

PLANIFICACIÓN PROGRAMA DE ORIENTACIÓN

COMPETENCIA	Reconoce y comprende las propias emociones, pensamientos y valores, expresándoles de manera constructiva, potenciando sus fortalezas y asimilando sus limitaciones personales, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.				NIVEL	2° Básico	UNIDAD	Conciencia de Sí Mismo
OBJETIVO DE APRENDIZAJE AL FINAL DE CICLO	Los estudiantes definen y valoran cómo son a partir de fuentes personales y sociales.				OBJETIVO DE NIVEL	Comprender características de sí mismo en base a la propia percepción y la de otros de manera integrada.		
VALOR SELLO BELÉN	Fortaleza	INDICADORES DE LA VIRTUD DEL VALOR	Dominio de Sí	Respetar normas y turnos dentro y fuera de la sala de clases en contextos pedagógicos y de juego, autorregulando sus reacciones y emociones autónomamente al relacionarse con otros.				
			Resiliencia	Reconoce aprendizajes a partir de sus debilidades, errores cometidos, experiencias dolorosas, etc., y cómo estos le han servido para crecer y ser una mejor persona.				
			Sencillez	Reconoce sus fortalezas, debilidades y limitaciones como parte de su identidad, manifestando en su actuar de acuerdo a ellas y transparentando cuando algo no le es posible.				
			Valentía	Expresa sus ideas y opiniones argumentando por medio de diversas razones, de forma oral y escrita que le permitan defender lo que está afirmando.				

SESIÓN N° 1 “MI CARITA SE EMOCIONA”		2º Básico
OBJETIVO DIDÁCTICO DE LA SESIÓN	CONCEPTOS CLAVES/ CONTENIDOS	
Reconstruir una imagen de sí mismo que incluya características físicas y psicológicas en base a la propia percepción.	Autoconocimiento, características físicas y psicológicas, emociones.	
VALOR SELLO BELÉN: Fortaleza	HABILIDAD ESPECÍFICA: Conciencia de sí mismo	
Conciencia de sí mismo: Capacidad de reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.		
INDICADOR DE EVALUACIÓN		
Mostrar sus obras por cada emoción (alegría, enojo, miedo, tristeza y sorpresa). Así, es posible observar el avance del trabajo realizado y el reconocimiento de las características físicas en cada emoción.		
INICIO	RECURSOS	MEDIOS DE PRESENTACIÓN
El o la docente saluda con afecto a sus estudiantes y les pregunta si hay algo que hoy los haya hecho reír. ¿Por qué eso les causó risa?	Pueden contestar por el chat y algunos voluntarios pueden activar su micrófono. En la sala de clases se les pide que levanten la mano para participar.	Escrito X Visual/ Audiovisual ☐ Oral ☐ Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?

DESARROLLO	RECURSOS	MEDIOS DE EJECUCIÓN
El o la docente presenta las emociones básicas, enfatizando que no hay emociones buenas ni malas, ya que son una forma de cómo nuestra mente y nuestro cuerpo reaccionan ante ciertas situaciones. Los niños/as no se deben sentir mal por sentir alguna de ellas, sobre todo las emociones que no nos son agradables. Se les solicita a los y las estudiantes que en un rostro previamente dibujado, moldeen los rasgos de la cara con plastilina cuando se siente: alegría, enojo, miedo, tristeza y sorpresa. (¿Cómo sería tu carita si sintieras alegría? ¿Cómo cambian los ojos, los labios, las cejas?). Dar el tiempo necesario para moldear cada emoción. Después comparten sus obras y comentan: ¿Cómo se ve tu carita cuando sientes alegría? ¿Qué pasa en tu cuerpo? ¿Qué pasa en tu mente? ¿Qué pasa en tu corazón? ¿Qué te da alegría? ¿Por qué? (Y así con cada una de las emociones).	Se muestran imágenes de emoticones que representan emociones básicas, se invita a reconocer los rasgos asociados a cada emoción (forma de boca, cejas, ojos, etc.) Se puede enviar previamente el dibujo del contorno del rostro sin los rasgos para cada emoción y se solicitan los materiales con anticipación.	Escrito X Visual/Audiovisual ☐ Oral X Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
CIERRE	RECURSOS	MEDIOS DE PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO
Para guiar el cierre se les invita a mirar todo lo que ocurrió en la sala o en la sesión virtual con la pregunta ¿Cómo reconoces cuando una compañero/a está alegre, enojado/a o triste? Y cómo podemos actuar será un desafío por el que trabajaremos más adelante. Para concluir la clase, se sacan una foto todos juntos expresando las emociones con su rostro.	Para encontrar mayor información sobre las emociones universales en http://atlasofemotions.org/	Actividades grupales X Pregunta inicial que motive a la clase ☐ Ejemplos cercanos a los estudiantes ☐ Juegos o actividades lúdicas ☐ Hacer partícipe a los estudiantes en la toma de decisiones de actividades y contenidos ☐ Permitir que los estudiantes comenten entre sí sus aprendizajes X Otro: ☐ ¿Cuál?

