

COMPETENCIA: Desarrollará conciencia, confianza y valoración de sí mismo, adquiriendo identidad y sentido de pertenencia

TEMA: La libertad

INDICADOR: Valoración de la libertad como derecho fundamental de todo ser humano que permite relaciones más respetuosas con los demás

METODOLOGÍA:

INICIACIÓN

Responde: ¿Qué piensas de los seres vivos que viven en confinamiento?

¿Te consideras una persona libre?

1. **Observa el siguiente video:** <https://www.rtvplay.co/series/expedicion-condor-de-los-andes/capitulo-1-temporada-1-expedicion-condor-andes-0>
2. **Responde las preguntas:** ¿Qué piensa del video?. ¿Quisieras ser un expedicionario? explica la respuesta. ¿Qué piensas de los paisajes y seres vivos que viste en el video?. ¿Consideras que en tu casa tu familia le da libertad para realizar lo que quieres? (explica la respuesta)

CONTEXTUALIZACIÓN:

Lee y analiza el siguiente artículo sobre la libertad:

Romper las cadenas

En la zona central del estado de Veracruz existe un pueblito situado en medio de las montañas. El lugar se llama Yanga y es famoso por ser la primera población creada por una comunidad de esclavos africanos que, en la época colonial, se rebeló del yugo español. Se denomina así en recuerdo de su fundador, Gaspar Yanga, un valiente esclavo traído de África que se alzó en contra de quienes lo habían esclavizado y huyó a las montañas. Vivió como prófugo durante muchos años e incluso enfrentó con éxito a las tropas españolas que intentaron aprehenderlo. Al final, el virrey aceptó dejarlo en paz y permitirle a él y a sus compañeros establecerse en un lugar que originalmente se llamó "Pueblo Libre de San Lorenzo de los Negros".

La libertad de los niños y las niñas

En la historia anterior, la tía Guillermina les relata a sus sobrinos un cuento que ella inventó y que parece una fantasía, pues ocurre en un país imaginario. Sin embargo, el relato aborda un tema que, por desgracia, es muy real. En la narración se habla de pequeños que son obligados a trabajar. ¿Sabías que esto ocurre hoy en día en muchas partes del mundo? Según datos de la Organización Internacional del Trabajo, en la actualidad existen 168 millones de niños y niñas que pasan sus días laborando en el campo, en las minas, en talleres, en fábricas y en casas. Algunos están en las calles vendiendo dulces o cigarrillos, lavando parabrisas o "cuidando" espacios de estacionamiento. Todos ellos lo hacen por necesidad, pues muchos son huérfanos o fueron abandonados; otros proceden de familias pobres y deben contribuir a la supervivencia de los suyos. Se trata, pues, de un problema económico. Sin embargo, al estar trabajando, esos niños y niñas dejan de estudiar y de jugar, además se exponen a riesgos y enfermedades. Por si fuera poco, se quedan sin infancia, sin esperanzas y, sobre todo, sin libertad. La libertad es uno de los valores más importantes del ser humano. No se trata de algo que debamos buscar o recibir. No es algo que esté "fuera" de nosotros, sino de un derecho que todas las personas, sin importar la edad o condición social, tenemos desde el momento de nacer y que ejercemos cuando podemos elegir, tomar decisiones, expresar una opinión y realizar nuestras aspiraciones y deseos. En el caso de los niños y las niñas, la libertad no significa hacer todo lo que queramos en el momento en que se nos antoje, sino de elegir lo que más nos conviene para ser mejores como individuos. Así, por ejemplo, ir a la escuela nos hace libres porque amplía las posibilidades de escoger la profesión o el oficio que nos gustaría ejercer en el futuro. Esto es algo que no pueden hacer los pequeños que son obligados a trabajar. También eres libre cuando evitas las drogas y el alcohol, pues al no estar encadenado a tales vicios tendrás una vida física y mental sana y, de esta forma, estarás en mejores condiciones para que tu existencia resulte más plena, satisfactoria y feliz. **¿Y tú qué piensas...?** • ¿Conoces en tu comunidad a niños que se hayan visto obligados a dejar la escuela para trabajar? • ¿Te consideras una persona libre? • ¿Crees que ser libre significa hacer todo lo que uno quiere? • ¿Piensas que hacer lo que te dicen tus padres te hace menos libre?

Libertad es la capacidad que posee el ser humano de poder obrar según su propia voluntad, a lo largo de su vida; por lo que es responsable de sus actos.

