

Gracias por reunirse con nosotros para aprender acerca de la Lección de desarrollo y crecimiento humano del 4º grado para las niñas. Si usted todavía no ha escuchado la introducción del video de LifeSmart, por favor regrese y escuche ese primer segmento.

Resumen del programa de 4º grado

En 4º grado, los niños y las niñas se dividen en grupos por separado y aprenden acerca de la pubertad relacionada con su propio sexo y sobre los cambios que les ocurren a todos durante la pubertad. El objetivo primordial de la educación sobre la pubertad es normalizar la pubertad y atender las inquietudes de los estudiantes. El programa está alineado con la ley del estado de Indiana concerniente a la enseñanza de la sexualidad humana, cumple con muchos de los Estándares Académicos del Departamento de Educación de Indiana y cuenta con la aprobación, en cuanto a precisión médica, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Indiana.

Objetivos de la lección

La Lección de desarrollo y crecimiento humano del 4º grado para las niñas trata los cambios físicos, sociales y emocionales que les ocurren a las niñas durante la pubertad. A lo largo de la lección, hay un enfoque sobre el respeto hacia sí mismo y hacia los demás. Los objetivos de la lección son:

- Identificar a los padres y otros adultos de confianza a quienes las niñas les puedan hacer preguntas sobre la pubertad y los problemas de salud de los adolescentes.
- Hacer una lista de los cambios físicos que generalmente les ocurren a las niñas durante la pubertad.
- Describir los cambios sociales y emocionales que se producen en la mayoría de las personas durante la pubertad.
- Explicar que durante la pubertad es normal que las tasas de desarrollo de todas las personas sean variables.
- Describir el propósito de la pubertad y las funciones básicas de las estructuras en el sistema reproductivo femenino.
- Explicar cómo mantener la buena salud e higiene.
- Explicar las formas de tratar a los demás con dignidad y respeto.

Programa de 4º grado - niñas

Después de una introducción de las causas y el propósito de la pubertad, usando láminas de anatomía, la clase aprende las estructuras y funciones del sistema reproductivo. Los niños aprenden que la maduración del sistema reproductivo es lo que permite en el futuro la generación del embarazo, sin embargo, en el 4º grado no se discuten los detalles específicos sobre cómo se produce un embarazo.

Durante la lección se muestra un video que refuerza el contenido y los temas que enseña el educador de la salud de LifeSmart Youth. El video está disponible para que usted lo pueda visualizar previamente al final de esta presentación.

Después de discutir las estructuras y las funciones del sistema reproductivo, y de ver el video, la clase hace una transición a una actividad sobre los cambios físicos, sociales y emocionales que les ocurren a las niñas y a todos los demás.

Algunos de los cambios fundamentales que se discuten incluyen: los cambios hormonales, el crecimiento de vello nuevo, el acné, el sudor, el olor corporal y la necesidad de una buena higiene personal, como ducharse, el uso de desodorante y de ropa limpia. Los niños discuten que el proceso de crecimiento y el aumento de peso son normales durante la pubertad, e identifican las formas de mantenerse saludables a través de la ingesta de una dieta balanceada y la práctica regular de una actividad física. Nuestro educador para la salud se enfocará en la campaña nacional “5, 2, 1, 0”, que sugiere que cada día los estudiantes deben comer 5 o más frutas y vegetales, pasar 2 horas o menos tiempo de recreación frente a una pantalla, practicar 1 hora o más de actividad física y tomar cero bebidas azucaradas, agregando más agua y leche a su dieta. Los niños en general discuten los cambios sociales y emocionales como los sentimientos más intensos, el sentirse más avergonzado, desear pasar más tiempo con los amigos y querer probar cosas nuevas. Las niñas también aprenden acerca de los cambios específicos de su género, tales como el desarrollo de los senos, el ensanchamiento de las caderas, el flujo vaginal y el ciclo menstrual.

A las niñas se les muestra una toalla higiénica y una toallita protectora, y discutirán la importancia de la higiene durante la menstruación y de cambiarse las toallas con regularidad. Se les enseña cómo y por qué deben llevar un registro de su menstruación en un calendario o en una aplicación. La clase también aporta ideas sobre qué hacer cuando les llega la menstruación en la escuela. Las niñas por lo general tienen muchas preguntas e inquietudes acerca del momento del inicio de sus menstruaciones y de los signos a los cuales deben estar atentas, tales como el desarrollo de los senos, flujos vaginales y el crecimiento del vello púbico. El educador de LifeSmart Youth responderá tantas preguntas como sea posible, pero siempre remitirá a las niñas a otro adulto de confianza en caso de tener alguna otra pregunta.

Al igual que cualquier programa de LifeSmart Youth, el programa de 4º grado termina con un recordatorio sobre la privacidad y la importancia de identificar y hablar con adultos de confianza cuando existe la necesidad de obtener datos e información.

Disfrute esta visualización previa del video que su hijo verá durante el programa.

Gracias por ver este segmento del video. Si tiene alguna pregunta, no dude en ponerse en contacto con nuestro Director de Programas y Evaluación llamando al (317) 667-0343 o a través del correo electrónico: trustedadults@lifesmartyouth.org.