

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

Lunes 11 al 22 de enero 2021

Especialidad: Promoción Social y Servicios de Salud

Menciones: Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico, Promoción en Deporte y Recreación, Electromedicina.

## De 1ro a 6to año

### Tema indispensable

Preservación de la vida en el planeta, salud y buen vivir

### Tema generador

La salud física y mental en momentos de pandemia y post pandemia

### Referentes teórico-prácticos

- Estrategias de aprendizaje a distancia.
- Formación individuos ecuánimes, con grandes expectativas en la vida.
- Reconocimiento de sus emociones y las de los demás y la manera de reaccionar adecuadamente ante ellas.
- Salud, Emociones, Estrategias Socio-Afectivas.

### Desarrollo de la actividad

#### Para 1er año

Para estas dos semanas de clases y con la ayuda de un familiar la y el estudiante debe realizar un estudio sobre los conceptos básicos relacionados con la formación individuos ecuánimes, con grandes expectativas en la vida:

- Relevancia de la salud por su inherencia al ser humano, tanto en su dimensión física, psíquica como espiritual.
- Autoestima: definición y características.
- La autoimagen o evaluación que realizamos sobre todos los aspectos de nuestra vida.
- Relacionemos positivas o no con nuestro entorno.
- Relaciones con otras personas y experiencias más relevantes.
- Autoconfianza, diferencias con la autoestima.

La salud es una situación que siempre ha inquietado al ser humano y que ha conformado la manera de apreciarse y de pensarse a sí mismo y a su medio existencial. Individuos capaces de conectarse con sus semejantes, personas útiles, aptas para reconocer sus emociones y las de los demás y reaccionar adecuadamente ante ellas, pero sobre todas las cosas, individuos que se aprecien por quienes son y por lo que pueden lograr.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

Es importante que las Escuelas Técnicas desarrollen e incorporen temáticas que profundicen estas orientaciones.

## Para 2do año

La y el estudiante con ayuda de un familiar debe realizar un estudio sobre el reconocimiento de sus emociones y las de los demás y la manera de reaccionar adecuadamente ante ellas, tomando como base que los aspectos siguientes:

- Capacidad que tienen las personas para identificar y aceptar las emociones, propias y ajenas.
- Inteligencia Emocional.
- Lenguaje corporal y sus relaciones con la emocionalidad.
- Significado particular de las emociones y la alteración de los niveles de consciencia.
- Influencia del entorno sobre nuestra emocionalidad.
- Las disonancias cognitivas durante el reconocimiento de las emociones.

El proceso de reconocer las emociones es de gran importancia para procurarnos una calidad de vida saludable, sobre todo en términos de salud mental. Cuando somos capaces de reconocer las emociones ajenas y propias, nos angustiamos menos. Existen personas a las cuales se les da bien el proceso de reconocer las emociones. Otros, por el contrario, necesitan aprender a hacerlo esforzándose más en ello; pero eso no significa que sean incapaces de dominar esta habilidad psicológica.

Es importante que las Escuelas Técnicas desarrollen e incorporen temáticas que profundicen estas orientaciones

## Para 3er año

Para estas dos semanas, con la ayuda de un familiar la y el estudiante debe realizar un estudio sobre la prevención ante emociones negativas, entre las que pueden mencionarse las siguientes:

- Capacidad de reconocer los factores que nos generan angustia.
- Capacidad para prevenir y entrar en contacto con los factores que generan angustia.
- Emociones negativas que bloquean nuestra capacidad de análisis.
- Proceso de reconocimiento de las emociones.
- Lidar con emociones desagradables.
- Análisis, pensamiento lógico, interpretación, resolución de conflictos, memoria.

Se debe considerar todo lo relacionado con las situaciones como realmente están sucediendo, y no como nos gustaría que fuesen, al emplear este tipo de pensamiento, que permita reconocer las emociones de una manera muy real y podemos buscar las mejores alternativas a cada situación.

Es importante que las Escuelas Técnicas desarrollen e incorporen temáticas que profundicen estas orientaciones

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

## **Para 4to de Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico, Promoción en Deporte y Recreación, Electromedicina**

Para estas dos semanas la y el estudiante debe realizar un estudio y fortalecimiento de los siguientes referentes teóricos prácticos que le permitan formar una actitud favorable y una conducta profesional en torno a acorde al manejo de las emociones, acorde a la actuación de un profesional de la salud:

- Situaciones en las cuales no se podrá intervenir.
- Las emociones y su papel fundamental en el comportamiento.
- Estrategias y técnicas para manejar las emociones.
- Importancia del manejo de las emociones.
- Influencia de las emociones en distintas áreas de nuestra vida.
- Actuaciones de forma poco adaptativa que generan emociones secundarias negativas.

A veces solo toca aceptar que las cosas están pasando de una manera determinada, y afrontarlo. Entender eso nos convierte en personas más sensatas y capaces de reconocer las emociones nuestras y las de los demás en toda su amplitud, asumiendo que no las podemos manejar como queremos que suceda.