La libertad es mi valor

Una persona libre se opone a todo lo que pretenda sujetar a las decisiones de los demás cuando éstas invaden aspectos de su vida que no les corresponden. Al mismo tiempo, sabe acatar las reglas de su comunidad y proteger la libertad de los demás. Respeta los principios de convivencia y la dignidad de quienes lo rodean. Por otra parte, sus acciones y decisiones no están guiadas por los impulsos y no se dejan controlar por las emociones. Usan el recurso de la reflexión y el razonamiento para decidir qué les conviene hacer y miden las consecuencias de sus actos. Saben reconocer lo que sienten y no tienen temor de expresarlo: hablan con la verdad y buscan vivir en la verdad para ser independientes. La libertad no es una meta, es la búsqueda de un camino que se lleva a cabo desde la niñez y hasta la muerte. Un rasgo que define a los seres humanos es la posibilidad de determinar por sí mismos qué forma quieren darle a su vida y emprender las acciones para conseguirlo. Puede tratarse de asuntos sencillos, cómo lo que deseas hacer esta tarde. Pero también puede tratarse de asuntos grandes y complicados, como la profesión que te gustaría tener o el tipo de familia que quieres formar. A medida que crezcas los temas a decidir serán cada vez más importantes. En cada etapa tu libertad consiste en esa capacidad de elección. Sin embargo, tomar buenas decisiones no significa guiarte por el capricho o el deseo momentáneo, sino seguir un proceso cuidadoso. En primer lugar tienes que dedicarles el tiempo suficiente para analizarlas detenidamente. En segundo, hacer un plan ordenado para llevarlas a cabo. En tercero, considerar cómo afectan a los demás y su propia libertad. Estos pasos aseguran que tus decisiones libres sean decisiones responsables para contigo mismo y los otros. Conquistar la libertad consiste en quitarte las ataduras que te ponen los demás, pero tener siempre en cuenta las consecuencias de lo que haces. Por un momento es volar muy alto en el cielo; por otro, tener firmes los pies en la tierra.

¿Ya lo pensaste?

La esclavitud o la cárcel son las experiencias más extremas de pérdida de la libertad. Pero existen otras que no suelen reconocerse tan claramente: una familia con padres muy autoritarios que desean controlar todo, un grupo escolar que no participa por miedo a su maestro, una sociedad que vive presionada por un gobierno injusto; la adicción a las drogas, el alcohol y los videojuegos o la pertenencia a sectas religiosas... ¿En algún momento de tu vida has sentido que has perdido tu libertad? ¿Consideras que la tienes ahora? Piensa y comenta esas situaciones.

El extremo opuesto

El concepto opuesto a la "libertad" es la sujeción, estar sujeto a algo, "amarrado" a un lugar, una persona o una situación. La principal consecuencia de permanecer así es un retraso en el desarrollo: un pueblo sujetado por el gobierno no crece ni produce riquezas, un hijo sujetado por sus padres no aprende a tomar sus determinaciones, una esposa sometida por su marido no puede trabajar ni estudiar. Por otra parte, quien sujeta a los demás les está quitando la oportunidad de disfrutar la vida.

Los esclavos blancos

La esclavitud es una de las formas más graves de perder la libertad. En el pasado era común que un grupo de personas capturara a otras, en desventaja militar, para venderlas como fuerza de trabajo, cual si se tratara de objetos. Las principales víctimas de esta acción eran seres humanos de piel negra, nativos de África. Miles de ellos fueron traídos a la Nueva España por los españoles, pero también hubo esclavos de piel blanca. Su caso nos hace pensar que la pérdida de libertad es un problema que puede afligir a cualquier persona, independientemente de su origen o características. En los dos primeros siglos del gobierno virreinal hubo seis tipos de esclavos blancos. Los berberiscos procedían de Mauritania, una zona del noroeste de África, en la costa del Atlántico. Los moros venían de distintas regiones del norte de África, en la costa del Mediterráneo. Los de La Gomera provenían de una de las Islas Canarias, en la costa de África. Los guanches también venían de las Canarias y descendían de los pobladores originales de éstas. Otros procedían de Mallorca, Cerdeña y Menorca. En la zona de Tlaxcala, a inicios del siglo XVII, también había esclavos procedentes de las islas de Grecia, de piel más blanca que los propios españoles. Éstos, al igual que los esclavos negros, eran víctimas de grandes injusticias: trabajaban jornadas largas y pesadas, sólo podían casarse entre ellos, no podían contar con armas, no podían salir de noche ni usar determinadas prendas de vestir reservadas a las personas libres (las mujeres no podían llevar alhajas). Si intentaban huir sufrían recios castigos físicos, la ausencia de cuatro días se castigaba con 50 azotes; si pasaba de ocho, con 100; y si superaba los cuatro meses, con 200. Si se descubría algún intento de rebelión podían incluso cortarles las manos o ejecutarlos sin juicio previo. Los grandes caudillos de la Independencia propusieron abolir la esclavitud de blancos y negros. El primer decreto, elaborado por Miguel Hidalgo, se promulgó el 6 de diciembre de 1810. El segundo, elaborado por José María Morelos, se dio a conocer el 5 de octubre de 1813. El tercero, ya en el México independiente, fue obra de Vicente Guerrero y está fechado el 15 de septiembre de 1829. Esos tres documentos demuestran que para los líderes independentistas no sólo importaba la libertad de toda la población con respecto a España, sino también la libertad individual de cada habitante. Aunque la esclavitud ya no existe, estos hechos aclaran que, sin importar el color de la piel, todos tenemos derecho a la libertad y todos corremos el riesgo de perderla.

EVALUACIÓN:

1. **Elabore un resumen de las situaciones planteadas en el texto sobre libertad.**
2. **Relata situaciones que has observado durante tu vida donde a una persona no se le respeta la libertad.**
3. **Haz un dibujo de las situaciones presentadas en el artículo sobre libertad de niños y niñas y de los esclavos.**
4. **Relata y haz un dibujo de tres situaciones en que las personas hacen mal uso de la libertad**
5. **La entrega puede ser virtual (documento o fotos al correo del docente:**
mario.serna@sallecampoamor.edu.co o al whatsapp: 3004611123

Cibergrafía:

<https://www.rtvcpplay.co/series/expedicion-condor-de-los-andes/capitulo-1-temporada-1-expedicion-condor-andes-0>

<https://fundaciontelevisa.org/valores2019/valores/libertad>.

GUIA-TALLER

GESTIÓN ACADÉMICO PEDAGÓGICA.

No. 2 PERIODO: 2 AÑO: 2020

Grado: 7 Área: ética-cátedra Áreas Transversales: Lenguaje y Naturales

Elabora: Mario Alfonso Serna Giraldo

TIEMPO: 2 horas de clase.

COMPETENCIA: Desarrollará conciencia, confianza y valoración de sí mismo, adquiriendo identidad y sentido de pertenencia

TEMA: La libertad

INDICADOR: Valoración de la libertad como derecho fundamental de todo ser humano que permite relaciones más respetuosas con los demás

METODOLOGÍA:

INICIACIÓN

Responde: ¿En tu casa te dan libertad? ¿Respetas la libertad de los demás?

CONTEXTUALIZACIÓN

Observa el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=9QerAzdgKJU> (Duración 40 minutos)

1. Responde las preguntas: ¿Qué Opinas del personaje del video (Ana Lía)? ¿Alguna vez te has sentido como Ana lía? ¿El estudio es un obstáculo para la libertad o es un potenciador de libertad? ¿Cómo es la relación entre Ana Lía y los papás? ¿Como es la vida de Ana Lía?(explica las respuestas)

EVALUACIÓN:

1. Elabore un resumen de las situaciones presentadas en el video.
2. Relata situaciones que has observado durante tu vida donde una persona ha hecho mal uso de la libertad.
3. Redacta tres conclusiones del video
4. La entrega puede ser virtual (documento o fotos al correo del docente: mario.serna@sallecampoamor.edu.co o al whatsapp: 3004611123

Cibergrafía:

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

GUÍA-TALLER

GESTIÓN ACADÉMICA PEDAGÓGICA

Nº. 3 PERÍODO: 02 AÑO: 2020

Grado: 7 ÁREA: Ética-Cátedra. Áreas Transversales: Lengua Castellana y Ciencias Naturales

TEMA: Comprensión de las normas para vivir en sociedad

COMPETENCIA: Desarrollará sentimientos de vínculo y empatía, se fomentarán sus actitudes de esfuerzo y disciplina y convivencia.

INDICADOR: Valoración de las normas que se deben respetar para vivir en armonía en una sociedad.

METODOLOGÍA:

INICIACIÓN

1. Responde: ¿En tu casa te exigen normas? ¿Respetas las normas que te imponen en tu hogar? ¿Respetas las normas que te exigen en la institución educativa?

CONTEXTUALIZACIÓN

Observa el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=3mtGh1mXj3o> (5 minutos)

2. Responde las preguntas:

- ✓ ¿Por qué son importantes las normas?
- ✓ ¿Qué beneficios trae cumplir las normas en una sociedad?

