GUIA DE TRABAJO ORIENTACION

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Nombre: | Curso: 7°A | Fecha: semana N° 22 |

|  |
| --- |
| **Objetivo (s) . OA4**  Integrar a su vida cotidiana acciones que favorezcan el bienestar y la vida saludable en el plano personal y en la comunidad escolar, optando por una alimentación saludable, un descanso apropiado, realizando actividad física o practicando deporte, resguardando la intimidad e integridad del cuerpo, incorporando medidas de seguridad en el uso de redes sociales, entre otros. |
| **Contenido:** enfrentar tensión |
| **Objetivo de la semana:** Identificar técnicas para enfrentar la ANSIEDAD y favorecer el bienestar en el plano personal a través de Power Point. |
| **Habilidad**: Identificar |