

PUBERTAD Y ADOLESCENCIA: CAMBIOS EN LA ETAPA

Propósito: Explicar cómo el estudio del desarrollo individual y la identidad nos ayuda

RETO: Identificar los rasgos distintivos de la pubertad y la adolescencia

Unidad: Celebrando las fiestas patrias en plena luz.

Competencia: Fortalece su identidad en lo personal, familiar y sociedad como ser creado a imagen y semejanza de Dios.

Capacidad: Se valora a sí mismo por considerarse a imagen y semejanza de Dios.

Texto Bíblico: (Hechos 8:26-40)

ETAPAS DE DESARROLLO

La pubertad y adolescencia

Lee y subraya las ideas principales:

Una de las fases del desarrollo humano es la adolescencia. Esta etapa de la vida es un paso entre la niñez y la adultez. Su inicio y extensión varía. Por lo general, ocurre entre los 10 y los 19 años de edad. La adolescencia tiene dos etapas: la pubertad y la adolescencia propiamente dicha.

1. La pubertad:

Es la etapa en la que ocurren los primeros cambios físicos (formal) y fisiológicos (funcionamiento) del cuerpo. Culmina cuando los órganos sexuales han alcanzado su madurez reproductiva. Esto significa que al final de esta etapa, varones y mujeres ya tienen las condiciones físicas para procrear, aunque psicológicamente aún no están preparados para tener hijos.

Las niñas suelen comenzar este proceso antes que los niños lo que se observa al inicio de la pubertad: son más altas y parecen mayores en comparación con ellos.

2. La adolescencia propiamente dicha:

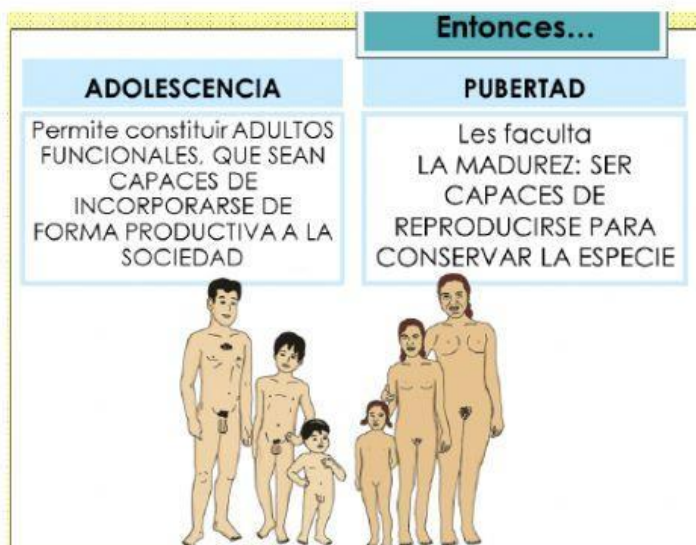
En esta etapa ocurren los cambios que preparan a la persona para los roles que va a cumplir en la vida adulta. Los más importantes son los siguientes:

- **Afirmación de la identidad:** los adolescentes necesitan reconocerse a sí mismo y ser reconocidos como adultos en formación.
- **Actitud crítica:** los adolescentes empiezan a cuestionar aspectos del entorno en el que viven.
- **Nuevos sentimientos y relaciones:** los adolescentes experimentan nuevas emociones, desarrollan sentimientos diferentes hacia otros adolescentes y se relacionan de forma autónoma con los adultos.

3.- Cambios emocionales y conductuales

Los cambios físicos de la adolescencia están acompañados por intensos cambios emocionales que influyen en la conducta.

- **Inestabilidad:** Los adolescentes pueden sentirse muy inseguros ante determinadas situaciones y, de pronto, tener miedo de fracasar.
- **Humor cambiante:** Sienten fastidio por asuntos que antes no les importaban. Además, suelen pasar muy rápidamente de la alegría a la tristeza o del entusiasmo al aburrimiento.
- **Toma de decisiones:** A pesar de que tienen una mayor autonomía en sus decisiones, les cuesta asumir las consecuencias.

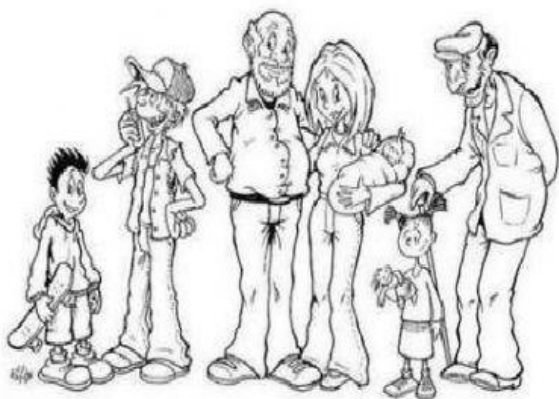


- **Aislamiento de su familia:** Casi no conversan con su grupo familiar. Acuden a él solo cuando necesitan algo o están en problemas.
- **Egocentrismo:** Se preocupan tanto por sí mismos que piensan que todo gira en torno a ellos.

