

Educación Media General

Lunes 25 de Enero 2021

Docente: Jeslhor Brito y Vanessa Urieta.

5to Año "A-B"

Área de formación: Educación física.

Tema Indispensable

Preservación de la vida en el planeta, salud y vivir bien.

Tema Generador

Salud integral de los seres humanos.

Referentes Teóricos-Prácticos

Influencias negativas que deja el uso de sustancias nocivas en atletas.

Desarrollo del Tema



¿Que son las drogas?

Son sustancias que, cuando se introducen en el organismo, actúan sobre el sistema nervioso central. Esto provoca cambios que pueden afectar a la conducta, el estado de ánimo o la percepción.

Clasificación de las drogas.

En primer lugar pueden dividirse según su origen, natural o sintético, También pueden distinguirse por su nivel de aceptación social:

- **Drogas legales.** Están sujetas a controles y moderación. Por ejemplo, el tabaco y el alcohol.
- **Drogas ilegales.** Están estrictamente prohibidas y su consumo, venta y distribución es punible por ley. Por ejemplo, la cocaína y la heroína.

Sin embargo, una clasificación más amplia obedece al modo de consumo de cada una, de la siguiente manera:

- **Fumables.** Aquellas que al quemarse liberan humos intoxicantes, que son luego aspirados por la boca, como el tabaco, la marihuana o el crack.
- **Tomables.** Aquellas que pueden ingerirse por vía oral, ya sea en forma de pastillas, líquidos o papeletas adheridas a la lengua. Tal es el caso del alcohol, del éxtasis o del LSD.
- **Inyectables.** Aquellas que deben ser introducidas directo al torrente sanguíneo, empleando una jeringa para ello, como la heroína o la morfina.
- **Inhalables.** Aquellas que se consumen vía nasal: o bien generan naturalmente gases o vapores que pueden respirarse directamente, como ocurre con ciertos tipos de pegamento, o bien en forma de polvillo que puede inhalarse en seco, como la cocaína.



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

Actividades de Evaluación

➤ Elaborar un trabajo en pareja con las siguientes preguntas:

1) Definir:

- Las drogas en los deportes.

- ¿Que es el doping?

2) Historia del doping.

3) Nombrar 10 sustancias prohibidas en los deportes y explicar 5 de ellas, con su definición, nombre común, consumo y efecto.

4) Nombrar 5 diferencias entre las drogas legales e ilegales.

5) ¿Por que se prohíbe el doping en los deportes?

6) ¿Cuales son los efectos negativos que causa las sustancias nocivas en los atletas?

7) ¿Cuales son las sanciones que puede tener un atleta al consumir sustancias nocivas?

8) ¿Cual de las sustancias prohibidas en los deportes, te impacto y por qué?

9) ¿Que recomendación le darías a los adolescentes, para no caer en el mundo de las drogas?

Orientaciones Generales

- Esta actividad sera transmitida por el programa de TV, de cada familia una escuela el día Viernes 19/02/2021.



Ministerio
del Poder Popular
para la Educación
Inclusión y Calidad



Educación Media General

- El trabajo debe llevar portada, índice, introducción, desarrollo (las preguntas asignadas), conclusión, anexo y bibliografía.
- La asignación tiene que ser enviada por correo y en PDF.
- Identificar con nombre, apellido, año y sección el trabajo.
- La dinámica en pareja consiste en dividir la actividad, luego delegar a un estudiante, que se va a encargar de armar la información y enviarlo.

Correo: jeslhorkty@gmail.com (0412) 9487630
vaneurrieta7@gmail.com (0416) 1818173

Fecha de entrega: 22 al 26/02/2021

Horario de atención, representantes y estudiantes:

De lunes a viernes: 8:30 a 11:30 a.m. y de 2:00 a 5:00 p.m.