



Guía Pedagógica N°5

Nombre:	Curso: SEXTO A - B
Fecha inicio: 01 de Octubre	Fecha: 15 de octubre

Descripción Curricular de la Evaluación

Unidad	N°6 "Cambios en la pubertad"
Eje	Ciencias de la vida
Objetivos	OA5
Habilidades a evaluar	Investigar – Comunicar - Relacionar

Instrucciones: Lee detenidamente las instrucciones de la guía, para luego desarrollarla. Te puedes apoyar con tu libro de la asignatura desde la pág. 86. Una vez terminada la puedes enviar a mi WhatsApp +56963200477 o a mi correo karina.espinosa@colegiodomingoeyzaguirre.cl

LA PUBERTAD

En la vida pasamos por diferentes etapas, la primera es la infancia, pubertad, continúa con la adolescencia, y sigue con la edad adulta y la vejez. En general se acepta que el inicio de la adolescencia está señalado por los cambios anatómicos y fisiológicos que se producen en el organismo y que suelen ser progresivos -en las chicas los primeros cambios suelen aparecer sobre los 10-11 años y en los chicos entre los 12-13 años. La pubertad son los cambios corporales que se producen principalmente debidos a las hormonas sexuales (testosterona, progesterona y estrógeno), también influyen los aspectos genéticos individuales y la alimentación.

CAMBIOS BIO-FISIOLÓGICOS

Cambios en el Hombre			
• Aparece vello facial (bigote y barba)	• Posible acné (debido a las hormonas)	• La voz falla y se hace más grave	• Los hombros se ensanchan
• Aparece el vello púbico	• Crece el vello en el pecho y la espalda	• El cuerpo transpira más	• Aparece el vello en las axilas
• Los testículos y el pene aumentan de tamaño	• El cabello y la piel se vuelven más grasos	• Aumenta el peso y la altura	• Las manos y los pies aumentan de tamaño
• Aumenta el vello en los brazos	• Crece el vello en las piernas	• Se inicia la capacidad reproductora	• Eyaculación

Cambios en la Mujer			
• La piel se vuelve más grasa	• Aumenta el peso y la altura	• Aumenta el sudor	• Rostro más lleno
• Posible acné (debido a las hormonas)	• Los brazos engordan	• Aparece el vello en las axilas	• Se destacan los pezones
• Crece el vello púbico	• Los genitales se engrosan y oscurecen	• Aumenta el vello en los brazos	• Los muslos y las nalgas engordan
• Las caderas se ensanchan	• Crece el vello en las piernas	• Se inicia la capacidad reproductora	• Menstruación



Actividades

1. ¿Qué sucede si una chica tiene mayor cantidad de hormonas masculinas?

2. Para mujeres, si a tus demás compañeras ya les llegó su primera menstruación, ¿debes preocuparte? ¿Será que hay problemas en mi organismo? ¿Será que mi alimentación es distinta?

3. Para hombres, si a tus demás compañeros ya tienen vellos en su rostro, ¿debes preocuparte? ¿Será que hay problemas en mi organismo?

4. ¿Son realmente molestos estos cambios en tu cuerpo? ¿Por qué?

Cambios Psicológicos:

Se vive un periodo de estrés emocional. La mayoría de todos estos cambios emocionales son por los cambios físicos ya que el cuerpo está tratando de ajustarse y de ahí vienen las inseguridades, se sienten feos y sienten que nada les queda bien. Su carácter es mucho más irritable y sufren muchos cambios emocionales buscan mucho la soledad, sus conversaciones la hacen más con su grupo de amigos, no es mucha la comunicación con sus padres. En esta etapa se inicia la búsqueda del sexo apuesto, los pensamientos en el sexo y la identidad sexual. Los cambios que llevan a la responsabilidad de cuidar su cuerpo, del respeto en los demás, de la higiene, cuidar sus malos olores, no exponerse a situaciones de morbo y llevar una masturbación responsable y privada son muy importantes para llevar una vida con respeto.

Recuerda que: Es necesario que en esta etapa exploren y estimulen sus habilidades y potencialidades en distintos ámbitos a fin de desarrollarse intelectual, emocional y socialmente, pues esta fase se caracteriza por ser un período de búsqueda y construcción de la identidad personal.



Como ya habrás leído, cada uno de los cambios que estás experimentando son naturales y propios de la etapa que estás viviendo.

5. ¿Has notado estos cambios de humor? Menciona dos experiencias.

6. ¿Te sientes emocionalmente incomprendido? ¿Por qué?

7. Averigua qué hormonas están involucradas en este proceso.

8. Sugiere algunas alternativas para alivianar el estrés emocional.



¡MUY BUEN TRABAJO!