

POSITIVE PREVENTION *PLUS*

Primaria superior (5° Grado) Plan de estudios

Primavera 2025

Bienvenida y presentaciones

Dra. Julie Aguirre-Jacinto

- Directora de Educación Primaria
- Directora de Escuela Primaria
- Subdirectora de Escuela Primaria
- Entrenadora Instruccional
- Maestra de Primaria



Resumen de la agenda

- Estándares de Educación en Salud de California
- Necesidad en MHUSD
- Resumen del Currículo y Ejemplos de Lecciones
- Preguntas
- Apoyo a Padres, Opciones y Consejos de Comunicación

Recordatorio: Las preguntas pueden abordarse durante o después de la reunión

Acuerdos de grupo

Respeto	Respetar todas las perspectivas - Escuchar activamente y tener en cuenta diferentes puntos de vista.
Enfoque	Mantenerse enfocado: Hacer comentarios y preguntas relevantes al tema.
Positividad	Asumir una intención positiva: Abordar la discusión con una mente abierta.
Equilibrio	Tomar turnos para hablar: Asegurar que todos tengan la oportunidad de contribuir.
Colaborar	Colaborar - Enfocarse en soluciones que beneficien a todos los estudiantes.

Estándares de Contenido en Salud y Estándares Nacionales de Educación en Sexualidad

- Visión general de los Estándares Educativos
- Estándares de Contenido en Educación en Salud de California
- Marco de salud de California para las escuelas públicas
- Ley de Juventud Saludable de California de 2016
- Política de la Mesa Directiva
- Alineación con el currículo de Positive Prevention Plus

¿Qué Son los Estándares Educativos?

Los estándares educativos son objetivos de aprendizaje específicos y medibles que establecen lo que los estudiantes deben saber y ser capaces de hacer en cada nivel de grado dentro de un área de estudio específica. Funcionan como puntos de referencia para garantizar resultados de aprendizaje consistentes en las escuelas, distritos o estados.

Características Clave de los Estándares Educativos:

- **Claridad:** Definen expectativas claras para el aprendizaje de los alumnos.
- **Progresión por Nivel de Grado:** Los estándares se construyen progresivamente, preparando a los estudiantes para el siguiente nivel de educación o preparación profesional.
- **Materias específicas:** existen normas para materias básicas como matemáticas, lengua y literatura, ciencias y estudios sociales, así como salud, educación física, etc.
- **Uniformidad:** Proporcionan un marco común para garantizar la coherencia en la educación, independientemente de la escuela o el distrito.

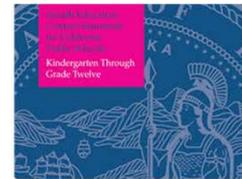
Estándares de contenidos de educación para la salud de California

Grados K-12 | Adoptados por el Consejo Estatal de Educación el 12 de marzo de 2008

Los estándares de educación para la salud deben ser alcanzados por todos los estudiantes de kindergarten y de los grados uno al doce. Para mejorar la calidad y profundidad de la instrucción de salud, algunas áreas de contenido de salud no se recomiendan para cada nivel de grado. Se alienta a los distritos a agregar áreas de contenido para niveles de grado adicionales dependiendo de las prioridades de salud locales. Las normas de educación sanitaria representan los requisitos mínimos para una educación sobre la salud integral. (p. ix)

Estándares para quinto grado

- Nutrición y actividad física
- Crecimiento, desarrollo y salud sexual *Código de Educación (CE), sección 51933(a)(b)(c)*
- Salud personal y comunitaria



Crecimiento, Desarrollo y Salud Sexual

Estándar 1: Conceptos Esenciales

- 1.1.G Describir el ciclo humano de reproducción, nacimiento, crecimiento, envejecimiento y muerte.
- 1.2.G Explicar la estructura, función y partes principales del sistema reproductor humano.
- 1.3.G Identificar los cambios físicos, sociales y emocionales que se producen durante la pubertad.
- 1.4.G Definir las enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluidos el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA).
- 1.5.G Describir cómo se transmite y cómo no se transmite el VIH.
- 1.6.G Reconocer que existen diferencias individuales en el crecimiento y desarrollo, la apariencia física y los roles de género.
- 1.7.G Reconocer que todas las personas tienen derecho a establecer límites personales.
- 1.8.G Reconocer que la amistad, la atracción y el afecto pueden expresarse de diferentes maneras.
- 1.9.G Explicar que la pubertad y el desarrollo físico pueden variar considerablemente y seguir siendo normales.
- 1.10.G Identificar las prácticas de higiene personal y las temas de salud y seguridad relacionadas con la pubertad (por ejemplo, ducharse, utilizar productos sanitarios, desodorante y protectores deportivos).

Estándar 2: Analizar las influencias

- 2.1.G Explicar cómo la cultura, los medios de comunicación y otros factores influyen en las percepciones sobre la imagen corporal, los roles de género y la atraktividad.
- 2.2.G Describir cómo influye la herencia en el crecimiento y el desarrollo.
- 2.3.G Discutir cómo los cambios durante la pubertad afectan a los pensamientos, las emociones y los comportamientos.

Estándar 3: Acceso a información válida

- 3.1.G Reconocer a los padres, tutores y otros adultos de confianza como fuentes de información sobre la pubertad.
- 3.2.G Diferenciar entre fuentes de información confiables y no confiables sobre la pubertad.

Estándar 4: Comunicación interpersonal

- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación efectivas para discutir con los padres, tutores y otros adultos de confianza los cambios que ocurren durante la pubertad.
- 4.2.G Utilizar formas saludables y respetuosas para expresar amistad, atracción y afecto.
- 4.3.G Demostrar habilidades de rechazo para proteger los límites personales.

Estándar 5: Toma de decisiones

- 5.1.G Describir la importancia de identificar los límites personales.
- 5.2.G Analizar por qué es seguro ser amigo de alguien que vive con VIH o SIDA.

Estándar 6: Establecimiento de metas

- 6.1.G Identificar los pasos para lograr y mantener una imagen corporal saludable y precisa.
- 6.2.G Desarrollar planes para mantener la higiene personal durante la pubertad.

Estándar 7: Practicar conductas que mejoran la salud

- 7.1.G Participar en conductas que promueven el crecimiento y desarrollo saludables durante la pubertad.
- 7.2.G Describir formas en que las personas pueden protegerse contra enfermedades contagiosas graves transmitidas por la sangre.

Estándar 8: Promoción de la Salud

Las habilidades para esta área de contenido no se identifican hasta los grados séptimo y octavo.