Observa el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=3mtGh1mXj3o> (3 minutos)

- ✓ ¿Cuál es el resultado de no cumplir las normas en una sociedad?

Observa el siguiente video: <https://www.youtube.com/watch?v=AdWst13cuuQ> (15 minutos)

- ✓ ¿Qué otras normas son importantes para aprender a vivir en sociedad?

EVALUACIÓN:

1. Elabore un resumen de las situaciones presentadas en los vídeos.
2. Relata situaciones que has observado durante tu vida donde una persona ha incumplido las normas establecidas.
3. Redacta tres conclusiones de los vídeos.
4. La entrega puede ser virtual (documento o fotos al correo del docente: mario.serna@sallecampoamor.edu.co o al whatsapp: 3004611123

Cibergrafía:

<https://www.youtube.com/watch?v=3mtGh1mXj3o>

<https://www.youtube.com/watch?v=3mtGh1mXj3o>

<https://www.youtube.com/watch?v=AdWst13cuuQ>

**IE LA SALLE DE CAMPOAMOR
GUÍA-TALLER
GESTIÓN ACADÉMICA PEDAGÓGICA**

Nº. 4 PERÍODO: 02 AÑO: 2020

PARA DESARROLLAR EN SEMANA DEL 9 DE JUNIO

Grado: 7 ÁREA: Ética-Cátedra. Áreas Transversales: Lengua Castellana y Ciencias Naturales

TEMA: LA DEPRESIÓN

COMPETENCIA: Desarrollará sentimientos de vínculo y empatía, se fomentarán sus actitudes de esfuerzo y disciplina y convivencia.

INDICADOR: Identificación las formas de manejo de la depresión para mejorar la calidad de vida

METODOLOGÍA:

INICIACIÓN

1. Responde: ¿Alguna vez has visto a una persona en estado depresivo? ¿cómo la has ayudado? ¿crees que has hecho lo correcto?

CONTEXTUALIZACIÓN

Lee el siguiente artículo:

¿Qué Es La Depresión?

La depresión clínica, es una enfermedad grave y común que nos afecta física y mentalmente en nuestro modo de sentir y de pensar. La depresión nos puede provocar deseos de alejarnos de nuestra familia, amigos, trabajo, y escuela. Puede además causarnos ansiedad, pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades.

“Juan y yo habíamos imaginado durante mucho tiempo planes maravillosos para visitar a nuestras familias y volver a ver a nuestros amigos. Sin embargo, en ese momento hacer un viaje, era la última cosa que yo quería hacer. ¡Me sentía tan cansada! Algunas mañanas ni siquiera podía levantarme de la cama”.

“Me despertaba todas las noches antes del amanecer. Me preocupaba por mi bebé, por mi mamá, por mi trabajo. Luego, cuando logré conseguir uno, ni siquiera podía concentrarme en lo que estaba haciendo”.

“Mi familia y mis amigos se dieron cuenta que "yo ya no era el mismo". No podía disfrutar de las cosas que me gustaban, como el baile, ver una película, e incluso hacer el amor. ¡No entendía qué me estaba pasando, y me preocupaba pensar que me sentiría así para siempre!”

“Tenía problemas enormes para dormir, no hacía bien mi trabajo, le perdí el gusto a las comidas”.

“Después de dar a luz a mi bebé, pensé que estaría feliz, pero me sentía cada vez peor. Estaba muy triste, me sentía culpable de no disfrutar de mi nuevo bebé”.

¿Es esto lo que le está pasando a usted?

¿Le está sucediendo a alguien que usted conoce?

¿Sabía que todas estas personas podrían estar experimentando una depresión clínica?

Casi todos nosotros hemos sentido alguna vez, una inmensa tristeza en nuestras vidas. Esto es normal. Pero si esta tristeza o actitud depresiva continúa por más de dos semanas, se debe buscar ayuda. Sentir tristeza es normal, estar deprimido clínicamente no lo es.

La depresión clínica no es simplemente una angustia, es también una tristeza o melancolía permanente. Nos lleva a sentir inútiles, sin esperanza; a veces, es posible que nos queramos dar por vencidos. La depresión clínica causa pérdida del placer en la vida diaria, tensión en el trabajo y en las relaciones, agrava condiciones médicas e incluso puede llevarle al suicidio.

Con ayuda esa nube oscura desaparecerá y volverá a ver el cielo azul. El sol puede y debe brillar de nuevo para usted.

La depresión es una enfermedad tratable. Con ayuda y apoyo se puede curar.

Podemos volver a tomar el control de nuestras vidas. No necesitamos vivir sintiéndonos ansiosos, tristes e irritables. ¡Tampoco necesitamos pasar noches en vela!

