



Tutoría

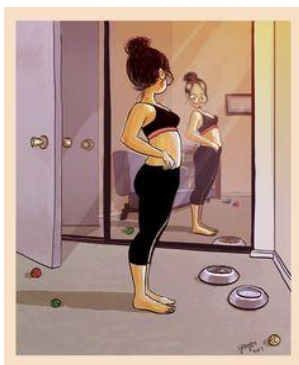
S 16: "ME GUSTA CÓMO ME VEO Y CÓMO ME VEN LOS DEMÁS"

Propósito: Reflexionar y reconocer que los cambios de la adolescencia son un proceso natural y temporal.

Actividad 1

Observamos y analizamos las siguientes imágenes:

A



B



C



D



➤ **Dialogamos oralmente:**

- _ ¿Qué observamos en las imágenes?
- _ ¿Qué está haciendo el niño en la imagen de la letra C?
- _ ¿Qué me puedes decir sobre la imagen de la letra A?
- _ ¿Qué observas en el cuadro B por que la niña esta así?
- _ ¿Cómo crees que se siente estos niños?, ¿por qué
- _ ¿Qué cambios físicos está experimentando su cuerpo?
- _ ¿Qué dice en la imagen de la letra D'?
- _ ¿Todas las imágenes son iguales?

Actividad 2

- **Reflexiona y responde** en tu cuaderno las siguientes frases (completa lo que deseas.) "Esta mañana te levantaste y al mirarte al espejo, descubriste que:

“Lo que más te gusta de tu aspecto físico es:.....

.....

Lo que menos te gusta es:.....

.....

¿Conoces adolescentes de tu edad a quienes les preocupa su apariencia física?, ¿qué es

lo que más les preocupa?

¿Qué consejo le darías a una compañera (o), con acné en la cara que se mira al

espejo con preocupación:.....

RECUERDA:

Los cambios corporales y fisiológicos que ocurren en la adolescencia son naturales y temporales, por lo tanto es normal que les genere preocupación durante este proceso

◆ Cada adolescente varón y mujer, debe saber esperar a que culminen sus cambios para tener una opinión más objetiva sobre sí mismo. También, puede cuidar su aspecto personal con adecuados hábitos y estilos de vida, que lo hará sentirse y verse bien.

◆ Cuidar y preocuparnos por nuestra imagen externa es adecuado, pero también es importante que miremos nuestro mundo interno y la belleza interior de las personas.

◆ Los medios de comunicación difunden modelos de vida y de vestir de adolescentes que, muchas veces, no corresponden a nuestra realidad y cultura.

◆ Somos un país plurilingüe, multicultural y multiétnico, por tanto, podemos tener muchos tipos de belleza, y todos somos igualmente valiosos e importantes.