MI CARITA SE EMOCIONA

¿Qué rostro se asocia a que emoción? ¿Cuáles son las diferencias en cada rostro?



SESIÓN N° 2 “MIS EMOCIONES”		2º Básico
OBJETIVO DIDÁCTICO DE LA SESIÓN	CONCEPTOS CLAVES/ CONTENIDOS	
Comprender la dimensión social de la percepción de sí mismo.	Autopercepción, reconocimiento de emociones, actividades sociales	
VALOR SELLO BELÉN: Fortaleza	HABILIDAD ESPECIFICA: Conciencia de sí mismo	
Conciencia de sí mismo: Capacidad de reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.		
INDICADOR DE EVALUACIÓN		
Participación de estudiantes respondiendo las preguntas asociadas a las situaciones expuestas. En formato virtual, estás pueden ser levantadas a través del chat o por micrófono; en formato virtual, estas pueden ser levantadas a viva voz de forma colectiva o de forma individual (levantando la mano para participar).		
INICIO	RECURSOS	MEDIOS DE PRESENTACIÓN
El o la docente saluda con entusiasmo a sus estudiantes y les cuenta que en la clase van a conversar acerca de las emociones. Y les pregunta por una situación qué les haya generado felicidad.	Pueden contestar por el chat y algunos voluntarios pueden activar su micrófono. En la sala de clases se les pide que levanten la mano para participar.	Escrito X Visual/ Audiovisual ☐ Oral ☐ Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
DESARROLLO	RECURSOS	MEDIOS DE EJECUCIÓN

El o la docente recuerda que las emociones no son ni buenas ni malas y que son una reacción frente a ciertas situaciones. El profesor/a les indica distintas situaciones y los estudiantes muestran con su material la emoción que sienten con la situación: - Cuando comes helado - Al jugar con tus amigas/os - Cuando alguien te miente - Correr por el parque - Ver una película de terror Docente, puede añadir o quitar situaciones. Reflexionan: ¿Qué hacen/dicen/siente quienes te rodean cuando sientes alegría? ¿Miedo? ¿Rabia? ¿Tristeza? ¿Tus personas cercanas te ven de forma distinta según la emoción que sientes?	Los materiales para realizar la actividad se le pide con anticipación a los apoderados de acuerdo al siguiente video: https://www.instagram.com/reel/CRC3BfdHnCu/?utm_source=ig_web_copy_link Presentación de apoyo para la clase en el siguiente link: Presentación	Escrito X Visual/Audiovisual ☐ Oral X Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
CIERRE	RECURSOS	MEDIOS DE PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO
Conectando con lo que se compartió en sala o en el chat, se les invita a mostrar quienes son las personas que los acompañan cuando sienten emociones como la alegría, la pena, la rabia y el miedo, etc. Ello puede ser a través de un dibujo y/o mostrando fotos, si tienen disponibles (virtual)	Se recomienda para iniciar a los niños/as en el tema de las emociones el cuento “El monstruo de colores” Un video: https://youtu.be/xSCDF0F49Q	Actividades grupales X Pregunta inicial que motive a la clase ☐ Ejemplos cercanos a los estudiantes ☐ Juegos o actividades lúdicas ☐ Hacer partícipe a los estudiantes en la toma de decisiones de actividades y contenidos ☐ Permitir que los estudiantes comenten entre sí sus aprendizajes X Otro: ☐ ¿Cuál?

SESIÓN N° 3 “FORTALEZAS EN LOS OJOS DE MIS COMPAÑEROS”		2º Básico
OBJETIVO DIDÁCTICO DE LA SESIÓN	CONCEPTOS CLAVES/ CONTENIDOS	
Identificar características personales asociadas a la percepción de los compañeros de curso.	Autopercepción, percepción de otros.	
VALOR SELLO BELÉN: Fortaleza	HABILIDAD ESPECIFICA: Conciencia de sí mismo	
Conciencia de sí mismo: Capacidad de reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.		
INDICADOR DE EVALUACIÓN		
Mostrar sus obras (lentes de las fortalezas). Así, es posible observar el avance del trabajo realizado.		
INICIO	RECURSOS	MEDIOS DE PRESENTACIÓN

