

Guía de trabajo autónomo #3

Semana 1 y 2 (05 al 16 de abril)



Centro Educativo: C.T.P La Suiza **Nombre:** _____
Educador/a: Dayana Solano Sánchez **Sección:** _____
Nivel: 10°
Asignatura: Orientación
Fecha de entrega: Del 05 al 16 de abril.
Envío: Correo: dayana.solano.sanchez@mep.go.cr, chat privado TEAMS. TEL. 8662-9385



1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

| | |
|--|---|
| Materiales o recursos que voy a necesitar | <ul style="list-style-type: none"> • Computadora con acceso a internet • Una Tablet con acceso a internet • O un teléfono con acceso a internet • Hojas blancas lápiz, lapiceros. |
| Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar | Debe tener una conexión o señal estable de internet, puede realizarse en la comodidad de un sillón, mesa de la casa con su respectiva silla. Preferiblemente que tenga una iluminación adecuada, para no forzar la vista. |
| Tiempo en que se espera que realice la guía | 60 minutos, depende de la temática de interés. |

Semana 1 (05 al 09 de abril)



Voy a recordar lo aprendido en clase.

| | |
|--------------|--|
| Indicaciones | <ul style="list-style-type: none"> • La presente guía pretende que la persona estudiante ejerza autocontrol y autoafirmación en la toma de decisiones de su vida cotidiana. |
| Actividad | <p>Actividad 1 (Conexión)</p> <p>Aprendamos a decidir</p> <p>Una decisión es una resolución o determinación que se toma respecto a algo. Se conoce como toma de decisiones al proceso que consiste en realizar una elección entre diversas <u>alternativas</u>. La toma de decisiones puede aparecer en cualquier contexto de la vida cotidiana, ya sea a nivel profesional, sentimental, familiar, etc. El proceso, en esencia, permite resolver los distintos desafíos a los que se debe enfrentar una <u>persona</u> o una <u>organización</u>.</p> |



Tomado de: <https://definicion.de/toma-de-decisiones/>.
Observe con atención las siguientes imágenes:



Responde lo siguiente:

- 🌸 ¿Qué me reflejan esas imágenes?
- 🌸 ¿Influye en la toma de decisiones el autocontrol y la autoafirmación?
- 🌸 ¿Cuáles decisiones tomo diariamente en mi vida cotidiana?

Actividad 2 (Colaboración)

Realice la siguiente actividad, respondiendo **SÍ** (Sí puedo tener control de esa situación) o **NO** (no puedo tener control de la situación):

- 🌸 Realizar una fiesta con mis mejores amigos ____
- 🌸 Comprarme ropa y zapatos ____
- 🌸 Alcanzar buenas notas en el colegio ____
- 🌸 Respetar las opiniones de los demás ____
- 🌸 Respetar los reglamentos y límites de los padres ____
- 🌸 Cambiar la forma de actuar de mis amigos ____
- 🌸 Mejorar el cambio climático ____
- 🌸 Cambiar el carácter de mi familia ____
- 🌸 Querer que los demás se parezcan a mí ____
- 🌸 Mejorar mi forma de comunicarme ____

Posteriormente, compare sus respuestas con alguien de su grupo, busquen semejanzas y diferencias, y analicen juntos la siguiente pregunta: **¿Qué situaciones puedo controlar y cuáles están fuera de mi control?**

Preguntas para
reflexionar y responder



Semana 2 (12 al 16 de abril)

Actividad 2 (Aplicación)

Situaciones en las que tengo que decidir

Lea con atención las siguientes situaciones y analice si existe o no una situación problemática en que debo actuar con autocontrol y autoafirmación.

Situación:

Dentro de diez días será la fiesta de mi mejor amigo Alex. Me he comprometido a organizar la fiesta. Alex me está convenciendo que consiga "algo que nos ponga bien felices" pero eso sí, de forma oculta para que sus padres no se den cuenta. Me he dado a la tarea de buscar quien vende algo así. Aunque para ser sincera no estoy muy segura de hacer lo correcto.

Problema:

¿Cuál es el problema?

¿Qué alternativas tengo?

¿Qué haría usted ante esta situación?



Situación:

He decidido no volver a realizar trabajos del colegio con mi compañero Luis. Desde hace unos días hemos tenido confrontaciones debido a que, Luis no se compromete con la parte del trabajo que debe realizar. Estoy muy enojado no le hablé desde hace unos días por que hice el trabajo de ciencias solo, al final le salvé la nota anotándolo en la tarea. Pero no estoy seguro si es la mejor decisión, Luis es mi mejor compañero siempre estamos juntos y si no me anoto con él en los trabajos, puedo tener problemas.

Problema:

¿Cuál es el problema?

¿Qué alternativas tengo?

¿Qué haría usted ante esta situación?

Al finalizar la actividad responde lo siguiente:

- ✿ ¿Es fácil tomar decisiones?
- ✿ Comente situaciones de su vida diaria en la que ha tenido que analizar para tomar decisiones adecuadas?





| | |
|--|--|
| | |
|--|--|



Pongo en práctica lo aprendido en clase

| | |
|---|---|
| Indicaciones | Responde las siguientes preguntas |
| Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse. | <p>¿Qué es lo que más me gustó de la actividad?</p> <p>¿Qué puedo mejorar en la próxima guía?</p> |

| | |
|---|-----------------------------------|
| Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender | |
| Reviso las acciones realizadas durante la construcción del trabajo. | |
| Marco una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas | |
| ¿Leí las indicaciones con detenimiento? | <div><div></div><div></div></div> |
| ¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía? | <div><div></div><div></div></div> |
| ¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer? | <div><div></div><div></div></div> |

| | |
|---|-----------------------------------|
| Con el trabajo autónomo voy a aprender a aprender | |
| Valoro lo realizado al terminar por completo el trabajo. | |
| Marca una X encima de cada símbolo al responder las siguientes preguntas | |
| ¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado? | <div><div></div><div></div></div> |
| ¿Me siento satisfecho con la exploración que realicé? | <div><div></div><div></div></div> |
| Explico ¿Cuál fue la parte favorito de la exploración? | |
| ¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo? | |



| Indicador (Pautas para el desarrollo de la habilidad) | Indicadores del aprendizaje esperado | Nivel de desempeño | | |
|--|---|---|---|---|
| | | Inicial | Intermedio | Avanzado |
| Toma de decisiones | Examina los pros y contras de su acto control y autoafirmación para la toma de decisiones en su vida cotidiana. | Relata generalidades del pro y contra de su autocontrol y autoafirmación. | Emite criterios sobre los pro y contra de su autocontrol y autoafirmación, para la toma de decisiones para en vida cotidiana. | Detalla aspectos sobre los pro y contra de su autocontrol y autoafirmación, para la toma de decisiones para en vida cotidiana |