**Guía de trabajo autónomo**

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

|  |
| --- |
| Nivel: Décimo año colegios académicos/ Duodécimo año colegios técnicosAsignatura: Afectividad y Sexualidad Integral |

****

1. **Me preparo para hacer la guía**

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

|  |  |
| --- | --- |
| Materiales o recursos que voy a necesitar  | *Se requieren los siguientes recursos o materiales:** *Lapicero y cuaderno*
* *Lectura: Definiciones de placer y bienestar (esta lectura se adjunta en formato word o la puedes encontrar en los siguientes links* <https://www.definicionabc.com/general/placer.php>,

 [<https://www.significados.com/bienestar/>/](https://definicion.de/bienestar/)* *Dispositivo móvil para realizar la lectura (celular, computadora o tablet)*
* *Definiciones de placer y bienestar formato word*
 |
| Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar  | Es importante que el lugar donde vayas a realizar este trabajo autónomo tenga de ser posible las siguientes condiciones:* Buena iluminación
* Buena ventilación
* Una silla y un escritorio (mesa) adecuados
* Evitar todas las distracciones posibles
 |
| Tiempo en que se espera que realice la guía  | El tiempo estimado para realizar las actividades propuestas en este trabajo autónomo son 60 minutos (una hora) |

******

1. **Voy a recordar lo aprendido en clase.**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones  | *Recordemos de las clases anteriores:*1. *Construya una tabla de dos columnas, en una columna escriba la palabra placer y en la otra bienestar.*
2. *Escriba en cada columna todo lo que recuerde que trabajaron en clase sobre estos dos conceptos.*
 |
| Preguntas para reflexionar  | *Reflexione sobre las siguientes preguntas:** *¿Qué es el placer?*
* *¿Qué es el bienestar propio?*
* *¿Existen alguna diferencia entre placer y bienestar?*
 |

****

1. **Pongo en práctica lo aprendido en clase**

|  |  |
| --- | --- |
| Indicaciones  | 1. *Realizo la lectura del documento Definiciones de Placer y Bienestar.*
2. *Para la definición de placer, construyo una tabla en cual indico cosas, situaciones, relaciones entre otros que me brindan placer en la vida cotidiana según la siguiente clasificación: físico, psíquico, estético, intelectual, lúdico, emotivo y de contemplación.*
3. *Para la definición de bienestar, construyo una tabla en la cual indico aspectos de la vida cotidiana según la siguiente clasificación: necesidades emocionales, de salud, materiales y físicas.*
4. *Las tablas deben quedar de la siguiente manera:*
5. *Redacto al menos tres párrafos sobre la importancia que tienen ambos conceptos en la vida de las personas. Comprendiendo que el concepto de bienestar está directamente asociado a las necesidades de las personas y por tal razón es un concepto más amplio, mientras que el placer puede o no estar asociado a las necesidades básicas de las personas.*
6. *Por último, comento con alguna persona de mi familia, la siguiente frase: “El placer es una fuente de bienestar”.*
 |
| Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse | *Al terminar la actividad, me hago las siguientes preguntas:** *¿Seguí las indicaciones que se me solicitaron?*
* *¿Tuve algún problema para cumplir con las acciones que se planteaban en la actividad?*
* *¿Hubo algún concepto de la lectura que no comprendí?*

*Reflexiono:** *¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?*
* *¿Qué puedo mejorar de mi trabajo?*
* *¿Cómo le puedo explicar a otra persona lo que aprendí?*
 |

*Completo los siguientes ejercicios de autoevaluación*

|  |
| --- |
| **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? |  |
| ¿Busqué en el diccionario o consulté con un familiar el significado de las palabras que no conocía? |  |
| ¿Me devolví a leer las indicaciones cuando no comprendí qué hacer? |  |

|  |
| --- |
| **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? |  |
| ¿Revisé mi trabajo para asegurarme si todo lo solicitado fue realizado? |  |
| ¿Me siento satisfecho con el trabajo que realicé? |  |
| Explico ¿Cuál fue la parte favorito del trabajo?¿Qué puedo mejorar, la próxima vez que realice la guía de trabajo autónomo? |