Alineación del PPP con los Estándares de Contenido de Salud de CA

Esta alineación se tratará cuando veamos las lecciones individuales de Prevención Positiva Más Primaria Superior más adelante en la presentación.

Marco de educación para la salud en las escuelas públicas de California

- Adoptado por el Consejo de Educación del Estado de California en mayo de 2019
- El Marco de educación para la salud en las escuelas públicas de California, desde el jardín de infantes hasta el duodécimo grado (Marco), que se guía por los estándares de educación para la salud, tiene como objetivo ayudar [al personal escolar] a desarrollar programas que eduquen, influyan e inspiren a los niños de California a aprender, adoptar y mantener prácticas de salud positivas a lo largo de sus vidas. (p.1)
- Uno de los principales objetivos de la educación para la salud es la alfabetización de todos los alumnos de California. Los estudiantes alfabetizados en salud pueden entender la información básica de salud, las direcciones y los servicios necesarios para tomar decisiones de salud personal informadas que también pueden contribuir a comunidades más saludables. (p. 2)
- ***No se recomienda la separación por sexos (p. 261)***



Alineación de la PPP con el marco para la salud de CA

Áreas de interés del Marco:

- Educación sexual integral: Proporciona lecciones adecuadas a la edad sobre el desarrollo humano, incluida la pubertad y la reproducción.
- Aprendizaje socioemocional (SEL): Integra estrategias para desarrollar la autoconciencia, la empatía y la toma de decisiones responsable.
- Inclusión y equidad: Las lecciones incluyen diversos orígenes y experiencias, incluidos los estudiantes con discapacidades y diversos valores culturales.

Cómo se alinea:

- Garantiza información médicamente precisa, apropiada para la edad y sensible desde el punto de vista cultural.
- Incorpora actividades atractivas y centradas en los alumnos, como juegos de rol y debates en grupo.
- Prepara a los alumnos para la transición a la escuela media con conocimientos básicos sobre salud y bienestar personal.

Ley de Jóvenes Saludables de California de 2016

•El propósito de la Ley de Jóvenes Saludables de California (Código de Educación de California [CE] secciones 51930-51939) es proporcionar a cada estudiante el conocimiento y las habilidades necesarias para proteger su salud sexual y reproductiva de embarazos no deseados, el virus de inmunodeficiencia humana (VIH) y las infecciones de transmisión sexual (ITS).

•Toda la instrucción y los materiales deben apoyar y alinearse con los propósitos de la Ley de Juventud Saludable de California y entre sí. La instrucción y los materiales no pueden estar en conflicto o desvirtuar entre sí o cualquier propósito de la ley. Por ejemplo, las escuelas no pueden usar materiales que, al promover la abstinencia, se enfoquen exclusivamente en las tasas de fracaso o en las desventajas percibidas de los condones o los anticonceptivos.

•(c) Un distrito escolar puede ofrecer educación integral sobre salud sexual o educación para la prevención del VIH que consista en una instrucción adecuada a la edad antes del séptimo grado utilizando instructores capacitados en los cursos apropiados. Un distrito escolar que elija ofrecer educación sobre salud sexual o educación para la prevención del VIH antes del 7º grado puede proporcionar información médicamente precisa y adecuada a la edad sobre cualquiera de los temas generales incluidos en los párrafos (1) a (11), ambos inclusive, de la subdivisión (a).

Alineación de la APP con la Ley de Juventud Sana de California

Requisitos legales cubiertos:

- Educación integral sobre salud sexual y prevención del VIH: Incluye lecciones sobre anatomía humana, pubertad, reproducción y prevención de enfermedades.
- Contenido adecuado a la edad: Las lecciones de quinto grado se centran en el desarrollo puberal temprano y la comunicación con adultos de confianza.
- Inclusividad: Las lecciones reflejan las experiencias de todos los alumnos, incluidas las personas LGBTQ+.
- Derechos de los padres: Proporciona opciones de exclusión para los padres, alineados con los requisitos de CHYA.

Cómo se alinea:

- Cumple el mandato de CHYA de proporcionar educación sobre el crecimiento y el desarrollo humano, las relaciones y la prevención de las infecciones de transmisión sexual de una manera apropiada para la edad.
- Enfatiza el respeto por la diversidad y la importancia de las relaciones sanas y respetuosas.

Política del Consejo del MHUSD 6142.1

Política de Instrucción sobre Salud Sexual y Prevención del VIH/SIDA

- La Junta de Gobierno desea proporcionar una secuencia bien planificada e integrada de instrucción médicamente precisa e inclusiva sobre salud sexual integral y prevención del virus de inmunodeficiencia humana (VIH). El programa educativo del distrito abordará los objetivos de la Ley de Juventud Saludable de California de conformidad con el Código de Educación 5193-51939, incluyendo proporcionar a los estudiantes los conocimientos y habilidades necesarias para protegerlos de los riesgos presentados por las infecciones de transmisión sexual, embarazos no deseados, acoso sexual, agresión sexual, abuso sexual y trata de personas y para tener relaciones y comportamientos saludables, positivos y seguros.
- El programa educativo del distrito también promoverá la comprensión de los estudiantes de la sexualidad como una parte normal del desarrollo humano y su desarrollo de actitudes y comportamientos saludables con respecto al crecimiento y desarrollo de los adolescentes, la imagen corporal, el género, la identidad de género, la expresión de género, la orientación sexual, las relaciones, el matrimonio y la familia.
- El distrito respetará los derechos de los padres/tutores a supervisar la educación de sus hijos en estas materias y a impartirles valores relativos a la sexualidad humana.





