

CONTENIDO

LISTA DE COLABORADORES.....	3
CARTA PARA EL ESTUDIANTE.....	4
DESCRIPCION DEL CURSO.....	5
ESTÁNDARES DEL CURSO.....	6
LECCIONES	
▪ Lección 11.....	7-12
▪ Lección 12.....	13-19
▪ Lección 13.....	20-26
▪ Lección 14.....	27-31
▪ Lección 15.....	32-38
▪ Lección 16.....	39-43
▪ Lección 17.....	44-49
▪ Lección 18.....	50-55
▪ Lección 19.....	56-61
▪ Lección 20.....	62- 68
REFERENCIA.....	69

LISTA DE COLABORADORES

Katherine Bonilla Rivera

Maestra Ciencias de la Familia y el Consumidor

ORE Bayamón

Lizmarie Aubret Valentín

Maestra Ciencias de la Familia y el Consumidor

ORE Mayagüez

CARTA PARA EL ESTUDIANTE

Querido estudiante:

Este módulo ha sido creado como herramienta para que desarrolles las destrezas necesarias relacionadas al curso de Civismo del Programa de Ciencias para la Familia y el Consumidor. Encontrarás lecciones y ejercicios relacionadas a las mismas de acuerdo con los temas de estudio establecidos en el currículo y prontuario del curso.

El maestro o maestra validará tu esfuerzo al contestar los ejercicios y tareas de este módulo. El maestro o maestra puede proveerte instrucciones relacionadas al mismo y adaptar, añadir o cambiar material de acuerdo con la realidad particular de cada escenario educativo y las condiciones propias de cada estudiante. Esperamos que este proceso educativo sea beneficioso para tu desarrollo integral como miembro de esta sociedad cambiante y llena de retos.



Civismo en CFC

La educación en civismo reconoce características de identidad personal que fortalecerá la autoestima y su relación como individuo en la sociedad. Fortaleciendo su autoestima, confianza y seguridad, al reconocer sus características, habilidades, debilidades, necesidades y roles, para aceptarse, respetarse y sentirse bien consigo mismo y con las demás personas. Además, la educación en civismo busca aplicar en cada estudiante, conocimientos de una vida saludable, tomando como referencia su sexo, la interacción con el entorno y el respeto mutuo. Del mismo modo, el curso pretende que se reconozca el valor de la vida humana, la importancia de ser un buen ciudadano teniendo como marco de referencia los derechos humanos y deberes. Asumiendo con responsabilidad las acciones, teniendo en cuenta los valores, la ética y las leyes y normas establecidas en la sociedad en la que viven. También se destaca los valores propios de la identidad cultural del puertorriqueño, con base en el comportamiento y quehacer diario de las personas reconociendo los elementos y valores que se manifiestan en nuestra cultura. Explorar la importancia del estudio, respeto e influencia de la Constitución de Puerto Rico y de las demás leyes, en el desarrollo del país. Asimismo, el curso de civismo pretende que los estudiantes muestren un espíritu crítico frente a la publicidad, el consumismo y ofertas de bienes y servicios del mercado, que le permitan tomar decisiones y reflexionar sobre el impacto de las conductas consumistas en la sociedad. Al mismo tiempo, busca que el estudiantado tome conciencia del funcionamiento de la economía, practicando el hábito del ahorro y consumo equilibrado. Practicando y fomentando la democracia, la tolerancia y la equidad, en los diferentes ámbitos contribuyendo así a una cultura de paz.

Visión del Programa de CFC

El Programa de Ciencias de la Familia y el Consumidor aspira a desarrollar una educación integral en el estudiante que se traduzca en la adquisición de conocimientos y destrezas para tomar decisiones prácticas y resolver situaciones con las que se confronte en el diario vivir, tanto en el seno del hogar como fuera de este. Por consiguiente, es necesario el establecimiento de metas que le sirva como marco de referencia para lograr la calidad de vida que desea.

Misión del Programa de CFC

El Programa de Ciencias de la Familia y el Consumidor, en armonía con la filosofía del Departamento de Educación, contribuye a la realización personal, social y económica del ser humano, desarrollando en el estudiante las destrezas necesarias para que pueda adaptarse a los constantes cambios en la sociedad, con un enfoque primordial en la conexión entre el mundo del trabajo y la familia.

Estándares del Curso

Estándar I

Fortalecerá las relaciones humanas a través del desarrollo del individuo teniendo como eje la cultura de paz, los derechos, la convivencia, la justicia y equidad en la sociedad. Aplicará los conocimientos adquiridos para ofrecer soluciones a los problemas humanos y sociales de forma ética y legal.

Estándar II

Evaluará los procesos de la vida humana y las capacidades de las personas en la familia para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formulando proyectos de vida que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral.

Estándar III

Discutirá la importancia de la observación de las políticas y procedimientos de seguridad y protección del medio ambiente, durante la realización de actividades relacionadas con la tecnología.

Estándar IV

Describirá las políticas gubernamentales y los estándares de la industria aplicados a la manufactura. Demostrará ciudadanía cibernética responsable mediante la aplicación prácticas éticas y conductas aceptadas por la industria.

Lección 11: Bienestar Personal

Estándar II: Evaluará los procesos de la vida humana y las capacidades de las personas en la familia para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formulando proyectos de vida

que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral.

Unidad: Familia en la Sociedad

Tema: Bienestar personal, retos, realidades de la alimentación, actividad física, metas personales e “influencers”.

Objetivo:

1. Analizar las condiciones que influyen en el crecimiento y desarrollo humano.
2. Analizar las estrategias que promueven el crecimiento y desarrollo a lo largo de la vida.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

El **bienestar personal** es el conjunto de todo lo que afecta al ser humano.

En el siguiente diagrama se presenta los conceptos relacionados:



El bienestar se define como un alto nivel de salud total. En la actualidad son muchos los retos que se presenta para poder lograr ese bienestar personal.

Los jóvenes de hoy enfrentan muchos retos, que son situaciones difíciles o peligrosas que alguien enfrenta. Los 5 retos principales que más consecuencias ocasionan en tu vida como adolescentes son:

1. aumento de la agresividad
2. bullying o acoso escolar
3. sexualidad sin control
4. problemas en el alcohol
5. dependencia de la tecnología

Es importante reconocer y aprender a trabajar con las situaciones que nos vamos a enfrentar para lograr tener bienestar personal y no tener consecuencias por conductas inadecuadas. Las **consecuencias** son el resultado de lo que hacemos. Todo lo que hacemos las tiene. Las consecuencias pueden ser positivas o negativas dependen de nuestro esfuerzo, metas y deseos o sea de nuestros actos.

Si deseas ser adulto para poder hacer cosas de adultos debes ser responsable de tus actos desde la adolescencia. Muchas veces ponemos excusas o no aceptamos nuestros errores cuando las consecuencias son negativas. Recuerda siempre los consejos de tus padres, familiares y maestros para evitar consecuencias mayores.

Aun cuando para ti es importante la aceptación de tus amigos no tienes que hacer lo que ellos dicen o hacen. Primero piensa en las consecuencias y decide tú mismo que debes hacer. Nadie tiene que decidir por ti. Toma tú el control de lo que haces.

Por la presión de las amistades muchos jóvenes van a consumir alcohol, usar o vender drogas, seguir una mala alimentación y hacer conductas que les causen problemas. Muchos jóvenes dependen totalmente de la tecnología y su pasatiempo principal son los videojuegos invirtiendo gran parte de su tiempo en jugar, ver series o videos de sus artistas, jugadores o “Influencers” favoritos. Tomando a estos como ejemplo para establecer sus metas y tomar decisiones.

La palabra *influencer* quiere decir influenciador, que influye en decisiones o en comportamientos. Un «**influencer**» es una persona que tiene presencia y **credibilidad en redes sociales**. El poder de las redes sociales actualmente lo hace todo, utilizarlas bien trae beneficios y les da prestigio a estas personas. Los influencers se han convertido en **líderes mediáticos** (se refiere a los medios de comunicación) gracias a lo rápido que todo se da a conocer a través del Internet a nivel mundial.

Los **influencers** no tienen que ser personas famosas, una persona se convierte en influencer porque brinda frescura, es constante, sobre todo activo en sus **redes sociales**, con esto logra una gran reputación y mantiene la confianza de sus seguidores, dando credibilidad y valor a lo que dice y hace. Es una persona que más que famosa, va adquiriendo reconocimiento por temas o un tema en específico y el trabajo que realiza sobre el mismo. Regularmente inician con sus propios recursos, compartiendo contenido (estados en las redes) referente a los temas que más dominan, como: moda, deportes, viajes, entre otros. **Crean historias** para conectar con sus followers (seguidores) y es por eso que confían en su información y opinión. O ¿acaso nunca le has hablado a tu mejor amigo/a para pedir algún consejo? Ahora imagínate que la información venga de una persona que entiende sobre la materia y tiene cierta experiencia en ella. ¡Eso es un influencer!

Los influencers también influyen en el desarrollo de nuestras metas personales. Las metas son esenciales para el éxito en la vida. Una meta es algo que quieres lograr. Tu meta puede ser convertirte en el tesorero de la clase, aprender a pilotear un avión u obtener un título universitario. Una meta sirve de guía para lo que quieres hacer y te da algo hacia lo cual dirigir tus esfuerzos. Las metas personales te ayudan a esforzarte al máximo y a lograr lo que quieres en la vida. Aunque quizás no pienses a menudo en fijarte metas, lo haces todo el tiempo. Hay algunas de tus metas pueden llevarte largo tiempo, quizás meses o incluso años. Estas metas se llaman metas a largo plazo. Las metas a largo plazo pueden incluir conducir un auto, ir a la universidad o ahorrar suficiente dinero para comprar una computadora.

Las metas a corto plazo pueden alcanzarse más rápidamente, quizás en unos pocos días o semanas. tus metas a corto plazo podrían incluir terminar un proyecto de ciencia u obtener una A en una A en la prueba de matemáticas. Las metas a corto plazo generalmente son específicas y pueden cumplirse en un periodo de tiempo definido. Algunas veces las metas a corto plazo pueden ayudarte a lograr una meta a largo plazo.

Para lograr el bienestar personal no sólo se recomienda tener un estilo de vida saludable comiendo una variedad de alimentos nutritivos, sino que también debes realizar actividades físicas o ejercicio.

La actividad física significa mover tu cuerpo para utilizar energía. algunos ejemplos de actividades físicas que puedes hacer son caminar, subir escaleras, bailar, jugar baloncesto o correr bicicleta. Los diferentes deportes son actividades físicas con las cuales nos divertimos. Escoge la actividad de tu preferencia y practícala con tu familia. para ver beneficios en tu salud debes realizar ejercicio físico por lo menos 30 minutos todos los días. Es sumamente importante la alimentación de los adolescentes ya que

en este periodo el cuerpo necesita una gran cantidad de energía para su desarrollo. Muchos adolescentes presentan problemas en la alimentación por sus hábitos alimentarios, el sedentarismo y la falta de actividad física. Necesitamos un balance en nuestras actividades diarias para lograr el bienestar personal.

Tarea sumativa

I. Parea cada palabra con la definición correcta:

- | | |
|---------------------------|---|
| _____ 1. Actividad física | a. Pueden alcanzarse en poco tiempo. |
| _____ 2. Bienestar Social | b. Algo que quieres lograr. |
| _____ 3. Consecuencias | c. Alto nivel de salud total |
| _____ 4. Follower | d. Mover tu cuerpo para utilizar energía. |
| _____ 5. Influencer | e. Conlleva más tiempo, meses o años. |
| _____ 6. Meta | f. seguidor de algo. |
| _____ 7. Meta Corto Plazo | g. resultado de lo que hacemos. |
| _____ 8. Meta Largo Plazo | h. Influye en las decisiones o comportamientos. |

II. Contesta cierto o falso según la lección leída:

- _____ 1. Las consecuencias de nuestros actos pueden ser positivas y negativas.
- _____ 2. Tú tienes el control de tus decisiones.
- _____ 3. Todos los influencers son personas famosas.
- _____ 4. Una meta no es una guía para tu futuro.
- _____ 5. Las metas a corto plazo son específicas y pueden cumplirse en un período definido de tiempo.

