

El **trabajo autónomo** es la capacidad de realizar tareas por nosotros mismos, sin necesidad de que nuestros/as docentes estén presentes.

Centro Educativo: **Colegio Técnico Profesional La Suiza**

Profesora: **Karen Barrios Ortiz**

Nivel: **Undécimo**

Asignatura: **Psicología**



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"> - Cuaderno, hojas blancas o rayadas, lápiz o lapicero, o pc. - Acceso a medios de comunicación como noticieros, programas de radio, o bien acceso a la diversidad de fuentes que brinda internet.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Según sus posibilidades, acondicione un espacio cómodo, limpio que le permita trabajar de forma amena. Con ventilación, luz y sonido cálido.
Tiempo en que se espera que realice la guía	40 minutos a la semana (Semana del 20 al 24 de abril)
Tema	10 habilidades para la vida



2. Voy a recordar lo aprendido y/ o aprender.

Indicaciones	<ul style="list-style-type: none"> • Antes de iniciar esta actividad, refresque los casos del juego realizado en clase: “Escaleras y toboganes” • Lea cada una de las actividades que se plantean a continuación; en algunos casos podrá hacer uso de diversas fuentes de información según se le indique. • Anote en las hojas en blanco o rayadas, o doc. Word las preguntas y respuestas de las actividades que se desglosaran a continuación.
Actividades para retomar o introducir el nuevo conocimiento.	La primera habilidad de las 10 habilidades para la vida es el autoconocimiento . Como vimos en diferentes casos del juego realizado en clase, ante las diferentes situaciones de la vida la persona adolescente debe desarrollar el autoconocimiento.



Para reflexionar

Tomando en cuenta el esquema anterior.

1. Mencione tres fortalezas propias (Virtudes).
2. Mencione tres aspectos por mejorar propios (Defectos)
3. Reflexione y escriba un argumento sustancioso sobre el amor propio. Sobre su amor propio.



3. Pongo en práctica lo aprendido

Indicaciones	<p>A partir de lo abordado en clase con el juego “escaleras y toboganes”.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pregúntales a dos personas (amigos de otro nivel, amigos de otro contexto) por medio de WhatsApp, Facebook, u otro medio de comunicación virtual: ¿Sabes qué es el autoconocimiento? ¿Cuál es tu mejor virtud y cuál tu mayor defecto? Anota las respuestas tal cual la respuesta. 2. Pregúntales a dos miembros de tu familia: ¿Sabes qué es el autoconocimiento? ¿Cuál es tu mejor virtud y cuál tu mayor defecto? Anota las respuestas tal cual la respuesta. 3. Ahora haremos un ejercicio de <i>introspección</i> (verse hacia dentro, a un@ mism@). Responda ampliamente lo siguiente: <ol style="list-style-type: none"> a. ¿Cómo mi mayor virtud o virtudes me ayudan a enfrentar diferentes situaciones y/o relaciones de la vida? De un ejemplo. b. ¿Puedo identificar como mis defectos intervienen en algunas situaciones y/o relaciones de la vida? De un ejemplo. c. ¿Cuáles son algunas acciones en las que me demuestro que me amo? <p>Nota: Sea creativ@, puede utilizar memes, referencias o casos de series, películas, canciones o situaciones de la vida real que le permitan la reflexión.</p>
--------------	--



Indicaciones o preguntas o matrices para auto regularse y evaluarse	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora? 2. ¿Qué puedo mejorar de mi trabajo? 3. ¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí? <p>Con respecto a la situación del COVID-19 en el país.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Mencione y desarrolle una pequeña reflexión sobre un sentimiento o aprendizaje respecto de lo que vive el país, su familia o usted mism@, en el marco de la pandemia COVID – 19. 5. ¿Cómo se siente al realizar estas guías de trabajo autónomo? Explique
---	---

Matriz de autorregulación y evaluación

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?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Subrayé las palabras que no conocía?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
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	
¿Leí mi trabajo para saber si es comprensible lo escrito o realizado?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé?	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Explico ¿Cuál fue la parte favorita del trabajo? ¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo?	

“Conocerse a sí mismo es el mayor saber”.

- Galileo Galilei