Regulación Administrativa de la Junta del MHUSD 6142.1

Instrucción sobre Salud Sexual y Prevención del VIH/SIDA

- Criterios generales para la instrucción y los materiales
- Componentes de la educación sobre salud sexual y prevención del VIH
- Desarrollo profesional
- Uso de consultores u oradores invitados
- No aplicabilidad a cierta instrucción o materiales

Necesidad del MHUSD

- Plan de estudios anterior, Siempre cambiando y creciendo, obsoleto y no alineado con los estándares estatales
- El plan de estudios actualizado se alinea con la Ley de Jóvenes Saludables de California de 2016

PPP PRIMARIA SUPERIOR (5º GRADO) VISIÓN GENERAL Y ALINEACIÓN CON ESTÁNDARES DE SALUD DE CALIFORNIA

Objetivos curriculares

- Abstenerse de contactos sexuales
- Abstenerse del consumo de drogas
- Reducir el riesgo de embarazos no deseados e infecciones de transmisión sexual
- Acceder a recursos y servicios de salud reproductiva
- Hablar con un padre, tutor o adulto de confianza

Índice

- Lección 1: Primeros pasos
- Lección 2: Amistad
- Lección 3: Conductas de Acoso estudiantil
- Lección 4: Pubertad
- Lección 5: Reproducción humana
- Lección 6: Higiene
- Lección 7: Enfermedades y su transmisión
- Lección 8: Seguridad y salud

Formato de presentación

- Componente 1: Diapositiva de apertura del material didáctico
- Componente 2: Título de la lección, contenido y objetivos didácticos
- Componente 3: Estándares de contenido de salud de CA alineados
- Componente 4: Diapositivas de muestra de los materiales didácticos
- Componente 5: Ejemplos de actividades de la lección
- Componente 6: Página de muestra del cuaderno de ejercicios del alumno

Habrà un turno de preguntas después de cada 2-3 lecciones.



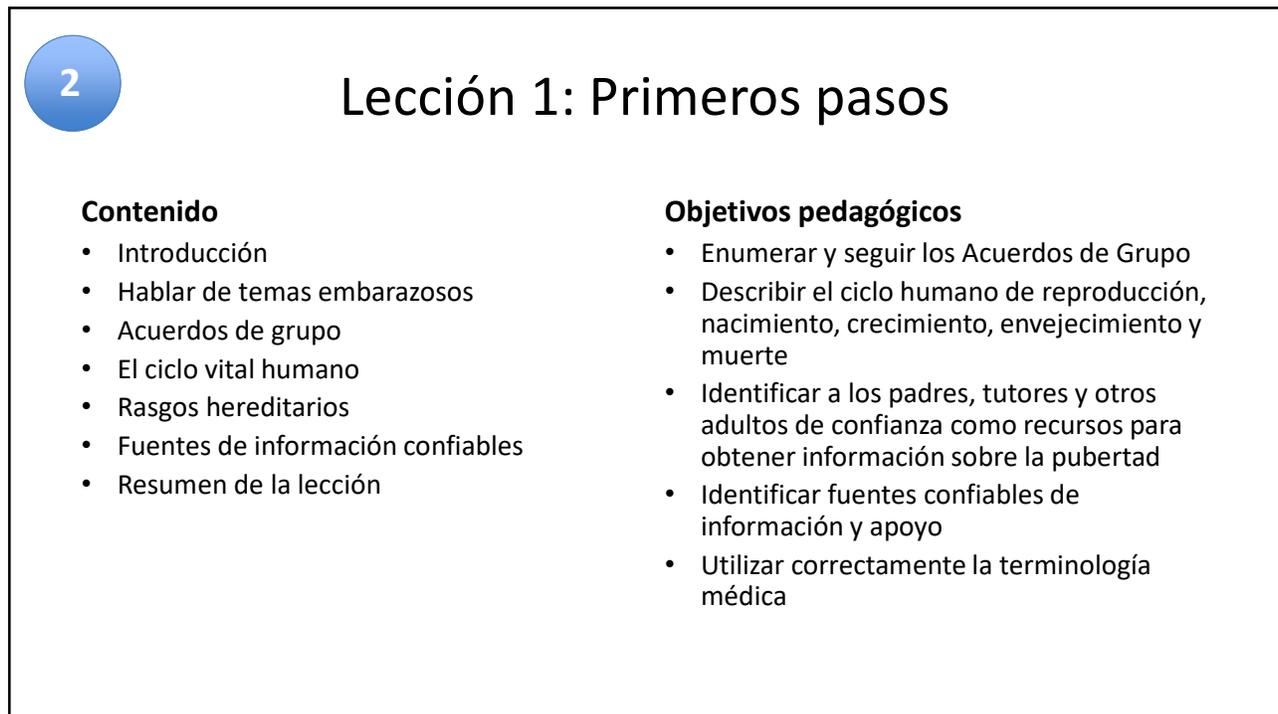
1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Primeros Pasos

Lección 1

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.



2

Lección 1: Primeros pasos

Contenido

- Introducción
- Hablar de temas embarazosos
- Acuerdos de grupo
- El ciclo vital humano
- Rasgos hereditarios
- Fuentes de información confiables
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Enumerar y seguir los Acuerdos de Grupo
- Describir el ciclo humano de reproducción, nacimiento, crecimiento, envejecimiento y muerte
- Identificar a los padres, tutores y otros adultos de confianza como recursos para obtener información sobre la pubertad
- Identificar fuentes confiables de información y apoyo
- Utilizar correctamente la terminología médica

3

Normas asociadas al Contenido de salud de California

- 1.1.G Describir el ciclo humano de reproducción, nacimiento, crecimiento, envejecimiento y muerte.
- 2.2.G Describir cómo influye la herencia en el crecimiento y el desarrollo.
- 3.1.G Reconocer a los padres, tutores y otros adultos de confianza como recursos para obtener información sobre la pubertad.
- 3.2.G Diferenciar entre fuentes de información confiables y no confiables sobre la pubertad.

4

Diapositivas de instrucción

4 ¿Por qué es difícil hablar de la pubertad?



- La pubertad es personal y privada.
- Es un tema incómodo.
- Tiene que ver con la familia, las creencias religiosas y la cultura.
- No se habla mucho de los cambios que ocurren en tu cuerpo durante la pubertad.

5 ¿Cómo actúas cuando te sientes avergonzado?



¿Qué tipo de comportamientos vemos a veces cuando hablamos de temas vergonzosos?

- Risas
- Chistes
- Silencio
- Susurros
- Comentarios

6 Hagamos algunos acuerdos de grupo.

- Respeta las diferencias
- Toma turnos para hablar
- Protege tu privacidad
- Protege la privacidad de los demás
- Usa terminología apropiada
- Todas las preguntas están bien
- Comparte lo que aprendiste con tu padre/madre o adulto de confianza



5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

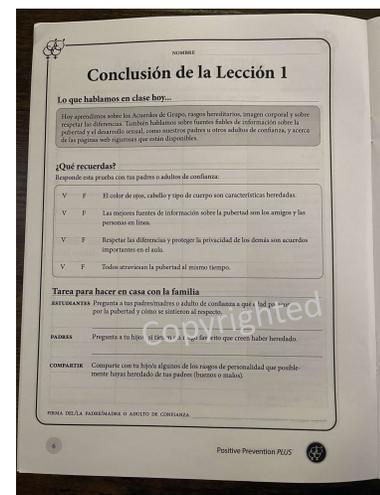
Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno





1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Amistad

Lección 2

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

2

Lección 2: Amistad

Contenido

- Introducción
- Amistad y empatía
- Qué significa ser un buen amigo
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Describir las características de las amistades sanas
- Explicar la importancia de la empatía
- Reconocer que la amistad y la empatía pueden expresarse de diferentes maneras
- Identificar formas de ser más comprensivo con los demás
- Demostrar formas de tratar a los demás con dignidad y respeto
- Identificar a los padres y otros adultos de confianza con los que se puede hablar sobre las relaciones

3

Normas asociadas al contenido de salud de California

- 1.8.G Reconocer que la amistad, la atracción y el afecto pueden expresarse de diferentes maneras.
- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación eficaces para discutir con los padres, tutores y otros adultos de confianza los cambios que ocurren durante la pubertad.
- 4.2.G Utilizar maneras saludables y respetuosas de expresar amistad, atracción y afecto.

