



ESPACIO CURRICULAR	ORIENTACIÓN EN CONTEXTOS LABORALES
CURSO	5to 7ma
ORIENTACIÓN	CIENCIAS NATURALES
DOCENTE/S	Prof. LAVANCHY VICTORIA (Interina)
AÑO	2026
CONTENIDOS	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ TERMINÉ LA SECUNDARIA, ¿Y AHORA QUÉ? Desafíos que enfrentan los adolescentes al finalizar la secundaria. Acciones que debe realizar el entorno para acompañar este proceso. Consejos, estrategias y recomendaciones para mejorar el estudio y la concentración. ➤ SALUD Y TRABAJO. Diferencia entre Vocación, Ocupación, Oficio y Empleo. Definición de Trabajo. Concepto de salud: Cómo fue variando a lo largo de la historia. Factores que determinan la salud. Noxas. Relación salud-trabajo. Factores de riesgo laboral. Daños derivados del trabajo: accidentes de trabajo; enfermedades profesionales. Prevención de riesgos laborales. ➤ EL TRABAJO NOCTURNO: Consecuencias del trabajo nocturno en la salud. Ciclo circadiano. Importancia del sueño. ➤ ALIMENTACIÓN Y SALUD LABORAL. Importancia de la alimentación. Alimentación saludable. Alimentos ultraprocesados. Recomendaciones dietéticas y distribución de la dieta según los tipos de trabajos. ➤ HERRAMIENTAS PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO. Currículum Vitae. Carta de Presentación. Entrevista Laboral. ➤ ENTREVISTAS A PROFESIONALES. Entrevistas sobre distintos oficios y profesiones. Centros educativos terciarios y universitarios: sus ofertas y funcionamiento. 	
RECURSOS	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ El concepto de Salud - Facultad de Medicina UBA ➤ https://blog.gympass.com/es/alimentacion-vida-laboral-importa/ ➤ https://trabajoyalimentacion.consumer.es/para-todos-los-trabajos/introduccion ➤ https://www.argentina.gob.ar/trabajo/preparate 	



- <https://www.biu.us/blog/articulos/normas-apa-guia-practica-de-aplicacion>
- <https://www.ecologiapolitica.info/trabajo-medio-ambiente-y-salud-retos-y-oportunidades-desde-la-optica-de-la-salud-laboral/>
- https://www.ellitoral.com/educacion-sf/estudiar-en-santa-fe/aprender-alla-aprobar-clave-futuro-profesional_0_jhJH3nMS6f.html
- https://www.ellitoral.com/educacion-sf/estudiar-en-santa-fe/consejos-mantener-alimentacion-saludable-universidad-educacion-santa-fe-carrera-adolescentes-estudiantes_0_fW5eIrcZlb.html
- https://www.ellitoral.com/educacion-sf/estudiar-en-santa-fe/mejorar-concentracion-estudiar-nivel-superior_0_Aq6DGkxRp6.html
- https://www.ellitoral.com/educacion-sf/estudiar-en-santa-fe/organizo-luego-estudio-planificacion-estrategias-futuro-ingresante-universitario_0_dab31vwWhr.html
- <https://www.laizquierdadiario.com/Como-perjudica-nuestra-salud-trabajar-de-noche>
- <https://www.primerempleo.com/carta-presentacion/ejemplo-modelo-carta-presentacion.asp>
- <https://www.primerempleo.com/cv-curriculum-vitae/plantilla-curriculum-vitae-cv.asp>
- <https://www.primerempleo.com/entrevista-trabajo/entrevista-de-trabajo.asp>
- <https://www.salud.mapfre.es/cuerpo-y-mente/habitos-saludables/como-afecta-trabajar-por-la-noche-a-la-salud/>
- <https://www.tiemposmodernos.eu/factores-de-riesgo-laboral-introduccion-fo/>
- <https://www.welcometothejungle.com/es/articles/es-juego-en-la-entrevista-tendencia-del-contratamiento>
- Orientación socio-laboral y educativa. Una propuesta de trabajo. Escuela secundaria. Bs. As. Ministerio de Educación. 2010.