Tarea de aplicación:

i. Dialoga con un adulto las consecuencias de las conductas presentadas:

Conducta	Consecuencia	Consecuencia	Consecuencia
Uso de alcohol			
Uso de Drogas			
Mala Alimentación			
Ser agresivo			
Hacer bullying			
Embarazo en la adolescencia			
Uso excesivo de la tecnología			
Mala higiene			

II. Identifica con una M si es una meta y con una NM si no es una meta.

- _____ 1. María quiere pertenecer a FCCLA.
- _____ 2. Está enferma.
- _____ 3. Vamos a hacer la tarea para poder correr bicicleta.
- _____ 4. Con el dinero que ganó comprará una computadora.
- _____ 5. Es limpio.

III. Identifica si son metas a CP corto plazo o LP largo plazo.

- _____ 1. Estudiaré para la entrevista del lunes.
- _____ 2. Dentro de 10 años me quiero casar.
- _____ 3. Compraré todos los dulces que haya el viernes.
- _____ 4. Mi sueño es ir a Disney World cuando cumpla 18 años.
- _____ 5. Quiero sacar la licencia de conducir.

Tarea Sugerida

Escoge una persona que tu consideras que es un **influencer**. Pega una foto o has un dibujo y explica ¿quién es?, ¿qué hace? y ¿Por qué tu admiras lo que hace? Menciona la red social en lo que sigues.



Mi Influencer Favorito



Lección #12 Responsabilidades en la crianza

Estándar II: Evaluará los procesos de la vida humana y las capacidades de las personas en la familia para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formulando proyectos de vida que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral.

Unidad: Familia en la sociedad

Tema: Educación temprana, riesgos y retos de ser padres a temprana edad

Objetivo:

1. Analizar los roles y responsabilidades de la crianza.
2. Evaluar las prácticas de crianza que maximizan el crecimiento y desarrollo humano.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

En la adolescencia puedes conocer a una persona especial de la que te sientas atraído y te gusta es tu compañía. Esta relación puede ir creciendo y convertirse en noviazgo. en el proceso de conocerse y compartir juntos aparecerá expresiones de cariño como darse besos, abrazos o tomarse de las manos. Estas son expresiones físicas para demostrar el cariño; son parte del noviazgo. Es importante que hables con tu pareja y establezcas cuáles son las manifestaciones de afecto que vas a permitir en esa etapa.

Cuando estás solo con la persona que te agrada y amas puedes sentir deseos de explorar caricias nuevas y hasta llegar a tener relaciones sexuales. El tener relaciones sexuales sin estar preparado puede traerte consecuencias para toda tu vida. Entre ellas está un embarazo no deseado o el contagio de una enfermedad de transmisión sexual si tu pareja la padece, y hasta puedes sentirte asustado si tus padres se enteran y tener sentimientos de culpa. El tener relaciones sexuales es una experiencia que puede esperar. Debes tomar el control de tu cuerpo y de tus emociones. Un embarazo no deseado puede cambiar todas tus metas y tener que afrontar responsabilidades con el niño a temprana edad, cambiando por completo tu estilo de vida. Un hijo es una gran

responsabilidad y depende totalmente del cuidado y atenciones de sus padres o cuidadores.

Probablemente puedes pensar que muchas personas que te han enseñado lo que hoy sabes. Dichas personas han sido tus cuidadores. Un cuidador es una persona que cuida a un niño a un enfermo una persona anciana. Un cuidador puede ser un pariente, un niño, un maestro, un especialista, un enfermero o un vecino.

Si te pidieran solicitar un empleo que requiera un compromiso para toda la vida, como horario de 24 horas y algunos beneficios adicionales, ¿cómo responderías? La descripción de ese empleo encaja con paternidad y maternidad, o la función de ser padre o madre. La paternidad y maternidad constituyen una decisión importante y un comportamiento para toda la vida. Ser un padre o madre eficaz requiere amor, paciencia, orientación y recursos monetarios.

Los padres son los cuidadores primarios. Tienen la responsabilidad de proporcionar un entorno seguro, amoroso y estimulante a sus hijos. Deben satisfacer las necesidades físicas de un niño y proporcionarle apoyo emocional. Ves que es un trabajo de 24 horas. Muchos padres novatos se sorprenden al descubrir cuán exigentes puede llegar a ser la paternidad o maternidad en términos de tiempo, energía y dinero. Con frecuencia los padres deben hacer ajustes o sacrificar sus deseos personales a fin de proveer para sus hijos. Por ejemplo, los padres pueden sacrificar un viaje si sus hijos están en la escuela. Sin embargo, la paternidad o la maternidad puede traer grandes alegrías. La relación especial que se desarrolla entre padre y un hijo constituye una experiencia satisfactoria y enriquecedora. En todo el mundo, los padres afirman que la paternidad la maternidad trae beneficios adicionales como felicidad.

Crianza responsable

Los padres y otros cuidadores necesitan emplear buenas habilidades para la crianza. La crianza de los hijos es el proceso de cuidar a los hijos y ayudarlos a que crezcan y aprendan. Este proceso puede ser muy gratificante pero también requiere mucho trabajo duro. Se puede mejorar las habilidades para la crianza observando a padres, inscribiéndose en una clase de desarrollo infantil y leyendo libros sobre el tema.

Los niños menores como todos tienen necesidades físicas, emocionales, sociales e intelectuales que deben satisfacerse. Mientras estás cuidando, jugando y enseñando a los niños, de ti depende el satisfacer esas necesidades.

Necesidades físicas - todos los niños tienen necesidades físicas. Necesitan alimentos saludables, ropa apropiada, buena higiene, descanso y sueño y un entorno seguro y estimulante. Los bebés y los niños menores indican sus necesidades llorando. Llorar es su manera de decirte que tienen hambre, que están húmedos, fatigados, asustados, enfermos o tristes. A medida que crecen aumenta su habilidad para el lenguaje, adquieren mayor capacidad para utilizar palabras o frases a fin de comunicar sus necesidades.

Necesidades intelectuales - los niños también tienen necesidades intelectuales. Necesitan un entorno estimulante, actividades de lenguaje y oportunidades para explorar. Leer libros, jugar con rompecabezas y bloques y seleccionar juguetes de diferentes formas y tamaños, ayuda a desarrollar las capacidades intelectuales de los niños.

Necesidades emocionales y sociales - Los niños también necesitan satisfacer sus necesidades emocionales y sociales. Necesitan que los sostengan, los mimen y los conforten. Algunas veces un beso, un abrazo o una palmadita suave es todo lo que necesitan para tener la seguridad de que les importan a alguien. Los niños son muy sensibles a tus sentimientos hacia ellos. Sé cálido y amistoso; hablar afectuosamente. Por la manera como los tocan, los sostienen solo les hablas los niños saben si los ama.

Los cuidadores necesitan dar a los niños orientación o dirección. Así es como los niños aprenden reglas básicas de comportamiento. Estas reglas les ayudan a permanecer seguros, aprender autocontrol y a llevarse bien con los demás.

Disciplina es la tarea de enseñarle a un niño cuál conducta es admisible y cuál no. Los niños necesitan orientación para aprender a comportarse apropiadamente, y mientras aprenden quizás se comporten de manera poco apropiada. El *castigo* es una manera de poner freno a la conducta poco apropiada. Algunas formas de castigo pueden ser eficaces para ayudar a un niño a aprender a dominarse; otros quizás no. El maltrato físico o emocional a un niño se llama abuso infantil.

Cuando se orienta a los niños es importante ser consistente, lo cual significa reaccionar de la misma manera a la misma situación cada vez que sucede. También significa que sigues tus objetivos y haces lo que dices que harás. Por ejemplo, si dices a un niño que le quitarás un juguete la próxima vez que lo arroje, debes hacerlo. Cuando eres consistente, los niños saben qué esperar.

Además de ser consistente evita hacer falsas amenazas. Por ejemplo, decir un a un niño que lo dejarás solo en casa si se comporta mal es una falsa amenaza porque sabes que no sería seguro dejarlo en casa sin supervisión

Deberes de los padres

- Procrear y criar a los hijos.
- Satisfacer las necesidades básicas de amor, alimentos, ropa, vivienda y salud.
- Fomentar los valores y las actitudes que propician la calidad de vida: amor respeto, disciplina, dignidad y honradez.
- Fomentar el desarrollo espiritual.
- Propiciar la comunicación efectiva.
- Fomentar la recreación y la socialización.
- Propiciar la unión familiar y las relaciones en buena calidad.
- Dar atención a la educación moral y normal de los hijos y a su labor en la escuela.
- Preparar a los hijos para prevenir y afrontar la problemática social, violencia de género, uso de sustancias nocivas y maltrato de menores.

I. **Tarea sumativa:** Utilizando las siguientes palabras complete los blancos del párrafo a continuación, según el texto de la lección.

Abuso infantil	Adolescencia	Castigo	Cuidador
Cuidadores		Disciplina	Embarazo no deseado
Enfermedades de transmisión sexual			Hijo
	Relaciones Sexuales		

En la _____ puedes conocer a una persona especial de la que te sientas atraído y te gusta es tu compañía. El tener _____ sin estar preparado puede traerte consecuencias para toda tu vida. Entre estas consecuencias se encuentran _____ o una _____ si tu pareja la padece, y hasta puedes sentirte asustado si tus padres se enteran y tener sentimientos de culpa. Un _____ es una gran responsabilidad y depende totalmente del cuidado y atenciones de sus

padres o cuidadores. Un _____ es una persona que cuida a un niño a un enfermo una persona anciana. Los _____ necesitan dar a los niños orientación o dirección. La _____ es la tarea de enseñarle a un niño cuál conducta es admisible y cuál no. El _____ es una manera de poner freno a la conducta poco apropiada. El maltrato físico o emocional a un niño se llama _____.

II. Escoge los 2 deberes que tu consideras son los más importantes de los padres hacia los hijos.

Deberes de los padres

Tarea de aplicación:

Identifica 5 necesidades de los niños en cada categoría

Necesidades físicas

**Necesidades
intelectuales**

**Necesidades
emocionales y
sociales**

Tarea Sugerida:



Menciona 5 actividades que realizas como adolescentes que si tuvieras un hijo a temprana edad no podrías hacer.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Lección #13: Diversidad familiar

Estándar II: Evaluará los procesos de la vida humana y las capacidades de las personas en la familia para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formulando proyectos de vida que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral.

Unidad: Familia en la Sociedad

Temas: Tipos de familia, responsabilidades familiares, núcleo familiar e importancia de la familiar

Objetivo:

1. Evaluar las prácticas de crianza que maximizan el crecimiento y desarrollo humano.
2. Evaluar los sistemas de apoyo externo que brindan servicios a los padres.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido



Familia se define como un grupo de personas emparentadas entre sí que viven juntas bajo el mismo techo o como toda persona o un grupo de personas relacionadas por lazos de parentesco de sangre, afecto, matrimonio legal o consensual, adopción que comparten una vivienda y satisfacen en común unas necesidades materiales y emocionales.

La familia es un grupo de personas que conviven juntas, que comparten la vida diaria y se cuidan unos a otros. por tradición creemos que una familia está compuesta por padres e hijos. hoy día no siempre es así; también pueden vivir madres solas con sus hijos, o un padre solo con sus hijos. En fin, hay una variedad de familias de acuerdo con los miembros que la forman.

