LICEO ELVIRA SANCHEZ DE GARCES

PROFESOR JORGE LUIS PEREZ ORAMAS

**PLAN DIFERENCIADO/CIENCIAS DE LA SALUD**

**3RO Y 4TO MEDIO**

AÑO 2021 PRIMER SEMESTRE

Mail: [jorge.luis.perez@liceoelvirasanchez.cl](mailto:jorge.luis.perez@liceoelvirasanchez.cl) Cómo usar negrita, cursiva y tachado en WhatsApp +569 63521809

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Puntaje:30 puntos

Objetivos:

Diseñar estrategias individuales o de equipo para prevenir el estrés y, de este modo, fortalecer el bienestar integral de cada alumno de la comunidad escolar, mejorando así su estilo de vida y los índices de salud física y mental.

Actividades:

Hay un problema central que radica en el aumento del estrés en contextos académicos en los jóvenes de nuestro país por factores internos como la autoexigencia, la ansiedad, la baja autoestima o el miedo al fracaso, y factores externos como la presión social, la idea de éxito y las exigencias familiares.

PROPÓSITO : Diseñar un **Proyecto** para reflexionar críticamente sobre los problemas de salud vinculados con el estrés en la vida escolar, para adquirir estrategias de prevención y diseñar campañas de difusión e intervención en la comunidad escolar para fortalecer el bienestar integral.

Recomendaciones : Consulta el libro de texto Ciencias para la ciudadanía para reafirmar como diseñar el proyecto.