



**Colegio Isabel Riquelme
U.T.P.**

GUÍA DIGITAL N°10

ASIGNATURA: ORIENTACIÓN

CURSO: 6° BÁSICO

DOCENTE: SILVIA CASTILLO JARA

SEMANA: 15 AL 19 DE JUNIO

DÍAS DE ATENCIÓN CONSULTAS: lunes a viernes 16:00 a 17:00 horas.

CONTACTO: profesilviacastillojara@gmail.com

Queridos alumnos(as):

Deseo te encuentres bien junto a tu familia, una nueva semana para poder compartir a distancia. He preparado este trabajo con mucho cariño porque se y confió en tu capacidad y la actitud que tienes por aprender cada día más.

Bendiciones cuídate mucho.

Cariñosamente tu profesora.

1: OBJETIVO DE APRENDIZAJE CONTENIDOS CONCEPTUALES

<u>OBJETIVO DE APRENDIZAJE</u>	<u>CONTENIDO</u>
OA 1 Demostrar una valoración positiva de sí mismo reconociendo habilidades, fortalezas y aspectos que requiera superar.	Superación
<u>OBJETIVO DE LA CLASE</u>	<u>HABILIDADES</u>
Reflexionar sobre diferentes situaciones de superación personal, para fomentar la valoración de sí mismos.	<ul style="list-style-type: none">➤ Identificar➤ Reconocer➤ Describir➤ Analizar

2: GUÍA

SUPERACIÓN PERSONAL

Stephen Hawking

Este científico de gran renombre nació en Oxford, Inglaterra, en el seno de una familia muy humilde; poseía una parálisis que le afectaba a todo su cuerpo, ocasiona por una enfermedad degenerativa, la cual fue diezmando su movilidad con cada año que pasaba. Stephen Hawking tampoco podía comunicarse por el habla debido a una traqueotomía que le afecto sus cuerdas vocales, volviéndose así una persona dependiente de los demás.

Sin embargo, el famoso científico se resignó a vivir esta vida y se recuperó de una depresión muy fuerte; decidió estudiar física y pudo conseguir su doctorado, siendo después reconocido como una de las mentes más brillantes de la historia.



JUEGOS OLIMPICOS Y DISCAPACIDAD

Ejemplos de superación

Por primera vez en la historia de los Juegos Olímpicos un hombre sin piernas competirá como cualquier atleta. El sudafricano Oscar Pistorius será uno de los integrantes del relevo 4 x 400 y disputará los 400 metros planos en Londres 2012. A los 11 meses de nacido le amputaron sus piernas por una enfermedad degenerativa y hoy, con sus prótesis, es el hito de los juegos. Otros deportistas también han demostrado que las limitaciones solo están en la mente.



● **Aaron Fotheringham, 20 años**

Al nacer, Aaron presentó un daño irreversible en su médula espinal que le impidió usar sus piernas. Aun así se dedicó al bicross y se convirtió en la primera persona en silla de ruedas en lograr un doble salto con giro hacia atrás en 2010 y un salto con giro frontal en 2011.



● **Enhamed Enhamed, 24 años**

Un glaucoma le quitó la vista a los 8 años, pero no su sueño de ser un gran nadador. Participó en los Paralímpicos de Beijing 2008, batió dos récords mundiales y alcanzó cuatro medallas de oro.



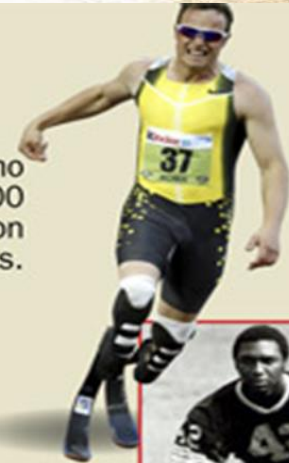
● **Jason McElwain, 24 años**

Autista y enamorado del baloncesto, mide 1,65 de estatura. Luchó hasta que en la secundaria lo dejaron jugar batiendo todos los récords de la historia al marcar 20 puntos en tres minutos. Escribió el libro *El juego de mi vida*.



