

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA	CÓDIGO : ED-F- 18	VERSIÓN 2
	Planeación Ejecución de Proyectos	FECHA: 03-02-2020	

NOMBRE DEL PROYECTO: PROYECTO DE EDUCACIÓN SEXUAL

Área Encargada: Humanidades (inglés)

Nombre de la Actividad a realizar: Desarrollo de taller virtual / Análogo.

Fecha de planeación: 01/07/2020 Fecha de realización:

Marque el nivel al que va dirigido: Grado: Séptimo Período: 2 Bachillerato

Tiempo estimado: Una hora

Propósitos u objetivos (tomados del proyecto):

- Descubrir la necesidad de convivir, de modo activo, creador, responsable y solidario.
- Valorar la vida y cada una de sus etapas.

Actividad(es):

Tema: Construir lazos sociales: Conexiones que fomentan el bienestar

Introducción

Ser adolescente es difícil. Te sentirás estresado por tratar de ser agradable, desempeñarte bien en la escuela, llevarte bien con la familia y tomar decisiones importantes. La mayoría de estas presiones son inevitables y preocuparte por ellas es normal. Sin embargo, sentirte muy triste, desesperanzado o sin valor alguno puede ser un signo de advertencia de un problema de salud mental.

Tomado de: <https://medlineplus.gov/spanish/teenmentalhealth.html>

Conexiones que fomentan el bienestar



Las relaciones fuertes y saludables son importantes a lo largo de su vida. Sus vínculos sociales con familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros impactan sobre su bienestar mental, emocional e incluso físico.

"No podemos subestimar el poder de una relación para ayudar a promover el bienestar", dice la doctora Valerie Maholmes, psicóloga de NIH y experta en relaciones. Los estudios hallaron que tener una variedad de relaciones sociales puede ayudar a reducir el estrés y los riesgos relacionados con el corazón. Los lazos sociales fuertes se vinculan incluso con una vida más larga. Por otro lado, la

soledad y el aislamiento social están relacionados con una salud más deteriorada, la depresión y un mayor riesgo de muerte prematura.

Tomado de: <https://salud.nih.gov/articulo/construir-lazos-sociales/>



Tomado de: <http://economianormal.blogspot.com/2017/08/sobre-el-concepto-de-familia-en-la.html>

A. Lee detenidamente cada párrafo y complétalo con la palabra adecuada.

1. Tipos de vínculo
2. Vínculo social
3. Lazo
4. Núcleo social
5. Establecer un vínculo

_____ . Las personas tienen una individualidad propia, sin embargo, también establecen vínculos afectivos con otras personas. Crean relaciones interpersonales que derivan en vínculos **sociales**, conexiones que pueden ser de distinto tipo. ... Cada vínculo **social** requiere de una reciprocidad propia.

_____ . Del latín laqueus, un **lazo** es una atadura o un nudo de cintas **que** se utiliza **como** adorno. Aunque las cintas de tela constituyen el material más frecuente de un **lazo**, también pueden utilizarse metales o plásticos flexibles. El **lazo** sirve **como** ornamentación, pero también ayuda a atar o fijar algo.

Tanto en el ámbito de las relaciones madre – hijos como en las de pareja, tradicionalmente se describen cuatro _____ afectivo: seguro, ambivalente, evitativo, y desorganizado. Cada uno de ellos tendrá unas consecuencias distintas en la vida de la persona.

_____ quiere decir prestar atención, tener empatía, mostrar al otro lo que verdaderamente te interesa de él, y hacerlo de manera verbal y no verbal. Comunicar es crear un **vínculo** con alguien, cuanto mayor sea este **vínculo**, esta relación, mejor será la comunicación. 20 sep. 2016

_____ Es la base de la sociedad donde se constituye la formación de la personalidad de cada uno de sus miembros. Es el pilar sobre el cual se fundamenta el desarrollo psicológico, **social** y físico del ser humano. La familia es la célula por excelencia.

Tomado de:

<https://www.google.com.co/search?q=lazos+sociales&source=lmns&bih=625&biw=1366&hl=es-419&ved=2ahUKEwiz9Luewa3qAhWBVzABHcypBjkQ>

B. Dibuja tu núcleo social

C. Durante esta pandemia ¿Cómo te ha ayudado tu núcleo social a mantener tu salud mental?

Recursos:

Medios audiovisuales

Uso de herramientas tecnológicas: computadores, celulares...

Docentes Responsables: JAIRO ANTONIO CRUZ ARBOLEDA