Semana del 15 al 26 de Junio 2020 Profesora: Lorena Peralta V.

**Actividades a realizar en casa 8º año A-B**

**Objetivo: OA13-OA21**

Expresarse en forma creativa, por medio de la escritura de un “Diario de Vida”

TRABAJO DE EXPRESION ESCRITA: **“DIARIO DE VIDA”**

Introducción:

A lo largo del tiempo, la humanidad ha enfrentado diversas situaciones como pandemias y guerras que nos han obligado a resguardarnos, a protegernos y a escondernos para poder hacerles frente y sobrevivir, con toda la incertidumbre, temor y preocupación que eso implica.

Actualmente, es la pandemia por **“Coronavirus”** la que nos tiene confinados y aislados. El encierro que ya viven miles de chilenos alrededor del país, “por el bien común de combatir esta pandemia”, **aflora emociones que puede que nunca hayamos sentido,** creando un impacto sicológico en algunas personas y grupos familiares. Saber reconocer qué emoción estamos teniendo es clave para aprender a manejarlas y mantener la tranquilidad que tanto necesitamos. Asimismo, **escribir** es una forma terapéutica de ayudarte a controlar tus emociones, de liberarte, calmarte y mejorar tu salud mental.

El siguiente trabajo, es una invitación para que explores y analices cómo te sientes frente a la situación que enfrentamos, que emociones percibes en ti y en tu familia cada día y las expreses de manera escrita.

Para esto, te proponemos la elaboración de un “**Diario de vida”**, en el cuál **registres durante una semana tu percepción y acciones en este nuevo contexto.**

\*En este link puedes encontrar un resumen y reseña de la historia de Ana Frank, ubicándote en el contexto histórico de la guerra y la experiencia de esta adolescente en el encierro.

<https://www.youtube.com/watch?v=6b1rC-Zz4C8>

\*En los siguientes link, encontrarás algunas ideas de la importancia personal y emocional, como diseñar y el posible impacto en otros que puede tener la elaboración de “Un diario personal” o “Diario de vida”

<https://www.youtube.com/watch?v=9kMUDtv2wTE>

<https://www.youtube.com/watch?v=eBdhx8pVfa4>

***¿Por qué creo que es importante escribir un diario de vida?***

***Hay muchas y buenas razones:***

***\*Es un buen ejercicio de memoria.***

***\*Vuelven sensaciones y sentimientos que creías olvidados.***

***\*Dejas un bonito recuerdo a tus hijos o futuras generaciones.***

***\*Aprendes a conocerte mucho mejor.***

Indicaciones para escribir tu diario de vida:

**1ª Semana “Producción escrita”**

\*Escribir fecha: día de la semana, fecha, mes, año.

\*Escribir durante una semana, todos lo que tú consideres relevante. Situaciones familiares, personales, sociales, educativas, de tus mascotas, amigos (as), anécdotas, etc.

\*Cuando escribas, abre tu corazón y deja salir tus sentimientos, emociones, pensamientos, ideas, etc.

\*Intenta no escribir muchas cifras o frases breves. Piensa antes, qué quieres transmitir y cuéntalo como lo que es, Tú Historia.

\*Luego, revisa tu escritura y, corrige la ortografía.

\*Si quieres, puedes incorporar algunas imágenes o íconos importantes para ti.

\*Recuerda que es una plana por día.

\*Debes **mandar fotografías del proceso escrito de tu diario de vida.**

**2ª Semana “Diseño portada y contratapa”**

\*Selecciona algún material para confeccionar la portada y la contratapa (material duro para que las hojas del diario de vida, no se arruguen o doblen).

\*Diseña tu portada con un título, imágenes, colores, letras, fotografías, etc. Creación personal.

\*Realiza lo mismo en la contratapa.

\*Puedes utilizar diversos materiales en el diseño de tu portada y contratapa, como por ejemplo: goma eva, lana, cartulina, papel lustre, papel entretenido, todo tipo de lápices, etc.

\*Debes **mandar fotografías del proceso de elaboración del diseño de la portada y contratapa.**

***Toma aire, relájate y escribe libremente***

  