**Unidad 1: “Mis actitudes académicas”**

**Guía de aprendizaje n°8 “Orientación”**

**Objetivo:** Reconocer sus propias emociones en distintos momentos del día.

|  |
| --- |
| **Nombre estudiante:**  |
| **Curso: 3°Básico**  | **Fecha:** |

Actividad

1. Escribe un horario con las actividades que realizas cada día, indicando las emociones que te provocan estas acciones.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Momento del día** | **Actividad a realizar** | **Emoción provocada** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

1. ¿Qué haces cuando una emoción te esta afectando negativamente?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Realiza un dibujo que exprese lo que estas sintiendo en este momento.

|  |
| --- |
|  |