Actividad 3

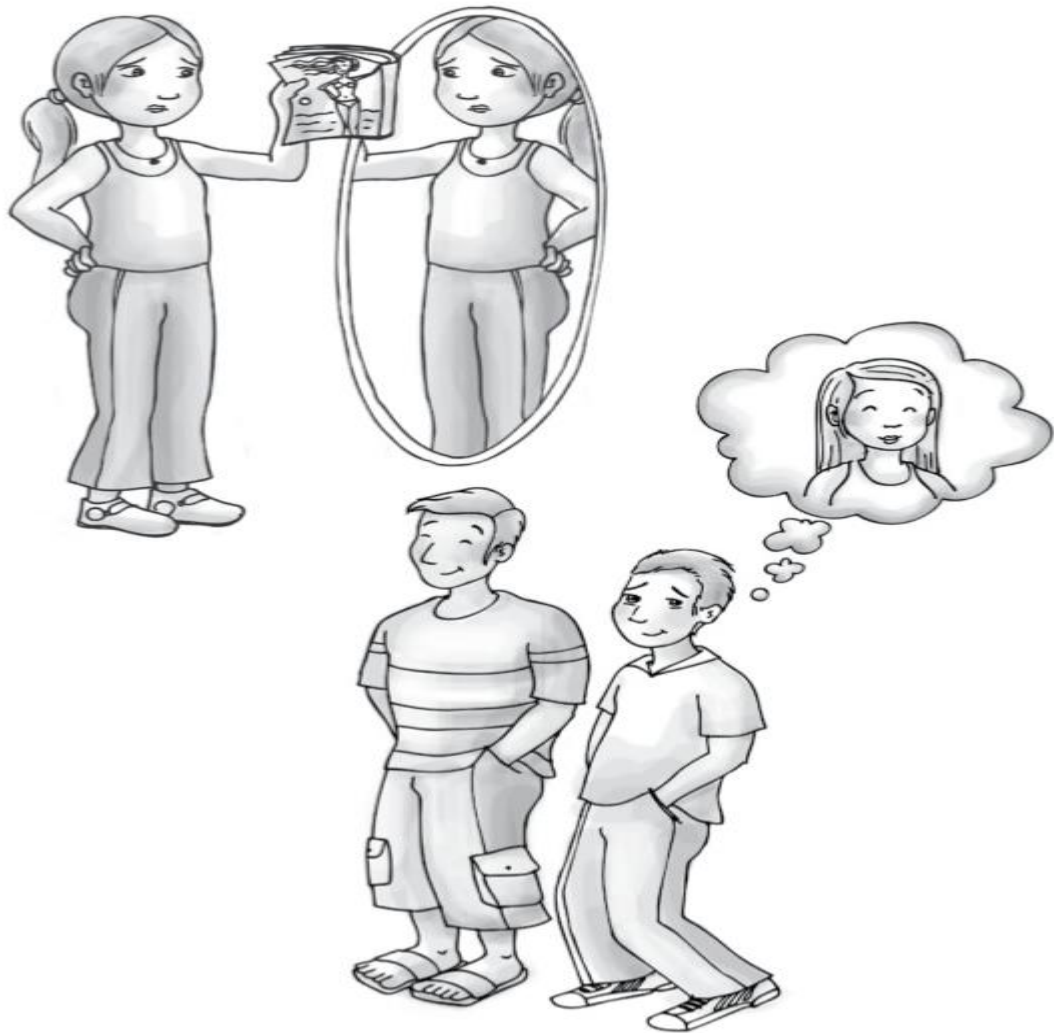
➤ **Escribe dos recomendaciones a tu amiga adolescente que tiene el cutis con acné.**

a).....

b).....

➤ **Colorea y escribe un diálogo a cada imagen ahora que sabes que los Cambio que tenemos son temporales.**

Tomas una foto y lo envías a tu portafolio virtual del estudiante.



REFLEXION:

Nosotros tenemos muchos complejos que nos impiden disfrutar de nosotros mismos, estamos pensando como las demás personas nos van a ver...Lo que no sabemos es que muchas veces las personas no nos ven como nosotros pensamos o queremos que nos vean. ¿Sabes que sería muy positivo? Empezar a interactuar con las personas que están a nuestro alrededor y preguntarles directamente como nos ven a nosotros mismos. Esto nos puede ayudar a comprender cómo nuestro punto de vista no es único, ni siquiera intentando vernos desde fuera lo logramos. . Todo lo que te digan te ayudará a formarte una imagen real que es lo que proyectas hacia el resto de personas. “Los espejos son como la conciencia. Uno se ve allí como es, y como no es”.

Evaluación

Metacognición
1. ¿Qué he aprendido?
2. ¿Cómo he aprendido?
3. ¿Para qué me sirve todas las actividades que he realizado?

Autoevaluación		
1. Cumplí con la tarea de forma autónoma. (Solo)	SI	NO
2. Trabaje en forma ordenada	SI	NO
3. Cumplí con todas las actividades	SI	NO
4. Busque más información sobre el tema	SI	NO
5. Aplico todo lo aprendido en mi vida diaria	SI	NO

Te invitamos a visitar nuestra página web

<https://doramayerprimaria.wixsite.com/doramayerprimaria>

