



PLANIFICACIÓN PARA EL AUTOAPRENDIZAJE

SEMANA 15 del 06 al 10 de Julio

ASIGNATURA /CURSO	ORIENTACIÓN / 5° año básico
NOMBRE DEL PROFESOR/A	CONVIVENCIA ESCOLAR
CONTENIDO	Autocuidado
OBJETIVO APRENDIZAJE	Obj. De la clase: Describir y valorar aquellas acciones asociadas al autocuidado.
MOTIVACIÓN	Observar el video y comenta con un familiar. https://www.youtube.com/watch?v=SbE6Y6jyu9o
ACTIVIDAD(ES)Y RECURSOS PEDAGÓGICOS	1.- Después de ver el video motivacional, revisa las imágenes del Ítem 1 y elige 3 acciones de autocuidado que sean tus favoritas y que realices en tu vida cotidiana (ejemplos: sana alimentación, higiene personal, actividad física, yo cuido mi cuerpo, entre otros). 2.- Reflexiona en torno a esas imágenes, y señala por qué son para ti las más importantes, indica al menos dos aspectos por cada una. 3.- Responder ticket de salida.
EVALUACIÓN FORMATIVA	Se evaluará de forma formativa a través preguntas de ticket de salida
ESTE MÓDULO DEBE SER ENVIADO AL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO	pia.caceres@colegio-jeanpiaget.cl Se sugiere sacar una foto de la guía y enviarla con el nombre del estudiante y el curso al cual pertenece al correo anteriormente mencionado. Fecha de entrega guía desarrollada el viernes 10 de Julio

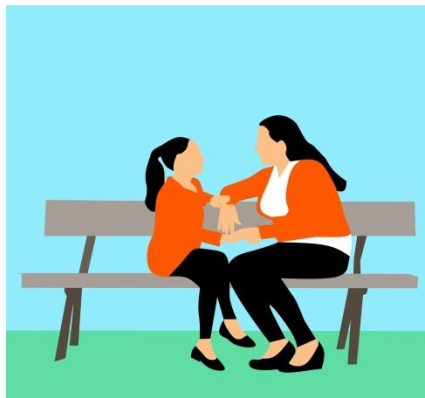


Actividad N°1: Revisa las imágenes del Ítem 1 y elige 3 acciones de autocuidado que sean tus favoritas y que realices en tu vida cotidiana

Ítem 1



Disfrutar de actividades favoritas



Conversar si tengo un problema



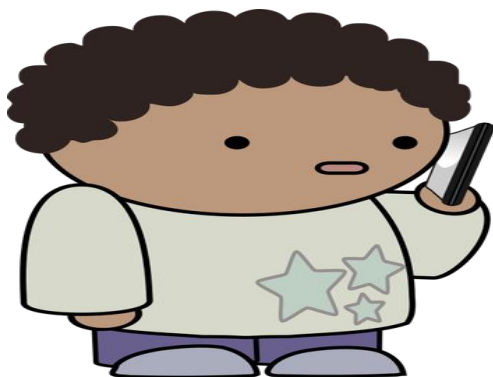
Sentarnos a comer todos juntos una alimentación balanceada



Cuidar, alimentar y jugar con otro ser vivo.



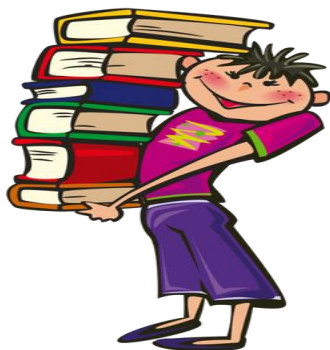
Aprender nuevos juegos



Estar en contacto con amigos y familiares (bajo la supervisión de un adulto).



Escuchar y respetar opiniones



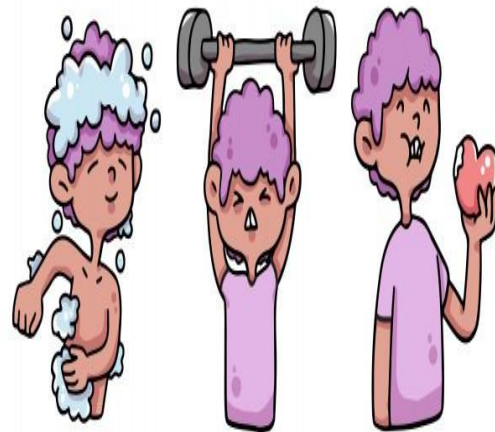
Explorar cuales son mis intereses y crear nuevas actividades



Reconocer que tengo diferencias con otras personas, que nos hacen únicos y especiales.



Entregar y recibir amor de otra persona



Cuidar de mi higiene y salud

Actividad N°2: Reflexiona y señala por qué son las más importantes en tu vida cotidiana. Indica al menos dos aspectos por cada una de las imágenes observadas.

Imagen N°1:

-
-

Imagen N°2:

-
-

Imagen N°3:

-
-



Ticket de salida

Reflexiona y responde en familia:

- 1.- ¿Qué es el autocuidado para para ti?
- 2.- ¿Por qué el autocuidado es importante en nuestras vidas?
- 3.- ¿Nos damos el tiempo en nuestra vida cotidiana para nuestro autocuidado?