

	MUNICIPIO DE MEDELLÍN	
	SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL	
	I.E. RODRIGO CORREA PALACIO Aprobada por Resolución 16218 de Noviembre 27 de 2002 DANE 105001006483 - NIT 811031045-6	

PLAN DE APOYO 2022

AREA O ASIGNATURA: ETICA Y VALORES
DOCENTE: KATHERIN JIMÉNEZ MACARENO
ESTUDIANTE: _____ GRUPO: S1° S2 PM
FECHA DE PUBLICACIÓN: 12 de noviembre FECHA DE ENTREGA: 17 de noviembre
CONTENIDOS TEMÁTICOS A RECUPERAR
Confianza y autocontrol Manejo de las emociones La honestidad
INDICADORES DE DESEMPEÑO A RECUPERAR
Me formo como un ser social en la búsqueda del bien común, construyendo creativamente mi imagen, "me acepto como soy".
ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR
ACTIVIDAD #1
El manejo de las emociones como una forma de cuidar de sí mismos...
CUIDAR DE SI
<i>Es muy importante aprender a cuidarnos de nosotros mismos y poder asistirnos en cada momento de nuestra vida, pues, es muy cierto que en nuestra actualidad poco tiempo nos queda para hablar con nosotros mismos con el ánimo de identificar qué problemas tenemos y cómo podemos solucionarlos de la mejor forma.</i>
<i>Muchas veces pensamos que cuidarnos a nosotros mismos no es ninguna tarea y que eso se hace por sí solo, sin embargo, hay que advertir que cada vez que nos organizamos, nos cepillamos, nos aparamos, controlamos nuestras emociones, ponemos en práctica los valores y velamos porque nuestro interior y nuestro exterior estén organizados y bien presentados, estamos cuidando de nosotros: nos estamos auto cuidando.</i>
<i>Ahora bien, podemos apreciar que hay muchas personas que constantemente están posponiendo sus obligaciones de cuidado y a cada instante dicen: ahora lo hago, luego me organizo, más tarde me acuesto, para qué comer ya, no tengo hambre, etc., estas simples manifestaciones son el reflejo de una carencia inmensa en nuestro SER: la falta de preocupación por nosotros mismos ya que, a veces nos hace falta aprender a valorar más nuestra existencia.</i>
<i>Y si alguna vez juzgamos que hay muchas personas que no saben cuidarse es porque no se preocupan mucho por sí mismos, porque no controlan sus emociones, porque han descuidado su ser integral y también porque les hace falta apropiarse de la ética, pues ella se encarga de ayudarnos a cuidarnos de nosotros mismos con el objetivo de que seamos mejores personas, mejores seres humanos, pues, no estamos solos y si mejoramos nuestra forma de vida, también podemos ayudarle a mejorar la vida a las personas que se relacionan con nosotros.</i>

Ahora bien, es importante considerar que quien no es capaz de cuidar de su propio ser, le será muy difícil controlar sus emociones y, por ende, tampoco será capaz de cuidar de los demás y mucho menos se ha de preocupar por cuidar las cosas que posee, no sólo sus bienes materiales, sino también aquellos bienes que la naturaleza ofrece y que nosotros nos los hemos apropiado.

En la lucha de trascender esta realidad, se observa que hay muchos seres humanos con una carencia muy grave: no son capaces de cuidar de sí mismo, ni mucho menos de los otros y por ende de las cosas, por esta razón muchas personas piensan que lo mejor frente a esta situación es esperar, no hacer nada y seguir viviendo en un modo pasivo.

En definitiva, es muy importante que nos cuestionemos sobre lo que estamos haciendo en nuestras vidas con nosotros mismos porque antes de juzgar las acciones de otros debemos aprender a mirar nuestro interior a través de nuestro propio ejemplo, a través de nuestra propia imagen o espejo.

- 1. Teniendo en cuenta la lectura anterior elabora una reflexión personal en donde puedas responder a las siguientes preguntas: *¿De qué forma te estás cuidando? ¿Cómo lo haces? ¿Cuidas de los otros y de las cosas?***
- 2. Teniendo en cuenta la lectura anterior, responde: *¿Cuál es la importancia que tiene el hecho de controlar las emociones?***
- 3. *¿Consideras que para que haya una sana convivencia a nivel social, cada persona debe aprender a controlar sus emociones? ¿Por qué? Explica con tus propias palabras.***
- 4. *¿Cómo te imaginarías una sociedad en donde las personas no son capaces o no desean controlar sus emociones? Explica con tus propias palabras.***
- 5. Según la lectura anterior, explica por qué es importante que las personas aprendan a cuidar de sí mismos, de los otros y de las cosas. Explica con tus propias palabras.**
- 6. Elabora un dibujo en el que puedas representar el cuidado de sí y el control de las emociones en tu vida. Debes colorearlo.**

DIBUJO

7. Escribe siete valores que te permitan aprender a cuidar de ti, a cuidar de los otros, a cuidar las cosas y a controlar tus emociones.

ACTIVIDAD #2

CONFIANZA Y AUTOCONTROL

La confianza es el fundamento de toda relación humana. Nadie puede caminar junto al otro sin tener a certeza de que puede confiar en él. Sin confianza es imposible avanzar y crecer.