El o la docente saluda con cariño y los invita a un viaje a la conciencia de sí mismos, señalando que es la capacidad de autoperibirse (reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva). Esta vez, conectaremos con las características que reconocen y valoran sus compañeros.	Se les comparte que la autopercepción es la capacidad de las personas de observarse a sí mismos, de percibirse en relación a otros.	Escrito X Visual/ Audiovisual ☐ Oral ☐ Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
DESARROLLO	RECURSOS	MEDIOS DE EJECUCIÓN
Se invita a los a las estudiantes a construir, con el cartón reciclado, sus propios lentes de las fortalezas. Con ellos podemos, como si fuera un súper poder, observar las fortalezas de todos y todas. Las fortalezas son las características, habilidades y cualidades que nos permiten ser quienes somos, incluso sobresalir o destacarnos en alguna actividad, por ejemplo ser amable, cuidadoso, correcto, respetuoso, fuerte, etc. Si necesitamos levantar una bolsa con juguetes y está pesada, quizás me cuesta levantarla con una mano, pero si nos apoyamos con las dos ocupamos más fuerza, es decir, las fortalezas podemos conocerlas más apoyándonos con lo que ven otros. Por eso el ejercicio es imaginarnos que nos ponemos los lentes de la fortaleza, para mirar las cualidades que valoramos de las personas que nos rodean. Incluso, ojalá podamos descubrir fortalezas que nos habíamos dado cuenta que teníamos. Ahora que ya miramos quienes están y pusimos atención a sus cualidades, vamos a reunirnos en equipos, para compartir las fortalezas que vemos en las compañeras.	Se solicita con anticipación a los y las apoderadas un trozo de cartón, preferentemente, de alguna caja reciclada (ej. una tapa de una caja de zapatos, un caja de leche, una tapa de un cuaderno, etc.) Mayor información sobre las fortalezas puede encontrar en: https://soyastoreca.cl/fortalezas-del-caracter/	Escrito X Visual/Audiovisual ☐ Oral X Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
CIERRE	RECURSOS	MEDIOS DE PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO
Para terminar, compartiremos en plenario como se sintieron al decir las fortalezas de las compañeras/os y que sorpresa se llevaron al escuchar a sus compañeros, que fortaleza le dijeron que tenía. Finalmente recordar que todos podemos contribuir en hacer visibles las fortalezas de nuestros pares.	Para conectar con las fortalezas es posible recurrir a la película “Encanto”. La trama central de esta producción gira en torno a Mirabel Madrigal, una chica que, a diferencia del resto de sus familiares, no tiene poderes especiales. A partir de la trama es posible comprender que todos tenemos	Actividades grupales X Pregunta inicial que motive a la clase ☐ Ejemplos cercanos a los estudiantes ☐ Juegos o actividades lúdicas ☐ Hacer partícipe a los estudiantes en la toma de decisiones de actividades y contenidos ☐ Permitir que los estudiantes comenten entre sí sus aprendizajes X

	virtudes y solo debemos descubrir cuáles son. - Las fortalezas identificadas quedan anotadas en la Bitácora del Estudiante.	Otro: ☐ ¿Cuál?
--	---	---

FORTALEZAS EN LOS OJOS DE MIS COMPAÑEROS

¿Qué fortalezas tiene cada personaje?



SESIÓN N° 4 “YO Y MI FAMILIA”		2º Básico
OBJETIVO DIDÁCTICO DE LA SESIÓN	CONCEPTOS CLAVES/ CONTENIDOS	
Identificar características personales asociadas a la percepción de miembros de la familia.	Autoconocimiento, familia, características, fortalezas.	
VALOR SELLO BELÉN: Fortaleza	HABILIDAD ESPECIFICA: Conciencia de sí mismo	
Conciencia de sí mismo: Capacidad de reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.		
INDICADOR DE EVALUACIÓN		
Mostrar sus dibujos y responder las preguntas levantadas. En formato virtual, estás pueden ser levantadas a través del chat o por micrófono; en formato virtual, estas pueden ser levantadas a viva voz de forma colectiva o de forma individual (levantando la mano para participar).		
INICIO	RECURSOS	MEDIOS DE PRESENTACIÓN
El o la docente saluda con cariño y los invita a pensar en alguna persona de su familia que admiren y compartir el porqué. Se señala que la conciencia de sí mismo es la capacidad de autopercebirse (reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva). Esta vez, conectaremos con las características que reconocen y valoran su familia.	Pueden contestar por el chat y algunos voluntarios pueden activar su micrófono. En la sala de clases se les pide que levanten la mano para participar.	Escrito ☐ Visual/ Audiovisual X Oral ☐ Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
DESARROLLO	RECURSOS	MEDIOS DE EJECUCIÓN

