

ORIENTACIÓN-QUINTOS-A-B-OA2-GUÍA16- SEMANA18

OBJETIVO: Identificar las metas que se presentan en la vida a corto, mediano y largo plazo fortaleciendo la voluntad y perseverancia qué es una cualidad esencial para la vida.

O A 2: Distinguir y describir emociones y reconocer y practicar formas apropiadas de expresarlas, considerando el posible impacto en sí mismo y en otros.

Profesores: Claudio Delgado-Judith Canales

Semana: 10/08 al 14/08

***Obligatorio**

1. Nombre Completo *

2. Curso *

Marca solo un óvalo.

5° año A

5° año B

INSTRUCCIONES



- 1.- Lee el recordemos que tiene que ver con lo trabajado la semana pasada.
- 2.- Leer contenido, es lo nuevo que trataremos en esta guía.
- 3.- Observa el vídeo relacionado al tema.
- 4.- Lee las preguntas y haz clic en aquella que consideres correcta.
- 5.- Pincha enviar y tendrás tus respuestas en forma automática.

RETROALIMENTACIÓN



¡Hola! ¿Cómo están? Espero que bien. La semana pasada trabajamos en la evaluación formativa N°3 donde se abordaron los siguientes conceptos: las emociones y resolución de conflictos que se nos presentan a diario, El conflicto es emocionalmente intenso (determina la intensidad de la emoción, que varía según el problema y condiciona nuestro comportamiento) La relación emoción - identidad tiene consecuencias en el conflicto (la emoción surge cuando percibimos que algo personal importante está en juego).

Uno de los elementos que modifican las relaciones y generadores de conflictos son las emociones. Se podría afirmar que si no intervinieran las emociones, el conflicto no existiría.

CONTENIDO

¿Qué es una meta?

Una meta son los objetivos que se planean y que, generalmente son personales. Es decir es un resultado que desea una persona o un sistema que imagina, planifica y está comprometido a lograr.

Como ejemplos de metas personales pueden ser: aprender a nadar, aprender a andar en patineta, etc.

No sólo hay metas personales, sino que también hay Metas Grupales, son un conjunto de personas que tienen un objetivo en común. **¿Cómo realizar una Meta?** Las metas pueden surgir de deseos o necesidades, por ejemplo ganar un campeonato.

Si quieres cumplir una meta, necesitas planear, anotarlas, ir con personas que pueden ayudar, etc.

Las metas pueden ser corto, mediano o largo plazo. **¿Qué son las Metas a Corto Plazo?** Son metas que se pueden lograr en poco tiempo, puede ser desde días hasta meses.

¿Qué son las Metas a Mediano Plazo? Son las metas que se necesita mas tiempo para realizarlas, puede ser de un año o unos cuantos años.

¿Qué son las Metas a Largo Plazo? Son las metas que son a mayor cantidad de años, a partir de 5 o más años. Para poder alcanzar las metas se necesita tener voluntad, perseverancia, la libertad de decidir y ser constante. **Ejemplo** Si quieres ganar un concurso de matemáticas tienes que estudiar mucho y repasar las actividades de la escuela.



Te invito a observar y escuchar con mucha atención el siguiente vídeo, y saca los mejores aprendizajes de este.



<http://youtube.com/watch?v=-jhziLuBZEK>

Ejemplo de Metas

**Metas de los estudiantes:**

1. Aprender, aprobar las evaluaciones para pasar de curso.
2. Conocer gente nueva en clase y hacer amigos pasarlo bien.
3. Demostrar a los demás lo inteligente que es, ganar reconocimiento de los demás, etc.
4. Iniciar el curso con responsabilidad y diligencia
5. Uso la agenda para anotar mis tareas, trabajos y pruebas.
6. Puedo tener un horario organizado y cumplirlo.
7. Creo que mi tiempo está bien distribuido.
8. Pido ayuda para estudiar si lo necesito.
9. Me ofrezco para ayudar a otros a estudiar las materias que a mí me resultan más fáciles.
10. Tener confianza en uno mismo

Para poder alcanzar las metas se necesita tener **voluntad y perseverancia.**

Voluntad quiere decir que tienes la libertad de decidir y cambiar las cosas que no te gustan.

Perseverancia significa ser constante y concluir lo que quieres ser y mejorar.

Ejemplo: si quieres sacar 10 en matemáticas, tu meta es: estudiar y repasar tus actividades todos los días.



Editorial MB

Lee las siguientes preguntas y responde de acuerdo al vídeo, contenido y a los ejemplos señalados.

3. 1 ¿Cuáles son los tipos de metas que existen? *

1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Metas a largo plazo.
- B) Metas a Corto Plazo
- C) Voluntad
- D) Solo A y B

4. 2. Según lo aprendido ¿Qué valores necesitamos para cumplir nuestras metas? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Empatía.
 B) Voluntad.
 C) Perseverancia.
 D) Solo A y B.

5. 3 ¿Qué se necesita para dar cumplimiento a las metas propuestas personalmente? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Planearlas.
 B) Acudir a personas que puedan ayudar.
 C) Anotarlas
 D) Todas las anteriores.

6. 4. Según lo aprendido ¿Cuál serían las metas que debes cumplir como estudiante? * 1 punto

Marca solo un óvalo.

- A) Comprender al otro, desde su realidad.
 B) Tener confianza en uno mismo.
 C) Uso la agenda para anotar mis tareas, trabajos y pruebas.
 D) Sólo B y C.

Ticket de salida:

7. 5 ¿Qué acciones tienes que hacer para cumplir tus metas? *

1 punto

“Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber”. Albert Einstein.



¡¡¡¡¡Felicitaciones !!!!! Lo estás haciendo muy bien, ¡¡ Sigue adelante!!

¡TE EXTRAÑO MUCHO!
TE PROMETO QUE PRONTO NOS
VOLVEREMOS A VER
Y JUNTOS VOLVEREMOS A
Sonreír Pintar Cantar
Bañar Aprender Jugar

Por eso quédate en tu casita, no salgas a la calle, quiero verte sano cuándo regresemos a nuestra aula, te esperaré con mucha alegría y con mucho amor, pero por favor **CUÍDATE**.



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios