

# Guía para las Normas académicas de Colorado



## Trabajamos juntos

Para apoyar a las familias y los maestros a lograr las metas de las Normas académicas de Colorado, esta guía ofrece una idea general de las expectativas de aprendizaje de salud integral en el quinto grado. Esta guía ofrece algunas experiencias de aprendizaje en las que los alumnos pueden participar durante este año escolar, experiencias que también se pueden apoyar en el hogar.

## ¿Por qué normas?

Creadas por los residentes de Colorado para los alumnos de Colorado, las Normas académicas de Colorado ofrecen un plan de acción grado a grado para ayudar a garantizar que los alumnos tengan éxito en la universidad, sus profesiones y la vida. Las normas tienen por objeto mejorar lo que los alumnos aprenden y cómo lo aprenden en diez áreas de contenido; poniendo énfasis en el pensamiento crítico, la creatividad, la resolución de problemas, la colaboración y la comunicación como habilidades importantes para la vida cotidiana en el siglo 21.

## Salud integral en las escuelas primarias (k-5)

Las normas sobre salud integral durante los años de la escuela primaria se centran en el desarrollo de las habilidades individuales para mejorar el bienestar físico, emocional y social, y en aplicar dichas habilidades individuales en los entornos de la familia, la escuela y la comunidad. En todos los grados, las normas requieren que los estudiantes investiguen hábitos alimenticios o de vida saludables, exploren estrategias de comunicación positiva, estudien la toma de decisiones efectiva, e identifiquen formas para garantizar la seguridad personal y de la comunidad.

## ¿Dónde puedo informarme más?

- Comuníquese con su distrito escolar respecto a las decisiones locales con relación a las normas, el currículo, los recursos y la enseñanza.
- Folletos de Normas académicas de Colorado: <http://www.cde.state.co.us/standardsandinstruction/GradeLevelBooks.asp>
- Phyllis Reed, Salud integral, 720-498-2059, [Reed\\_p@cde.state.co.us](mailto:Reed_p@cde.state.co.us)



**COLORADO**  
Department of Education

**Colorado**  
**PTA**  
everychild. onevoice.

Al finalizar  
Quinto grado,  
los alumnos pueden...



Salud integral

Quinto grado



**COLORADO**  
Department of Education

[www.cde.state.co.us](http://www.cde.state.co.us)

Colorado  
**PTA**  
everychild. onevoice.  
[www.copta.org](http://www.copta.org)

## Aprendizaje de salud integral Expectativas para el quinto grado

### Bienestar físico y personal

Comunicar problemas de salud personal para establecer y mantener la salud y el bienestar personal; describir los cambios físicos, sociales y emocionales que ocurren durante la pubertad; explicar la estructura, función y componentes principales del aparato reproductor humano; comprender los conceptos, e identificar estrategias para prevenir la transmisión de enfermedades; demostrar la capacidad de comprometerse con los comportamientos alimenticios saludables.

### Bienestar emocional y social

Analizar factores internos y externos que inciden en la salud mental y emocional.

### Prevención y control de riesgos

Acceder a información legítima sobre las consecuencias del consumo de tabaco y la exposición a humo de segunda mano, y a los medicamentos recetados y de venta libre; demostrar procedimientos básicos de primeros auxilios y de seguridad; demostrar comportamientos que reduzcan la probabilidad de peleas físicas, violencia y acoso ("bullying").

## Durante toda la etapa del cuarto grado, puede encontrar que los alumnos...

- Analizan la influencia de los cambios físicos, sociales y emocionales que ocurren durante la pubertad, que incluyen hormonas, factores hereditarios, nutrición y entorno.
- Usan habilidades de comunicación interpersonal para hablar acerca de los problemas de salud, la prevención de enfermedades, y la importancia de mantener una buena salud.
- Demuestran tolerancia, agradecimiento y comprensión de los demás.
- Estudian las investigaciones sobre los efectos nocivos del alcohol, el tabaco y otras drogas.
- Hablan sobre el acoso ("bullying"), la violencia y sus consecuencias emocionales y físicas.
- Usan el entrenamiento básico de primeros auxilios para facilitar una respuesta rápida en situaciones de emergencia; demuestran la capacidad de llamar al 911 y a los despachadores de control de intoxicación para ayudar en situaciones de emergencia.