



APOYO PEDAGÓGICO ORIENTACIÓN CUARTOS BÁSICOS: A B C

(Semana del 15 al 19 de Junio)

NOMBRE _____ **FECHA** _____

PROFESORA:

María Clara Barrera : maria.barrera@colegioclubhipico.cl

(OA 2) Identificar y aceptar sus propias emociones y las de los demás, practicar estrategias personales de manejo emocional. (Ejemplo: esperar turnos, saber escuchar a los demás.



¡ RECUERDA!

.... Si no puedes imprimir, trabaja en tu cuaderno

...No olvides escribir título y fecha.

...Las actividades del texto hazlas en él.

...Terminadas las actividades les tomas

Una foto y me la envías a mi correo.



INICIO

Recuerda que las emociones son estados afectivos que experimentamos ante diferentes estímulos del entorno, como por ejemplo: sentir alegría, pena, asombro, rabia, tristeza, miedo entre otras. Las diferentes emociones que sentimos producen cambios físicos bastante notorios como por ejemplo: ponerse rojo, pálido, respiración acelerada, palpitaciones.

Cuando sientes emociones negativas como la ira debes aprender conductas positivas para cambiar dichas emociones, como por ejemplo: contar hasta diez, pensar en algo lindo, ejercer la empatía, escuchar con paciencia.





¿Que situación recuerdas que te produzca alegría?

DESARROLLO



Lee la siguiente fabula

Una noche cualquiera, una mosca se posó sobre un frasco rebosante de miel y comenzó a comerla alrededor del borde. Poco a poco, se alejó del borde y entró desprevenida en el frasco, hasta quedar atrapada en el fondo. Sus patas y alas se habían pegado con la miel y no podía moverse.

Justo en ese momento, una polilla pasó volando y, al ver la mosca forcejear para liberarse, dijo:

—¡Oh, mosca insensata! ¿Era tanto tu apetito que terminaste así? Si no fueras tan glotona estarías en mejores condiciones.

La pobre mosca no tenía cómo defenderse de las certeras palabras de la polilla y siguió luchando. Al cabo de unas horas, vio a la Polilla volando alrededor de una fogata, atraída por las llamas; la polilla volaba cada vez más cerca de estas, hasta que se quemó las alas y no pudo volver a volar.

—¿Qué? —dijo la mosca—. ¿Eres insensata también? Me criticaste por comer miel; sin embargo, toda tu sabiduría no te impidió jugar con fuego.



Preguntas

1.-¿Que emoción sentiste al leer la fabula?

2.-¿ Que piensas de la actitud de la polilla?

3.-¿Haz estado atrapado en alguna oportunidad?



Fundación Educacional Club Hípico
Rodrigo Ordoñez 13150, El Bosque, Santiago - Fono (02) 25296182.
contacto@colegioclubhipico.cl
"Escuela y Familia unida para formar y educar".



shutterstock.com • 1199570041

Cierre

1.-¿Como te sientes cuando no haz estudiado para una prueba?

_____¿Porque?_____



Autoevaluación

Responde las siguientes preguntas lo mas sinceramente posible

1.-¿Peleas con tu compañeros a menudo?

2.-¿Sabes escuchar a algún compañero cuando se encuentra afligido?