Se invita a reflexionar respecto a la película Kung Fu Panda, respondiendo a las siguientes preguntas: <i>esta es la familia de Po, ¿qué característica veía Po en sus compañeros? ¿Qué características vieron los otros en Po?</i> Luego se les pide a los y las estudiantes que realicen un dibujo de sus familias, ellos y ellas incluidos y todas las personas que quieran, pues hay tantas familias distintas como personas distintas. Luego, los estudiantes comparten sus dibujos.	Para conectar con las fortalezas es posible recurrir a la película “Kung Fu Panda” (imagen adjunta). Pueden contestar por el chat y algunos voluntarios pueden activar su micrófono. En la sala de clases se les pide que levanten la mano para participar.	Escrito X Visual/Audiovisual ☐ Oral X Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
CIERRE	RECURSOS	MEDIOS DE PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO
Se les invita a reflexionar con las siguientes preguntas: ¿Qué característica crees que ve tu familia en ti? ¿Cómo dicen que eres? Para motivar se sugiere a colocar ejemplos: <i>mi familia cree que yo soy muy divertido/a, la familia de Po creía que él era muy tierno y divertido.</i>	Docente, es importante enfatizar todos y todas tenemos características importantes, que es importante reconocerlas (ver y decir) en nosotros y en otros. - Las fortalezas identificadas quedan anotadas en la Bitácora del Estudiante.	Actividades grupales X Pregunta inicial que motive a la clase ☐ Ejemplos cercanos a los estudiantes ☐ Juegos o actividades lúdicas ☐ Hacer partícipe a los estudiantes en la toma de decisiones de actividades y contenidos ☐ Permitir que los estudiantes comenten entre sí sus aprendizajes X Otro: ☐ ¿Cuál?

YO Y MI FAMILIA

¿Qué característica veía Po en sus compañeros? ¿Qué características vieron los otros en Po?



SESIÓN N° 5 “MI PROPIO SUPERHEROE”		2º Básico
OBJETIVO DIDÁCTICO DE LA SESIÓN	CONCEPTOS CLAVES/ CONTENIDOS	
Integrar las características personales identificadas por otros a la imagen de sí mismo reconstruida en base a la propia percepción.	Autoconocimiento.	
VALOR SELLO BELÉN: Fortaleza	HABILIDAD ESPECIFICA: Conciencia de sí mismo	
Conciencia de sí mismo: Capacidad de reconocer sus emociones y pensamientos expresándolos de manera constructiva, para construir desde la confianza y el optimismo una visión de sí caracterizada por la fortaleza.		
INDICADOR DE EVALUACIÓN		
Mostrar sus autorretratos y responder las preguntas levantadas. En formato virtual, estás pueden ser levantadas a través del chat o por micrófono; en formato virtual, estas pueden ser levantadas a viva voz de forma colectiva o de forma individual (levantando la mano para participar).		
INICIO	RECURSOS	MEDIOS DE PRESENTACIÓN
La profesora saluda con cariño y los invita a cerrar el viaje de la conciencia de sí mismos, conectando con las experiencias que han tenido y esta vez, desde las características que reconocen y valoran otros de nosotros.	Se les comparte que la autopercepción es la capacidad de las personas de observarse a sí mismos, de percibirse en relación a otros.	Escrito X Visual/ Audiovisual ☐ Oral ☐ Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
DESARROLLO	RECURSOS	MEDIOS DE EJECUCIÓN

El o la docente expondrá la imagen de los superhéroes y les pedirá a los y las estudiantes que reconozcan cual es el superpoder de cada uno y una de ellos. Luego, se les pedirá que se dibujen a ellos mismos y mismas como un superhéroe. Terminado el dibujo, se les pedirá que recuerden y señalen, que característica de las señaladas en las sesiones anteriores por sus compañeros o sus familias serían sus súper poderes.	Para conectar con las características es posible recurrir a los superhéroes (imagen adjunta). Para este ejercicio se requiere lápices y papel para dibujar.	Escrito X Visual/Audiovisual ☐ Oral X Musical ☐ Teatral ☐ Uso de Objetos ☐ Experimental ☐ Artístico X Otro: ☐ ¿Cuál?
CIERRE	RECURSOS	MEDIOS DE PARTICIPACIÓN Y COMPROMISO
Para terminar, compartiremos en plenario cuales fueron estos superpoderes, que características reconocen en ellos mismos. Finalmente recordar que todos y todas podemos potenciar nuestras características y apoyar a otros a hacer las suyas visibles.	Al concluir esta sesión se pueden conectar las experiencias de las 5 sesiones como cierre de la unidad de Conciencias de sí mismo.	Actividades grupales X Pregunta inicial que motive a la clase ☐ Ejemplos cercanos a los estudiantes ☐ Juegos o actividades lúdicas ☐ Hacer partícipe a los estudiantes en la toma de decisiones de actividades y contenidos ☐ Permitir que los estudiantes comenten entre sí sus aprendizajes X Otro: ☐ ¿Cuál?

MI PROPIO SUPERHEROE