Cuando hablamos de confianza hablamos de transparencia. Para confiar en otra persona hace falta primero tener un conocimiento. Cuanto más se conoce, más confianza hay en una relación. Donde hay confianza se da una comunicación bonita y enriquecedora. En las relaciones es muy importante cuidar mucho la confianza. Ésta siempre se tiene que basar en la libertad.



La confianza es necesaria especialmente en los matrimonios, en las familias y en las amistades sinceras. Muchos conflictos que se dan hoy entre padres e hijos son porque quizás muchos padres no han sido merecedores de la confianza de sus hijos y han perdido su credibilidad ante ellos.

Entre muchos jóvenes, que hablan a menudo de sus vivencias, debe alcanzarse ese grado de madurez para evitar que la confianza sea traicionada por sus compañeros. Por desgracia, muchas veces se ha traicionado la confianza de alguien. Esto es muy grave porque quien ha sido defraudado tiende a desconfiar y se encierra en sí mismo. Por esto hemos de aprender a confiar

en los demás y, al mismo tiempo, ser merecedores de confianza.

La confianza señala la intensidad del vínculo entre dos personas. La verdadera confianza existe cuando hay madurez en las relaciones humanas. Implica estabilidad, respeto, amor. Todos necesitamos que alguien confíe en nosotros. Quien confía en otra persona la hace crecer y contribuye a su felicidad”.

Información tomada de Tomado de: <http://www.eticaysociedad.teologiaysociedad.com>

Modificación con fines pedagógicos

- 1. Teniendo en cuenta la lectura anterior elabora una reflexión personal en donde puedas identificar la importancia y necesidad de la confianza y el autocontrol en tu vida.**
- 2. Teniendo en cuenta la lectura anterior, identifica cinco valores que se pueden relacionar con la importancia de confiar y de controlarse a sí mismo.**
- 3. Pregúntales a tus familiares más cercanos: ¿Para qué sirve la confianza y cuál es su importancia?**

ACTIVIDAD #3

1. Consulta el concepto de la honestidad y escríbelo, a partir de esta definición responde:
2. ¿Crees que sea necesario ser deshonesto para tener éxito? Explica tu respuesta
3. Persona: ¿Por qué es importante no engañarse a sí mismo? ¿Sabes cuáles son tus principales fallas?
4. Familia: ¿En qué situaciones te cuesta trabajo decir la verdad? ¿Sabes aceptar tus errores frente a los demás?
5. Escuela: ¿Cuál es la mejor forma de ganar amigos? ¿Crees que quien dice la verdad conquista el respeto de los demás?
6. Comunidad: ¿Qué puedes hacer para ganarte la confianza de los demás?
7. Como debemos cultivar la honestidad?
8. Como se puede reconocer a una persona honesta?



SOPA DE LETRAS CON VALORES

V	I	D	A	H	A	B	C	D	E	F	G	H	I	A	B	C	D	A
A	B	T	Y	O	A	C	X	A	K	L	M	N	J	O	P	Q	E	C
L	C	G	Y	N	G	V	W	T	J	D	A	T	L	A	E	L	F	T
I	D	T	U	R	T	T	Y	I	R	C	Z	Y	K	X	W	I	G	I
B	E	H	J	A	G	I	O	H	G	A	T	B	L	U	V	D	H	T
E	D	F	G	D	H	J	P	O	R	S	B	W	M	T	Y	E	I	U
R	F	B	I	E	N	C	O	M	U	N	F	A	N	S	R	R	J	D
T	G	F	J	Z	M	R	P	O	U	R	E	S	J	R	Q	A	L	C
A	C	V	G	Q	M	N	B	T	E	R	T	Y	O	O	P	Z	M	R
D	S	D	N	F	O	R	M	A	C	I	O	N	H	U	O	G	N	I
Z	X	C	M	J	K	R	D	S	W	Z	L	N	O	I	N	O	O	T
G	F	E	D	C	B	A	Z	Y	X	W	V	U	D	T	M	S	P	I
R	E	S	P	O	N	S	A	B	I	L	I	D	A	D	L	Q	C	
H	I	J	K	L	M	N	N	O	C	P	Q	S	D	V	K	D	R	A
C	B	P	O	N	M	L	K	H	A	D	C	B	I	T	J	I	S	Z
R	E	S	P	E	T	O	G	F	L	E	A	W	U	U	I	G	T	A
D	E	F	N	O	I	C	A	C	I	D	E	D	Q	V	H	N	U	B
S	T	U	V	W	X	Y	Z	A	D	B	C	D	E	F	G	I	V	C
L	I	B	R	E	P	E	N	S	A	M	I	E	N	T	O	D	W	D
A	B	C	D	E	F	G	H	I	D	Z	Y	X	W	V	U	A	X	E
R	Q	P	O	N	N	M	L	K	J	P	O	R	S	T	G	D	Y	F
S	O	L	I	D	A	R	I	D	A	D	O	N	M	L	H	I	J	K

- Vida
- Dignidad
- Libertad
- Responsabilidad
- Bien Común
- Formación
- Trabajo
- Respeto
- Libre pensamiento
- Actitud Crítica
- Liderazgo
- Solidaridad
- Equidad
- Dedicación
- Lealtad
- Honradez
- Calidad

ESTRATEGIAS DE EVALUACION

El taller debe ser resuelto de forma completa en hojas de block, marcado con nombres y apellidos completos.

Debe ser entregado bien organizado y con excelente ortografía

FECHA DE DEVOLUCIÓN:

VALORACION: