



CLASSROOM CLASE 2: ESTRÉS ESCOLAR GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE CONFECCIONANDO INFOGRAFÍAS

Nombre: _____ Curso: III° _____

Asignatura: Ciencias para la Ciudadanía

Nivel: Media

Unidad I: Bienestar y Salud

Contenido: ¿Cómo evaluar si experimentas estrés escolar?

OA1: Analizar, sobre la base de la investigación, en qué consisten los diferentes tipos de dietas y cómo influyen en la salud humana (como la nutrición, el consumo de alimentos transgénicos, la actividad física, el estrés, el consumo de alcohol y drogas, y la exposición a rayos UV, plaguicidas, patógenos y elementos contaminantes, entre otros).

***¿Qué división del sistema nervioso está involucrada en las respuestas al estrés?
¿Qué sustancias se liberan en estas respuestas?***

La palabra estrés viene del inglés stress y es la reacción del organismo frente a situaciones percibidas como amenazantes. Es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia, pero si el estrés es crónico, se transforma en un problema de salud.

El **estrés escolar** se genera como reacción a agentes estresores del espacio educativo, como exigencias, responsabilidades, temor al fracaso, competitividad entre pares, necesidad de aceptación.

Actividad

- En esta actividad debes averiguar cuáles son los síntomas de estrés en estudiantes y confeccionar una infografía.

AYUDA

¿Qué es una infografía?

La **infografía** es una representación visual informativa o diagrama de texto escritos que en cierta manera resume o disminuye de alguna manera el texto, explica figurativamente. ... Es una muy buena manera de aprendizaje porque al tener imágenes se facilita la memorización del tema(s).

¿Cuáles son las 10 características más relevantes de una infografía?

1. Cuenta una historia de datos sobre un tema en particular
2. Incorpora elementos visuales relevantes al tema
3. Contempla una gama definida de colores
4. Incorpora diversos tipos de tipografía
5. Trabaja los espacios estratégicamente
6. Logra armonía y simplicidad del diseño
7. Busca la originalidad y creatividad del diseño
8. Incorpora elementos de marca
9. Puede compartirse en diversos medios digitales
10. Incluye un llamado a la acción

Ejemplo: Infografía del ciclo del agua. Recuerda que tú debes realizar una infografía del tema planteado **ESTRÉS ESCOLAR**



Importante: Su infografía puede ser enviada en formato PDF, PPT o JPG.

SI TIENES ALGUNA DUDA, PUEDES ESCRIBIR A LOS CORREOS INSTITUCIONALES Y CLASSROOM:

yasna.ceballos@colegiofernandodearagon.cl (III°C, III°D y III°G)

maritza.torres@colegiofernandodearagon.col (III°A, III° B, III° E, III°F)