones interpersonales que se mantienen en las redes sociales (por ejemplo: no revelar claves ni datos personales de otras personas por internet; no enviar mensajes que puedan asustar o incomodar a otros, entre otros). Una vez que los grupos han expuesto su trabajo, cada alumno vota por la norma que le parece más importante. Las 10 normas más votadas formarán el “Código cibernético”, que se escribirá en una cartulina y se pondrá en un lugar visible. En sesiones posteriores, se puede conversar acerca de cómo se están cumpliendo las normas acordadas y si las están poniendo en práctica.

📌 Observaciones al docente:

Se recomienda visitar junto a los alumnos el portal Internet Segura de la Red Enlaces del Mineduc: <http://www.enlaces.cl/index.php?t=67>

12

Los estudiantes crean afiches que promuevan el uso responsable y seguro de las redes sociales (Facebook, Twitter) y de espacios de mensajería instantánea como Messenger, Fotologs, Foros de opinión, entre otros, destacando la idea del buen trato y el respeto entre los usuarios.

🎨 (Lenguaje y Comunicación; Artes Visuales)**13**

En grupos, investigan sobre el *ciberbullying* en <http://www.policia.cl/paginas/brigadas/bg-bricib/bg-bricib.htm>. Preparan una presentación al curso, señalando formas de enfrentar la violencia en internet.