4

Diapositivas de instrucción

7 ¿Qué hacen los/as buenos/as amigos/as?



- Te ayudan con las cosas
- Respetan tus sentimientos
- Se preocupan por tu seguridad
- Te apoyan
- Les gustan cosas similares
- Te dicen la verdad
- Están dispuestos/as a comprometerse
- Toman turnos
- Comparten

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

7 ¿Qué NO hacen los/as buenos/as amigos/as?



- Difundir rumores
- Presionarte para que hagas cosas que sientes que no debes hacer
- Intimidarte
- Herirte
- Presumir mucho
- Desanimarte a ser amigo/a de otros/as

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno

Inventario de Amistad

NOMBRE: _____

INTRODUCCIÓN: Realízalo en la discusión en clase sobre amistad de alta calidad, completa la lista de características y habilidades de un buen amigo. Luego, clasifícalo en cada característica colocando un "si", "no" o "a veces" en la segunda columna. Después de revisar tus habilidades de amistad, completa los espacios en blanco en la parte inferior de la página.

Características y Habilidades	¿Cree que tengo esta?
Cercanía	
Compromiso	
Honestidad	
Comunicación	
Comprensión	
Empatía	
Flexibilidad	
Perdón	
Diversión	

Una de las cosas que he aprendido como amigo/a es _____

Una cosa en la que puedo mejorar es _____

En el reverso de esta hoja de trabajo, sugiere formas en las que puedes mejorar tus habilidades de amistad.

FIRMA DEL/A PADRE/MADRE O ADULTO DE CONFIANZA _____

AMISTAD 7



Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

POSITIVE PREVENTION PLUS

Conductas de Acoso - Bullying

Lección 3

2

Lección 3: Conductas de Acoso

<p>Contenido</p> <ul style="list-style-type: none"> • Introducción • Burlas e intimidación • Comunicación verbal y no verbal • Límites • Resumen de la lección 	<p>Objetivos pedagógicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definir las burlas y el acoso y explicar por qué están mal. • Explicar por qué algunas personas pueden molestar o intimidar a otras. • Reconocer que todo el mundo tiene derecho a establecer límites personales. • Identificar los límites personales. • Demostrar habilidades de rechazo que eviten o reduzcan los riesgos para la salud.
--	---

3

Normas asociadas al contenido de salud de California

- 4.2.G Utilizar formas sanas y respetuosas de expresar amistad, atracción y afecto.
- 4.3.G Demostrar habilidades de rechazo para proteger los límites personales.
- 5.1.G Describir la importancia de identificar los límites personales.

4

Diapositivas de instrucción

4 ¿Por qué hay personas que se burlan de otras?



- Para llamar la atención
- Para reírse de las diferencias de alguien
- Para sentirse mejor que la otra persona

Aunque las burlas pueden usarse para mostrar afecto, también pueden ser peligrosas si accidentalmente hieren los sentimientos de la otra persona.

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

5 ¿Cuáles son algunos ejemplos de acoso?



- Insultar
- Menospreciar a los demás
- Meterse con el género, la raza o la orientación sexual de otra persona
- Difundir rumores

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

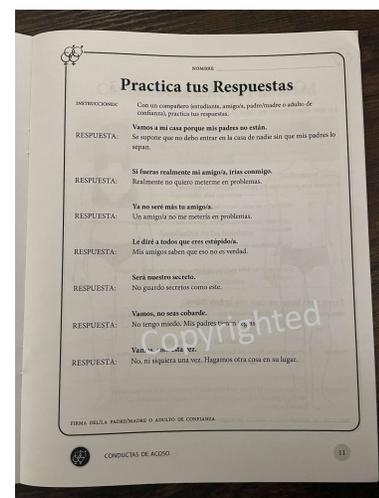
Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

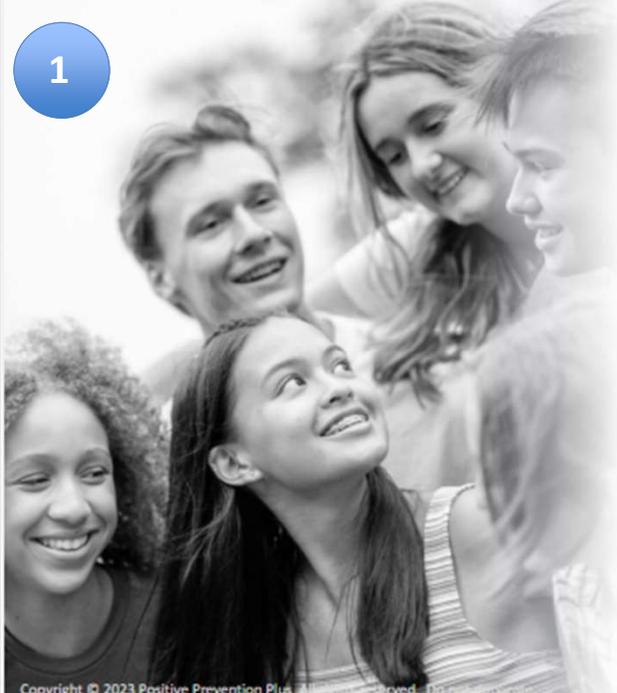
Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno



¿PREGUNTAS?



1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Pubertad

Lección 4

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not reproduce.

2

Lección 4: Pubertad

Contenido

- Introducción
- La pubertad
- Cambios mentales, sociales y emocionales
- Identidad sexual y de género
- Identificación y gestión de las emociones
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Describir cómo la pubertad prepara el cuerpo humano para la reproducción.
- Describir los sistemas reproductores, incluidas las partes del cuerpo y sus funciones.
- Explicar la estructura, función y partes principales del aparato reproductor humano.
- Identificar información médica precisa sobre la anatomía reproductiva.

3

Normas asociadas al Contenido de salud de California

- 1.1.G Describir el ciclo humano de reproducción, nacimiento, crecimiento, envejecimiento y muerte.
- 1.2.G Explicar la estructura, función y partes principales del sistema reproductor humano.
- 1.3.G Identificar los cambios físicos, sociales y emocionales que ocurren durante la pubertad.
- 1.6.G Reconocer que existen diferencias individuales en el crecimiento y desarrollo, la apariencia física y los roles de género.
- 1.9.G Explicar que la pubertad y el desarrollo físico pueden variar considerablemente y aún así ser normales.
- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación efectivas para discutir con los padres, tutores y otros adultos de confianza los cambios que ocurren durante la pubertad.

4

Diapositivas de instrucción

7 ¿Cuáles son los cambios en alguien con vagina durante la pubertad?



- Aumento de altura y peso
- El apetito aumenta
- La sudoración aumenta
- Los senos se desarrollan
- Aparece vello corporal
- Los genitales crecen
- Las caderas se ensanchan

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

8 ¿Cuáles son los cambios en alguien con pene durante la pubertad?



- Aumento de altura y peso
- El apetito aumenta
- La sudoración aumenta
- Aparece vello corporal
- Los genitales crecen
- La voz se profundiza
- Los hombros se ensanchan
- Los músculos se agrandan

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno

Identificar y Manejar Las Emociones

INSTRUCCIONES: Completa las siguientes frases. Ejemplo: Cuando siento un punto en un juego de baloncesto me siento feliz. Dibuja de cada frase, haz un círculo con qué frecuencia sientes esa emoción. (Siempre, A veces, Rara vez).

Cuando _____ me siento enojado/a.

¿Con qué frecuencia te sientes enojado/a? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento confundido/a.

¿Con qué frecuencia te sientes confundido/a? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento asustado/a.

¿Con qué frecuencia te sientes asustado/a? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento triste.

¿Con qué frecuencia te sientes triste? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento feliz.

¿Con qué frecuencia te sientes feliz? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento avergonzado/a.

¿Con qué frecuencia te sientes avergonzado/a? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Cuando _____ me siento asqueado/a.

¿Con qué frecuencia te sientes asqueado/a? SIEMPRE A VECES RARA VEZ

Haz un círculo en todas las formas saludables de manejar tu emoción:

GOLPEAR A ALGUIEN	CERRAR DE GOLPE UNA PUERTA	HABLAR CON UNA AMIG/A	HABLAR CON UN ADULTO	DAR UNA CAMINATA
GRITAR	HACER EJERCICIO	ESCRIBIR EN MI DIARIO	ESCRIBIR EN MI DIARIO	VOLVERSE RESERVADO/A

FIRMA DEL/A PADRE/MADRE O ADULTO DE CONFIANZA

Positive Prevention PLUS

Cambios durante la Pubertad

INSTRUCCIONES: Usa una línea para cada cambio con la parte del cuerpo donde ocurre.

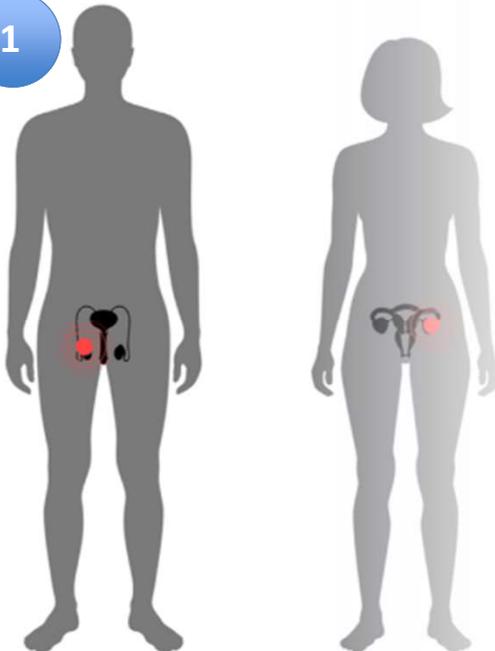
CAMBIOS

- Aumento de altura y peso
- Aumento del apetito
- Aumento de la sudoración
- Ampliación de los hombros
- Desarrollo de los senos
- Crecimiento de los órganos genitales
- Cambio de voz
- Aumento de los músculos
- Ampliación de las caderas

FIRMA DEL/A PADRE/MADRE O ADULTO DE CONFIANZA

PUBERTAD

1



POSITIVE PREVENTION PLUS

Reproducción Humana

Lección 5

2

Lección 5: Reproducción humana

Contenido

- Introducción
- Órganos reproductores
- Estructura y función reproductora
- Menstruación
- De la concepción al parto
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Describir cómo la pubertad prepara el cuerpo humano para la reproducción.
- Describir los sistemas reproductores, incluidas las partes del cuerpo y sus funciones.
- Explicar la estructura, función y partes principales del aparato reproductor humano.
- Identificar información médica precisa sobre la anatomía reproductiva.

3

Normas asociadas al Contenido de salud de California

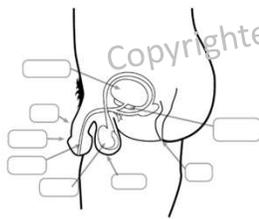
- 1.1.G Describir el ciclo humano de reproducción, nacimiento, crecimiento, envejecimiento, and muerte.
- 1.2.G Explicar la estructura, función, las partes principales del aparato reproductor humano.
- 1.6.G Reconocer que existen diferencias individuales en el crecimiento y desarrollo, el aspecto físico y los roles de género.
- 1.9.G Explicar que la pubertad y el desarrollo físico pueden variar considerablemente y seguir siendo normales.
- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación eficaces para hablar con los padres, tutores, y otros adultos de confianza sobre los cambios que ocurren durante la pubertad.

4

Diapositivas de instrucción

5

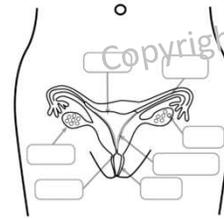
¿Cuáles son las estructuras reproductivas en alguien con pene?



Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

8

¿Cuáles son las estructuras reproductivas internas en alguien con vagina?



Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

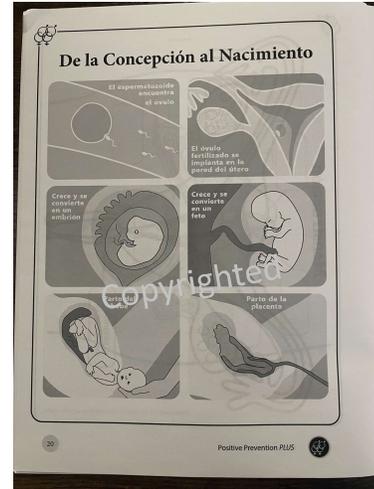
Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

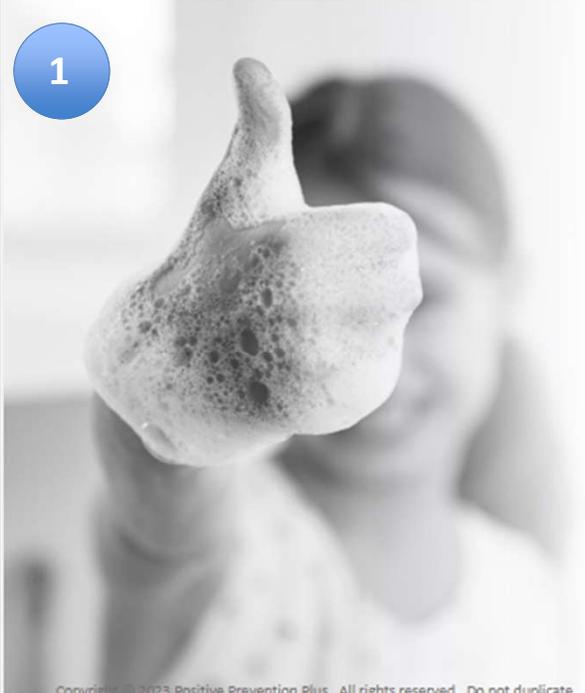
Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno



¿PREGUNTAS?



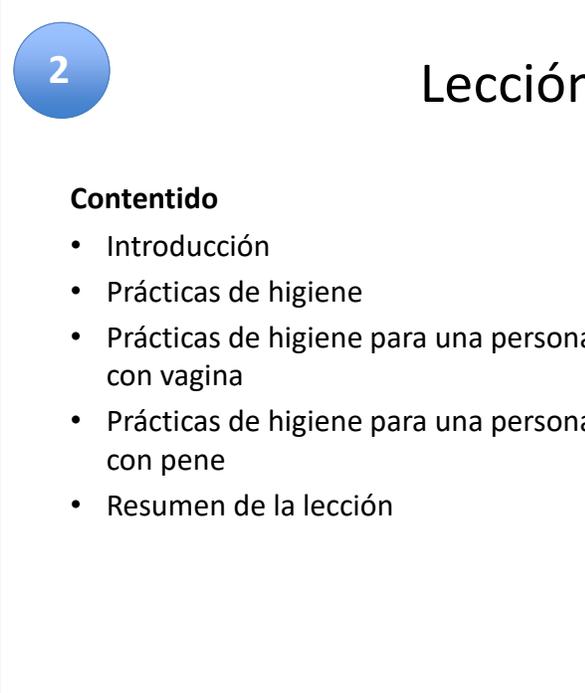
1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Higiene

Lección 6

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.



2

Lección 6: Higiene

Contenido

- Introducción
- Prácticas de higiene
- Prácticas de higiene para una persona con vagina
- Prácticas de higiene para una persona con pene
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Identificar las prácticas de higiene personal y los problemas de seguridad relacionados con la pubertad.
- Elaborar planes para mantener la higiene personal durante la pubertad.
- Describir cuándo es importante buscar atención sanitaria.

3

Normas asociadas al contenido sanitario de California

- 1.10.G Identificar las prácticas de higiene personal y los temas de salud y seguridad relacionadas con la pubertad (por ejemplo, ducharse, usar productos sanitarios, desodorante y apoyos deportivos).
- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación eficaces para hablar con los padres, tutores y otros adultos de confianza sobre los cambios que ocurren durante la pubertad.

4

Diapositivas de instrucción

6 ¿Qué productos de higiene debemos utilizar?



- Jabón
- Champú
- Cepillo y pasta de dientes
- Desodorantes y anhidrantes
- Exfoliantes o jabones faciales
- Maquinilla de afeitar
- Productos de higiene femenina

9 ¿Cómo debemos cuidar nuestra piel?



Acné

- Durante la pubertad la piel segrega una gran cantidad de grasa.
- El 80% de las personas tendrán acné entre los 12 y los 18 años.
- Aceites, cremas, maquillaje o lociones pueden obstruir los poros y provocar acné.
- La mayoría de acné se puede tratar con medicamentos para el acné.

11 How should menstruation be managed?

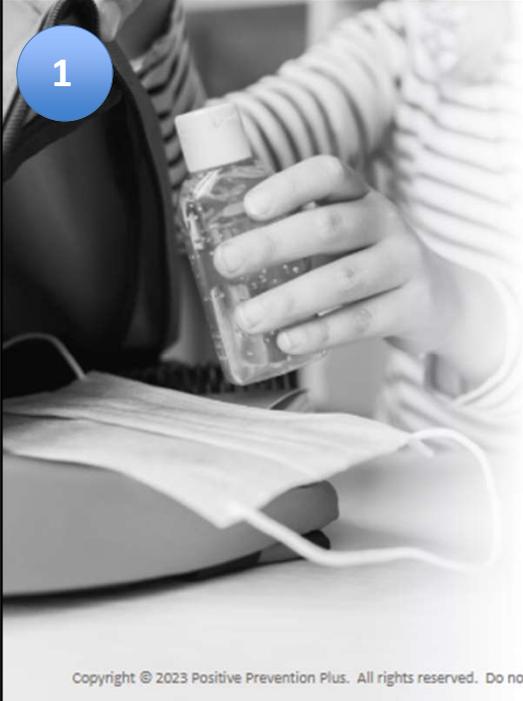


- After puberty begins, be prepared for the first menstrual period by carrying a menstrual product of your choice.
- Discuss the options with your parent, school nurse, or trusted adult.
- Remember to use good handwashing techniques when handling all menstrual products.

13 ¿Cómo se pueden gestionar los sueños húmedos?



- Limpia los genitales con agua y jabón.
- Asegúrate de lavar debajo del prepucio.
- Lava la ropa y las sábanas.



