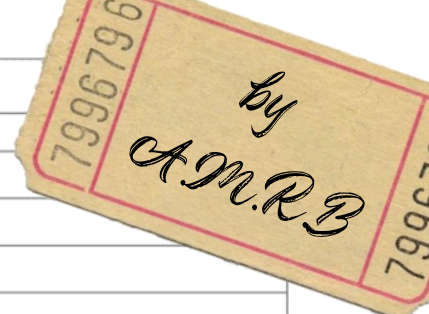




PROMOVEMOS EL BIENESTAR DE LAS ADOLESCENTES

ACTIVIDAD

Leemos y reflexionamos sobre la
importancia de promover acciones para el
bienestar de las adolescentes

Iniciamos esta nueva experiencia de aprendizaje, la cual tendrá una duración de dos semanas, la 33 y la 34, de la plataforma [Aprendo en casa](#). Te presento la situación:

Un estudio de la OMS², señala que el 85% de mujeres adolescentes realizan actividad física insuficiente, frente al 78%, en el caso de sus pares varones. Asimismo, otro estudio realizado por CEPAL³, señala que la actividad donde existe una más amplia y consistente diferencia en el uso del tiempo libre entre las y los adolescentes es el hacer ejercicios o practicar algún deporte.

En consecuencia, las adolescentes

“...no se benefician del impacto positivo que tiene el ejercicio en la salud mental, la autoestima y la salud física, en particular el sobrepeso que es un tema emergente en la región, sino que incluyen también la adquisición de habilidades como el liderazgo, el trabajo en equipo y la resiliencia” (Ullmann y Milosavljevic, 2016, p. 8).

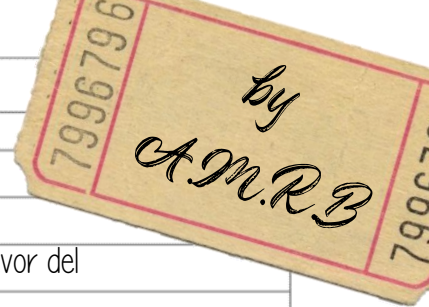
Las preguntas que te ayudarán a lograr tu reto y cuyas respuestas irás elaborando en las actividades de esta experiencia son:

¿Por qué las adolescentes realizan insuficiente actividad física y deportiva?

Por la falta de motivación propia y que también solo le dedican tiempo a la tecnología y no al ejercicio físico

¿Cuáles son las razones por las que las adolescentes dedican poco tiempo a sus pasatiempos, actividades recreativas o de tiempo libre?

Falta de motivación, dedican más tiempo a la tecnología, algunos piensan que es innecesario



En esta experiencia, tu reto será:

- Escribir una carta pública para dar a conocer la importancia y necesidad de actuar a favor del bienestar de las adolescentes.

Los criterios con los que tu texto deberá cumplir son:

- Mi carta responde al propósito, público, registro, estructura y tipo de texto.
- Las ideas son claras, concretas y presentan la necesidad de actuar a favor del bienestar de las niñas y las adolescentes.
- Las ideas que presento en el desarrollo de mi carta pública se escriben con cohesión y coherencia.
- Uso adecuadamente los recursos ortográficos y gramaticales.

¡Manos a la obra!

Lee nuevamente el texto de la situación que te presentamos para esta experiencia y responde:

- ¿Por qué crees que las adolescentes realizan menor actividad física que sus pares varones?

Porque simplemente no les da ganas de hacerla o le poner importancia a otras cosas secundarias.

- ¿Qué efectos tiene para las adolescentes el no realizar actividad física o de tiempo libre?

Podrían aumentar de peso, les podría aumentar la presión arterial, problemas respiratorios, cambios de humor.

- ¿Qué acciones podríamos ejecutar para promover que las niñas y las adolescentes realicen actividad física y de tiempo libre?

Mostrarles los beneficios que trae, incentivarlos

Vamos a leer:

Ubica y lee el "Recurso 1: El uso del tiempo en la adolescencia" (disponible en la sección "Recursos" de esta plataforma). El texto forma parte del estudio del mismo nombre, y nos presenta la situación de las niñas y las adolescentes con respecto de las actividades de tiempo libre a partir de la información recogida en tres países: Ecuador, Perú y México.

Reconoce el texto al leer:

- Este es un texto continuo que consta de tres párrafos.
- ¿Qué tipo de texto es? Pues es un texto expositivo

"La función primordial de un texto expositivo es la de transmitir información, pero no se limita simplemente a proporcionar datos, sino que, además, agrega explicaciones, describe con ejemplos y analogías. Está presente en todas las ciencias, tanto en la física matemáticas y biológicas como en las sociales, ya que el objetivo central de la ciencia es proporcionar explicaciones a los fenómenos y sus características en cada uno de sus dominios" (Minedu, 2015, p. 181).

2
SECCIÓN



Ahora, inicia la lectura detallada del texto e identifica el tema, los subtemas y las ideas principales de cada párrafo. Para ello, apóyate con el "Recurso 2: El cuadro sinóptico" (disponible en la sección "Recursos" de esta plataforma).

- La pregunta que debes hacer para identificar el tema del texto es: ¿de qué trata el texto? y, a partir de las respuestas que tengas, elabora un título que represente todo lo que se señale en los párrafos, aunque en cada uno se dé una información distinta respecto del tema. Recuerda que un buen título indica de qué se trata el texto en su conjunto y preferiblemente es corto.
- Para identificar el subtema, pregúntate: ¿de qué trata el párrafo? Y procede como hiciste en el punto anterior.
- Para determinar la idea principal en cada párrafo, pregúntate: ¿qué es lo más importante que el autor me está diciendo sobre el tema? Analiza cada una de las oraciones del párrafo. Luego, para verificar y asegurarte de que realmente sea la idea principal del párrafo, realiza las siguientes preguntas: ¿esta idea expresa realmente lo más importante que el autor dice sobre el tema?, ¿cómo puedo saber si esta es la idea principal? Ten en cuenta que la idea principal puede estar explícita, pero también de forma implícita en el párrafo.

IDEAS PRINCIPALES

- 1º:- Se puede afirmar que son pocas las actividades de tiempo libre a las cuales las niñas dedican más horas semanales que los varones
- 2º:- La actividad donde existe una más amplia y consistente diferencia en el uso del tiempo libre entre las y los adolescentes es hacer ejercicios o practicar algún deporte: en los tres países {se refiere a Ecuador, Perú y México}, los varones coinciden en dedicar más tiempo a estas actividades que las niñas.
- 3º:- Requerimos más y mejor información sobre el uso del tiempo en la población adolescente desde una perspectiva más holística para así poder entender y proteger este importante espacio de desarrollo.

SUBTEMAS

- 1º:- Detalles de las afirmaciones de las actividades que se realizan en el tiempo libre.
- 2º:- La actividad donde existe una más amplia y consistente diferencia en el uso del tiempo libre.
- 3º:- Falta de complementación de información del uso del tiempo libre en la población adolescente.

A partir del texto leído y utilizando la información que has colocado en el cuadro sinóptico (osea la información de las ideas principales y subtemas), escribe dos conclusiones en torno a la importancia de actuar a favor del bienestar de las adolescentes.

- 1º:- Si los adolescentes quieren mantenerse sanos en su bienestar lo más correcto sería que ellos mismo se pongan a realizar actividad física.
- 2º:- La importancia de actuar a favor de la actividad física es que así vamos a poder mantenernos en buena salud física.

2
SECTION

ACTIVIDAD

Realizamos una entrevista para conocer la opinión de las adolescentes sobre la actividad física y el uso del tiempo libre

En la actividad anterior, realizaste la lectura y elaboraste un cuadro sinóptico con las ideas principales del texto del Recurso 1. Ahora, con el propósito de recoger la percepción que tienen las adolescentes sobre la actividad física, el tiempo libre y el rol que estos juegan en sus vidas vas a realizar una entrevista.

A continuación, te presento un plan de entrevista; si deseas, puedes adaptarlo:

Mi plan de entrevista	
¿Para qué voy a realizar la entrevista?	Para conocer la opinión de otras/os adolescentes como yo, sobre las actividades físicas y las de tiempo libre.
¿A quién entrevistaré?	✓ A mi hermana. Adolescente de 16 años. ✓ A mi prima. Adolescente de 14 años.
¿Qué preguntas voy a utilizar?	✓ ¿Qué opinas de realizar actividad física y de practicar deportes? ¿Es importante? ✓ ¿Practicas algún tipo de deporte? ¿Por qué? ✓ ¿Tienes algún pasatiempo o actividad de tiempo libre? ¿Cuánto tiempo le dedicas a la semana? ✓ En un estudio de CEPAL, se señala que las adolescentes realizan menos actividad física y deportiva que sus pares varones, ¿por qué crees que sucede esto?
¿Qué pautas debo seguir para desarrollar la entrevista?	✓ Hablar con claridad y naturalidad. ✓ Formular preguntas concretas. ✓ Tomar en cuenta el tiempo. ✓ Registrar, tomando nota o grabando un audio.

DESARROLLO DE LAS PREGUNTAS:

HERMANA (EJEMPLO)

- 1º:- Si es importante ya que ayuda a nuestro bienestar
- 2º:- No practico deportes, no tengo con tiempo
- 3º:- Solo trabajo de lunes a sábado
- 4º:- Porque tienen menos ganas de realizar actividad física

PRIMA (EJEMPLO)

- 1º:- Si es importante ya que es importante para nuestro bienestar
- 2º:- Fútbol, porque me ayuda a mantener mi bienestar
- 3º:- No tengo
- 4º:- Porque tienen menos fuerza de voluntad para realizarlo



Al culminar la entrevista, compara las opiniones de tus entrevistadas y establece similitudes y diferencias. Da a conocer los resultados a través de un texto breve, en el que también señales cómo te sentiste realizando la entrevista. Apóyate en las siguientes preguntas para escribirlo:

- ¿Qué similitudes y diferencias puedes establecer a partir de las respuestas de tus entrevistadas?

La similitud es que ambas consideran importante la actividad física y la diferencia es que una si practica deportes, pero la otra no

- ¿Alguna o algunas de las opiniones de tus entrevistadas refuerza alguna idea que se presenta en el texto leído?
¿Sí? ¿Cuál o cuáles son?

Si, la de que ambas piensan que la insuficiencia de actividad física es por parte de la falta de fuerza de voluntad

- ¿Cómo te has sentido realizando estas entrevistas? ¿Hay algo que podrías mejorar? ¿Qué es?

Me sentido bien, no que yo esté tomando en cuenta.



SOLO ES UNA GUIA DE AVANCE

by ANTHONY

Ten en cuenta que este documento solo es una guía de avance de Comunicación para 3ro de la Web para que hagas tu propio trabajo y no vayas a cometer plagio :v ya que no es mi responsabilidad si algo esta mal hecho solo porque te acabas de copiar -.- xD

ATENTAMENTE,

NUESTRO BLOG OFICIAL

<https://z-s-e-c-t-i-o-n.webnode.pe/>

ANTHONY

Team Zeta Section

Sigan en Instagram :>

