



Guía de Trabajo Número 16 Inserción Laboral

Profesor(a): Roxana Cofré Valenzuela		Alumno(a):	
Puntaje Máximo: puntos.	Puntaje Obtenido:	Curso:	Fecha: 31/07/2020 1°A 30/07/2020 1°B
Objetivo de aprendizaje o aprendizaje esperado: Conocer las estrategias en cuanto al cuidado de la vida propia y ajena en el trabajo.			
Instrucciones: Lee con atención cada ítem realizando en cada uno de ellos lo que se te solicita. Las respuestas deben escribirse con lápiz pasta negro o azul. El uso de lápiz grafito está permitido siempre y cuando se entienda lo que se escribe. Mantén silencio antes, durante y al término de la guía. Revisa dos veces tus respuestas.			

Alumnos, para resolver esta guía sólo deben responder las preguntas que a continuación se señalan, **No es necesario imprimir la guía y tampoco copiar el texto**, las preguntas y respuestas deben ser registradas en el cuaderno, con la fecha que la desarrollan. Enviar la guía resueltas el jueves 06 de agosto primero B y viernes 07 de agosto primero A, pueden hacerlo a través de una foto a mi Whatsapp.

Reforzando Contenidos

Actividad: Responde a las siguientes preguntas

1. ¿Qué es el autocuidado?
2. ¿Por qué es importante cuidar la vida propia y ajena en el trabajo?
3. Menciona una causa de estrés en el trabajo
4. ¿De qué forma puedes cuidar tu vida en el ámbito psicológico en el trabajo?
5. ¿Qué consecuencias puede traer un estrés que no se trata cuando se está pasando por ello?