



Nombre: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

### Crecimiento Personal

**OA3** -Reconocer y valorar el proceso de desarrollo afectivo y sexual, que aprecia en sí mismo y en los demás, describiendo los cambios físicos, afectivos y sociales que ocurren en la pubertad y considerando la manifestación de estos en las motivaciones, formas de relacionarse y expresar afecto a los demás.

### INICIO

#### Objetivo de la Clase:

**"Identificar en su entorno, situaciones o condiciones de riesgo para su integridad física y su intimidad"**



"Nuestro ser (autocuidado): el cuidado de sí incluye al cuerpo (nuestro "hogar primario"), la mente, el intelecto, el espíritu, las emociones, afectos, los vínculos, las decisiones, la integridad física y emocional.

La supervivencia, salud y bienestar de cada ser humano necesitan de cuidados, pero del autocuidado depende la capacidad que cada ser humano pueda desarrollar y desplegar en relación al cuidado de otros. El cuidado ético no es posible sin autocuidado".

Programa Ética del cuidado y Orientación en sexualidad, afectividad y relaciones humanas

¿Cuánto saben de autocuidado y condiciones de riesgo hacia su intimidad?  
¿Su familia ya conversó con ustedes sobre los cuidados que deben tener con la intimidad de su cuerpo?





**DESARROLLO**

**ACTIVIDAD**

- Realizarás una encuesta telefónica por lo menos a tres familiares.
- Presentarás las conductas, junto a sus alternativas de respuesta, que aparecen en la siguiente tabla, solicitando que fundamente el ¿por qué? De su respuesta.
- Registrarás los resultados en una hoja de block o croquera, representándolos de la manera más lúdica que tú imagines

**EL AUTOCUIDADO SON CONDUCTAS QUE DEBES INCORPORAR EN TUS RELACIONES CON LOS QUE TE RODEAN,**



**MANOS A LA OBRA**

CONDUCTAS	CONDUCTA ADECUADA	CONDUCTA NO ADECUADA	FUNDAMENTE
Publicar fotografías personales íntimas en internet			
Utilizar claves de seguridad para proteger su información personal en internet.			
Observar a otra persona mientras se viste sin su consentimiento.			
Conversar sobre un problema personal con un amigo.			
Leer diarios de vida, cartas, correos electrónicos o mensajes de otras personas sin su consentimiento.			
Publicar fotografías de otras personas sin su consentimiento			
Cerrar la puerta cuando se está en el baño.			
Escuchar conversaciones ajenas.			
Utilizar la información personal de otra persona			
Acudir a un adulto si otra persona lo hace sentir incómodo (a) en relación con su cuerpo			



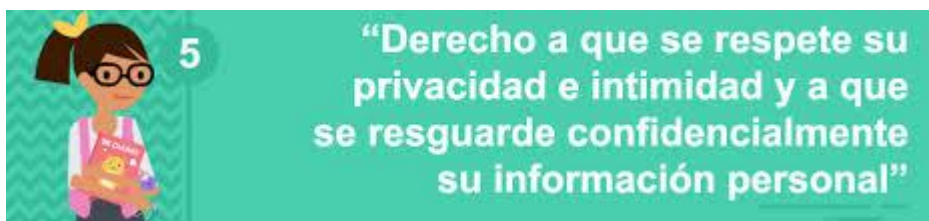
Ejemplo para la actividad; (El registro de los resultados puede ser con los símbolos que tú quieras, puede ser gráficos, lo más creativo posible).

Pregunta 1	A ★ ★ ★	}	A= CONDUCTA ADECUADA ★
	B ★ ★ ★		B= CONDUCTA INADECUADA ★
Pregunta 2	A ★ ★		
	B ★ ★ ★		
Pregunta 3	A ★ ★		
	B ★ ★ ★		

### CIERRE

- Por último para el cierre de la actividad algunas preguntas para reflexionar
  - ¿Cuáles de las conductas antes mencionadas, consideras tú adecuadas?
  - ¿Cuáles consideras inadecuadas? ¿Por qué?
  - ¿Tus respuestas tienen algo en común con las de tus encuestados?
  - Pide ayuda a tu familia para que realice una reflexión y comentario final



# "RECUERDA"





[quintoa@colegioclubhipico.cl](mailto:quintoa@colegioclubhipico.cl)  
[quintob@colegioclubhipico.cl](mailto:quintob@colegioclubhipico.cl)  
[quintoc@colegioclubhipico.cl](mailto:quintoc@colegioclubhipico.cl)



## AUTOEVALUACIÓN

Nº	INDICADORES		
1	Identifica claramente el concepto de autocuidado		
2	Entiendo la importancia del autocuidado		
3	Logro diferenciar las conductas adecuadas de las conductas inadecuadas		
4	Entiendo que siempre debo recurrir a un adulto, cuando me encuentro en una situación incómoda, que afecte mi integridad física		
5	Siento que conozco otros aspectos importantes de mi familia		
6	Realizo la reflexión del cierre de la actividad		

## PAUTA DE COTEJO

Criterios	Indicadores		
En cuanto al objetivo de la Actividad	Reconoce conductas protectoras en relación con el cuidado de su cuerpo e intimidad.		
	Realiza encuesta y registra los fundamentos de las respuestas de sus encuestados		
	Es creativo en la elaboración de su registro de datos		
	Responde y fundamenta a las preguntas formuladas en el cierre de la actividad		
	Registra reflexión y comentarios del cierre de la actividad, considerando la importancia del autocuidado		



Fundación Educacional Club Hípico  
Rodrigo Ordoñez 13150, El Bosque, Santiago - Fono (02) 25296182.

[contacto@colegioclubhipico.cl](mailto:contacto@colegioclubhipico.cl)

*"Escuela y Familia unida para formar y educar".*

ORIENTACIÓN: QUINTO BÁSICO

SEMANA DEL 22/06 AL 26/ 06

**"AUTOCUIDADO."**

Clase N°5 Unidad N°3

	Envía evidencias y Autoevaluación de acuerdo al plazo establecido		
--	---	--	--