

EVALUACIÓN FORMATIVA UNIDAD 2 N° DE GUÍA 13

RECURSO: TEXTO DE ESTUDIO PAGINAS: _____

ASIGNATURA: ___ORIENTACION___

NOMBRE ESTUDIANTE: _____

CURSO: ___8°B___ LETRA: ___A B___ FECHA: _____

Unidad 2: BIENESTAR Y AUTOCUIDADO

. OA 4.-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.

SALUD MENTAL

EN ESTA GUIA VAMOS A REFLEXIONAR SOBRE LA
IMPORTANCIA DE CUIDAR NUESTRA SALUD
MENTAL



Al momento de responder tu ticket de salida no olvides el Objetivo de esta Guía.

/// TICKET DE SALIDA ///
1. Cosas que aprendí:
2. Ejemplos de preguntas:
3. Cosas que debo mejorar: