

# TUTORÍA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA

## Sesión 2

**1st**  
SECONDARY





**El arte de aceptarse a  
uno mismo**

---





## **NORMAS DE CONVIVENCIA**

-  **ESCUCHO CUANDO LOS DEMÁS HABLAN.**
-  **LEVANTO LA MANO PARA PARTICIPAR.**
-  **REALIZO LO QUE ME INDICAN.**
-  **MUESTRO MI ENTUSIASMO.**

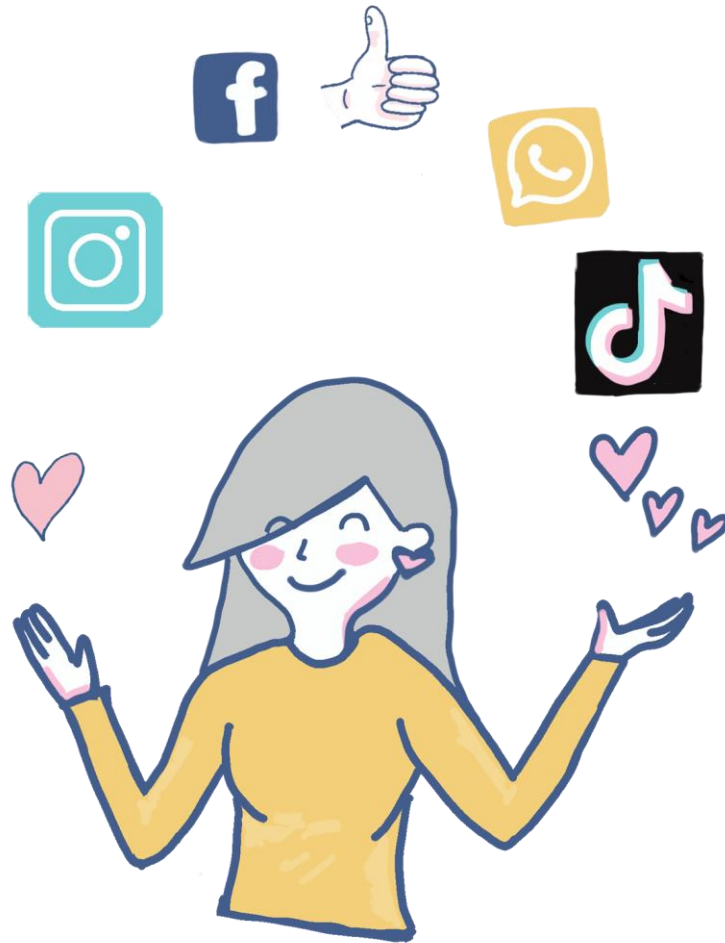


# Las tres cualidades

- Buen humor
- Creencias comunes
- Inteligencia
- Belleza
- Respeto
- Tiempo
- Lealtad
- Paciencia
- Deporte
- Honestidad
- Popularidad
- Riqueza
- Intereses comunes
- Flexibilidad
- Amor
- Responsabilidad
- Generosidad
- Confianza

Elige 3 cualidades con las que te identifiques...





## Redes Sociales

- Son plataformas digitales formadas por comunidades de individuos con intereses, actividades o relaciones en común (como amistad, parentesco, trabajo).

## Autoestima

- Capacidad que tiene una persona para valorarse, amarse y aceptarse a sí mismo



# ¿Crees que las redes sociales influyen en ti?



## **HÁBITOS ADECUADOS PARA DISMINUIR LAS HORAS FRENTE A UN DISPOSITIVO TECNOLÓGICO**

- Realiza un horario identificando tu rutinas de estudio, uso de redes sociales y demás actividades.
- Sé consciente que actividad necesita mayor número de horas.
- Disfruta de la compañía de tus padres y amigos.



## DINÁMICA FINAL



**¿Qué redes  
sociales  
utilizas ?**

# Reflexionemos

**¿Qué aprendimos  
hoy?**