● **Chris Waddell, 43 años**

En 1988 un accidente lo dejó parapléjico. Entró al equipo de esquí de Estados Unidos y ganó 12 medallas en cuatro juegos paralímpicos. En 2009, con su silla de ruedas adaptada para escalar, se convirtió en el primer parapléjico en alcanzar la cima del monte Kilimanjaro. Su historia inspiró el documental *One Revolution*.



● **Carl Joseph, 51 años**

Sin su pierna izquierda desde su nacimiento, se ha destacado en el atletismo, el baloncesto y el fútbol americano. Ha logrado saltos de 1,78 metros en altura, lanzamientos de 12,2 metros en peso y 36,6 metros en disco.

Motivación, objetivos, planificación y poner en acción lo que voy a superar.

EMPIEZA A CRECER PERSONALMENTE



Educate a ti mismo



Vence tus miedos



Busca Inspiración



Aprende de los errores



Crea buenos hábitos



PAUSA ACTIVA

TE RETO...

Elegimos el número 14 pero
no el 13 el número 49 pero
no el 48 el número 84 pero

no el: ?

- a) 79
- b) 83
- c) 91
- d) 63

Retos Matemáticos



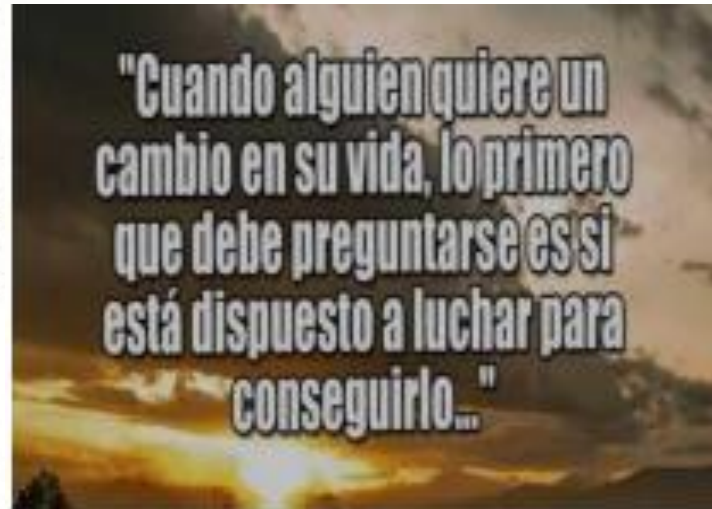
Respuesta
correcta: 83

3: TAREA

- **Observa las imágenes y compara ¿qué rasgo de personalidad, tienen en común Monserrat Laferte y Alexis Sánchez? Investiga sobre su biografía, sus orígenes y responde en tu cuaderno.**



- **Reflexiona ¿qué significa para ti esta frase?**



Crea una nueva frase que te ayude a tu superación personal.

Recuerda que tu profesora está dispuesta para ayudarte si tienes algún problema

En esta oportunidad no encontrarás un solucionario ya que debes de desarrollar tus propias reflexiones.



La vida
TE PONDRA
OBSTÁCULOS
PERO LOS LÍMITES
los pones tú

5: AUTOEVALUACIÓN

- **Estimado alumno(a):** Le solicito que se autoevalúe en las actividades desarrolladas en su hogar . En primer lugar se le plantean indicadores respecto de su actitud frente al trabajo. Para responder marque con un “X” en el nivel de la escala que usted considere representa su grado de acuerdo” para realizar esta autoevaluación debe escribirlo en su cuaderno, con buena letra y ordenado.



© Can Stock Photo

INDICADORES	SIEMPRE	A VECES	NUNCA
Me he comprometido con el trabajo que me envió mi profesora.			
He realizado una comparación coherente en las imágenes dadas.			
Mi reflexión de la frase ha sido clara			
He aprovechado los días de consulta con la profesora para aclarar dudas.			
Me siento satisfecho (a) con el trabajo realizado.			