Tipos de familia

1. Familia nuclear - familia típica, es decir, la familia formada por un padre, madre e hijos.
2. Familia de un solo padre o madre - uno de los padres se hace responsable si los hijos

3. Familia extendida -La crianza de los hijos está a cargo de distintos familiares o viven varios miembros de la familia como padres primos abuelos en la misma casa.
4. Familia reconstruida o Compuesta - se forma una familia nueva tras la ruptura de una pareja. el hijo además de vivir con su madre y su pareja también tiene la familia de su padre y su pareja pudiendo llegar a tener hermanastros. En ocasiones la nueva pareja, ambos tienen hijos de matrimonios o relaciones anteriores.
5. Familia adoptiva - Hacer referencia a los padres que adoptan a un niño. legalmente tiene los mismos derechos que un hijo natural.
6. Familia sustituta - Una familia se hace responsable de un menor por un periodo de tiempo establecido. también se puede conocer como una casa de cuidado o un albergue.
7. Familia sin hijos - Una pareja que se caracteriza por no tener descendientes o hijos.
8. Familia homoparental - se caracteriza por tener a dos padres o madres homosexuales que adoptan a un hijo o Una de las partes tenía hijos de una relación previa.
9. Familia de padres separados - Los padres se han separado tras una crisis en su relación. Comparten funciones en la crianza, aunque en la mayoría de los casos la madre vive con los hijos.

Las familias se unen cuando sus integrantes pasan tiempo juntos y disfrutan actividades en común. entre las actividades están: el ver televisión, jugar, compartir tareas del hogar, asistir a la Iglesia, celebrar fechas importantes como cumpleaños, Navidad, día de las madres o del padre. Este tiempo en familia es bien importante para establecer lazos positivos entre los miembros familiares. Para llevarnos mejor es importante que exista una buena comunicación entre los miembros de la familia. Esta comunicación debe ser con respeto, pues todos los miembros de una familia somos diferentes pero importantes.

La importancia de las relaciones familiares positivas:

1. Preparar al joven para la vida adulta.
2. Influyen en gran medida en el desarrollo de la personalidad y en la formación de la identidad y el concepto del yo
3. Permiten la formación de valores y principios éticos.
4. Preparan para prevenir y afrontar situaciones sociales.

Factores de riesgo en las relaciones familiares:

1. Falta de afecto
2. Indiferencia y pobre modelaje o ejemplo.
3. El manejo inadecuado de disciplina
4. Falta de comunicación
5. Actitudes y hábitos permisivos con respecto a sustancias nocivas o conductas inadecuadas
6. Inconsistencia en las relaciones entre padres e hijos
7. Influencias sociales (de los medios de comunicación o las redes sociales)
8. El grupo de amigos
9. Medios de comunicación
10. Crisis de valores
11. Desintegración de la pareja, la familia y cambio de lugar de vivienda

Un conflicto se define como cualquier lucha, desacuerdo o pelea. Los conflictos en la familia en muchas ocasiones surgen por malentendidos, diferentes creencias u opiniones, no está de acuerdo con las reglas establecidas y por situaciones en la adolescencia.

Conflictos comunes en la familia

1. Discusiones provocadas por diferencias entre padres e hijos.
2. Crisis económica o problemas financieros.
3. Muerte de alguno de los padres.
4. Separación de los padres divorcio.
5. Problemas de salud enfermedades o vicios.
6. Violencia de género.
7. Cuando llega un nuevo miembro al hogar por nacimiento o adopción.

¿Cómo manejar los conflictos familiares?

1. Aceptar que el conflicto existe y hacerle frente.
2. Analizar las causas del conflicto.
3. Mantener una comunicación efectiva.
4. Buscar ayuda de ser necesario.

Para mantener buenas relaciones y evitar los conflictos es necesario practicar las habilidades de comunicación. Esto requiere el aprender a expresar los sentimientos claramente y escuchar lo que dicen los demás. La buena comunicación hace que las personas se acerquen. Es importante compartir los problemas, lo que a uno le preocupa con su familia y amigos. Expresar sus motivos de alegría y sus sueños.

Cuando las familiares y amigos están hablando, es importante escuchar atentamente lo que están diciendo; tratar de entender el mensaje desde su punto de vista. Se puede utilizar un lenguaje corporal positivo como sonreír o asentir para demostrar que uno está prestando atención.

Aplicar el proceso de tomar decisiones sabias o buscar ayuda profesional para resolver las situaciones familiares cuando ya no sabemos trabajar con ellas, es de suma importancia. Resolver un conflicto significa que tú y la otra persona aclaren las diferencias de tal forma que ambos que den satisfechos, esto también aplica a los problemas familiares.

Las responsabilidades de los padres

1. Cuidados básicos
2. Brindar amor y confianza
3. Proveer vestimenta
4. Dar alimentos
5. Estudiar con su hijo educación
6. Cuidarlo
7. Llevarlo al médico
8. Vacunas para prevenir enfermedades
9. Techo para vivir
10. Un espacio para jugar
11. La enseñanza de valores
12. Ser un ejemplo para que lo imiten

Tarea sumativa

Escoge la mejor contestación de acuerdo con la lectura de la lección.

1. La crianza de los hijos está a cargo de distintos familiares o viven varios miembros de la familia en la misma casa:
 - a. familia nuclear
 - b. familia extendida
 - c. familia adoptiva
 - d. familia sustituta
2. Madre con hijo se casa con padre con hijos
 - a. familia nuclear
 - b. familia extendida
 - c. familia compuesta
 - d. familia sustituta
3. Se hacen responsable de un menor por un tiempo establecido por el Gobierno

- a. familia nuclear
 - b. familia extendida
 - c. familia compuesta
 - d. familia sustituta
4. Papá, mamá e hijos
- a. familia nuclear
 - b. familia extendida
 - c. familia compuesta
 - d. familia sustituta
5. Dos madres (mismo sexo) con hijos para los padres (mismo sexo) con ellos:
- a. familia nuclear
 - b. familia homoparental
 - c. familia compuesta
 - d. familia con hijos
6. Legalmente es su hijo, pero no lleva la sangre de los padres:
- a. familia nuclear
 - b. familia homoparental
 - c. familia compuesta
 - d. familia adoptiva
7. Comparten funciones en la crianza, no viven juntos y en la mayoría de los casos los hijos están con la madre.
- a. familia de padres separados
 - b. familia extendida
 - c. familia compuesta
 - d. familia adoptiva
8. Una pareja que se caracteriza por no tener descendientes o hijos.
- a. familia extendida
 - b. familia compuesta
 - c. familia adoptiva
 - d. Familia sin hijos
9. Uno de los padres se hace responsable de los hijos
- a. familia de padres separados
 - b. familia extendida
 - c. familia de un solo padre o madre
 - d. familia compuesta
10. Las necesidades básicas de niño que primero se tienen que cubrir son:
- a. Alimentos
 - b. Vivienda
 - c. Higiene
 - d. Todas las anteriores

Contesta Cierto o Falso de acuerdo con la lección:

- _____ 1. La familia es un grupo de personas que siempre conviven muchas.
- _____ 2. Los conflictos familiares no tienen solución.
- _____ 3. Para mantener buenas relaciones y evitar conflictos es necesario practicar habilidades de comunicación.
- _____ 4. Todos los miembros de una familia son importantes.
- _____ 5. Cuando surge un conflicto en la familia es importante aceptarlo y hacerle frente.

Tarea de aplicación: Evalúa las responsabilidades de los padres, escoge 1 y completa la siguiente tirilla cómica. Enfatiza la importancia de porque es una responsabilidad de los padres para con los hijos.



Identifica como tu familia es importante en tu desarrollo:

Como te ayuda para tu vida futura



Tu nombre

[Empty rounded rectangular box for writing]

[Empty rounded rectangular box for writing]

[Empty rounded rectangular box for writing]

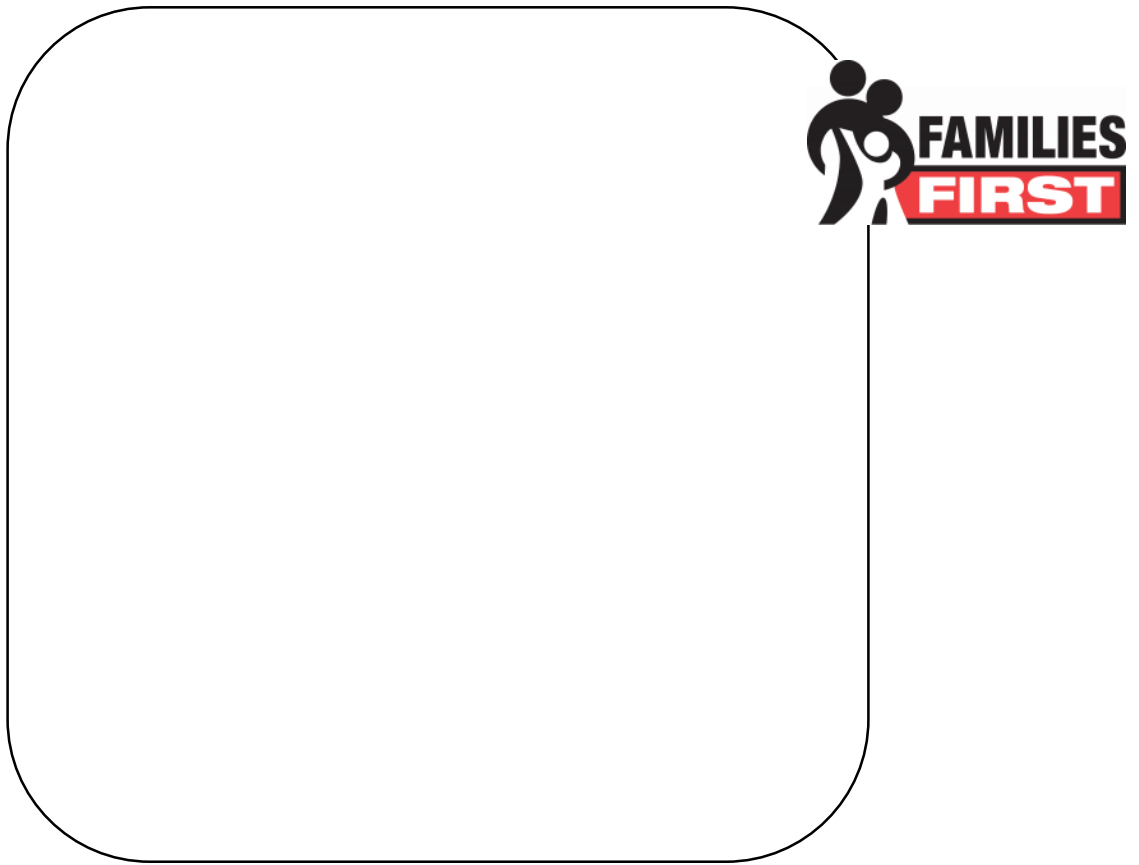
Tarea Sugerida:

1. Identifica el grupo familiar al que perteneces de acuerdo a los tipos de familia.

Mi familia es

Los miembros que componen mi familia son: (quienes lo componen papa, mama, hermanos, tíos, primos, abuelos etc.)

2. Dibuja o pega láminas que representen tu familia (incluye las mascotas)



Familia _____

(Nombres de los integrantes de la familia)

Lección 14: Mis Finanzas

Estándar II: Evaluará los procesos de la vida humana y las capacidades de las personas en la familia para enfrentar los retos de la vida cotidiana, formulando proyectos de vida que satisfagan sus intereses, necesidades y aspiraciones que promueven su desarrollo integral.

Unidad II: Familia en la Sociedad

Tema: Mis Finanzas

Objetivo: Luego de estudiar la lección de mis finanzas los estudiantes se relacionarán y aplicará los términos de gastos, ingresos, ahorro, presupuesto personal.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

Cuando te hablamos de Finanzas nos referimos a cómo usas el dinero, en qué lo gastas, cuánto ahorras y de donde obtienes el dinero. Es importante que sepas manejar bien tus ingresos económicos para que seas una persona independiente y puedas planificar tu futuro. Ya sea porque quieres formalizar una familia o porque quieres ser independiente tienes que saber cómo utilizar el dinero que ganas y preparar un presupuesto. El dinero es difícil de ganar, pero muy fácil de gastar por lo que debes planificar su uso y tener un control de tus gastos. Te puedes hacer preguntas a la hora de utilizar el dinero y tomas decisiones al momento de comprar, por ejemplo: ¿Compro esa ropa? ¿Compro esos tenis o puedo esperar hasta el próximo mes? Estas son preguntas que te haces interiormente. Constantemente tomamos decisiones a utilizar el dinero y debes convertirlas en decisiones inteligentes. Si lo haces por impulso o deseos del momento cometerás errores y tendrás consecuencias. Las consecuencias pueden ser, gastar el dinero en cosas que realmente no necesitas o en artículos muy costosos. Otra consecuencia es que el dinero no te alcance para pagar tus cuentas fijas por eso es necesario desarrollar un plan que te indique con cuánto dinero cuentas y cuánto puedes gastar.

