COLEGIO PESTALOZZI
TUTORIA 2018 - MODULO 3: VIDA SALUDABLE
Departamento Psicopedagógico y Tutores

	INICIAL		**PRIMARIA**							**SECUNDARIA**				
AREAS Y TEMAS	PK	K	1º	2º	3º	4º	5º	6º	AREAS Y TEMAS	I	II	III	IV	V
1. Desarrollo físico y salud sexual	Aprender a conocer el propio cuerpo.	Aprender a conocer el propio cuerpo.			¿De dónde venimos? Primera parte.	Igualdad de género: Mitos y realidades.	Pubertad: Cambios físicos y psicológicos. Presentación de un video.	Video: Adolescencia-Rebelión hormonal	**1. Introducción**	Encuadre de objetivos y reglas de las sesiones.	Encuadre de objetivos y reglas de las sesiones.	Encuadre de objetivos y reglas de las sesiones.	Encuadre de objetivos y reglas de las sesiones.	Encuadre de objetivos y reglas de las sesiones.
					¿De dónde venimos? Segunda parte.		Pubertad: Cambios físicos y psicológicos. Discusión.	Pubertad: Cambios físicos y psicológicos.	**2. Desarrollo y biología de la sexualidad**	Los cambios físicos en el adolescente.				El placer sexual (respuesta sexual humana)
2. Consumo de drogas					Modelos inadecuados. Lo que veo a mi alrededor.		Identificar los efectos del alcohol.	Mi Cerebro y el consumo de alcohol.		La masturbación y ciclo menstrual				
3. Alimentación saludable	Conocer los alimentos saludables.	Conocer los alimentos saludables.	Aprender lo que necesitamos para crecer sanos: Salud física, emocional y social.	¿Cómo te alimentas? Conocer lo necesario para una alimentación saludable.	La pirámide de los alimentos.	Alimentación variada: Comer por el mundo.	Prevención de trastornos alimenticios: Aceptación de uno mismo / mensajes de los medios de comunicación.		**3. Identidad sexual, de género y tolerancia**	Prevención del abuso de pornografía	La tolerancia a las diferencias de género.	Identidad sexual: diversidad, derechos, y respeto		
	Aprender a alimentarse equilibradamente.	Aprender a alimentarse equilibradamente.								La mujer y los medios de comunicación.	Los medios de comunicación y construcción del género.			
	Evitar el consumo de productos no aptos para niños.	Evitar el consumo de productos no aptos para niños.							**4. Cuidado de la salud**	Alcohol, cigarro y yo.	Marihuana ¿Qué es?	Testimonio.	La anticoncepción.	Taller: La Marihuana.
4. Manejo del estrés			Conocemos algunos deportes.	Aprender técnicas básicas de relajación.		Técnicas de relajación.		Clima social positivo en el aula.				El embarazo adolescente.	La prevención del VIH/Sida e infecciones de trasmisión sexual.	
				Beneficios de los deportes.					**5. Autoestima, amor, amistad y pareja**	Los cambios conductuales y psicológicos del adolescente.	Las parejas adolescentes.	Parejas basadas en el control y en el respeto.		El romper con la pareja y reponerse.
5. Abuso sexual	Aprender a no permitir caricias indebidas de otros	Aprender a no permitir caricias indebidas de otros	Aprender a protegerse del abuso sexual. Video: "El árbol de Chicoca".	Aprender a reconocer situaciones de riesgo y a protegerse frente a ellas.						Eres lo que publicas (Uso Responsable en las Redes Sociales Virtuales)		La dependencia emocional en la pareja.		
6. Prevención del peligro	Saber identificar situaciones de riesgo.	Saber identificar situaciones de riesgo.				Seguridad en Internet.			**6. Paternidad y familia**		Las etapas de la vida de pareja.			Ser padres.
7. Medio ambiente	Animales en peligro de extinción.	Animales en peligro de extinción.				Cuidado del medio ambiente.								
	Reciclaje.	Reciclaje.												