**GUÍA DE ORIENTACION**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | Curso: 3°A | Fecha: semana N° 22 |
| **¿QUÉ APRENDEREMOS?** | | |
| **Objetivo (s):** OA 4 Identificar y practicar en forma autónoma conductas protectoras y de autocuidado en relación a: › rutinas de higiene › actividades de descanso, recreación y actividad física › hábitos de alimentación › resguardo del cuerpo y la intimidad › la entrega de información personal › situaciones de potencial abuso › consumo de drogas | | |
| **Contenidos:** prevención de drogas en las personas, autocuidado | | |
| **Objetivo de la semana:** Describir imágenes con formas de evitar situaciones de riesgo asociadas al consumo de sustancias mediante guía de trabajo. | | |
| **Habilidad:** describir | | |

**¿Qué necesito saber?**

Para comenzar necesitas saber de qué se trata la habilidad de describir y qué entendemos por formas de evitar consumo de drogas

****

**Entonces**

**Describir:** Se debe observar las características de un objeto o persona las que pueden ser físicas o psicológicas en este caso utilizaremos las psicológicas.

**¿Qué es el autocuidado?**

El Autocuidado, definido como las decisiones o acciones que el individuo realiza en beneficio de la propia salud, y diversos aspecto y conductas de nuestra vida, tiene una gran importancia para todas las personas. La **educación** para el autocuidado debe tener en cuenta las capacidades y conocimientos de la persona, sus creencias y valores, sus preferencias y el entorno y apoyo social del que dispone.

**Recordemos**

**Las drogas** pueden causar daño a quienes la consumen y a las personas que los rodean, tales como familiares, niños y bebés en gestación. La droga también puede causar daños en el cuerpo y el cerebro, algunas veces permanentes. También puede producir adicción, un trastorno cerebral duradero. Las personas con una adicción no pueden abandonar las drogas por sí mismas. Siguen consumiéndolas, aunque sepan que pueden ocurrir cosas malas.

**Factores de riesgo**

Los elementos que aumentan la probabilidad de que una persona abuse de las drogas se conocen como factores de riesgo.

* **Factores sociales**: como el hecho de vivir en un entorno muy desfavorecido
* **Factores familiares**: como la falta de lazos con la familia o que los padres tengan actitudes favorables hacia el consumo de drogas
* **Factores escolares**: como, por ejemplo, experimentar fracaso escolar
* **Factores individuales**o interpersonales: como presentar problemas de conducta de manera precoz y persistente.



Como evitar el consumo de drogas en niños y adolescentes

Los niños oyen hablar de drogas en todos lados: en la música, en las películas, en las noticias, en la televisión. Escuchan hablar sobre ellas en internet, en los videos de YouTube y en aplicaciones como Instagram o Snapchat. Tal vez vean gente drogándose en la calle o incluso en su propia casa. O tal vez escuchen a otros niños hablar sobre drogas en la escuela, en fiestas y hasta en la plaza de juegos.

I.- Ahora a trabajar

Piensa y reflexiona acerca del daño que provocan las drogas tanto en nuestra vida como en la salud

Y luego describe las imágenes en las que se presentan formas de evitar situaciones de riesgo asociadas al consumo de drogas. Guíate por el ejemplo.

|  |  |
| --- | --- |
|  | * Evita el consumo de drogas la protección y seguridad que la familia brinda * Conversar con la familia aclarar dudas * Informar a la familia situaciones de posible riesgo referente al consumo de drogas. |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1.- ¿Por qué es importante conocer sobre las formas de evitar el consumo de las drogas? Mencione dos razones

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

Autoevaluación o reflexión personal sobre la actividad:

1.- ¿Qué fue lo más difícil de este trabajo? ¿Por qué?

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



¡Éxito tú puedes!