

Índice

Presentación	3
Conoce tu libro.	6

Trimestre 1 10

Arriésgate a crecer 10

Lección 1

Aprendo a ser responsable de mi salud

Mi cuerpo está cambiando	12
A veces ni yo me entiendo	14
Construyo mi futuro	16
Vivo una vida sana.	18

Lección 2

Tengo derecho a una vida sana

Aprendo a cuidarme	20
Evito riesgos	22
Identifico la violencia sexual	24
Cada cosa a su tiempo	26
Entablo relaciones constructivas	28

Lección 3

Decido sobre mi persona

Soy responsable de mis actos	30
Decisiones informadas	32
Papás adolescentes	34

Lección 4

Nuevos sentimientos y emociones

Cambian mis sentimientos	36
¿Qué provoca mis sentimientos?	38
Gestos y posturas que provocan emociones	40
¡Vamos a expresarnos!	42
Expreso mis emociones adecuadamente.	44

Lección 5

Principios éticos

Situaciones controvertidas	46
Principios éticos y derechos humanos	48
Lo que digo y lo que hago	50
¿Cómo me veo en unos años?	52

Evaluación. Trimestre 1	54
-----------------------------------	----

Trimestre 2 58

El lobo y el perro 58

Lección 6

Justicia y equidad

Distribución equitativa	60
¿Quiénes necesitan más apoyo?	62

Lección 7

La importancia de la participación social

Retos y desafíos	64
En busca de nuevas oportunidades	66
Todo está interrelacionado	68
¿Y si no hay trabajo?	70
El abuso no debe existir	72
Familias con problemas	74
Juntos enfrentamos los desafíos	76

Lección 8

¡Que viva la interculturalidad!

Respeto y me enriquezco	78
El valor de la tolerancia.	80
Favorezco el diálogo.	82

Lección 9

Todos iguales

Yo no discrimino	84
Favorezco la fraternidad	86

Lección 10

Derechos y responsabilidades de la ciudadanía

¿Puedo participar en todo?	88
Tenemos derechos, pero también obligaciones	90
Informarse para actuar responsablemente	92

Lección 11

Vivir con leyes es un compromiso

Las normas y leyes están en todos lados	94
¿Y si no se respetan las leyes?	96
Todos ganamos al respetar las leyes.	98

Evaluación. Trimestre 2	100
-----------------------------------	-----

Trimestre 3 104

La corte del león 104

Lección 12

La República Mexicana es democrática

Vivimos en democracia	106
La participación ciudadana en la democracia	108
El gobierno y sus tres poderes	110
Los derechos humanos regulan la autoridad	112
Participación ciudadana	114

Lección 13

Los conflictos sirven para crecer

Conflictos recientes	116
La información ayuda a la solución	118
Dialogar y negociar	120
¿Cómo puedo resolver conflictos?	122

Lección 14

También es mi responsabilidad

El bienestar colectivo	124
Áreas de oportunidad	126
Mi participación es importante	128
¿Cómo puedo participar?	130

Lección 15

Información gubernamental

Informarme es una responsabilidad	132
Fuentes de información	134
Información pública	136

Evaluación. Trimestre 3	138
-----------------------------------	-----

Recortables	142
-----------------------	-----