Al utilizar tu dinero puedes comprar bienes y servicios. Cuando se habla de comprar bienes se refiere a comprar artículos que adquirimos como; ropa, zapatos, una bicicleta, un carro, una casa entre otros. Das dinero de acuerdo con el costo del artículo y recibes a cambio el artículo. Cuando pagas por un servicio entregas dinero a cambio de que otra persona realice una tarea o trabajo por ti. Brinda un servicio el jardinero que limpia el patio, pagas por servicio al barbero cuando te arregla el pelo. Puedes ahorrar dinero si en vez de pagar por el servicio tú mismo realizas la tarea. Una forma de obtener ingresos adicionales es ofrecer servicios a otras personas de alguna habilidad o destreza que tengas y cobrar por tu trabajo.

Al realizar tus compras puedes pagar de diferentes maneras. La forma que más común que se usa es el pago en efectivo o sea con billetes y monedas. Otra forma de pagar es usando cheques, con tarjeta de débito, tarjetas de crédito, Ath móvil entre otros. Para cada una de estas debes tener una cuenta en el banco donde depositas tu dinero y cuando pagas das una autorización para que la persona pueda cobrar de tu cuenta la cantidad que escribes. Otra forma de pagar es con tarjeta de débito. Esta tarjeta se usa para sacar tu dinero de tu cuenta de acuerdo con el dinero que tengas guardado. Las tarjetas de crédito es una alternativa que te permite comprar ahora y pagar después, es como un préstamo, si no pagas la cantidad total te cobran dinero adicional; o sea intereses. Esos intereses suelen ser muy altos así que te recomiendo saldar el total de las compras hecha cuando te llegue el estado de cuenta o solo usar la tarjeta de crédito para casos de emergencias. Debes llevar un registro de todo el dinero que estás utilizando para saber cuánto dinero has gastado de tu cuenta en el banco y conocer cuál es tu balance en la cuenta.

Un **presupuesto** personal es un plan para usar el dinero de acuerdo por los gastos que tienes y lo que ganas durante todos los meses del año el presupuesto te ayudará a hacer un buen uso del dinero, te será útil para que sepas cuánto puedes gastar. El dinero que ganas o recibes se le llama **ingreso**. Puedes tener ingresos de salarios o dinero ganado por realizar un trabajo, por pensión alimentaria o por ayuda que te ofrece el Gobierno. Otros tipos de ingresos pueden ser una mesada que es el dinero que tus padres o tutor te dan para comprar lo que deseas. Los **gastos** es el

dinero que utilizas para comprar bienes y pagar servicios. Entre los gastos más comunes están; los que se destinan a la ropa, la comida o el pago de luz, agua, teléfono, internet entre otros. Para calcular tu presupuesto debes sumar tus ingresos y restar tus gastos. Te recomendamos planificar gastando menos de lo que ganas y dejar parte de tus ingresos para ahorrar.

Puedes tener metas y sueños como comprar un carro o realizar un viaje, pero esto conlleva gasto de dinero que debes ahorrar. Además, debes ahorrar dinero por si ocurre una situación inesperada o una emergencia como una enfermedad, el arreglo de un carro o la pérdida del empleo. Ahorrar dinero en tu juventud de servirá en tu vejez. Cuando decidas no trabajar más, con el dinero ahorrado podrás pagar tus necesidades, cuidados y medicamentos, a esto lo llamamos un plan de retiro. Puedes ahorrar si evitas las compras innecesarias, si guardas una cantidad de dinero todos los meses como si estuvieras pagando una deuda. Puedes trabajar tiempo extra o también ofrece algún servicio. Todos podemos ahorrar. Debe ser una práctica que hagamos siempre y una costumbre para mantener nuestras finanzas en orden.

Además, te daremos estas recomendaciones para usar el dinero

Recomendaciones



1. Nunca cuentes el dinero frente de la gente o en público te pueden seguir para robarte.
2. Nunca hables de cuánto dinero tienes ni donde lo guardas eso es un asunto personal
3. Planifica tus compras y utiliza las hojas de especiales
4. Cuenta el cambio recibido ante la persona que te lo dio cuando compres.
5. No compres por impulso o sea solo porque te gusta o quieres algo, compara precios primero.
6. Recuerda que depositar en una cuenta de banco es guardar y retirar es gastar.

FINANCIAL
FITNESS 

Tarea sumativa

Instrucciones: Escribe si la premisa es cierta o falsa

- _____ 1. Finanzas es el concepto que se refiere a cómo usas el dinero, en qué lo gastas, cuánto ahorras y de donde obtienes el dinero.
- _____ 2. El presupuesto personal es un plan para usar el dinero de acuerdo por los gastos que tienes y lo que ganas durante todos los meses del año
- _____ 3. Los gastos es el dinero que utilizas para comprar bienes y pagar Servicios.
- _____ 4. El dinero es fácil de ganar, pero muy difícil de gastar por lo que debes planificar su uso y tener un control de tus gastos.
- _____ 5. Al utilizar tu dinero puedes comprar solo bienes.
- _____ 6. El dinero que ganas o recibes se le llama ingreso.
- _____ 7. Se recomienda gastar más de lo que ganas para poder ahorrar.

Tarea de aplicación

Instrucciones: Escribe tres ejemplos de bienes y tres ejemplos de servicios



Lección 15: Responsabilidad ambiental

Unidad III: Seguridad, salud ocupacional, derechos, deberes y responsabilidades

Estándar III: Discutirá la importancia de la observación de las políticas y procedimientos de seguridad y protección del medio ambiente, durante la realización de actividades relacionadas con la tecnología.

Tema: Cuidados, daños y necesidades ambientales

Objetivo: Motivar al estudiantado en la protección ambiental y el desarrollo de la participación ciudadana, para impulsar la práctica de la conciencia social fundamentada en la protección y mejoramiento del ambiente.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.



Contenido

¿Te gusta pasar momentos en la playa o en la montaña? ¿Has ido alguna vez a nadar o a pescar a un lago o al océano? Disfrutar de las actividades al aire libre es uno de los grandes placeres de la vida. Además, tú no podrías sobrevivir sin los elementos que proporcionan la naturaleza.

Los *recursos naturales* son los materiales que proporciona la naturaleza. Quizás no pienses muy a menudo en ellos y hasta puede ser que los des por un hecho. Sin embargo, tu salud y tu bienestar depende de varios recursos naturales claves. Entre ellos están el aire, el agua, el suelo y la energía derivada del carbón, del petróleo o del gas.

En otros tiempos estos recursos parecían casi ilimitados. Sin embargo, algunos no son renovables, y si se consumen por completo o se dañan de manera permanente, ya no estarán disponibles por más tiempo. Este daño se produce a menudo por contaminación del medio ambiente. *Contaminación del medio ambiente* es el cambio del aire, del agua y de la tierra, de lo limpio y sano a lo sucio e inseguro.

AIRE

Tu cuerpo utiliza el oxígeno del aire para producir energía. las plantas utilizan el dióxido de carbono del aire para producir alimento y oxígeno. las plantas, los animales y la gente no podrán vivir sin aire limpio.

Desafortunadamente, en el aire que respiras no está completamente puro. Puede contener polvo, humo, partículas químicas y gases contaminantes. Estas sustancias, todas son formas de contaminación del aire, pueden ser nocivas (que causa daño) para tu salud. Algunas causas de la contaminación del aire son: quemar combustible para suministrar energía, el humo proveniente de fuentes como chimeneas, BBQ y hojas quemadas, y los productos químicos para matar insectos o los químicos que se utilizan en los equipos de aire acondicionado y refrigeradores.

EI AGUA

El agua, como el aire, es necesaria para todas las cosas vivientes. en realidad, el agua es el nutriente más esencial de tu cuerpo. se necesita para todas las funciones corporales. Podrías pensar que hay abundancia de agua. el 70% de la superficie de la tierra está cubierta de agua. la mayor parte, sin embargo, es agua salada. muchas plantas y animales no pueden utilizar esa agua. Necesitan agua dulce y limpia para sobrevivir. Gran parte del agua de la tierra está contaminada por los desechos. Las fuentes comunes de la contaminación del agua son los desperdicios humanos, los detergentes y los productos químicos que se usan para matar insectos o abonar los cultivos. El agua contaminada puede ser causa de que la gente enferme o incluso, muera.

LA TIERRA

El suelo del planeta está formado por tierra, el material suelto es en el que crecen las plantas. Estas obtienen de la tierra los nutrientes y el agua que necesita. La gente, a su vez, necesita de los nutrientes que proporcionan las plantas para vivir. La tierra se contamina por químicos como los pesticidas, por los vertederos y las sustancias de la basura, aceites por mencionar algunos.

La energía

¿Qué ocurriría si no quedara suficiente gasolina para los autos, los camiones y las guaguas de transporte? ¿Cómo prenderemos las plantas eléctricas cuando se va la luz, si se nos acaba el petróleo y otras clases de combustible? Quizás crees que esto nunca podría ocurrir. Sin embargo, muchas fuentes de energía tales como; el petróleo, el gas natural y el carbón tienen provisiones limitadas una vez se agoten no pueden reemplazarse.

Hay muchas maneras por medio de las cuales puedes contribuir a la conservación del ambiente. Una manera importante de practicar la conservación es el ahorro de los recursos. La mejor manera de conservar un recurso es utilizarlo lo menos posible. Por ejemplo, cierra la llave para economizar agua cuando estas lavándote los dientes. Siempre que sea posible, camina o usa tu bicicleta, en vez de viajar en carro, para reducir la contaminación por gases. Reutiliza las bolsas de papel y vuelve con las bolsas reusables o de plástico a las tiendas o supermercados.

Las familias también pueden trabajar unidas para conservar los recursos naturales. Algunas familias reciclan todos los materiales posibles, conservan el agua y utilizan la luz solar como fuente de energía (secar ropa, producir energía solar para cargar artículos solares). Compran y utilizan enseres domésticos energéticamente eficientes, o *hechos para que usen menos energía*. Al usar la energía con eficiencia, no solamente conservas los recursos, sino también reduces la contaminación del medio ambiente.

¿Cómo mantener limpio el medio ambiente?

Desde mediados del siglo 20 hemos vivido en una sociedad que todo lo desecha. Muchos artículos se usan solamente una vez y luego se botan. Como resultado, ahora tenemos un grave problema, porque hay demasiados desechos y no hay modo seguro de liberarnos de ellos.

Podemos trabajar para cambiar la situación. Aunque el problema de la basura es asunto de interés nacional, la solución depende de las acciones individuales. Tus acciones pueden ayudar a establecer la diferencia.

Los *depósitos sanitarios* son hoyos inmensos donde se echa a la basura y se entierra entre capas de tierra. Estos depósitos sanitarios conocidos como vertederos están cuidadosamente diseñados para controlar los olores, los gérmenes y otras situaciones desagradables y nocivas para la salud que promueven la acumulación de basura y desechos.

Sin embargo, los depósitos sanitarios si crean problemas. Requieren enormes cantidades de espacio y nadie quiere vivir cerca de ellos. Se supone que la basura que se entierra en los depósitos ha de descomponerse o separarse en sus elementos básicos, de manera que se convierte en parte del suelo. Sin embargo, estudios han demostrado que ciertas clases de desechos que se arrojan, tales como el plástico, no se descomponen durante mucho tiempo.

Otra manera corriente de disponer la basura es la incineración. La *incineración* significa quemar los desechos para deshacerse de ellos. Cerca del 10% de los desechos de los Estados Unidos se incineran. Quemar la basura sin embargo produce contaminación del aire. Cuando queman la basura que son venenosas, el humo que produce es particularmente peligroso. El problema es tan grande que muchas comunidades no permiten que se queme la basura.

Como limitar la cantidad de desechos

La clave está en reducir la cantidad de basura que se produce. Debemos reducir reutilizar y reciclar.

Reducir

¿Podemos reducir la cantidad de basura? Sí.

- reducir la cantidad de papel que arrojas a la basura usando ambos lados de papel para escribir, usando solamente tazas y platos que puedan lavarse.
- reciclar, o evitar comprar productos que tienen más envoltura de la necesaria.
- planificar las comidas con cuidado para que haya poco desperdicio.
- evitar comprar productos desechables.
- utilizar bolsas de tela para las compras en tiendas o supermercados.
- comprar productos que sean **biodegradables** o que se puedan descomponer y serás servidos por el medio ambiente. Los productos biodegradables no llenan por completo los depósitos de basura.

Reutilizar

La idea es sencilla: puedes limitar la cantidad de desechos que produces, reutilizando artículos que de otra manera botarías. Si empleas tu imaginación probablemente puedes pensar en muchas maneras de reutilizar los artículos.

- comprar productos envasados en recipientes que se puedan volver a llenar utilizar por algo más.
- conserva las cajas, botellas y latas para utilizarlas como recipientes de almacenamiento.
- guarda las toallas y la ropa vieja para utilizarlos como trapos para la limpieza.

Reutiliza significa ser creativo: puede ser divertido. ¿Qué otras ideas le añadirías a la lista?

Reciclar

Tú ya sabes qué se produce mucha basura. Reciclar es convertir los desechos en productos que se pueden usar. Por ejemplo, los periódicos se pueden convertir en pulpa para producir nuevo papel. Las latas de aluminio se pueden derretir y convertir en nuevas latas y otros productos. Muchos plásticos también se pueden reciclar. Puesto que más de la mitad de la basura que producimos es reciclable, el propósito de reciclar puede reducir considerablemente la cantidad de desechos en el país.




Reciclar significa mucho más que llevar simplemente las latas y los periódicos a los centros de reciclaje. Cuando tú haces la donación de ropas, libros y otros artículos a las instituciones de beneficencia, por ejemplo, estás reciclando. También reciclas cuando das o recibes ropa de segunda mano o cambias revistas con un amigo después de haberlas leído. Una venta como un pulguero o un bazar es una manera de reciclar.

Tarea sumativa

Parea cada palabra con la definición correcta:

- | | |
|-------------------------------------|--|
| _____ 1. biodegradable | a. Petróleo, gas natural y carbón. |
| _____ 2. contaminación del ambiente | b. Hacen daño a la salud. |
| _____ 3. energía | c. Quemar los desechos para deshacerse de ellos. |
| _____ 4. incineración | d. Materiales que proporciona la naturaleza. |
| _____ 5. no renovable | e. Si se consumen por completo ya no estará disponibles. |
| _____ 6. nocivos | f. Cambio del aire, del agua y de la tierra de lo limpio y sano a lo sucio e inseguro. |
| _____ 7. reciclar | g. Darle otro uso. |
| _____ 8. recursos naturales | h. Convertir los desechos en algo que se pueda usar. |
| _____ 9. reducir | i. Disminuir. |
| _____ 10. reutilizar | |

Menciona 3 contaminantes del aire, el agua y la tierra.

Recurso Ambiental	Contaminantes			
<p data-bbox="396 329 459 359">Aire</p> 	<table border="1"><tr><td data-bbox="618 323 1385 401"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 401 1385 478"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 478 1385 548"> </td></tr></table>			
<p data-bbox="386 554 469 583">Tierra</p> 	<table border="1"><tr><td data-bbox="618 548 1385 625"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 625 1385 703"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 703 1385 772"> </td></tr></table>			
<p data-bbox="391 779 464 808">Agua</p> 	<table border="1"><tr><td data-bbox="618 772 1385 850"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 850 1385 928"> </td></tr><tr><td data-bbox="618 928 1385 995"> </td></tr></table>			

Tarea de aplicación

Prepara una lista focaliza en las formas que puedes ayudar al medio ambiente:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Reciclaje y rediseño

Evalúa que artículos puedes reusar y crea un artículo nuevo. Utiliza la mayor cantidad de materiales que sean usados. Dale vida a un artículo nuevo.

1. Identifica un producto de nueva creación con material que puedas reciclar.
2. Anota la lista de materiales.
3. Crea el producto.
4. Presenta el producto final y su uso.



Tarea Sugerida

¿Qué es ecosia? Ecosia es un buscador en internet, que por los anuncios de búsqueda genera ingresos, que son utilizados para plantar árboles. lleva más 108 millones de árboles plantados a nivel mundial. los árboles son sinónimo de un medio ambiente feliz personas sanas y una economía estable. Suscríbete y forma parte del cambio www.ecosia.org #concienciaverde



Crea una campana que puedas utilizar en las redes sociales para motivar a tus amigos a reducir, reciclar y reutilizar. Puede ser un “poster” digital, un video, un poema o una canción. Utiliza tu creatividad y crea una campaña a favor del planeta.

Lección 16: El mundo laboral

Estándar III: Discutirá la importancia de la observación de las políticas y procedimientos de seguridad y protección del medio ambiente, durante la realización de actividades relacionadas con la tecnología.

Unidad III: Empleo: Seguridad, Salud ocupacional, derechos, deberes y responsabilidades

Tema: El Mundo Laboral

Objetivo: Luego de estudiar la lección del mundo laboral el estudiante reconocerá vocabularios relacionado al mundo del trabajo y mencionará reglas básicas a seguir en un empleo.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

Tu primer trabajo te proporcionará experiencia y tendrás conocimientos de reglas básicas en el campo laboral. Según te desempeñes te servirá de referencia para tu siguiente solicitud de empleo. Cuando seas empleado de una compañía tú y tus compañeros de trabajo forman parte de un equipo de trabajo que representan la compañía. Por eso todos debe reflejar los objetivos de la compañía y el servicio que ofrecen a sus clientes.

En un empleo hay una variedad de personas que forman parte del equipo de trabajo, todos con diferentes personalidades. Dentro de tu trabajo debe ser capaz de llevarte bien con tus compañeros y ayudarlos cuando necesiten ayuda. Seguramente devolverán el favor cuando tú lo necesites. Trata a todos con respeto y consideración. Para tener éxito en tu trabajo sigue las siguientes reglas:

1. Conoce tus horarios de trabajo
2. sé amable y respetuoso con tu equipo de trabajo
3. conoce tus deberes laborales
4. si tienes dudas con alguna función que debes realizar pregunta a tu supervisor.
5. pon atención a tu adiestramiento y has preguntas no te quedes con dudas
6. sé puntual llega a tiempo

7. cumple con tu horario de trabajo
8. tal en caso de ausentarte llama a tu supervisor con tiempo
9. viste adecuadamente según el tipo de trabajo y actúa apropiadamente
10. deja que te dirija los que tienen más experiencia
11. sé honesto acepta tus errores y responsabilidades, aprende a hacerlo mejor la próxima vez
12. conoce las normas y deberes de la compañía por lo que firmaste y aceptaste el empleo.

Conoce tu talonario de pago. Tienes derecho a que no solo cobrar un sueldo sino tu patrono tiene que entregarte un talonario de lo que cobraste. El talonario es un documento que te ofrecerá información sobre el dinero que recibes por tu empleo y las partidas de descuento que pagas por ejemplo de impuestos, seguros, planes médicos, préstamos o plan de retiro durante el periodo que se hizo el pago.

Es posible que tu primer empleo lo obtuviste para tener experiencia además de un sueldo para sufragar sus gastos. Reconoce el momento y hacer el cambio y considerar una mejor oferta de empleo. Es posible que quieras abrir un negocio propio o cambiar de trabajo para tener un mejor futuro. Cuando renuncies a un trabajo deja tus puertas abiertas. Agradece el tiempo que estuviste laborando y la experiencia adquirida. Tú supervisor puede ofrecer una buena referencia de tu labor realizada en el tiempo que obtuviste como empleado y eso te abrirá las puertas a mejores ofertas de empleo.

En caso de un recorte del personal de la compañía podrían despedirte del empleo por circunstancias que no están bajo tu control. Muchas ocasiones se debe a cortes de gastos por reducción de ganancias. Dé ser parte de un recorte de personal tienes derecho a recibir una compensación por despido dependiendo el tiempo que estuviste laborando o un seguro de desempleo. Ese seguro de desempleo se paga mientras estás trabajando para que sigas cobrando una porción de tu sueldo en lo que consigues un nuevo empleo.

En caso de que decidas renunciar vete en buenos términos. Semanas antes de ser efectiva la renuncia haz un escrito donde notifiqués la fecha de efectividad de tu renuncia, las razones por lo que renuncia, y agradece el tiempo que formaste parte del

equipo laboral y las experiencias adquiridas. Se recomienda que tengas un dinero ahorrado para cumplir con tus necesidades personales y tus obligaciones financieras en caso de que seas despedido o en caso de un cambio de empleo.

Existen leyes y normas relacionadas a los derechos de los trabajadores. Además, también hay acuerdos con los patronos acuerdos firmados con personas que representan a los trabajadores que no se deben violar llamados convenios colectivos. Estos acuerdos rigen un orden igualitario entre los trabajadores y se negocian cada cierto tiempo. Estos acuerdos y leyes están relacionados con la jornada laboral como por ejemplo evitar el discrimen en el trabajo por causa de raza, sexo, género, religión o preferencia política. Es importante que conozcas tus responsabilidades en tu trabajo, pero también tus derechos para evitar violen derechos básicos del ser humano como parte de la constitución de Puerto Rico y la política pública del gobierno, así como los derechos adquiridos en un convenio colectivo.

Existen una variedad de ocupaciones donde tenemos que prepararnos para ejercerlas ya sea con estudios universitarios, certificaciones, reválidas entre otras cosas. Cada ocupación tiene requisitos específicos. Ejemplo de estas son contable, maestros, mecánico, enfermería, administrador, técnico de refrigeración, gerencia, médico entre muchos otros. Es importante que conozcas tus intereses y tus habilidades para que puedas identificar la carrera que quieres estudiar. Debes investigar sobre las posibles carreras a estudiar y puedes entrevistar algún profesional que pueda hablarte mas sobre el trabajo que realiza, donde estudió, que oportunidades hay de trabajo y que áreas debes dominar o prepararte. Si desde ahora vas investigando y explorando ya sea con entrevistas a profesionales del campo, o explorando en el internet puedes ir formando tu plan de carreras para alcanzar la meta de ser un profesional y ejercer la ocupación que te apasione pues estarás muchos años trabajando en ese campo laboral hasta que decidas jubilarte. Visualiza tu futuro laboral y trabaja para lograr tus metas.



Tarea sumativa

Instrucciones: Llena los blancos con las palabras correspondientes.

convenio colectivo

intereses y habilidades

talonario

normas y deberes

equipo

1. Cuando seas empleado de una compañía tú y tus compañeros de trabajo forman parte de un _____ de trabajo que representan la compañía
2. _____ es un documento que te ofrecerá información sobre el dinero que recibes por tu empleo y las partidas de descuento
3. _____ es un acuerdo entre los trabajadores y el patrono que se negocian cada cierto tiempo con representantes de la unión de trabajadores que los representa.
4. Es importante que conozcas tus _____ para que puedas identificar la carrera que quieres estudiar.
5. conoce las _____ de la compañía por lo que aceptaste el empleo.

Tarea de Aplicación:

Instrucciones: Menciona 5 reglas básicas que debes seguir en un trabajo

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Tarea Sugerida:

Entrevista a un profesional en la carrera que te interese:

1. ¿Qué tipo de trabajo realiza?

2. ¿Qué tipos de estudios necesita para ejercer?

3. ¿Qué habilidades y destrezas debe tener para ejercer la profesión?

4. ¿Cuánto es el sueldo aproximado que gana ese profesional?



Lección 17: Servicios Gubernamentales y deberes del ciudadano

Estándar IV: Describirá las políticas gubernamentales y los estándares de la industria aplicados a la manufactura.

Unidad IV: Acercamiento a la política gubernamental: la ética tanto en el ámbito laboral como en el mundo cibernético.

Tema: Servicios Gubernamentales y deberes del ciudadano

Objetivo: Luego de estudiar la lección el estudiante reconocerá los deberes y responsabilidades del gobierno y los deberes y responsabilidades del ciudadano.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

Un Gobierno es una estructura política de un territorio o país para administrar los recursos y organizar la convivencia de su población. Vivimos en un Gobierno democrático donde los ciudadanos adultos ejercen el poder y la responsabilidad cívica ya sea directamente o por medio de los representantes libremente elegidos. La democracia se basa en los principios del Gobierno de la mayoría. O sea, el poder político es administrado en base al principio de la soberanía de los pueblos. Es el pueblo quién decide quién administra su país y esta decisión se ejerce tengo un proceso electoral. En Puerto Rico este proceso electoral se lleva a cabo cada 4 años.

Los gobiernos tienen responsabilidades y deberes ante el pueblo que los eligió como:

1. Proporcionan orden- hacen cumplir las leyes y reglamentos destinados a mantener a los ciudadanos seguros. Cuando las leyes y reglamentos se rompen, los gobiernos también están ahí para administrar justicia.
2. Proveer protección- proteger a los miembros de la ciudadanía desde una amplia variedad de peligros. Por ejemplo, tener un ejército para mantener a los ciudadanos a salvo de las amenazas internacionales, tener una fuerza policiaca

para hacer cumplir las leyes y mantener la paz a nivel local o crea leyes para proteger a los menores de edad o personas con discapacidades entre otros.

3. Proveer servicios públicos- Los gobiernos deben garantizar que la población tenga cubierta sus necesidades mínimas para su supervivencia. En Puerto Rico se crean diferentes agencias que ofrece servicios públicos al pueblo y poder cumplir con las necesidades. Ejemplo: Las personas con discapacidad o que no tiene trabajo disponible se le ofrece una ayuda económica para comprar sus alimentos y también se le ofrece servicios médicos. Existe una variedad de servicios públicos estos son creados para asegurar derechos básicos del pueblo como por ejemplo el derecho a la educación.
4. Proveer estabilidad económica- Los ciudadanos aportan del dinero que trabaja al Gobierno que se llaman impuestos. Estos impuestos son recaudados y se distribuye en el presupuesto a las diferentes agencias gubernamentales. Estas agencias administran estos fondos para proveer servicios al pueblo y contratan a personas para llevar a cabo estos servicios. Se crean de puestos de trabajo para los ciudadanos para ofrecer el servicio y para que puedan valerse por sí mismos y sus familias. Además, los gobiernos proporcionan estabilidad económica mediante la negociación de acuerdos comerciales.

La Constitución del Estado Libre Asociado de Puerto Rico es el documento que rige a Puerto Rico. Está constituido por nueve artículos que detallan la estructura del gobierno, así como la función de varias de sus instituciones. En el Artículo II de la Constitución del Estado Libre Asociado de Puerto Rico, está escrita la Carta de derechos fundamentales de nuestros habitantes y se considera como una de las mejores manifestaciones de los derechos fundamentales en el mundo. Estos derechos fundamentales no solo se aplican a personas que sean puertorriqueñas sino también personas extranjeras que vivan en Puerto Rico. Estos derechos fundamentales son:

1. Derecho de igualdad ante la ley.
2. Derecho al voto.
3. Derecho a la libertad religiosa.
4. Derecho a la libertad de palabra y de prensa.
5. Derecho a la educación.
6. Derecho a la libre asociación.
7. Derecho a la vida, a la libertad y al disfrute de la propiedad.
8. Derecho a la protección de la honra, la reputación y a la vida privada.
9. Derecho a la protección del domicilio.
10. Derechos del acusado a disfrutar de procesos judiciales justos.
11. Derechos de los menores de edad.
12. Derechos de los trabajadores.

Basados en esos derechos han sido creado leyes, reglamentos para velar que estos se cumplan. Estos garantizan una mejor convivencia. Sin embargo, todos los ciudadanos tenemos responsabilidades qué debemos cumplir. Entre esas responsabilidades están

1. Apoyar y defender la Constitución.
2. Cumplir con leyes y reglamentos para guardar un orden.
3. Velar que los derechos se cumplan
4. Participar en procesos democráticos
5. Cuidar nuestros recursos naturales como por ejemplo el agua, nuestras playas y ríos, la tierra; y propiedades físicas del Gobierno pues la realidad es que son propiedades del pueblo.
6. Responsabilidad de pagar impuestos para utilizar esos fondos y garantizar el funcionamiento del Gobierno y sus servicios básicos para todos.
7. Respetar las diferentes expresiones, creencias, derechos y opiniones de los demás.
8. Ser solidario con nuestras comunidades y aportar soluciones a los problemas de nuestro país.

9. Proveer una sana convivencia
10. Defender nuestro país cuando se presente la necesidad.

El civismo es el comportamiento de la persona que cumple con sus deberes de ciudadano, respeta las leyes y contribuye así al funcionamiento correcto de la sociedad y al bienestar de los demás miembros de la comunidad. Si aspiras a vivir en paz y tranquilidad disfrutando de todas las riquezas y recursos que tenemos en nuestro país debes ser un reflejo de civismo. Cuidar de nuestro país es responsabilidad de todos.

Ejemplos de civismo

- 1 Ayudar a personas de tercera edad
- 2 Conservar el medio ambiente
- 3 Participar de decisiones de tu país
- 4 Ayudar a gente pobre o necesitada
- 5 Respetar señales de tránsito
- 6 Seguir reglas en general
- 7 Ayudar a personas con discapacidades
- 8 Ser respetuoso de los símbolos nacionales
- 9 Convivir de forma pacífica
- 10 Respetar a los demás



Tarea sumativa

Instrucciones: Escribe si la premisa es cierta o falsa

- _____ 1. Un gobierno es una estructura política de un territorio o país para administrar los recursos y organizar la convivencia de su población.
- _____ 2 Cuando las leyes y reglas se rompen son los ciudadanos los responsables de administrar justicia.
- _____ 3 Los gobiernos tienen responsabilidades y deberes de proporcionar orden, protección, servicios públicos y estabilidad económica.
- _____ 4. Entre los derechos fundamentales de los puertorriqueños están el derecho al voto, el derecho a la igualdad ante la ley, el derecho a la educación y el derecho a la libertad de palabra y de prensa.
- _____ 5. Los derechos fundamentales son practicados para garantiza una mejor convivencia.
- _____ 6. Solo el Gobierno es el que tiene que cuidar los recursos naturales por qué como las playas porque son propiedad del Gobierno.
- _____ 7. Todos los ciudadanos deben cumplir con las leyes y reglamentos para guardar un orden una sana convivencia
- _____ 8. El civismo es el comportamiento de los ciudadanos que cumple con deberes respeta las leyes y contribuye al funcionamiento correcto.
- _____ 9. En un país democrático el pueblo no elige sus gobernantes.
- _____ 10. Seguir las reglas de tránsito es un ejemplo de civismo.

Tarea de Aplicación

Analiza la siguiente situación:

Alanis disfruta de ir a la playa. Es una de sus actividades favoritas para compartir en familia. Van frecuentemente, pero han encontrado que cada vez ven más basura dejada por los ciudadanos y áreas sucias. Entre la basura encuentra botellas, platos, bolsas y colillas de cigarrillos. Esto la pone triste porque afea el bonito paisaje.

¿Cuál es el Problema?

Posibles soluciones
como ciudadano

STAND UP

Lección 18: Navegando por internet

Estándar IV: Demostrará ciudadanía cibernética responsable mediante la aplicación prácticas éticas y conductas aceptadas por la industria.

Unidad IV: Acercamiento a la política gubernamental: la ética tanto en el ámbito laboral como en el mundo cibernético.

Tema: El mundo cibernético, la huella digital y los crímenes cibernéticos

Objetivo: Luego de estudiar la lección el estudiante identificará como se crea una huella digital y mencionará prácticas seguras al utilizar el internet.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

Pasamos gran parte de nuestro día en el mundo digital que es el internet. Tenemos una variedad de redes sociales donde publicamos a diario lo que hacemos, lugares que visitamos, personas que nos rodean, intereses, compartimos información, buscamos datos, compartimos imágenes, y hasta tomamos clases por internet. Esto ha formado parte de nuestro diario vivir y ante una situación mundial de pandemia amerita quedarnos en casa, por eso cada gestión que hacíamos personalmente como comprar alimentos o hacer pagos ahora lo hacemos con el uso del internet. Esto se ha convertido en una necesidad para cuidar nuestra salud. Sin embargo, el internet identifica cuáles son nuestros intereses ante nuestras búsquedas y crea nuestra **huella digital**. Una huella que es única ligada a tu nombre y todo lo que exploras en el internet. Aunque borremos fotos, direcciones de la web de nuestro dispositivo esto se queda todo grabado y se guarda como parte de tu **huella digital**. Al registrarlo sigue tus pasos y te proporciona material relacionado por ejemplo en los anuncios o páginas que te ofrece sin que tú lo busques.



Debemos tener cuidado con la cantidad de tiempo que dedicamos navegando por internet pues podemos caer en una dependencia del uso del internet. Muchas personas que crean dependencia del internet no pueden visualizar su vida sin la tecnología y se hace costumbre en utilizar, por ejemplo, su celular desde el momento en que despierta hasta antes de dormir. Se ha descubierto científicamente que el utilizar el celular o navegar en la computadora antes de dormir afecta la calidad de sueño y descanso pues tu cerebro necesita tiempo para desconectarse y relajarse que es afectado por las ondas tecnológicas. Muchas veces no nos damos cuenta de cuánto tiempo pasamos en las redes sociales sin ser esto necesariamente un medio de trabajo. Ese tiempo que dejamos de usar para hacer actividades que hacíamos con la familia; como, por ejemplo, compartir una cena familiar, hablar con amistades mirándolos a la cara físicamente o leer un libro. Muchas veces enviamos mensajes de texto, mensajes de voz a pesar de que vivimos en

el mismo hogar afectando las relaciones interpersonales. Esta conducta no es estrictamente en jóvenes se ve también en todas las edades. Ten mucho cuidado con lo que ves o lees por internet no todo lo que se presenta es cierto, muchas veces son estrategias de publicidad para vender un producto o venderte un hecho que no es real.

Los crímenes cibernéticos son todos aquellos actos delictivos que se desarrollan en internet o requieren del uso de medios informáticos para ser realizados. Algunos de los delitos cibernéticos que más se suceden a diario son fraude, pornografía infantil, acoso cibernético, robo de identidad, robo de la propiedad intelectual, acceso sin autorización a tus cuentas y fraude. Estos ocurren cuando acceden a tus cuentas, solicitándote como un amigo de tus redes sociales aun cuando no lo conoces o se hace pasar por una persona conocida. También pueden enviarte un correo electrónico con una información falsa. En todas estas modalidades el que comete el delito quiere tener acceso a tu información, a tu dinero o a ti. Se ha hablado mucho del cuidado que debemos tener con el uso de las redes sociales por la cantidad de fraudes y delitos que se cometen diariamente sobre todo con jóvenes y personas mayores sin embargo se realizan con mucha frecuencia. Los crímenes cibernéticos son una realidad que se vive diariamente y es un asunto que trabajan los agentes policíacos para tratar de que estos delitos no ocurran. Hay una red grande de criminales cibernéticos a nivel mundial del cual tenemos que protegernos pues todos podemos ser víctima de un crimen cibernético. Sigue las siguientes recomendaciones para evitar caer como víctima de un crimen cibernético.

