



Guía de Aprendizaje N°1 Quinto y Sexto Básico	
Nombre	Fecha:
OA 01	Demostrar una valoración positiva de sí mismo reconociendo habilidades, fortalezas y aspectos que requiera superar.
Indicadores	<ul style="list-style-type: none">• Fortalecer una imagen positiva.• Aumentar el autoconocimiento.• Fortalecer la construcción de la identidad.
Actividades	<ol style="list-style-type: none">1. En esta actividad intentaremos que cada uno descubra un autoconocimiento (conocimiento de uno mismo).2. También trataremos de fortalecer un imagen positiva de nosotros mismos3. Te invito completar esta actividad llamada “El iceberg” con mucha sinceridad y entusiasmo.

EL ICEBERG

¿Qué quiere decir la expresión: “Eso es solo la punta del iceberg”?

¿En qué nos podemos parecer las personas a los icebergs?

Las personas somos como los icebergs: tenemos una parte visible para todo el mundo –como el color de ojos, el cabello, nuestra sonrisa, nuestros logros, etc.– y otra parte invisible, que es la base escondida bajo la superficie, donde está lo que no se ve fácilmente. Ahí están nuestros sentimientos, pensamientos, esfuerzos y muchas otras cualidades.

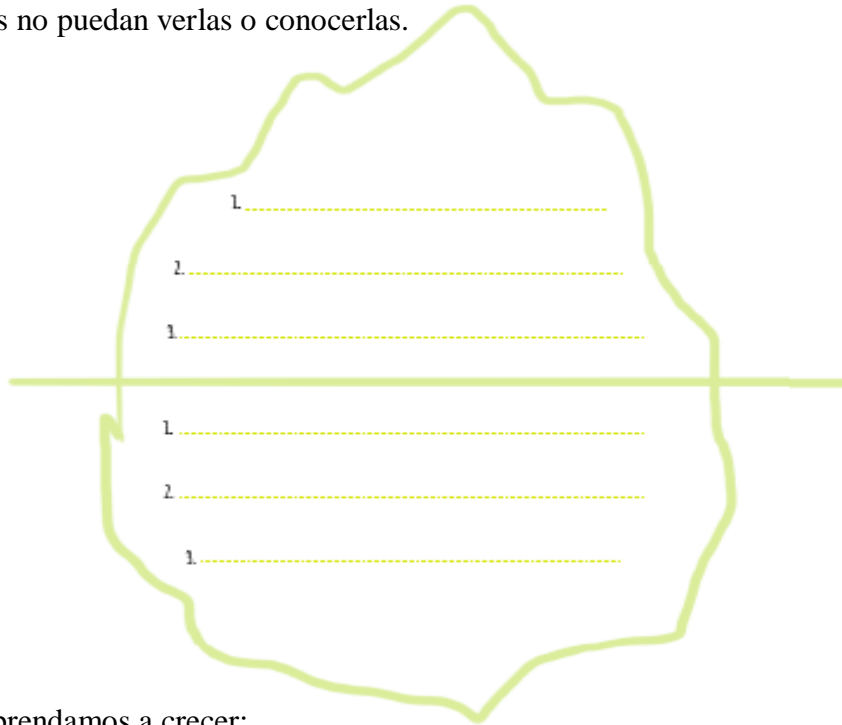
La mayor parte del tiempo, la base es invisible para la mayoría de las personas y solo quienes más nos conocen y nos quieren alcanzan a conocerla.



CADA PERSONA: UN MUNDO POR DESCUBRIR

Actividad: Visible e invisible a los otros.

Escribe en la punta del iceberg tres fortalezas o cualidades que sean visibles para las y los demás. Después, anota en la base del iceberg tres fortalezas que estén en ti, aunque las y los demás no puedan verlas o conocerlas.



Para que aprendamos a crecer:

- Es importante conocernos, aceptarnos y valorarnos, así como intentar mostrarnos a las demás personas sin miedo. Todos y todas tenemos cualidades que desarrollar.
- Ahora te quiero invitar a elegir una de tus fortalezas de la parte invisible del iceberg y completa la frase a continuación; además escribe lo que esa fortaleza aportaría al curso.



Material adaptado del programa SENDA del Ministerio de Educación

*Profesora Rebeca Henríquez Cid
Orientación*