1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Enfermedades y su Transmisión

Lección 7

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

2

Lección 7: Enfermedades y su transmisión

Contenido

- Introducción
- Transmisión por gérmenes
- Infecciones de transmisión sexual (ITS)
- VIH y SIDA
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Definir las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluidos el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA).
- Describir cómo se transmite y cómo no se transmite el VIH.
- Analizar por qué es seguro ser amigo de alguien que vive con el VIH o el SIDA.
- Describir las formas en que las personas pueden protegerse contra las enfermedades transmisibles graves transmitidas por la sangre.

3

Normas asociadas al contenido sanitario de California

- 1.4.G Definir las enfermedades de transmisión sexual (ETS), incluidos el virus de la inmunodeficiencia humana (VIH) y el síndrome de inmunodeficiencia adquirida (SIDA).
- 1.5.G Describir cómo se transmite y cómo no se transmite el VIH.
- 5.2.G Analizar por qué es seguro ser amigo de alguien que vive con el VIH o el SIDA.
- 7.2.G Describir las formas en que las personas pueden protegerse contra enfermedades contagiosas graves transmitidas por la sangre.

4

Diapositivas de instrucción

5 ¿Cómo se propagan los gérmenes?



- Tocándose los unos a los otros
- Toser y estornudar sobre alguien
- Compartir vasos, utensilios para comer, pajitas, pintalabios, etc.
- Tocar la sangre o los fluidos corporales de otra persona
- Estar cerca de alguien, especialmente en interiores sin máscara

6 ¿Se pueden transmitir gérmenes también a través del contacto sexual?



¿Qué es una ITS?

- **Infección:** Una invasión de bacterias, virus o parásitos que normalmente no se encuentran en el cuerpo.
- **De Transmisión:** Que pasa de una persona a otra.
- **Sexual:** Relacionado con tener contacto sexual.

11 ¿Qué significan las letras SIDA?

SIDA

Síndrome: Una combinación de signos y síntomas que representan una enfermedad en particular.

Inmuno: Capaz de combatir infecciones.

Deficiencia: No hay suficiente de algo para combatir la infección.

Adquirida: De algún lugar o de otra persona, no de tu interior.

10 ¿Qué significan las letras VIH?

VIH

Virus: Una partícula viva muy, muy pequeña que sólo se ve a través de un microscopio y que causa infecciones graves.

Inmunodeficiencia: Una debilidad en el sistema inmunológico que se supone que combate las enfermedades.

Humana: Una enfermedad en los seres humanos, no en otros animales.

2 ¿Cómo se transmiten el VIH y las ITS?



13 ¿Estás a salvo?

No te preocupes por infectarte si estás con un amigo que tiene VIH. Está bien:

- Abrazarlos
- Estar con ellos/as
- Compartir comida y bebidas
- Sentarse junto a ellos/as
- Nadar con ellos/as
- Un apretón de manos

Recuerda no tocar sus fluidos corporales

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

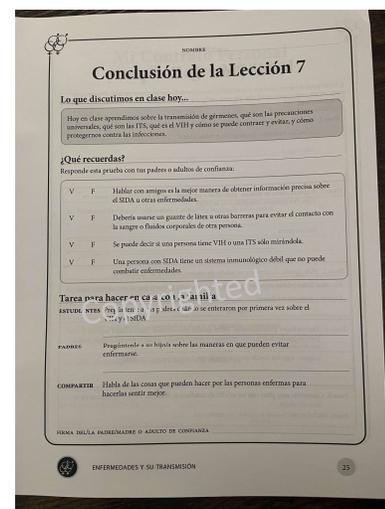
Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno





1

POSITIVE PREVENTION PLUS

Mantenerse Seguro y Saludable

Lección 8

Copyright © 2023 Positive Prevention Plus. All rights reserved. Do not duplicate.

2

Lección 8: Seguridad y salud

Contenido

- Introducción
- Mantenerse seguro
- Salud física
- Mantenerse sano mentalmente
- Contrato personal
- Resumen de la lección

Objetivos pedagógicos

- Define abuso sexual.
- Definir consentimiento.
- Describir la relación entre los comportamientos saludables y la salud personal.
- Demostrar cómo pedir ayuda para mejorar la salud personal.
- Identificar recursos que ayuden a conseguir un objetivo de salud personal.
- Establecer un objetivo de salud personal y hacer un seguimiento del progreso hacia su consecución.

3

Normas asociadas al contenido sanitario de California

- 1.7.G Reconocer que todo el mundo tiene derecho a establecer límites personales.
- 2.1.G Explicar cómo la cultura, los medios de comunicación y otros factores influyen en las percepciones sobre la imagen corporal, los roles de género y el atractivo.
- 4.1.G Utilizar habilidades de comunicación efectivas para discutir con los padres, tutores y otros adultos de confianza los cambios que ocurren durante la pubertad.
- 4.3.G Demostrar habilidades de rechazo para proteger los límites personales.
- 5.1.G Describir la importancia de identificar los límites personales.
- 6.1.G Identificar los pasos para lograr y mantener una imagen corporal saludable y precisa.

4

Diapositivas de instrucción

4 ¿Qué es el consentimiento?



Cuando eres menor de 18 años, ejemplos de cosas sobre las que puedes dar tu consentimiento:

- Abrazos
- Besos
- Apretones de manos
- Sentarse al lado de alguien
- Chocar los cinco
- Tomar una foto

5 ¿Cuáles son algunas de las cosas que una persona nunca debería pedirte que hagas?



Está mal si alguien te dice:

- Quitémonos la ropa
- Toquémonos las partes privadas
- Acostémonos y nos frotamos el uno contra el otro

7 ¿Cuáles son situaciones de riesgo?



¿Cuáles son algunas situaciones de riesgo que debes evitar?

- Ir por callejones oscuros y estacionamientos de autos
- Conocer o charlar con alguien que no conoces
- Conectarse a internet sin permiso
- Subirse a un coche con alguien que no conoces
- Ir a la casa de alguien sin permiso
- Caminar por parques después del anochecer

13 ¿Cómo puedes mantener tu cuerpo sano?



- Come bien
- Haz ejercicio
- Duermes suficiente
- Evita las drogas y el alcohol
- Practica una buena higiene
- Busca atención médica cuando sea necesario
- Hazte chequeos regulares y ponte las vacunas necesarias
- Limita y equilibra el tiempo frente a las pantallas

5

Actividades educativas

1

Ver una historia animada en el diaporama digital

2

Debatir en clase sobre la historia animada

3

Participar en actividades para toda la clase sobre el contenido de la lección y completar algunas páginas del cuaderno de ejercicios del alumno.

