

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA ESPERANZA	
	TALLER VIRTUAL DE APOYO	
	SECCIÓN: BACHILLERATO	
NODO DE DESARROLLO HUMANO ÁREAS: EDUCACIÓN FÍSICA, ARTÍSTICA, ÉTICA Y RELIGIÓN.		

Docente: Todos los que integran el nodo. Grado: Noveno

Fecha: Desde el 4 al 8 de Mayo

ACTIVIDAD N° 1

1.1 Diligencia el siguiente cuadro de actividades donde se refleje su diario vivir durante tres días consecutivos, analizando como su comportamiento influyen en su vida y en la vida de las personas que lo rodean.

DIA 1	¿Qué hice?	¿Cómo influye en mi vida lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?	¿Cómo influye en los demás lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?
En la mañana. (6am. a 12m.)			
En la tarde. (12m. a 6pm.)			
En la noche. (6pm. a 10pm.)			

DIA 2	¿Qué hice?	¿Cómo influye en mi vida lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?	¿Cómo influye en los demás lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?
En la mañana. (6am. a 12m.)			
En la tarde. (12m. a 6pm.)			
En la noche. (6pm. a 10pm.)			

DIA 3	¿Qué hice?	¿Cómo influye en mi vida lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?	¿Cómo influye en los demás lo que hice? ¿Influye negativa o positivamente?
En la mañana. (6am. a 12m.)			
En la tarde. (12m. a 6pm.)			
En la noche. (6pm. a 10pm.)			

1.2 ¿Qué puede hacer para convertir esas influencias negativas en positivas?

1.3 ¿Describe de qué manera lo que hace beneficia el ambiente familiar o de su comunidad?

1.4 Eso que hace a diario, ¿aporta a mi felicidad? Explique.

1.5 ¿Cuáles han sido mis hábitos de autocuidado y actividad física durante la cuarentena?

1.6 Con relación a todo lo anterior realice una propuesta que le permita a las personas motivarse y mejorar sus hábitos de autocuidado y práctica de actividad física.