

ORIENTACIÓN-QUINTOS-AB-OA2- GUÍA19-SEMANA21

Objetivo : Identificar diferencias entre sensaciones y pensamientos ante determinadas acciones cotidianas.

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

Indicadores:

*Reconocen tipos de emociones , sentimientos y pensamientos ante determinadas acciones.

Fecha: 31 de Agosto al 04 de Septiembre 2020

Profesores: Judith Canales-Claudio Delgado.

***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 , recuadro amarillo que 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.

Recuerda

¡Hola!, ¿Cómo estuvo tu semana?, Espero que hayas podido comprender como se resuelve un conflicto en el aula y las preguntas que debes hacerte para resolverlo.

Recuerda:

- 1.-Definir el problema-----¿Qué sucede?
- 2.-Analizar el problema-----¿Por qué pasa esto?
- 3.-Generar alternativas de solución-----¿Qué puedo hacer para resolverlo?
- 4.-Evaluar alternativas de solución-----¿Cuál de estas soluciones es mejor?

Tenerlas presentes me ayudarán a enfrentar de mejor manera un conflicto, me permitirá pensar antes de actuar.

Contenido

Esta semana te invito a identificar las sensaciones y pensamientos que sentimos frente a diferentes emociones, estas pueden ser producidas ante determinados conflictos o suceden en acciones de la vida cotidiana.

Observa los ejemplos, lee las comparaciones y relaciones que hay entre ambas y resuelve tu ticket de salida para demostrar lo aprendido.

¿Qué es una sensación y un pensamiento?

Sensación

Impresión que produce un acontecimiento importante o novedoso.

Ej.: "no te puedes imaginar la sensación que me produjo saber que me habían concedido el premio".

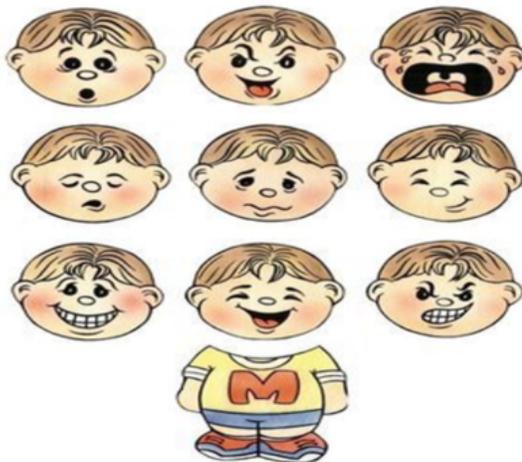


Pensamiento

Los pensamientos son productos elaborados por la mente, que pueden aparecer por procesos racionales del intelecto o bien por abstracciones de la imaginación.



¿Cuáles son mis sensaciones y pensamientos frente a estas emociones?



Ejemplo:

Ha llegado la hora de almorzar, Angélica no quiere comer porque lo que su mamá le preparó no le gusta. Ella **siente** rabia porque no quiere comer y su mamá la obliga, por lo tanto, **piensa** que su mamá no la quiere y explota en llanto.



*Angélica siente mucha rabia.

*Angélica piensa que su mamá, no la quiere.

Te invito a contestar las siguientes preguntas.

3. 1.-Cuando siento alegría , la expreso: *

4. 2.-Cuando siento pena la expreso: *

5. 3.- Cuando mis padres no compran algo que yo quiero , pienso que: *

6. 4.-Cuando mis padres me llaman la atención pienso que: *

7. Ticket de salida :lee cada situación e identifica si es una sensación o pensamiento. *

5 puntos

Marca solo un óvalo por fila.

	Sensación	Pensamiento
Llorar, porque no me dejan salir a jugar.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mis amigos no me quieren.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Reír, después de escuchar un chiste.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Creo que no les importo a mis padres.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Siempre hago todo mal.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Este contenido no ha sido creado ni aprobado por Google.

Google Formularios