4

Repasar lo tratado en clase y pedir a los alumnos que hablen con uno de sus padres o con un adulto de confianza en casa sobre lo que han aprendido.

6

Cuaderno del alumno

Mi Contrato Personal para Proteger Mi Salud

1. Nombre: _____ Edad: _____

2. Razones por las que quieres estar seguro y saludable:

- _____
- _____
- _____

3. Intentaré llevar una vida segura y saludable haciendo estas cosas:

- _____
- _____
- _____

4. Una persona con la que puedo hablar sobre cómo proteger mi seguridad y salud es _____

5. Un objetivo de salud y seguridad en el que me gustaría trabajar es: _____

6. Una persona que me ayudará a lograr este objetivo es: _____

FIRMA DEL(A) ESTUDIANTE: _____ FECHA: _____

TELEFONO: _____

MANTENEMOS SEGURO Y SALUDABLE

27

¿PREGUNTAS?

**TRATAMIENTO DE TEMAS
DELICADOS**

Cómo se manejan las preguntas delicadas

Entorno seguro

- Los acuerdos de grupo garantizan el respeto y la confidencialidad.
- Fomenta una zona libre de juicios para la participación de los alumnos.

Buzón de preguntas anónimas

- Permite a los alumnos formular preguntas delicadas en privado.
- Las preguntas se responden de forma general y adecuada durante las clases.

Respuestas adecuadas a la edad

- Las respuestas son objetivas y adecuadas para el grupo de edad.
- Se orienta a los alumnos para que hablen con adultos de confianza sobre cuestiones personales.

Tratamiento de las preguntas fuera de tema

- Las preguntas que van más allá del plan de estudios se remiten a adultos de confianza.
- Se reconoce respetuosamente la importancia de la pregunta.

Límites profesionales

- Los profesores evitan las opiniones personales y se ciñen al plan de estudios.
- La formación garantiza el cumplimiento de las políticas del distrito y las normas legales.

Apoyo paterno y administrativo

- Los padres revisan los materiales curriculares en aras de la transparencia.
- Los profesores pueden pedir consejo a los administradores en situaciones difíciles.

Abordar temas no incluidos en la instrucción

Formación curricular

- **Alcance claro:** Los profesores reciben formación sobre lo que se incluye en el plan de estudios y lo que no está autorizado para la instrucción.
- **Alineación con las normas:** Los educadores aprenden a centrarse en las normas estatales y los objetivos del plan de estudios para garantizar su cumplimiento.

Redirigir las preguntas fuera de tema

- **Reconocimiento y reorientación:** Se enseña a los profesores a validar la pregunta del alumno explicándole que se sale del plan de estudios.
- **Orientación a adultos de confianza:** Animar a los alumnos a hablar de estos temas con sus padres, tutores u otros adultos de confianza.

Uso del buzón de preguntas anónimas

- Los profesores aprenden a examinar las preguntas anónimas y a filtrar las que se salen del tema o del ámbito aprobado.
- Las preguntas que van más allá del plan de estudios se reconocen como importantes, pero se aplazan para discutirlos en casa o con un profesional adecuado.

Límites profesionales

- **Respuestas neutrales:** Los profesores reciben formación para mantener la neutralidad y evitar compartir opiniones personales.
- **Refuerzo del papel:** El énfasis en su papel de educadores, no de asesores personales, garantiza que se centren en los contenidos académicos.

Comunicación con los padres y la comunidad

- **Transparencia:** Los profesores están preparados para comunicar a los padres las limitaciones del plan de estudios y explicar las razones de la exclusión de ciertos temas.
- **Materiales de apoyo:** Ofrecer recursos a los padres para abordar estos temas en casa si es necesario.

Apoyo administrativo y presentación de informes

- **Directrices para la escalada:** La formación incluye cuándo y cómo elevar preguntas o temas no autorizados a los administradores de la escuela.
- **Políticas coherentes:** Los profesores disponen de protocolos aprobados por el distrito para tratar contenidos delicados o no autorizados.

Comunicación abierta y apoyo

Transparencia sobre el plan de estudios

- Esta presentación detalla los temas, objetivos y alineación con los estándares de California.
- Hay múltiples oportunidades para que los padres revisen los planes y materiales de las lecciones.

Mantener abierta la comunicación

- Los directores y maestros enviarán actualizaciones a través de boletines, correos electrónicos o el sitio web de la escuela/distrito.
- Personal designado disponible para responder a las preguntas o inquietudes de los padres.

Apoyo a su papel como padres/tutores

- Los padres pueden excluir a sus hijos, si lo prefieren.
- Cuadernos de trabajo disponibles para la educación en casa.

Respeto de la diversidad y la inclusión

- El plan de estudios refleja los diversos valores y experiencias de la comunidad.
- El enfoque fomenta un entorno sin prejuicios y de apoyo para todos.

Recursos para las familias

- Las páginas de deberes ofrecen guías y consejos para apoyar las conversaciones en casa.
- Las escuelas pueden poner a las familias en contacto con organizaciones comunitarias para obtener apoyo adicional si es necesario.

Crear confianza mediante la colaboración

- El personal de la escuela está dispuesto a escuchar y atender con prontitud las preocupaciones de los padres.
- La colaboración entre las familias y la escuela es esencial para el éxito de los alumnos.

¿PREGUNTAS?

Apoyo a los padres para el crecimiento, el desarrollo y la educación sexual

La colaboración es clave:

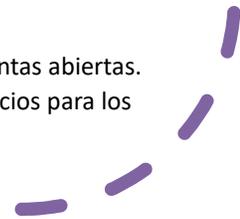
- Los estudiantes prosperan cuando los padres, las escuelas y las comunidades trabajan juntos.
- Los padres y tutores moldean la comprensión de los valores, las expectativas y la toma de decisiones de sus hijos.

Fomentar la comunicación:

- Crear oportunidades para mantener conversaciones abiertas y sinceras en casa.
- Refuerce las lecciones aprendidas en la escuela mediante conversaciones en casa.

Consejos para un diálogo abierto:

- Practique la escucha activa y formule preguntas abiertas.
- Proporcione un espacio seguro y libre de juicios para los debates.



Clausura y agradecimiento



Si tiene alguna duda, póngase en contacto con el director de su escuela o con el profesor de su clase.



Las copias físicas y digitales del plan de estudios están disponibles para su revisión en la escuela y las oficinas del distrito durante las horas de apertura. No es necesario pedir cita.



¡Le animamos a seguir comunicándose con nosotros para que podamos trabajar juntos para apoyar el éxito de los estudiantes con la educación para la salud!