



## Guía de trabajo 19

<b>Nombre docente:</b>	<b>CHRITOPHER RUBILAR CATALAN NADIA AGUILERA CANTILLANA</b>	
<b>Curso:</b>	<b>8° año Básico</b>	
<b>Guía número</b>	<b>Asignatura</b>	<b>Objetivo de Aprendizaje contemplado</b>
<b>19</b>	ORIENTACIÓN	<b>OA4.</b> Integrar a su vida cotidiana acciones que favorezcan el bienestar y la vida saludable en el plano personal y en la comunidad escolar, optando por una alimentación saludable y un descanso apropiado, realizando actividad física o practicando deporte, resguardando la intimidad e integridad del cuerpo e incorporando medidas de seguridad en el uso de redes sociales, entre otros.

### CUADRO DE INSTRUCCIONES

Para realizar la tarea N° 19

- 1- Lee atentamente las intrusiones y procede a desarrollar la guía número 19.
- 2- Crea una historia de 15 líneas mínimas, en donde el personaje principal realice buenas acciones y que gana con esto.
- 3- Después de haber terminado la actividad, **debes sacar una fotografía de lo que realizaste**, luego mandarlo al correo del profesor de asignatura, es importante que agregues **TU NOMBRE Y APELLIDOS, ADEMÁS DEL CURSO AL QUE REPRESENTAS.**



### GUIÓN METODOLÓGICO

- En esta tarea debes crear un historia, teniendo en cuenta que hay muchas acciones que ayudan a tu bienestar, en donde debes lograr que el personaje principal, realice acciones que ayudan a los demás, pero que también sienta satisfacción al realizarlas.
- **Recuerda: No es necesario** que imprimas este documento, la idea es que lo desarrolles en tu **CUADERNO**.
- Luego de finalizada la actividad, debes sacar una fotografía de lo realizado y mandarlo al correo correspondiente
- 8°A: [nadia.aguilera@colegio-eduardodegeyter.cl](mailto:nadia.aguilera@colegio-eduardodegeyter.cl)
- 8°B: [christopher.rubilar@colegio-eduardodegeyter.cl](mailto:christopher.rubilar@colegio-eduardodegeyter.cl)

### CONCEPTOS IMPORTANTES

El bienestar es la experimentación de salud, felicidad y prosperidad. Incluye tener buena salud mental, sentirse altamente satisfecho con la vida, tener un sentido de significado o propósito, y la capacidad para manejar el estrés. De forma más general, el bienestar es simplemente sentirse bien

**¡¡Que tengas una excelente semana!!**