Lección 2: Éxito en la vida
Grado 4- Lección de Educación sobre Salud y Pubertad Escuelas del Condado de Davidson

Estándar esencial	Objetivo clarificador
4.ICR.2 Comprender los cambios que se producen durante la pubertad y la adolescencia.	**4.ICR.2.2 Reconocer que los individuos experimentan la pubertad a diferentes ritmos (temprano, promedio, tardío).**

Materiales necesarios:

- Apéndice 1- Copias de la Pirámide del Éxito en la Vida
- Apéndice 2- Instrucciones de la "Caminata por la pubertad"
- Apéndice 3- Escenarios de la pubertad
- Papel en blanco para la escritura de reflexión

Actividad de enfoque:

- Distribuya la "Pirámide del Éxito en la Vida" (Apéndice 1).
- Pida a los alumnos que consideren algunas de sus metas en la vida. Algunos ejemplos son: buen trabajo, educación, relaciones amorosas, ayuda a la propia comunidad, resiste las presiones.
- Los estudiantes deben ofrecer respuestas voluntarias y escribirlas en la mitad superior de la pirámide. Explique a los estudiantes que para lograr las metas, hay cualidades necesarias que deben estar en su lugar para que se logre el éxito. Refiérase a la mitad inferior de la pirámide. Algunos ejemplos son: alta autoestima, orgullo por la cultura/patrimonio (tradiciones, costumbres, historia, fortalezas), autodisciplina, hábitos físicos saludables, alimentación escolar y hábitos de estudio.
- Pregunte a los alumnos qué pueden hacer ahora para alcanzar sus metas en la vida. Los estudiantes completarán individualmente la Pirámide del Éxito en la Vida mientras el maestro completa el ejemplo a bordo.

Enunciado del objetivo: *Al final de la lección de hoy, usted será capaz de reconocer que todos los jóvenes experimentan la pubertad a diferentes ritmos (temprano, promedio, tardío) y todos estos ritmos variables son normales.*

Aportes de los maestros:

- El maestro debe guiar a los estudiantes a través de la actividad de la Caminata de la Pubertad (Apéndice 2).
- Después, el maestro debe dirigir una discusión explicando que las personas experimentan la pubertad a diferentes ritmos.
- Recuerde a los alumnos que la pubertad se define como el desarrollo de las características sexuales secundarias (como el vello púbico) y el comienzo de la capacidad reproductiva (poder reproducirse). La adolescencia es la transición de la niñez a la edad adulta. Estos cambios pueden ser emocionantes, pero en algunos momentos pueden hacer que una persona joven se sienta confundida e incómoda. Hay cambios sociales y emocionales, así como físicos. Recuerda que cada persona atraviesa la pubertad a su propio ritmo.

Practicar:

Divida a los estudiantes en grupos pequeños y proporcione uno de los escenarios de pubertad (Apéndice 3) incluidos a cada grupo. Los grupos deben leer el escenario y responder las siguientes preguntas basadas en la discusión de la clase:

1. **¿Cómo se siente el personaje principal al crecer?**

2. **¿Qué pasos puedes tomar para ser un amigo respetuoso con él/ella?**

Actividad de reflexión personal:
Proporcione a los alumnos la siguiente indicación de escritura para abordar el estándar 4.ICR.2.2:
Imagine que tiene la oportunidad de viajar cuatro años hacia adelante en el tiempo. Eres capaz de verte a ti mismo y a tus amigos como lo serás dentro de cuatro años. Escribe una entrada en el diario para describir lo que ves.

- ¿Qué cambios ves en ti y en tus amigos?
- ¿En qué se diferencia tu cuerpo?
- ¿En qué se diferencian tus relaciones con tu familia y amigos?
- ¿Qué nuevas relaciones has desarrollado?
- ¿De qué otras maneras es diferente tu vida?