



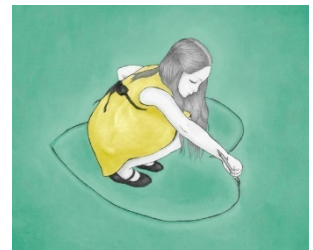
<b>Guía de Aprendizaje Religión</b> 8° Año Básico <b>Docente de Asignatura:</b> Nayade Neira Allende
--

<b>OA 7</b>	Reconocer intereses, inquietudes, problemas o necesidades compartidas con su grupo de pertenencia, ya sea dentro del curso u otros espacios de participación, y colaborar para alcanzar metas comunes valorando el trabajo en equipo y los aportes de cada uno de sus miembros.
<b>Objetivo de la semana</b>	Reconocer intereses y necesidades a través del concepto de autoestima.
<b>Fecha</b>	25 de mayo de 2020 (semana 8)

**RECUERDA ANOTAR EL OBJETIVO, LA FECHA Y LAS RESPUESTAS EN TU CUADERNO**

**I. EXPLICACIÓN DEL CONTENIDO**

**Amarse a uno mismo**



"Cuando me amé de verdad, comprendí que en cualquier circunstancia, yo estaba en el lugar correcto, en la hora correcta, y en el momento exacto.

Y, entonces, pude relajarme. Hoy sé que eso tiene nombre... Auto-estima.

Quando me amé de verdad, pude percibir que mi angustia y mi sufrimiento emocional, no es sino una señal de que voy contra mis propias verdades. Hoy sé que eso es... Autenticidad.

Quando me amé de verdad, dejé de desear que mi vida fuera diferente y comencé a ver que todo lo que acontece, contribuye a mi crecimiento. Hoy sé que eso se llama... Madurez.

Quando me amé de verdad, comencé a percibir como es ofensivo tratar de forzar alguna situación, o persona, solo para realizar aquello que deseo, aún sabiendo que no es el momento o la persona no está preparada... inclusive yo mismo. Hoy sé que el nombre de eso es... Respeto.

Quando me amé de verdad, comencé a librarme de todo lo que no fuese saludable... Personas, situaciones, todo y cualquier cosa que me empujara hacia abajo. De inicio, mi razón llamó esa actitud egoísmo. Hoy sé que se llama... Amor Propio.

Quando me amé de verdad, dejé de temer tener tiempo libre y desistí de hacer grandes planes, abandoné los Mega-proyectos de futuro. Hoy hago lo que encuentro correcto, lo que me gusta, cuando quiero y a mi propio ritmo. Hoy sé, que eso es... Simplicidad.

Cuando me amé de verdad, desistí de querer tener siempre la razón y, con eso, erré mucho menos veces.  
Hoy descubrí la... Humildad.

Cuando me amé de verdad, desistí de quedar reviviendo el pasado y de preocuparme con el Futuro. Ahora, me mantengo en el presente, que es donde la vida acontece.  
Hoy vivo un día a la vez. Y eso se llama... Plenitud.

Cuando me amé de verdad, percibí que mi mente puede atormentarme y decepcionarme. Pero cuando yo la coloco al servicio de mí corazón, ella tiene una gran y valiosa aliada. Todo eso es.... **SABER VIVIR!**

No debemos tener miedo de confrontarnos... Hasta los planetas chocan y del caos nacen las estrellas."

## II. ACTIVIDAD

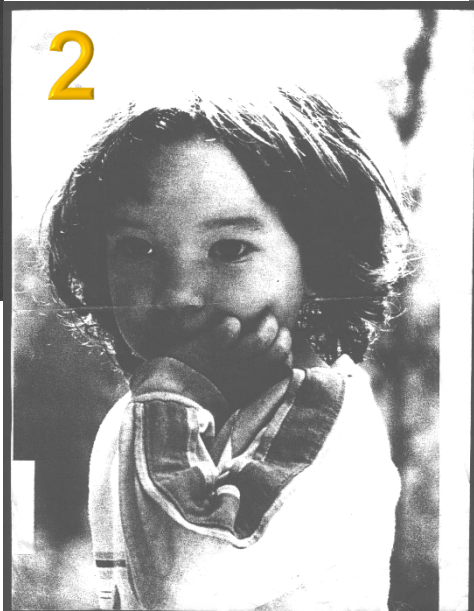
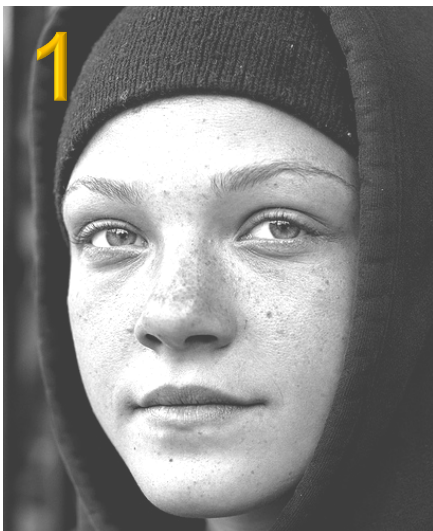
1.- Observa las siguientes imágenes, escoge un rostro y escribe en tu cuaderno:

-características físicas que observas

-características psicológicas que cree ver en el rostro (Lo que transmite).

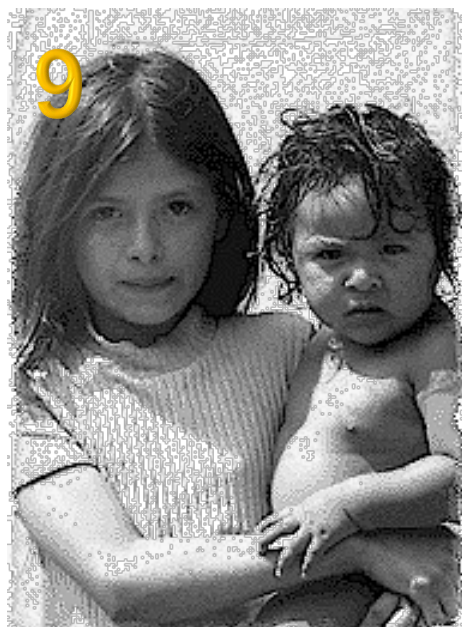
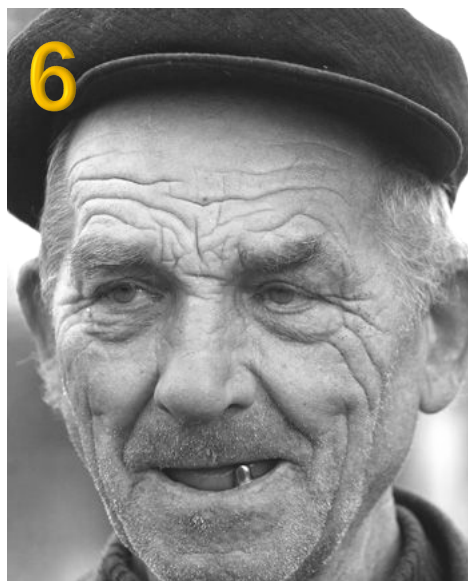
-Escribir la historia que se imagina detrás del rostro (10 líneas mínimo).

*Love yourself!*





5



2.- Así como ellos, tú también eres único e irrepetible y debemos reconocer nuestros intereses y necesidades para mejorar como personas y ser felices.

Elabora en tu cuaderno un afiche donde dibujes cuáles son tus intereses (ejemplo la música, el deporte, la danza, el teatro, etc.) y cómo puedes mejorar tu calidad de vida a través de éstos.



### III. RETROALIMENTACIÓN

Reflexiona y anota en tu cuaderno: ¿Cómo manifiestas el amor hacia ti mismo?