Cualquier persona que experimente síntomas depresivos debe ser diagnosticada y tratada.

Existen diferentes maneras de controlar las diferentes formas de depresión. La más común, pero la más severa es la depresión clínica

- Sentimientos de pérdida de control sobre nuestras vidas. Aquellas personas a menudo sienten que perdieron el control y pasan mucho tiempo lamentándose por ello, tienen mayor probabilidad de desarrollar una depresión mayor.
- Presencia de otras enfermedades tales como Alzheimer, cáncer, diabetes, afecciones al corazón, desórdenes hormonales, mal de Parkinson o trombosis. Así como también otros trastornos mentales como la ansiedad y trastornos de la alimentación.
- Abuso del alcohol o drogas, cuando se tiene problemas de consumo de alcohol y otras drogas se tiene mayor probabilidad de desarrollar una depresión mayor.

Con el siguiente cuestionario se puede que está sufriendo de depresión, complete el siguiente cuestionario. Este ejercicio le ayudará a identificarla. Para ello tenga en cuenta las siguientes pautas:

Piense acerca de lo que está sintiendo. Defina cuál es el síntoma más cercano a lo que usted siente. Conteste honestamente a cada una de las preguntas. Marque sus respuestas en el cuadro al frente.

- ¿Estoy triste o enfermo de depresión?
- ¿Se siente triste, ansioso, o tiene un sentimiento de vacío permanente?
- ¿Tiene sentimiento de culpa, no le encuentra sentido a su vida, o está desesperado?

- ¿Tiene problemas para concentrarse, memorizar, o tomar decisiones?
- ¿Se siente muy cansado, débil o sin energía?
- ¿Tiene problemas para dormir, padece de insomnio o se da cuenta de que está durmiendo demasiado?
- ¿Ha perdido el apetito y el interés en comer o por el contrario, encuentra que está comiendo todo el tiempo?
- ¿Se siente irritado o desesperado?
- ¿Tiene dolores y sufrimientos que no se alivian por más que lo ha intentado?
- ¿Ha perdido interés en actividades que antes disfrutaba, incluyendo el sexo?
- ¿Tiene sentimientos de culpa, desespero, abandono, pesimismo o desesperanza?
- ¿Tiene pensamientos suicidas o de muerte?

Demuéstrele a su ser querido que le interesa su salud

Algunas personas que sufren de depresión, no tienen la voluntad, ni la energía para buscar ayuda y someterse a un tratamiento. Otras, no ven sus síntomas de forma clara, o niegan que los tienen. Si un ser querido está sufriendo de depresión clínica, no lo deje solo, hablele sobre su preocupación y sobre todo ayúdele llamando al doctor y haciendo una cita para ellos. ¡Acompáñelo! Los miembros de la familia o amigos de confianza pueden participar en el tratamiento. Por eso, pregunte cómo puede ayudar a la persona deprimida a fin de evitar una recaída.

EVALUACIÓN:

1. Elabore un dibujo de cómo fue la situación de Juan en el relato al inicio del artículo.
2. Realiza el siguiente cuestionario a una persona conocida. (sin decir el nombre del encuestado)

Conteste honestamente a cada una de las preguntas.

- ¿Estoy triste o enfermo de depresión?
- ¿Se siente triste, ansioso, o tiene un sentimiento de vacío permanente?
- ¿Tiene sentimiento de culpa, no le encuentra sentido a su vida, o está desesperado?
- ¿Tiene problemas para concentrarse, memorizar, o tomar decisiones?
- ¿Se siente muy cansado, débil o sin energía?
- ¿Tiene problemas para dormir, padece de insomnio o se da cuenta de que está durmiendo demasiado?
- ¿Ha perdido el apetito y el interés en comer o por el contrario, encuentra que está comiendo todo el tiempo?
- ¿Se siente irritado o desesperado?
- ¿Tiene dolores y sufrimientos que no se alivian por más que lo ha intentado?
- ¿Ha perdido interés en actividades que antes disfrutaba?
- ¿Tiene sentimientos de culpa, desespero, abandono, pesimismo o desesperanza?
- ¿Tiene pensamientos suicidas o de muerte?

3. Según las respuestas del encuestado, qué puedes concluir.

4. Explica algunas situaciones en que te has sentido deprimido y como te han ayudado a superar esa situación.

6. La entrega puede ser virtual (documento o fotos al correo del docente: mario.serna@sallecampoamor.edu.co o al whatsapp: 3004611123

Cibergrafía: <https://www.mhanational.org/que-es-la-depresion>