Es importante que las Escuelas Técnicas desarrollen e incorporen temáticas que profundicen estas orientaciones

## **Para 5to y 6to año de Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico, Promoción en Deporte y Recreación, Electromedicina**

Para estas dos semanas la y el estudiante debe realizar un estudio y fortalecimiento de los siguientes referentes teóricos prácticos que le permitan la gestión de las emociones durante la pandemia generada por el Covid 19, para desempeñarse adecuadamente:

- Actividades que generan estados positivos.
- Sensación de bienestar en nuestros hábitos cotidianos.
- Emociones y comportamientos que generan ansiedad y depresión.
- Mentalidad positiva para responder de forma óptima a las situaciones diarias

Resulta oportuno en la Venezuela de hoy, que enfrenta con estoicismo la pandemia generada por el Covid 19, pensar de manera más positiva, primero tendremos que identificar, entender y vaciarnos de esos pensamientos que provocan o mantienen esas emociones desagradables y que nos hacen sentirnos tristes, asustados, enfadados producto de la cuarentena.

Es importante que las Escuelas Técnicas desarrollen e incorporen temáticas que profundicen estas orientaciones

## **Experiencias vividas (actividad de evaluación)**

### **Para 1er año**

- La y el estudiante realizará un glosario de término sobre los conceptos básicos relacionados con la formación individuos ecuanímenes, con grandes expectativas en la vida.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

- La y el estudiante realizará una exposición a su familia sobre la relevancia de las emociones sobre la salud por su inherencia al ser humano, tanto en su dimensión física, psíquica como espiritual.

## Para 2do año

- La y el estudiante realizará un tríptico o cualquier estrategia de promoción sobre la manera de reaccionar adecuadamente ante las emociones durante la pandemia generada por el Covid 19.
- Realizar una exposición informativa sobre el impacto sobre la capacidad que tienen las personas para identificar y aceptar las emociones, propias y ajenas.

## Para 3er año

- La y el estudiante realizará un mapa conceptual que aborde todos los referentes teóricos prácticos estudiados.
- Diseñar una estrategia de promoción de información sobre la prevención ante emociones negativas.

## Para 4to de Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico, Promoción en Deporte y Recreación, Electromedicina

- La y el estudiante realizará un mapa conceptual sobre los referentes teóricos prácticos desarrollados.
- La y el estudiante realizará un listado con cinco (5) causas que provocan emociones negativas en su comunidad desde que se decretó, por parte del ejecutivo nacional, la cuarentena como alternativa al enfrentamiento del Covid 19.
- Realizará un resumen, de al menos una cuartilla, sobre los efectos de la pandemia generada por el Covid 19 sobre las emociones de los vecinos de tu comunidad.

## Para 5to año de Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico y Electromedicina

- La y el estudiante realizará un mapa conceptual sobre actividades que desarrollas en tu hogar durante la cuarentena que generan estados positivos en las actitudes de los miembros de tu familia.

## Para 5to año de Promoción en Deporte y Recreación

- La y el estudiante realizaran un análisis crítico sobre el lugar que ocupa para el Estado venezolano la generación de acciones para atenuar emociones y comportamientos que generan ansiedad y depresión durante la cuarentena decretada por el ejecutivo nacional para enfrentar el Covid 19.

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

Para 6to año de Administración de Servicios de Salud de Administración de Servicios de Salud, Registro y estadística de salud, Laboratorio Clínico y Electromedicina

- La y el estudiante realizará un resumen que identifique donde se valore la importancia y el papel que tienen las instituciones de salud en la promoción de acciones que generen una sensación de bienestar en nuestros hábitos cotidianos, en el contexto venezolano actual.

Para 6to año de Promoción en Deporte y Recreación

- La y el estudiante realizará un resumen que revele el compromiso social de los Cuerpos Legislativos encargados de la elaboración de leyes y ordenanzas en pro del enfrentamiento a la pandemia generada por el Covid 19.

## Materiales o recursos a utilizar

Las actividades deben generarse en familia, en caso de no poseer una herramienta digital (Canaima) o internet se pueden hacer en físico, en cuadernos o material de reciclaje, tanto el portafolio como los trabajos escritos y entregarla como evidencia.

Se utilizará todo material reusable (hojas, lápiz, creyones, marcadores, cartón, madera) que se encuentre en el hogar para realizar las actividades.

## Orientaciones a la familia

Para 1ro a 6to año de Administración de Servicios de Salud, Registro y Estadística de Salud, Laboratorio Clínico, Promoción en Deporte y Recreación, Electromedicina

- Definir horarios para realizar las actividades de tal forma que cultivemos la disciplina y el orden.
- Fomentar la responsabilidad para la autonomía de su aprendizaje.
- Motivar y guiar son acciones necesarias desde el núcleo familiar para fortalecer el proceso de aprendizaje de la y el estudiantes.

## Materiales a consultar

- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela
- Diccionario
- Enciclopedias
- Entre otros que ustedes consideren
- Equipo Canaima (Internet)
- Leyes venezolanas
- Revistas
- TVES Programas educativos
- VTV programas educativos

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)

# MEDIA TÉCNICA



Ministerio  
del Poder Popular  
para la **Educación**  
Inclusión y Calidad

## Contenido interactivo

- <https://www.psicologia-online.com/manejo-de-las-emociones-estrategias-tecnicas-y-ejemplos-4940.html>
- <https://www.iepp.es/manejo-emocional/>
- <https://www.bbva.com/es/co/como-usar-nuestras-emociones-para-hacerle-frente-al-covid-19/>

Si quieres profundizar en los diferentes temas de educación media técnica y en la modalidad de especial y adulto, así como todos los niveles y modalidades, visita la página web del **Ministerio del Poder Popular para la Educación** [www.me.gob.ve](http://www.me.gob.ve) y accede al enlace del programa "Cada familia una escuela" o directamente a través de [cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve](http://cadafamiliaunaescuela.me.gob.ve)