

Gracias por reunirse con nosotros para aprender acerca de la Lección de desarrollo y crecimiento humano del 5º grado. Si usted todavía no ha escuchado la introducción del video de LifeSmart, por favor regrese y escuche ese primer segmento.

Resumen del programa de 5º grado

En 5º grado, los niños y las niñas se dividen en grupos por separado. Sin embargo, los niños aprenden la misma información básica independientemente del género. 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 5º grado trata principalmente la pubertad tanto para los niños como para las niñas. Al final de la lección, su hijo aprenderá sobre la reproducción humana. 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 los niños les puedan hacer preguntas sobre la pubertad y los problemas de salud de los adolescentes.
- Discutir los cambios físicos, sociales y emocionales que generalmente se producen durante la pubertad.
- Establecer que durante la pubertad es normal que las tasas de desarrollo de todas las personas sean variables.
- Explicar las maneras saludables de manejar los cambios tanto físicos como emocionales asociados con la pubertad.
- Describir el propósito de la pubertad y las funciones básicas de las estructuras en el sistema reproductivo masculino y femenino.
- Definir las relaciones sexuales y la forma en que se relacionan con el embarazo.
- Explicar el proceso básico de la reproducción (incluyendo la fertilización, la implantación, el desarrollo fetal y el nacimiento).
- Definir la abstinencia sexual como la única manera 100% segura de prevenir el embarazo.
- Explicar por qué los adultos responsables son las mejores personas para cuidar de un bebé.
- Incrementar el conocimiento de la salud fetal y materna.
- Explicar cómo mantener la buena salud e higiene.
- Explicar las formas de tratar a los demás con dignidad y respeto.

Descripción del programa de 5º grado

Después de una breve introducción a la pubertad, usando láminas de anatomía, la clase revisa el sistema reproductivo de su propio sexo. Luego, se enseña a los niños las estructuras y funciones del sistema reproductivo del sexo opuesto.

En este programa se muestran dos videos. El primer video se trata de la campaña nacional “5,2,1,0”, que apoya los hábitos saludables de la vida diaria que incluyen: 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. El segundo video es sobre el ciclo menstrual. Estos videos están disponibles para que usted los pueda visualizar previamente al final de las diapositivas.

Después de discutir las estructuras y funciones del sistema reproductivo, su hijo hará la transición y se enfocará en los otros cambios físicos de la pubertad. También aprenderá sobre los cambios sociales y emocionales que se producen a medida que va creciendo, a través de una actividad donde clasifica los cambios comunes de la pubertad para los niños, para las niñas y para todos.

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 discutirán sobre el hecho de que el engrosamiento de la voz, el proceso de crecimiento y el aumento de peso son normales durante la pubertad, e identificarán las formas de permanecer saludables a través de la ingesta de una dieta balanceada y la práctica regular de una actividad física. También discutirán los cambios sociales y emocionales, como los sentimientos más intensos, el sentirse más avergonzado, desear pasar más tiempo con los amigos, querer intentar nuevas cosas y los enamoramientos y las atracciones. Aprenderán sobre los cambios específicos de cada género, tales como el ensanchamiento de los hombros, la producción de espermatozoides y las emisiones nocturnas o sueños húmedos en los niños; y el desarrollo de los senos, el ensanchamiento de las caderas y el ciclo menstrual en las niñas.

Después de discutir los cambios comunes de la pubertad, los niños aprenden sobre la reproducción humana. El educador de la salud de LifeSmart Youth guiará a los jóvenes a través de la comparación y el contraste de la menstruación y el embarazo, y de que un óvulo y un espermatozoide deben unirse para que se produzca un embarazo. El educador definirá lo que es el sexo vaginal, que permite que se produzca la fertilización y el embarazo. Se explica que muchas mujeres saben que están embarazadas si han tenido relaciones sexuales y dejan de tener su menstruación. Si se producen las relaciones sexuales, un espermatozoide puede fertilizar un óvulo. La abstinencia se define como la única manera 100% segura de prevenir el embarazo.

Los niños pasan unos pocos minutos hablando acerca del desarrollo fetal, la importancia de la salud maternal y el proceso del nacimiento. La clase culmina discutiendo el por qué podría ser difícil para una persona joven tener y cuidar a un bebé, y que la abstinencia sexual es la única forma 100% efectiva de prevenir el embarazo.

Diferencias entre las clases para los niños y las niñas

Solamente hay unas pocas diferencias entre las clases para los niños y las niñas. En la clase para los niños, después de aprender sobre el sistema reproductivo, los niños verán un dibujo de un pene circuncidado y uno sin circuncidar. El educador de la salud de LifeSmart Youth explicará brevemente qué es la circuncisión y les recordará a los niños que el pene funciona de la misma manera independientemente de si está circuncidado o no. Los niños también discutirán la importancia de usar un soporte atlético durante la práctica de ciertas actividades físicas. Se alienta a los niños a informar a un adulto de confianza si los golpean en los genitales y si experimentan un dolor que dure más de 30 minutos u observan un color rosáceo en su orina.

En la clase de los niños, los estudiantes pasarán el tiempo discutiendo dos funciones corporales involuntarias que pueden ocurrirles durante la pubertad: las emisiones nocturnas, también conocidas como sueños húmedos, y las erecciones involuntarias. Aunque las erecciones involuntarias y los sueños húmedos pueden ocurrir a lo largo de la vida de un hombre, estas funciones son mucho más comunes durante la pubertad.

En la clase de las niñas, después de discutir sobre la menstruación, se les mostrará un “kit para la menstruación”, en el cual hay una toalla higiénica, una toallita protectora y un tampón. Las niñas discutirán la importancia de llevar un registro de su período menstrual en un calendario o aplicación, la higiene durante la menstruación y de cambiar las toallas y los tampones con regularidad. También establecerán 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.

La lección del 5º grado, al igual que cualquier programa de LifeSmart Youth, termina con un recordatorio sobre la privacidad y la importancia de hablar con adultos de confianza cuando existe la necesidad de obtener datos e información.

Disfrute estas visualizaciones previas de los videos 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.