1. Nunca aceptes a nadie que no conozcas en tus redes sociales
2. Confirma la identidad de tus amigos en las redes sociales
3. Nunca subas información personal, lugar donde te encuentras, fotos en tu escuela, ni con uniforme escolar o de tu trabajo, claves que tienes e información confidencial. Estás dan una pista de quién eres y tus intereses al agresor y se le hace más fácil planificar el crimen cibernético pues conoce tus debilidades y tus gustos.
4. No creas todo lo que dice las redes sociales, ni por internet muchas personas se inventan quiénes son, se inventan edades y preferencias para poder llegar a ti.

5. Nunca te dejes presionar por las cosas que están de moda en las redes sociales las personas a veces usan programas tecnológicos para parecer a otra persona para crear ambientes que no son reales
6. Nunca converses con alguien si no lo ves en vivo y que sea tu conocido, los agresores de niños y adolescentes por internet se hacen pasar como adolescentes o personas de tu edad para que tú lo creas.
7. Nunca hagas una cita para verte en persona con alguien que conociste por internet un lugar privado puede ser peligroso.
8. Déjale saber a tus padres o tutores si te contactado alguien sospechoso por internet para tomar acción y evitarnos un mal momento.
9. Desconfíen de la palabra **gratis** cuando naveguen en internet, nada es gratis.
10. Tengan precaución con los correos electrónicos que reciben si no conocen quien los envía no los abras puede ser un virus o forma de entrar a tus datos.
11. Sean rigurosos con crear sus contraseñas se recomienda estar:
 - a. Compuesta por ocho caracteres o más.
 - b. Con una combinación de letras, números y símbolos (por ejemplo, # \$%!?).
 - c. No incluye su nombre de inicio de sesión, su apellido o palabras asociadas a su vida cotidiana que puedan ser identificadas con facilidad.
 - d. Usa contraseñas distintas para cada uno de los servicios que usan en línea.
12. Habla con tus padres o tutores si recibes amenazas o acoso por las redes sociales y denúncialo.

Tarea Sumativa

Instrucciones: Escoge la mejor contestación.

1. La huella digital se crea ...
 - a. cuando hacemos llamadas telefónicas
 - b. cuando enviamos mensajes de texto
 - c. con todo lo que exploras internet
 - d. en las redes sociales solamente
2. Los crímenes cibernéticos son
 - a. Actos delictivos hechos por solo por menores en la web.
 - b. Actos delictivos hechos por solo por adultos usando internet.
 - c. Delitos que cometen relacionados a los video juegos.
 - d. son todos aquellos actos delictivos que se desarrollan en internet o requieren del uso de medios informáticos para llevarse a cabo
3. Un ejemplo de crimen cibernético es
 - a. Pornografía infantil
 - b. Robo de identidad
 - c. Acoso cibernético
 - d. Todas las anteriores son correctas
4. Si recibes un correo electrónico de alguien que no conoces no debes abrirlo porque
 - a. Puede ser un virus o alguien que quiera robarte tus datos
 - b. Se puede duplicar
 - c. Se graba en tus redes sociales
 - d. Ninguna de las anteriores es correcta
5. Para evitar ser víctima de un crimen cibernético debes
 - a. Evitar subir fotos con uniforme escolar o en tu escuela
 - b. Nunca hagas una cita con alguien que conociste por internet en un lugar privado
 - c. Nunca publiques información personal ni donde te encuentras
 - d. Todas las anteriores son correctas.

Tarea de aplicación:

Instrucciones: Lee la siguiente situación y analiza los posibles errores que se cometieron usando las redes sociales que podría estar expuesto a un crimen cibernético.



Análisis de caso:

Nicole le gusta estar la mayor parte del tiempo usando sus redes sociales para hacer nuevas amistades. Tiene muchos seguidores aun cuando no siempre los conoce en persona porque acepta a todo el que la solicita. Le gusta tirarse fotos muy sexy y subirlas a sus redes sociales pues dice que obtiene muchos likes de sus amigos y le hacen comentarios. Usualmente desde que se levanta publica todas las actividades que hace durante el día, sube fotos de lo que come y expresa como se siente. Hace unos meses habla con un muchacho que le gusta mucho, aunque no lo conoce personalmente pues en la solicitud en Instagram, pero parece buen muchacho. Quedaron en encontrarse para conocerse en persona, solo está esperando que él le diga el lugar para que ocurra el esperado encuentro. Nicole está muy emocionada porque llegue ese día.

1. ¿Cuáles errores cometió Nicole usando las redes sociales?

2. ¿Qué consecuencias puede tener Nicole si acude a esa cita?

Lección #19: Comunicación con los demás

Estándar IV: Demostrará ciudadanía cibernética responsable mediante la aplicación prácticas éticas y conductas aceptadas por la industria.

Unidad IV: Acercamiento a la política gubernamental: la ética tanto en el ámbito laboral como en el mundo cibernético.

Tema: Comunicación efectiva, relaciones interpersonales, comunicación cibernética y el ámbito laboral.

Objetivo: El estudiante trabajará diversos temas relacionados a los conflictos mundiales, conductas sociales, laborales y ética de tal manera que los individuos se sientan parte integral de una comunidad responsable llegando alcanzar una sana convivencia.

Instrucciones: Lee cuidadosamente la lección y completa los ejercicios relacionados.

Contenido

Formas de comunicación

Hay muchas formas de comunicación. La comunicación es el proceso de enviar y recibir mensajes. Constantemente estamos comunicándonos con los demás. Es importante que la persona con la que converses entienda qué es lo que quieres decirle para evitar malentendidos. La comunicación puede ser verbal o no verbal.



La comunicación verbal comienza con la selección de las palabras correctas para expresarte: también es importante que seas honesto. Di lo que realmente piensas y sientes, pero se cortés. Las siguientes son otras pautas para que la comunicación verbal o escrita sea efectiva:

- **Habla por ti mismo.** Emplea declaraciones de tipo “yo”. Habla de tus propias experiencias y sentimientos no supongas que otras personas

saben lo que tú piensas, cómo te sientes o qué quieres. Tú tienes que decírselo.

- **Evita hablar por los demás.** No supongas que sabes lo que otra persona piensa, cómo se siente o que quieren. Pregúntales.
- **Sé claro y directo.** El tono de tu voz revela tus sentimientos. Si el tono que utilizas no está de acuerdo con las palabras que estás empleando, envías mensajes confusos.
- **Ten en cuenta a tu interlocutor.** Comprueba que la persona que te escucha o lee comprende lo que estás diciendo.
- **Formula preguntas.** Pregunta acerca de “quién” “qué” “dónde” “cuándo” y “cómo”. Estas preguntas ayudan a los otros a compartir sus pensamientos y emociones.

Comunicación no verbal

La comunicación no verbal, es decir, mensajes enviados sin el empleo de palabras. Mediante la comunicación no verbal muestras cómo te sientes contigo mismo y los demás. En la actualidad se utilizan e-mojis, dibujos y símbolos que demuestran comunicación sin utilizar palabras, así como el lenguaje de señas.

La importancia de escuchar

La capacidad de escuchar es tan importante como la capacidad de expresarse. Si tú eres un oyente deficiente, es muy probable que seas también un comunicador deficiente. Escuchar no es lo mismo que oír. Cuando oyes estás consciente de las palabras que se dicen. Cuando escuchas tratas de entender el mensaje. Escuchar es una de las habilidades más difíciles de aprender. Tú puedes mejorar tu destreza para escuchar utilizando las siguientes pautas:

- Prestar atención al que habla y establece contacto visual con él.
- Concéntrate en lo que te está diciendo y no en lo que quieres decir a continuación.
- Muestra tu interés y tu interés inclinándote hacia el orador y haciendo señales de aprobación.
- Capta el sentido general y no los detalles.
- Observar las señales no verbales.
- Evita formarte juicios rápidos.

- Rechaza las distracciones como Estar pendiente al teléfono mientras te habla.
- No interrumpas; interroga solamente cuando sea necesario.
- Participa activamente para indicar que has entendido.

Una conversación es el intercambio de ideas, pensamientos y sentimientos. Es una calle de doble vía; debes tener la voluntad de expresarte y la de escuchar a los demás. Para que una conversación sea interesante es importante que cada persona tenga oportunidad de hablar.

Tanto en el ámbito personal como en el laboral es importante mantener una buena comunicación con todos. A la mayoría de la gente le gusta hablar sobre la televisión, el cine, los acontecimientos del momento y acerca de sus propias experiencias. Los jóvenes de hoy prefieren la comunicación vía mensaje de texto y utilizan símbolos para expresarse.

Evita temas problemáticos. Contar chismes es hablar de otras personas y de su vida personal. El chisme puede destruir las amistades y arruinar la reputación de una persona, Así como causar problemas en el área de trabajo. El chisme puede convertirse en rumores que se propagan y conducen a enfrentamientos violentos. Evitando los chismes y los rumores en tus conversaciones puedes demostrar que eres una persona madura y responsable.

La comunicación efectiva te ayuda a:

- escuchar con atención para luego emitir juicios
- armonizar la comunicación verbal y no verbal
- facilitar el diálogo
- identificar y manejar los periodos de silencio
- observar con discreción
- hablar con propiedad

La comunicación efectiva lleva el mensaje correcto que se quiere transmitir.

La crítica constructiva es una evaluación que alguien hace de ti y te ayuda a convertirte en mejor persona, a crecer y a mejorar. Aceptar y utilizar la crítica constructiva te ayuda a mejorar tus habilidades. Hay que comunicar efectivamente una crítica constructiva para que llegue el mensaje correcto.

Principalmente en el ámbito laboral la aceptación de la crítica constructiva resulta del concepto que la persona tiene de sí mismo y es un medio de convertir los problemas en oportunidades para crecer y aprender

Para mantener unos canales efectivos de comunicación es importante el control de emociones y como se expresan. Lograr una buena salud mental requiere aprender a manejar y expresar las emociones, así como identificarlas y exteriorizarlas adecuadamente para evitar situaciones desagradables.

La comunicación en la era de la tecnología

El uso continuado de las nuevas **tecnologías** por los **adolescentes** puede generar aislamiento social al dejar de realizar actividades con los grupos sociales de pertenencia y con ello, pueden verse afectadas las habilidades sociales, imprescindibles para muchos ámbitos.



Las nuevas tecnologías son todas aquellas herramientas y programas que trata, administran, transmiten y comparten la información mediante soportes tecnológicos. Todas estas tecnologías tienen efectos positivos en las comunicaciones, pero hay que tener presente que también pueden suponer grandes riesgos para la salud.

Ventajas del uso de las nuevas tecnologías

1. mejoran la comunicación
2. facilitan el proceso de socialización
3. fácil acceso a la información
4. nuevas formas de aprendizaje
5. se utilizan como recursos de ocio y entretenimiento

Desventajas en el uso de las nuevas tecnologías

1. interfieren con otras actividades: estudio, ejercicio y deporte, ocio y sociabilidad
2. falta de privacidad y uso indebido de datos personales

3. exceso de información disponible
4. información nabo inapropiada
5. aislamiento social y retraso en el desarrollo de las habilidades sociales
6. nuevas vías para el acoso como el cyberbullying
7. favorece el sedentarismo y sobrepeso
8. dificultades para conciliar el sueño
9. adicción a las nuevas tecnologías

Aunque la tecnología es excelente forma de comunicación hay que enfatizar el balance en el uso de estas para evitar consecuencias negativas en todas las áreas. La forma de comunicación ha cambiado y la comunicación verbal presenta dificultades en las personas si no tienen dominio de ésta porque se ha ido desplazando por la comunicación no verbal.








Tarea sumativa

Utilizando las siguientes palabras, llena los blancos según lo expresado en la lección.

comunicación conversación escuchas	comunicación verbal <i>crítica constructiva</i> no verbal	comunicación efectiva escuchar oyes
--	---	---

La _____ es el proceso de enviar y recibir mensajes. La _____ comienza con la selección de las palabras correctas para expresarte. La comunicación _____, enviar mensajes sin el empleo de palabras. _____ no es lo mismo que oír. Cuando _____ estás consiente de las palabras que se dicen. Cuando _____ tratas de entender el mensaje. Una _____ es el intercambio de ideas, pensamientos y sentimientos. La _____ es una evaluación que alguien hace de ti y te ayuda a convertirte en mejor persona, a crecer y a mejorar. La _____ lleva el mensaje correcto que se quiere transmitir.

