

Guía#1 Trabajo Autónomo AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD NOVENO

Semana 1 al 12 de marzo 2021

Centro Educativo: **Colegio Técnico Profesional La Suiza**

Educador/a: **Marianela Sánchez Quesada**

Medio de contacto: 87442176

Asignatura: **Afectividad y Sexualidad**

Nivel: **NOVENO AÑO**

Nombre del estudiante: _____ Sección: **9-1**

Nombre y firma del padre de familia: _____

Fecha de devolución: Próxima entrega de víveres mes de abril

Medio para enviar evidencias: **CANAL DE CIENCIAS EN TEAMS** o al correo electrónico

Sección 9-1: ciencias91marianela@gmail.com

1. Me preparo para resolver la guía

Pautas que debo verificar antes de iniciar mi trabajo. Materiales o recursos que voy a necesitar.	Cuaderno u hojas, libros, diccionario, Internet.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar.	El lugar para trabajar, debe ser un lugar cómodo, con iluminación, se debe disponer de un lugar donde no se vaya a distraer fácilmente.
Tiempo en que se espera que realice la guía.	1 hora

2. Voy a recordar lo aprendido y/o aprender

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none">• Recuerde, al iniciar el presente trabajo, debe leer con detenimiento las indicaciones• Los trabajos realizados los debe guardar para presentarlos a su docente y comentarlos en clase en caso de lecciones presenciales• Si recibe material impreso debe devolverlo el día de entrega de víveres en la institución.• Si tiene conectividad envíe sus trabajos por el canal de ciencias Teams• Puede utilizar otras fuentes de información diferentes a las indicadas en esta ficha como: libros, diccionarios, internet, opiniones de tus familiares o del material introductorio suministrado.
--------------	---

INDICACIONES



ACTIVIDADES SEMANA 1 y 2

Sexualidad en la Adolescencia:

- En una hoja de papel grande, escriba por lo menos 5 frases que reflejen **momentos de placer** que usted a experimentado en la vida cotidiana.

¿Qué ha sentido o experimentado cuando...?

- recibe una buena noticia?
- alguien le felicita?
- sienten que cumplieron bien con su deber?
- ganan un partido o triunfan en ALGÚN deporte?
- recibe o da un abrazo?
- alguien te da un beso?
- ve una buena película?
- escuchas una canción que te gusta o te llega a los sentimientos?
- en los momentos de meditación o reflexión?

Reflexione:

- ✓ ¿Cuál es la relación que considera, existe entre las experiencias humanas de placer y el bienestar y desarrollo personal? ¿Podría una persona vivir sin nunca experimentar ningún tipo de placer? ¿Cuál es la relación entre placer y felicidad? ¿Cuál es relación entre placer y salud?

Observe el siguiente video:

El circuito cerebral del placer









<https://www.youtube.com/watch?v=EFLB4oBDLfE>







¿Qué otra información me aporta el video sobre el placer? Busco las palabras que no comprendo su significado.

Encuentre más información en la lectura adjunta **“El Placer**
















Autorregulación y evaluación

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender	
Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo.	
Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí las indicaciones con detenimiento?	 
¿Subrayé las palabras que no conocía?	 
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	 
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	 

Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender	
Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo.	
Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas	
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	 
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	 
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	 
Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo?	
¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	

Evaluación formativa

	Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender	
<i>Nivel de desempeño</i>	<p>Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo.</p> <p>Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas</p>	
Inicial	Menciono experiencias cotidianas placenteras y saludables.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
	Describo generalidades de las experiencias de placer que forman parte de la existencia humana.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
Intermedio	Sugiero experiencias cotidianas placenteras y saludables, que contribuyen al bienestar personal.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
	Expreso criterios específicos acerca del placer sexual, en conjunto con otras experiencias de placer que forman parte de la existencia humana.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
Avanzado	Presento alternativas para experiencias cotidianas placenteras y saludables, que contribuyen al bienestar personal.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
	Detalla aspectos relevantes del placer sexual, en conjunto con otras experiencias de placer que forman parte de la existencia humana.	<input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 
	<p>Explico ¿Cómo valoro en general, mi desempeño en el logro de los aprendizajes que trabajé en esta guía?</p> <p>¿Debo retomar alguna actividad, porque no me quedó clara la temática?</p> <p>¿Cuáles actividades me permiten comprender mejor la temática?</p> <p>¿Qué otras actividades me gustaría realizar?</p>	

EL PLACER

El placer puede ser definido como una sensación o sentimiento positivo, agradable o eufórico, que en su forma natural se manifiesta cuando un individuo consciente satisface plenamente alguna necesidad: bebida, en el caso de la sed; comida, en el caso del hambre; descanso (sueño), para la fatiga; sexo para la libido; diversión (entretenimiento), para el aburrimiento; y conocimientos (científicos o no científicos) o cultura (diferentes tipos de arte) para la ignorancia, la curiosidad y la necesidad de desarrollar las capacidades. La naturaleza suele asociar la sensación de placer con algún beneficio para la especie y la Filosofía lo clasifica entre los tipos posibles de felicidad.

“Los placeres que sentimos no están ni en el estómago, ni en la boca, ni en la piel, ni en los genitales. Es cierto que los sentimos como si estuvieran localizados ahí, pero es el cerebro con su actividad es el que genera placer”, explica Morgado.

Este catedrático de Psicobiología en el Instituto de Neurociencias de la Universidad Autónoma de Barcelona acaba de publicar “Deseo y placer. La ciencia de las motivaciones” (Ariel) y, en una entrevista con Efe, afirma: Los humanos “somos buscadores permanentes de placer”.

¿Qué es el deseo y qué es el placer?

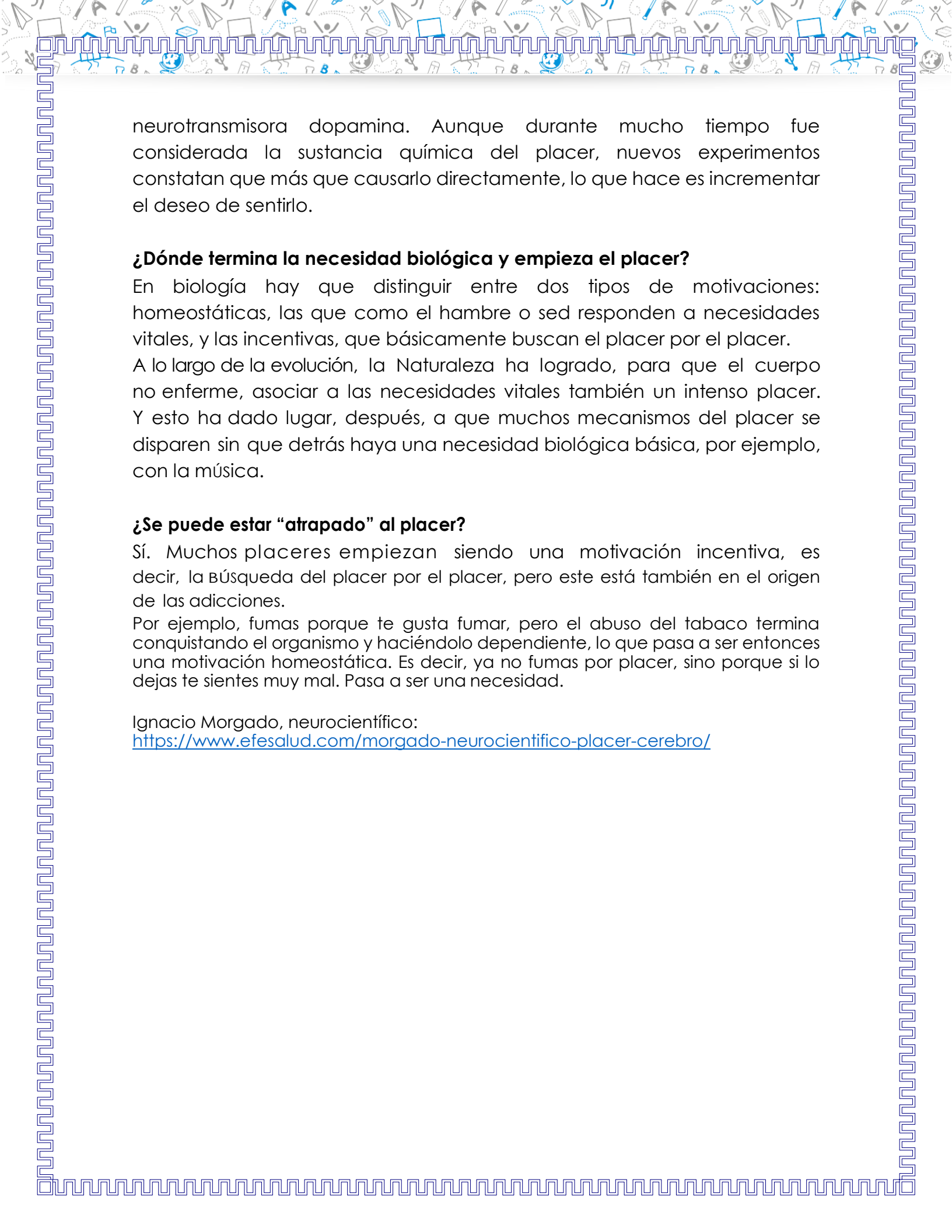
Son diferentes, pero dos caras de una misma moneda. Deseas conseguir una plaza en el mejor restaurante y comer bien, pero el placer es estar ya allí, disfrutando. Desear un placer no es tenerlo ya, es buscarlo.

En el cerebro son además dos cosas distintas; hay unas neuronas para motivarnos a desear y otras vinculadas directamente con el placer. Para este, disponemos de distintos circuitos neuronales repartidos por varias zonas (corteza prefrontal, la orbitofrontal, la amígdala), no hay una concreta.

Sin embargo, lo que está detrás de que tengamos muchas ganas de conseguir ese placer, es decir, el deseo, es el sistema motivacional de la dopamina.

¿Qué es la dopamina?

En cualquier circunstancia que implique placer, sea de manera natural, como con una comida apetitosa, o de manera artificial, al consumir drogas, se libera el



neurotransmisora dopamina. Aunque durante mucho tiempo fue considerada la sustancia química del placer, nuevos experimentos constatan que más que causarlo directamente, lo que hace es incrementar el deseo de sentirlo.

¿Dónde termina la necesidad biológica y empieza el placer?

En biología hay que distinguir entre dos tipos de motivaciones: homeostáticas, las que como el hambre o sed responden a necesidades vitales, y las incentivas, que básicamente buscan el placer por el placer.

A lo largo de la evolución, la Naturaleza ha logrado, para que el cuerpo no enferme, asociar a las necesidades vitales también un intenso placer. Y esto ha dado lugar, después, a que muchos mecanismos del placer se disparen sin que detrás haya una necesidad biológica básica, por ejemplo, con la música.

¿Se puede estar “atrapado” al placer?

Sí. Muchos placeres empiezan siendo una motivación incentiva, es decir, la Búsqueda del placer por el placer, pero este está también en el origen de las adicciones.

Por ejemplo, fumas porque te gusta fumar, pero el abuso del tabaco termina conquistando el organismo y haciéndolo dependiente, lo que pasa a ser entonces una motivación homeostática. Es decir, ya no fumas por placer, sino porque si lo dejas te sientes muy mal. Pasa a ser una necesidad.

Ignacio Morgado, neurocientífico:

<https://www.efesalud.com/morgado-neurocientifico-placer-cerebro/>