

Guía de trabajo

Nombre docente:	Nadia Aguilera – Christopher Rubilar	
Curso:	8 año Básico	
Guía número	Asignatura	Objetivo de Aprendizaje contemplado
4	Orientación	Construir, en forma individual y colectiva, representaciones positivas de sí mismos, incorporando sus características, motivaciones, intereses y capacidades, considerando las experiencias de cambio asociadas a la pubertad y adolescencia. OA 1

CUADRO DE INSTRUCCIONES

ACTIVIDAD 1

Observarse, ver lo que nos gusta y lo que no nos gusta de lo que vemos frente al espejo. Responder preguntas para identificar lo que sentimos sobre nuestra imagen.

ACTIVIDAD 2

Es importante destacar que esta actividad la realizaremos sólo si contamos con acceso a Youtube

Observaremos el video, reflexionaremos y responderemos dos preguntas.

ACTIVIDAD 3

Debemos escribir una carta al yo de 10 años más y ayudarle a ser un adulto que se ama.

GUIÓN METODOLÓGICO

Para realizar la actividad 1 necesitamos:

Reflexionar sobre nuestra propia imagen, lo que somos y lo que queremos ser.

En la actividad 2 necesitamos:

Reflexionar sobre la importancia de la imagen y de lo que los demás piensan de cómo nos vemos.

En la actividad 3 necesitamos:

Pensar en nuestro futuro e identificar qué cosas debemos hacer bien en nuestro presente y futuro para lograr ser un adulto que se ama.

2- Recuerde que:

Autoestima es:

La **autoestima es** el conjunto de percepciones, imágenes, pensamientos, juicios y afectos sobre nosotros mismos. Es lo que yo pienso y siento sobre mí.

<https://www.youtube.com/watch?v=2IKlpD37CPI>

Video para la actividad 2