



**DOCENTE:**

MARTA

**ÁREA:**

Ética y valores

**GRADO:**

**Objetivo de Aprendizaje:**

Me reconozco como parte fundamental de una sociedad y de un entorno social.

**Instrucciones para el desarrollo de la guía:**

1. Leer el tema, si es necesario puedes recortar y pegar en tu cuaderno para ir desarrollando la guía.
2. No se aceptan trabajos idénticos por diferentes estudiantes.

**ACTIVIDAD 1 (copia y resuelve en tu cuaderno)**

### ME CONOZCO Y ME ACEPTO

Tú eres único e irreplicable y esa es la esencia verdadera de la vida. En muchas sociedades como la nuestra, los medios de comunicación, la moda, las costumbres, la cultura, nos muestran unos estereotipos sobre las personas, cuyo único fin es imponernos modelos acerca del aspecto físico y emocional que debe caracterizarnos. Es importante superar estos estereotipos, que nos impiden valorarnos y aceptarnos como somos.

Responde en tu cuaderno

- ¿Cómo soy yo?
- ¿Qué hago?
- ¿Cómo lo hago?
- ¿Cómo me siento?
- ¿En qué podría mejorar?
- ¿Qué cualidades tengo?
- ¿Qué oficio o profesión me gusta?

Observa y responde:



¿Con cuál de estas figuras te identificas mejor?

¿Por qué?

Responde las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante conocerse a sí mismo?
- ¿Qué le pasa a quien no se conoce?
- ¿Cómo hacer para conocerse a sí mismo?
- ¿Quiénes nos ayudan a conocernos?

Dibuja en tu cuaderno una figura pensando en cómo te gusta ser, y el oficio o profesión que te gustaría ejercer.

## ACTIVIDAD 2 (copia en tu cuaderno y responde las preguntas)

### Me construyo con los demás

Ten en cuenta que todos nos desarrollamos en nuestras relaciones con nosotros mismos y con los demás. Si eres una persona que se baña todos los días, te arreglas, estás bien presentado, comes alimentos saludables, significa que tienes hábitos de autocuidado que te permitirán sentirte y relacionarte mejor. Si manejas apropiadamente tus sentimientos, abrazas y aprecias a quienes te quieren, saludas, sonríes y tratas bien a los demás, estás cultivando tu autoestima porque los demás te percibirán como una persona amable y alegre. Estas condiciones ayudarán a tu convivencia. Seguramente que valoras algunas cualidades de tus compañeros. Analiza cómo son esas personas de la siguiente manera:

- Piensa en una persona amable. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace amable?
- Piensa en una persona honesta. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace honesta?
- Piensa en una persona solidaria. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace solidaria?
- ¿Qué cualidades te gustaría cultivar? ¿Qué tendrías que hacer?

## ACTIVIDAD 3 (copia y responde las preguntas en tu cuaderno)

Conocerse a sí mismo en sus fortalezas y debilidades nos ayudará a potenciar lo mejor de nosotros y en consecuencia, mejorará nuestras relaciones con los demás. Como ejercicio de aplicación vas a realizar un

perfil de proyecto de vida con las siguientes orientaciones. El proyecto de vida es una herramienta que nos permite proyectar nuestras actividades presentes, con nuestras metas y sueños teniendo en cuenta nuestras cualidades y limitaciones. Por ejemplo, si una persona desea ser un deportista, debe ser consciente si posee el talento, las habilidades y la disciplina para lograrlo. Su proyecto de vida contemplará los estudios, la alimentación, el ejercicio y el entrenamiento necesario para lograrlo.

Ahora vamos a tratar de trazar una línea de tiempo de la vida de cada uno, para eso debes responder las siguientes preguntas en tu cuaderno:

#### **Tu situación actual**

- Tus fortalezas (cualidades, aspectos positivos)
- Tus debilidades (aspectos por mejorar)

#### **Tus habilidades**

- ¿Qué juegos te gustan?
- ¿Qué habilidades deportivas tienes?
- ¿Tienes habilidades artísticas? ¿Cuáles?
- ¿Tienes habilidades en alguna materia del conocimiento? (matemáticas, sociales, etc.).
- ¿Qué otras habilidades tienes? (oficios, manejar alguna máquina, saber hacer algo propio de tu región).

#### **Mi futuro**

1. ¿Cuáles son tus sueños?
2. ¿Qué aspectos de tu vida favorecen hacer realidad tus sueños?
3. ¿Qué aspectos de tu vida impiden que tus sueños se hagan realidad?
4. ¿Cómo solucionas los obstáculos que se te presentan?
5. Enumera las cosas que tendrías que hacer para cumplir tus sueños