



I. E. P.  
**EL NIÑO INVESTIGADOR - K'USKIQ ERQE**  
**Dr. DAVID JUAN FERRIZ OLIVARES**  
**DE LAS ELIC - ESCUELAS LIBRES DE**  
**INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA PARA NIÑOS**

GRADO	SECUNDARIA – 1ro.
ÁREA	DESARROLLO PERSONAL, CIUDADANÍA Y CÍVICA
COMPETENCIA	Construye su identidad
CAPACIDAD	Se valora a si mismo
DESEMPEÑO	Explica los cambios propios de su etapa de desarrollo valorando sus características personales y culturales, reconociendo la importancia de evitar y prevenir situaciones de riesgo (adicciones, delincuencia, pandillaje, desórdenes alimenticios, entre otros)

## DESARROLLO PERSONAL, CIUDADANÍA Y CÍVICA

### FICHA N° 001

### Adolescencia

# 1 Unidad

## Adolescencia



### ¿Qué aprenderé?

- ▶ Etapas del desarrollo humano
- ▶ Pubertad y adolescencia
- ▶ Cambios físicos y emocionales en la adolescencia
- ▶ Necesidades del desarrollo en la adolescencia
- ▶ La presencia de los otros

Los periodos de inquietud y mal humor son típicos de quienes entran en la adolescencia. Durante esta etapa, creces y maduras rápidamente. Aproximadamente a los once años en las mujeres y a los trece en los varones se empiezan a manifestar los cambios físicos que terminarán años después. Recuerda que cada adolescente se desarrolla a una velocidad diferente. La primera menstruación para las chicas o el cambio de voz en los chicos son acontecimientos importantes que pueden tener lugar en edades diferentes. Todo este crecimiento requiere gran cantidad de energía, lo cual podría ser la causa de que los adolescentes parezcan necesitar dormir más. Los primeros desajustes suelen surgir cuando se siente incomprendido por los padres.

No entiendo ¿qué me pasa?, muchas veces me encuentro discutiendo con mi papá y a mi mamá, no la entiendo.

Si supiera que me pasa lo mismo, ¿Será normal?



### ¿Cuánto sabes?

- ▶ ¿A qué se deben los cambios que se experimenta durante la adolescencia?
- ▶ ¿Qué diferencias físicas y psicológicas encuentras entre hombres y mujeres?
- ▶ ¿Cómo influyen la presencia de los otros en tu desarrollo personal?

#### VALORES

- ✓ Autoestima
- ✓ Autorregulación
- ✓ Tolerancia

#### ACTITUDES

- Respeto mis diferencias individuales frente a los demás.
- Controló mis emociones en mis relaciones interpersonales.
- Aprendo a aceptar a los demás con sus características físicas y emocionales.

Si tiene alguna duda puede consultar al Docente del área

Docente	Filimón Córdova Gonzales	Celular	984870006	Correo	<a href="mailto:Filicordova2@gmail.com">Filicordova2@gmail.com</a>
---------	--------------------------	---------	-----------	--------	--





**I. E. P.**  
**EL NIÑO INVESTIGADOR – K'USKIQ ERQE**  
**Dr. DAVID JUAN FERRIZ OLIVARES**  
**DE LAS ELIC - ESCUELAS LIBRES DE**  
**INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA PARA NIÑOS**

<b>GRADO</b>	<b>SECUNDARIA – 1ro.</b>
<b>ÁREA</b>	<b>DESARROLLO PERSONAL, CIUDADANÍA Y CÍVICA</b>
<b>COMPETENCIA</b>	Construye su identidad
<b>CAPACIDAD</b>	Se valora a si mismo
<b>DESEMPEÑO</b>	Explica los cambios propios de su etapa de desarrollo valorando sus características personales y culturales, reconociendo la importancia de evitar y prevenir situaciones de riesgo (adicciones, delincuencia, pandillaje, desórdenes alimenticios, entre otros)

## COMPRENSIÓN LECTORA

¿En qué etapa de la vida te hallas? ¿Pubertad o adolescencia? Tienes 12 o 13 años. Estás entrando a la adolescencia, ya no eres un niño. Estás en una etapa muy especial de la vida. Así como no existen dos personas iguales, tampoco podemos decir que esta etapa, la adolescencia, comienza para todos a la misma edad.

A esta edad tu cuerpo comienza a experimentar grandes cambios. Tanto las mujeres como varones van modificando su aspecto corporal y anímico. Poco a poco irás dejando atrás tus características físicas de niño o niña e irás pareciéndote más a los adultos. Acaso ¿no lo estás experimentando?

Pero estos cambios están acompañados por otros no menos importantes como son los cambios psíquicos. Tienes nuevos intereses, gustos, juegos y estados de ánimo. Es común que pases de la alegría a la angustia con facilidad, de repente te sientes colérico, y en ocasiones, te sientas totalmente incomprendido, ya en tu familia, colegio o grupo social al que pertenezcas.

De repente, el grupo de amigos o amigas te llevan a actitudes que no te ayudan a desarrollarte positivamente. Experimentarás peligros, ¿cómo actuar? te preguntarás. Creemos que debes actuar con seguridad y eso sólo es posible a través de la confianza, el diálogo y la reflexión. A medida que vas definiendo tu identidad como adolescente, tendrás mayor seguridad y madurez que te permitirá responder a tres preguntas básicas: ¿quién soy?, ¿qué quiero ser? y ¿cómo lo lograré?

Para que esto suceda, desarrolla un paralelo: tu independencia sin herir a nadie; tu integridad poniendo en práctica los valores aprendidos; y tu intimidad para dar afecto y mostrar tus emociones.



### RECUERDA

- 1 **IDENTIFICA.** ¿Cuál de todos los enunciados no es compatible con el texto?
  - a. No existe en ninguna parte dos personas iguales.
  - b. Los cambios psíquicos forman parte de la adolescencia.
  - c. La adolescencia se inicia a una misma edad.
  - d. Definir la identidad ayuda a tener más confianza.
- 2 **EXPLICA.** ¿Qué aspectos se van modificando al iniciarse la adolescencia?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
- 3 **PRECISA.** Para actuar con seguridad se necesita:
  - a. Experimentar peligros.
  - b. Formar grupos de amigos y amigas.
  - c. Desarrollos paralelos.
  - d. Confianza, diálogo y reflexión.

### DEDUCE

- 4 **INFIERE.** De acuerdo al texto podemos precisar:
  - a. Los cambios físicos terminan antes que los psicológicos.
  - b. La adolescencia no conlleva peligros.
  - c. Los amigos no ayudan al desarrollo positivo.
  - d. La madurez permite preguntarse: ¿quién soy?, ¿qué quiero ser? y ¿cómo lo lograré?
- 5 **DETERMINA.** Según el texto: el grupo de amigos y amigas.
  - a. No ayudan al desarrollo positivo.
  - b. Nos conducen al peligro.
  - c. Aportan cosas positivas a nuestra conducta.
  - d. Influyen en las conductas que se adoptan.

### VALORA

- 6 **ANALIZA Y FUNDAMENTA.** Si un adolescente no se desarrolla físicamente bien en relación a otros de su misma edad, pero sí psicológicamente, ¿significará que no es una persona normal? ¿Por qué?

Si tiene alguna duda puede consultar al Docente del área

Docente	Filimón Córdova Gonzales	Celular	984870006	Correo	<a href="mailto:Filicordova2@gmail.com">Filicordova2@gmail.com</a>
---------	--------------------------	---------	-----------	--------	--