



**Guía de Aprendizaje Religión**  
**7° Año Básico**  
**Docente de Asignatura: Nayade Neira Allende**

<b>Objetivo de la Clase</b>	<b>1) 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.</b>
<b>Fecha</b>	08 de abril de 2020

**I. EXPLICACIÓN DEL CONTENIDO**

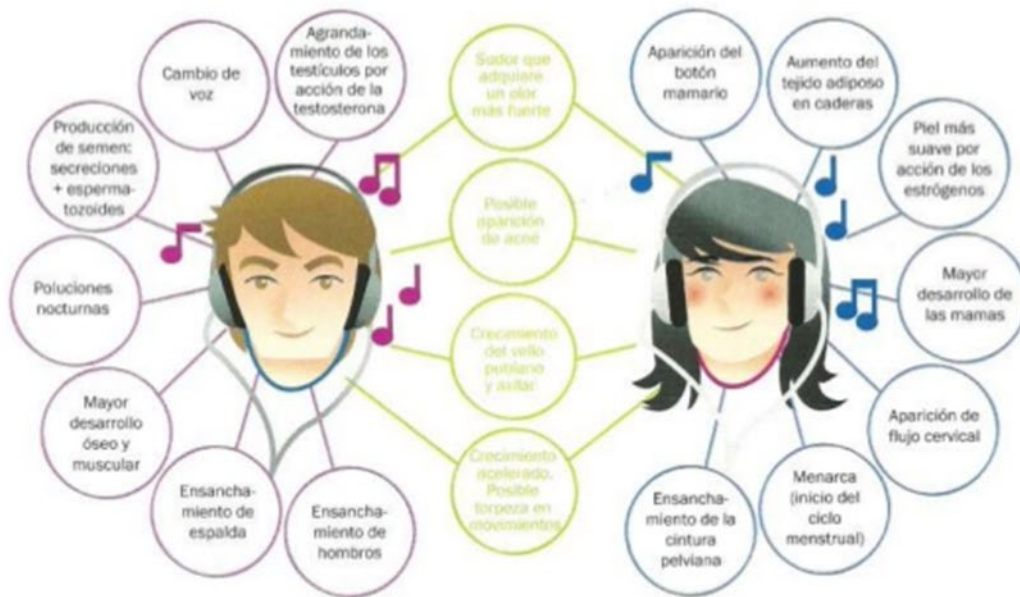
**CRECIMIENTO PERSONAL**



En la adolescencia, ocurren cambios en distintas áreas: física, psicológica y social; además, comienzan a aparecer intereses y hobbies. He aquí ejemplos:



## Cambios físicos



# Cambios psicológicos




## ¿CUÁLES SON LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS Y SOCIALES EN LA ADOLESCENCIA?

- ① LA VIDA EMOCIONAL ES MÁS INTENSA, MÁS PROFUNDA.
- ② AUMENTA LA CAPACIDAD DE PERCEPCIÓN.
- ③ SE BUSCA LA INDEPENDENCIA.
- ④ LAS FANTASÍAS SEXUALES SURGEN.
- ⑤ APARECEN LOS FACTORES DE RIESGO.



**ADOLESCENCIA**

# 4. Cambios Sociales

- Relaciones interpersonales complicadas
  - Poca constancia
  - Celos - Envidia - Culpa - Lealtad
  - Grupo de pares más importante que la familia
  - Aislamiento o sobreinvolucramiento
- 
- Fuerte necesidad de pertenencia y aceptación
  - Relaciones por Internet





## Cambios que se ven y se sienten



### 1 Tenemos nuevas actividades

- ¿Cuáles de las siguientes actividades nos gusta realizar: jugar, bailar, hacer deportes, andar en bici, escuchar música, estar más tiempo con nuestros amigos y amigas?
- Hacemos un listado de actividades que realizábamos cuando empezamos la primaria. Las comparamos. ¿Qué dejamos de hacer? ¿Qué seguimos realizando?
- ¿Qué nos divierte hacer juntos a chicos y a chicas? ¿Qué preferimos hacer en forma separada? ¿Por qué?



### 2 Queremos ser parte del grupo

- ¿Por qué es importante para nosotros/as formar parte de un grupo? ¿Qué características creemos necesarias para ello (cortes de pelo, formas de vestir, tipo de música...)?
- ¿Qué lugar tienen los sentimientos, la solidaridad, el respeto, la aceptación de las diferencias en el grupo?



### 3 Cambiamos de ánimo con facilidad

- ¿Qué sentimientos expresan las caras de estos chicos y chicas? ¿Qué les puede estar pasando?
- Contamos alguna anécdota sobre cambios repentinos de ánimo que recordamos haber vivido.
- ¿A los varones y a las mujeres nos pasa lo mismo con los estados de ánimo?



### 6 A veces, no estamos conformes con el cuerpo que tenemos

- Nuestros cuerpos no son iguales, porque nuestro cuerpo es único. ¿Nos preocupa parecernos a los cuerpos que vemos en los medios de comunicación (tele, revistas, videojuegos, internet, etc.)? ¿Por qué? ¿Qué "ideales de belleza" transmiten estos medios?
- ¿Qué influencia pueden tener esos "ideales de belleza" en nuestra manera de ser, de sentir, de actuar y de vernos a nosotros/as mismos/as?

### 4 Nos hacemos nuevas preguntas

- Investigamos qué cambios tenemos los chicos y las chicas en la pubertad.
- ¿Identificamos en nosotros algunos de estos cambios? ¿Cuáles?
- ¿Cómo nos sentimos con esto que nos puede estar pasando?



### 5 Nos enamoramos

- ¿Cómo expresamos nuestro amor a las personas que nos gustan? Leemos cuentos y poesías de enamorados.
- ¿Qué sentimos cuando hablamos de estas cosas?
- Sentir amor por otro es maravilloso, aunque a veces nos puede causar tristeza, porque no somos correspondidos/das. ¿Cómo reaccionamos cuando eso nos pasa?



### 7 Queremos decir "no", pero no nos animamos

- ¿Alguna vez nos vimos obligados/das por nuestro grupo de amigos/as a hacer algo que no queríamos, y no pudimos decir "no"? ¿Cómo nos sentimos después? ¿Pudimos hablarlo con alguien?
- ¿Qué haríamos si alguien quiere tocar nuestro cuerpo, acariciarnos sin que queramos, o nos pide que le mostremos nuestras partes íntimas? Es importante que no guardemos los secretos que nos molestan, y que lo hablemos con adultos de confianza para que nos ayuden.



### 8 Sentimos que los grandes no nos van a entender

- ¿Qué cosas les contamos a los adultos?
- ¿Qué no queremos contarles?
- ¿Cómo podemos hacer para que nos entiendan? Y ellos, ¿qué pueden hacer para entendernos?



## II. ACTIVIDAD

### FICHA DE LA O EL ESTUDIANTE: BIENVENIDA A MIS CAMBIOS

Dibuja una silueta humana. Luego, identifica en ella los cambios que has observado en los últimos años en las siguientes áreas: física, psicológica y social. Detalla tus intereses o *hobbies*. Destaca con un color aquellas características que han sido de tu agrado y con otro aquellas que te incomodan.

Física

Psicológicas

Social

Intereses o *hobbies*



### III. RETROALIMENTACIÓN

**REFLEXIONA Y RESPONDE ESTAS PREGUNTAS EN TU CUADERNO:**

1. ¿Existen cambios que no me han gustado?
2. ¿Qué aspectos de mí me hacen sentir mejor?
3. ¿Cómo se podrían trabajar mejor aquellos cambios que no me gustan?
4. ¿Cómo puedo expresar los cambios de la adolescencia a través de un eslogan? ¿Cuál sería?

**“Cada cambio es parte de lo que construye la propia identidad; aquellos que nos son gratos es importante desarrollarlos, y los que nos hacen sentir incómodos debemos trabajarlos y tratar de encontrar el aporte que dan a nuestra vida”**

VE NUESTRO VÍDEO EN YOUTUBE  
<https://youtu.be/ofMS9HP5IZI>



VE NUESTRO VÍDEO EN YOUTUBE  
<https://youtu.be/ofMS9HP5IZI>



VE NUESTRO VÍDEO EN YOUTUBE  
<https://youtu.be/ofMS9HP5IZI>