

Orientación 8° básico / Unidad 1 / OA1 / Actividad 1

1. La verdadera imagen

Observaciones a la o el docente

Se sugiere leer la actividad para preparar las imágenes que utilizará en ella, o solicitar a sus estudiantes que las lleven. Es recomendable utilizar las dependencias del CRA o la sala Enlaces, para cerrar la actividad con el video “Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo, ¿qué cambiarías?”, que puede encontrar en internet.

El o la docente inicia la actividad planteando al curso la siguiente pregunta: ¿Qué creen ustedes que es tener una buena imagen, o una imagen positiva? Las y los estudiantes responden mediante una lluvia de ideas.

Posteriormente, el o la docente les presenta imágenes de personas reconocidas como ejemplos de superación, valoradas por sus aportes a la comunidad en diversos campos (deportes, política, artes, ciencias, entre otros), o, según la evaluación social, con cuerpos perfectos. Para apoyar la reflexión individual y grupal, se sugiere plantear a las y los estudiantes las siguientes preguntas:

- › ¿Qué cambios he experimentado en mi cuerpo? ¿Qué efectos positivos han tenido? ¿Qué efectos negativos han tenido? (Al menos dos de cada uno).
- › ¿Qué cambios he experimentado en mi relación con los que me rodean? ¿Qué efectos positivos ha tenido? ¿Qué efectos negativos ha tenido? (Al menos dos de cada uno).
- › Las imágenes que vi, ¿qué efecto generan en la percepción que tengo de mí mismo? ¿Cómo podría fortalecer esa percepción?

Recuerde que todas las sugerencias de actividades de este Programa constituyen una propuesta que puede ser adaptada a su contexto escolar, para lo cual le recomendamos considerar, entre otros, los siguientes criterios: características de los y las estudiantes (intereses, conocimientos previos, preconcepciones, creencias y valoraciones), características del contexto local (urbano o rural, sector económico predominante, tradiciones) y acceso a recursos de enseñanza y aprendizaje (biblioteca, internet, disponibilidad de materiales de estudio en el hogar).

Para profundizar, el o la docente pide a sus estudiantes que se reúnan en pequeños grupos afines, comenten qué les costó más identificar y se apoyen entre sí para establecer aspectos positivos de los cambios y determinar formas de fortalecer su autoconcepto. Se puede aplicar la autoevaluación de la página 53 para esta interacción grupal, que debe ser monitoreada por el o la docente, quien hará hincapié en la diversidad y la importancia de no dejarse influir por imágenes estereotipadas, y en la necesidad de dar valor a los aspectos internos de la persona por sobre los aspectos físicos o externos. También el o la docente relevará lo importante que es construir una imagen de sí mismos basada en aspectos positivos, dando énfasis a las experiencias y cambios que han tenido durante su desarrollo.

Al finalizar la sesión de trabajo, el o la docente invita al curso a mirar con atención el video “Si pudieras cambiar una sola parte de tu cuerpo, ¿qué cambiarías?”.