

	<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA VILLA FLORA</b>	<b>CÓDIGO</b> : ED-F- 18	<b>VERSIÓN</b> 2
	Planeación Ejecución de Proyectos	<b>FECHA:</b> 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