Identifica el mensaje que transmite cada símbolo, escribe su significado debajo de cada símbolo.

Tarea de aplicación

Mediante un dibujo ilustra (representa) el proceso de comunicación efectiva.



Tarea Sugerida:

1. Crea un “meme” educativo sobre el uso correcto de la tecnología.
2. Busca el abecedario de señas y practica tu nombre.

Lección 20

Reflexión del Curso de Civismo y realizar Posprueba del curso

Tema: Ejercicio de reflexión Civismo

Objetivo: El estudiante trabajará diversos temas relacionados a los conflictos mundiales, conductas sociales, laborales y ética de tal manera que los individuos se sientan parte integral de una comunidad responsable llegando alcanzar una sana convivencia.

Instrucciones: Escoge una actividad de civismo imaginaria (puedes utilizar una de la lista de sugerencia o identificar una necesidad en tu comunidad) y utilizando el proceso de planificación de FCCLA crea el plan para el desarrollo de esa actividad. Puedes hacer referencia a la lección #1. Piensa como puedes ayudar a través de esa tarea que te gustaría realizar.

Sugerencias

1. Leer cuentos a niños.
2. Tutorías coordinadas con un maestro.
3. Hacer tarjetas a personas que están en los hospitales o centros de cuidado.
4. Recoger artículos de primera necesidad para entidades sin fines de lucro.
5. Sembrar árboles o adoptar un área para realizar un jardín en la escuela.
6. Recolección de ropa para personas necesitadas.
7. Donación de juguetes a un hogar de niños.
8. Donación de libros de cuentos para niños en hospital o escuelas.
9. Ofrecer clases de algún deporte, música o artesanía.
10. Coordinar ferias de salud.
11. Organizar campañas de donación de sangre.
12. Instalar sistema de reciclaje en tu comunidad.
13. Recoger chapitas de aluminio o latas para alguna entidad.
14. Llevarle un drama o música a centro de envejecientes
15. Campañas de orientación de prevención de violencia, uso de alcohol, seguridad en el tránsito.
16. Servicio en centro de cuidado de niños o envejecientes.
17. Ayudar a archivar, organizar tareas, grapar, clasificar trabajos con algún maestro.
18. Dar clases de uso de computadora.
19. Crear murales en áreas de la escuela.
20. Limpiar alrededores de escuela, canchas o parques de tu comunidad (traer fotos).
21. Hacer un periódico informativo con temas de interés para educar a tu comunidad.
22. Decorar boletín de la escuela, baños o áreas recreativas tiempo libre.
23. Ayudar a las personas de la tercera edad.
24. Crear campañas para las redes sociales de los temas de interés.
25. Ayudar a las personas discapacitadas o con impedimentos.
26. Trabajar con las campañas para el medio ambiente.
27. Cualquier otra actividad sugerida en algunas de las lecciones.

Proceso de Planificación FCCLA

Identifica tu preocupación



Establece una meta



Formula un plan (Quien, Que, Cuando, Donde, Como, Costo, Recursos que tienes, como se evaluará)



Actividades



Seguimiento (Logros alcanzados, publicidad, reconocimientos obtenidos)



Programa de Ciencias de la Familia y el Consumidor
Prueba Diagnóstica: Curso Civismo

Nombre: _____ Grupo: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Lee cuidadosamente cada pregunta y escoge la mejor contestación. Escribe la letra correspondiente en tu hoja de contestación al lado de cada número.

- _____ 1. El concepto de personalidad se puede definir como:
- Suma de las características que distinguen a una persona
 - Diferencia que constituye a cada familia
 - Expresión de lo que la persona tiene
 - Manera de gastar el dinero
- _____ 2. El sentimiento de valor, de aprecio y de orgullo propio que tiene una persona de sí misma se conoce como:
- Personalidad
 - Amistad
 - Familia
 - Autoestima
- _____ 3. La infancia, adolescencia y edad adulta son etapas.
- Crecimiento y desarrollo
 - Procesamiento humano
 - Los seres superiores
 - Indispensables en la vida
- _____ 4. Los factores que influyen en el proceso de crecimiento de los seres humanos,
- Ambiente, edad y la herencia
 - El clima y la alimentación
 - La herencia y la alimentación
 - La zona geográfica y posición económica
- _____ 5. Los valores son creencias e ideales que las personas adquieren y desarrollan a través de su vida. Uno de esos valores universales es:
- Amor
 - Orgullo
 - Envidia
 - Dolor
- _____ 6. Las buenas relaciones familiares entre los adolescentes y sus padres contribuyen a:
- Fomentar la presión de grupo
 - Permitir hábitos permisivos sin controles
 - Deteriorar los valores sociales
 - Preparar al joven para su vida adulta

- _____ 7. Las áreas en que se desarrolla el ser humano son:
- Social y psicológicamente
 - Físico y emocionalmente
 - Intelectual y moralmente
 - Todas las anteriores
- _____ 8. Una emoción es:
- Confianza para hacer algo.
 - Estimula a hacer cosas positivas
 - Una reacción a experiencias vividas.
 - Evita que los amigos alcancen sus metas
- _____ 9. Los valores te influyen en :
- la toma de decisiones
 - el comportamiento
 - establecerte metas
 - todas las anteriores
- _____ 10. La buena nutrición nos ayuda a,
- evitar enfermedades
 - ser obesos
 - no tener que ir al medico
 - economizar en la compra de alimentos
- _____ 11. Los derechos humanos son:
- son todos los mecanismos legales que protegen a los individuos.
 - son las obligaciones que deben cumplir para poder ejercer sus derechos.
 - son guías para los individuos.
 - Son cláusulas para los derechos humanos.
- _____ 12. En Puerto Rico los derechos y deberes humanos están organizados en:
- ONU- Organización de las Naciones Unidas
 - UNESCO- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura
 - CEPAL- Comisión Económica para América Latina y el Caribe
 - La Constitución de Puerto Rico
- _____ 13. El maltrato de niños ocurre cuando se le ocasiona daño físico, mental o emocional. Un ejemplo de daño físico es:
- golpes y quemaduras en el cuerpo
 - se ignora al menor
 - no se da reconocimiento al menor
 - se humilla al menor

- _____ 14. La negligencia es un tipo de maltrato en los niños y ocurre cuando:
- a. se somete a maltrato emocional
 - b. se somete a abuso sexual
 - c. se dan golpes físicos
 - d. se deja solo o cuidando de otros menores
- _____ 15. Una definición para el concepto diversidad familiar es:
- a. la familia es un grupo de personas que conviven juntas, que comparten la vida diaria y se cuidan unos a otros.
 - b. un grupo de personas que viven en el mismo hogar como papá, mamá e hijos
 - c. un grupo de personas sin lazos sanguíneos que viven juntos
 - d. un grupo de amigos que comparten un mismo hogar
- _____ 16. El presupuesto es un plan para:
- a. conocer el valor real del dinero
 - b. conocer los bienes y servicios que necesitamos
 - c. usar el dinero de acuerdo con los ingresos y gastos que tienes
 - d. realizar la compra en el supermercado
- _____ 17. Se entiende por bienes y servicios:
- a. Son todos aquellos productos que podemos comprar
 - b. Son todos los recursos que el ser humano posee
 - c. Son los artículos que adquirimos y por lo que pagamos para que otra persona haga por ti.
 - d. Es todo lo que se consume sin ser necesario
- _____ 18. Los recursos naturales son:
- a. Son ilimitados
 - b. Son renovables
 - c. son los materiales que proporciona la naturaleza
 - d. Todas las anteriores
- _____ 19. Para seleccionar la carrera que quieres estudiar debes primero
- a. Buscar cuánto ganarías en la carrera
 - b. Conocer tus intereses y habilidades
 - c. Conocer que les gustaría a tus padres que estudies
 - d. Cuánto cuesta la preparación académica
- _____ 20. Cuando tienes un empleo debes
- a. llegar a tiempo a tu lugar de trabajo
 - b. conocer las normas y deberes de la compañía
 - c. cumplir con tu horario de trabajo.
 - d. Todas las anteriores son correctas

- ____ 21. Un talonario es
- Documento que resume tu sueldo y aportaciones que haz hecho como seguros, planes de retiro e impuestos pagados.
 - Documento que dice normas y reglas de la compañía.
 - Documento de leyes laborales
 - Contrato que firmas al ser empleado por un patrono.
- ____ 22. ¿En qué documento se contempla los derechos fundamentales de las personas que viven en Puerto Rico?
- la enciclopedia
 - Carta de Derechos Humanos
 - La Constitución del Estado Libre Asociado
 - Ninguna de las anteriores es correcta
- ____ 23. El gobierno tiene la responsabilidad y deber de proporcionar
- Orden y protección
 - servicios públicos
 - estabilidad económica
 - Todas las anteriores son correctas
- ____ 24. ¿Qué es el cyberbullying o acoso cibernético?
- Es el acoso que tiene lugar en el mundo cibernético donde se comparte información personal o privada sobre alguien más, provocándole humillación o vergüenza.
 - Es el acoso que no incluye compartir información personal o privada sobre alguien más, provocándole humillación o vergüenza.
 - Es el acoso que solo ocurre mensajes de texto y nunca ocurre por internet en las redes sociales.
 - Es el acoso que ocurre en mensajes de texto y una vez se ven en persona puede que ocurra una agresión física.
- ____ 25. La huella digital se crea ...
- cuando hacemos llamadas telefónicas
 - cuando enviamos mensajes de texto
 - con todo lo que exploras internet
 - en las redes sociales solamente
- ____ 26. Los crímenes cibernéticos son
- Actos delictivos hechos por solo por menores en la web.
 - Actos delictivos hechos por solo por adultos usando internet.
 - Delitos que cometen relacionados a los video juegos.
 - son todos aquellos actos delictivos que se desarrollan en internet o requieren del uso de medios informáticos para llevarse a cabo

_____27. Un ejemplo de crimen cibernético es

- a. Pornografía infantil
- b. Robo de identidad
- c. Acoso cibernético
- d. Todas las anteriores son correctas

_____28. Algunas desventajas del uso de la tecnología son:

- a. nuevas vías para el acoso como el cyberbullying
- b. favorece el sedentarismo y sobrepeso
- c. dificultades para conciliar el sueño
- d. Todas las anteriores

_____29. La mejor forma de definir civismo es

- a. Comportamiento de la persona que cumple con sus deberes de ciudadano, respeta las leyes y contribuye así al funcionamiento correcto de la sociedad y al bienestar de los demás miembros de la comunidad.
- b. Ayudar a los demás.
- c. Ser responsable con el medio ambiente y la sociedad.
- d. Ser un buen comunicador y establecer prioridades.

_____30. Entre los distintivos de La organización estudiantil Líderes de las Familias, Carreras y Comunidades de América (FCCLA) se encuentran:

- a. Himno, Credo, La flor de Maga, Uniforme rojo, Flor de Amapola
- b. Un logo, Credo, Himno, La flor es la Rosa Roja, Slogan
- c. El Credo, crea Líderes, Un logo, Uniforme color azul, himno
- d. Un logo, La Rosa Roja, Credo, Himno, Estrellas rojas

REFERENCIAS:

Clayton, N. (1992). *Vida Joven: (1ra ed.)*. México: McGraw-Hill/interamericana editores.

Departamento de Educación de Puerto Rico. (2003). *Iniciando el camino a la adolescencia; Documento de trabajo*.

Miller, R.; Stafford, A. (2009). *Educación Económica para los Consumidores: (3ra ed.)*. México: Edamsa impresiones.

Bonilla, K. (2008). *Educándome para la vida*. México D.F.: Cengage Learning Editores, S.A.

Maganto, J. (2013). *Concilia tu vida*. Ediciones Pirámide (Grupo Anaya, S.A.)