Por ejemplo, sienten que son observados y vigilados por los demás, piensan que sus problemas son más grandes y peores que los de cualquier otro, no

PRACTIQUEMOS RESPONDIENDO LAS PREGUNTAS

1.- Mueve la palabra a las características de cada etapa que corresponde:



Se casa y tiene hijos.

Asiste al colegio.

Inicia su vida amorosa

Está jubilado.

Estudia una profesión.

Gatea y se alimenta de leche.

Le empieza a salir vellos.

Niñez juventud Pubertad infancia Adolescencia Adultez Ancianidad

2.- Escribe Verdadero o Falso en las siguientes afirmaciones:

- La niñez se inicia de 0 a 10 años.
- En la pubertad se producen los cambios físicos.
- En la adultez se da la disminución de las fuerzas físicas.
- En la adolescencia se inicia el primer amor.
- La ancianidad se inicia a la edad de 40 años.

()

()

()

()

()



3.- Marca la afirmación correcta

1.- ¿A qué edad se alcanza el mayor crecimiento en el ser humano

A) a los 20 años B) a los 25 años C) a los 30 años D) toda la vida

2.- En esta etapa se experimenta un cambio intenso y rápido en el desarrollo del cuerpo, en las actividades intelectuales, en las emociones y en los afectos:

A) la niñez B) la adolescencia C) la vejez D) la edad adulta

3.- ¿A qué edad aproximadamente se entra a la adolescencia?:

A) entre los 12 y 18 años B) de los 2 a los 11 años
C) de los 20 a los 40 años D) de los 40 años en adelante

4.- En esta etapa se independiza progresivamente de su familia y se va haciendo cargo de nuevas responsabilidades:

A) la adolescencia B) la niñez C) la juventud D) la vejez.

5.- En esta etapa alcanzan su nivel más alto las capacidades físicas y la actividad intelectual de los hombres y las mujeres.

A) la edad adulta B) la adolescencia C) la vejez D) la infancia.

4. Elijo la opción correcta:

• Significado de polución nocturna:

A) Salida del semen durante el sueño

- B) Crecimiento de los testículos
- C) Sangrado o primera menstruación

• **Son cambios producidos en el varón y en la mujer:**

- A) Ensanchamiento de las caderas.
- B) Aparición de granos en la piel (acné).
- C) Crecimiento del vello púbico y axilar.

• **Son cambios visibles en el varón:**

- A) La voz se vuelve más suave y aguda
- B) Crecimiento de la manzana de Adán
- C) Crecimiento de los pechos.

5. Responde SÍ o NO, según corresponda:

- a. Durante la pubertad aumenta la estatura. ()
- b. La pubertad es igual que la etapa de la niñez. ()
- c. Todos los púberes se desarrollan de igual manera y al mismo tiempo. ()
- d. Los varones comienzan a desarrollar antes que las chicas. ()
- e. El crecimiento de los genitales es normal durante la pubertad. ()
- f. Debería sentirse vergüenza por los cambios que le ocurren a uno. ()
- g. Se debe respetar los cambios producidos en los demás compañeros. ()

ESCALA DE VALORES

Califica cada uno de los siguientes valores utilizando un puntaje del 1 al 20, según la importancia que le otorgas. El valor más importante para tí deberás calificarlo con 20, después 19, 18 y así sucesivamente.

1. La belleza		11. La riqueza	
2. La salud		12. La lealtad	
3. El amor		13. La amistad	
4. La moralidad		14. El trabajo	
5. La fe religiosa		15. La democracia	
6. La justicia		16. La dignidad	
7. La honestidad		17. La verdad	
8. El altruismo		18. La responsabilidad	
9. La sabiduría		19. La puntualidad	
10. La solidaridad		20. El respeto a la persona	

METACOGICIÓN

1.- IMPORTANTE: ¿Qué es lo que te pareció nuevo o interesante de este tema?

2.- RELEVANTE: ¿El tema desarrollado es importante para tu vida diaria?

3.- TRASCENDENTE: ¿Lo aprendido te ayuda a realizar algunos cambios en ti? ¿De qué manera?