

Salud 5 – Todos los Objetivos

(5)1 Salud Personal

- (5)1.1 Aplicar las conductas físicas, mentales, emocionales y sociales para la salud personal. [1.5.1]
- (5)1.2 Identificar los factores que tienen un efecto positivo o negativo en las conductas de salud personal. [1.5.1]
- (5)1.3 Aplicar los pasos en el proceso para tomar decisiones a una situación identificada relacionada con la salud para evitar o reducir los riesgos de salud. [7.5.1]
- (5)1.4 Demostrar habilidades efectivas de la comunicación verbal y no verbal. [4.5.1]
- (5)1.5 Establecer una meta de salud individual y enumerar los pasos necesarios para lograrla. Anotar el avance de la meta de salud individual. [6.5.1]
- (5)1.6 Describir maneras de influir en los demás al tomar decisiones positivas para la salud. [8.5.1]
- (5)1.7 Examinar las alternativas y consecuencias al tomar decisiones de salud personal. [5.5.1]

(5)2 Crecimiento y Desarrollo

Los objetivos encontrados en el capítulo de Crecimiento y Desarrollo del 5º Grado únicamente se deben enseñar utilizando la Unidad de Instrucción de Crecimiento y Desarrollo de 5º Grado del CCSD. Esta unidad de instrucción ha sido aprobada por el Consejo Directivo Escolar del CCSD, según la norma NRS 389.065. La Unidad de Instrucción de Crecimiento y Desarrollo Humano del Quinto Grado debe ser enseñada por la enfermera escolar o un maestro designado por un administrador del recinto escolar. Se recomienda que una enfermera escolar y un maestro o dos maestros estén presentes en el salón durante todas las lecciones. Favor de tener en cuenta que un maestro sustituto no puede proporcionar la enseñanza de la Unidad de Instrucción de Crecimiento y Desarrollo Humano del Quinto Grado. Durante la unidad, los niños y las niñas deberán ser separados para enseñarles y deben tener la instrucción en todas las lecciones. Según las normas del distrito, los estudiantes deben tener el consentimiento de los padres o tutores para poder asistir al programa. Todos los materiales de enseñanza deben estar disponibles para la revisión de los padres o tutores.

- | | |
|---------|--|
| (5)2.1 | Identificar las estructuras y funciones de los sistemas del cuerpo siguientes: óseo, muscular, nervioso, circulatorio/cardiovascular, digestivo, respiratorio, inmunológico, endocrino y reproductivo. [1.5.2] |
| (5)2.2 | Comprender la diferencia entre uno mismo y los demás. [1.5.3] |
| *(5)2.3 | Definir la pubertad. [1.5.3] |

(5)3 Nutrición y Actividad Física

- (5)3.1 Aplicar la información básica encontrada en las etiquetas de los alimentos para una dieta balanceada. [7.5.2]
- (5)3.2 Planear comidas saludables utilizando los nutrientes claves, MyPlate y la información nutricional encontrada en las etiquetas de los alimentos para el desayuno, almuerzo y cena. Aplicar los componentes relacionados a la salud de un estilo de vida contra la rutina diaria. [1.5.4 , 1.5.5]
- (5)3.3 Comparar los hábitos de nutrición y de actividad física dentro de diversas culturas. [2.5.3]

(5)4 Uso y Abuso de Sustancias

- (5)4.1 Explicar los efectos a corto y largo plazo de las drogas legales e ilegales y de otras sustancias en los varios sistemas del cuerpo. [1.5.6]

Salud 5 – Todos los Objetivos

- (5)4.2 Analizar la influencia que la familia, los compañeros, los medios de comunicación y la cultura tienen en el uso de sustancias útiles y nocivas. [2.5.4]
- (5)4.3 Practicar las habilidades para saber decir no al ser confrontado con una situación dañina o peligrosa que involucre alcohol, tabaco, sustancias desconocidas, medicamentos con receta y sin receta. [4.5.3 , 4.5.4]
- (5)4.4 Explicar la adicción a las drogas, incluyendo el alcohol y tabaco [5.5.2]
- (5)4.5 Discutir la importancia de utilizar conductas de afrontamiento positivas cuando se trata de amigos o familiares que abusan del alcohol, tabaco y otras drogas. [7.5.4]

(5)5 Prevención y Seguridad de Lesiones/Violencia

- (5)5.1 Discutir como reconocer las situaciones potencialmente violentas o inseguras y describir maneras para protegerse. [1.5.8 , 7.5.6]
- (5)5.2 Practicar los primeros auxilios básicos para lesiones menores y explicar cuando es necesario pedir ayuda profesional de emergencia. Discutir las técnicas para salvar vidas tales como la maniobra de Heimlich. [7.5.5]
- (5)5.3 Practicar las habilidades para saber decir no que se puedan utilizar al encontrarse en una situación peligrosa. [1.5.8]
- (5)5.5 Demostrar cómo se pueden resolver los conflictos sin el acoso, acoso cibernético y hostigamiento. Demostrar habilidades y estrategias para solucionar conflictos interpersonales sin lastimarse o lastimar a los demás. [4.5.5]

(5)6 Prevención/Control de Enfermedades

- (5)6.1 Revisión de las enfermedades transmisibles y tipos de patógenos, tales como bacterias, virus y hongos. Describir como el sistema inmunológico lucha y protege contra los patógenos. [1.5.9]
- (5)6.2 Explicar las medidas preventivas para protegerse contra enfermedades/padecimientos. [1.5.10 , 7.5.7]
- (5)6.3 Explicar la importancia de buscar información confiable sobre la salud. [3.5.1]
- (5)6.4 Predecir cómo las decisiones sobre los hábitos de salud pueden traer consecuencias positivas o negativas en uno mismo y en los demás. [5.5.3]
- (5)6.5 Identificar cómo la tecnología ha influenciado los avances médicos en el cuidado de la salud. [2.5.5]
- (5)6.6 Desarrollar metas de saludables a corto y largo plazo. [6.5.2]

(5)7 Medioambiente/Salud de los Consumidores

- (5)7.1 Demonstrar la responsabilidad al tomar decisiones para protegerse contra los elementos del medioambiente. [1.5.12]
- (5)7.2 Desarrollar un plan para cuidar el medioambiente escolar y de la comunidad como iniciar un programa de reciclaje, planificar la limpieza del vecindario o tener un día de concienciación protección solar y. [1.5.11]
- (5)7.3 Proporcionar ejemplos de cómo la información a través de los medios de comunicación puede ayudar al consumidor a tomar decisiones inteligentes y responsables. [2.5.6]
- (5)7.4 Hablar sobre los servicios de salud que se proporcionan en la comunidad. [3.5.2]
- (5)7.5 Identificar los tipos de ayuda que se pueden utilizar al tomar una decisión relacionada con la salud. [5.5.4]
- (5)7.6 Hablar de como los recursos en la comunidad ayudan a tomar otras decisiones en la salud personal. [6.5.3]
- (5)7.7 Distinguir entre los mensajes de salud para el consumidor y los del medioambiente. Hablar sobre los efectos de los mensajes de salud del consumidor y del medioambiente en la comunidad. [8.5.2]