



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com

PLAN DE MEJORAMIENTO

Nombre del docente: Jose Luis Osorio Ladino	Área: Ética y Valores
Grado: 8-1, 8-2	Periodo: 1
Correo Electrónico Docente: joseosoriol@ielasierra.edu.co	Nombre del Estudiante

Objetivos de grado: Reconocer al otro como interlocutor válido, a partir del valor de la comunicación asertiva

COMPETENCIAS

- ✓ Propositiva
- ✓ Ciudadana
- ✓ Comunicativa
- ✓ Argumentativa.
- ✓ Interpretativa.
- ✓ Autonomía e iniciativa personal.
- ✓ Pensamiento moral y ético.
- Ser social y ciudadanía.

TEMAS:

1. Mecanismos constructivos para manejar sus emociones y enfrentar sus conflictos en el ejercicio de las relaciones interpersonales
2. Fundamentos para la creación del proyecto de vida.

Lee atentamente y analiza

Un **sentimiento** es un estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, y éstas pueden ser alegres y felices, o dolorosas y tristes. El sentimiento surge como resultado de una emoción que permite que el sujeto sea consciente de su estado anímico.

Los sentimientos están vinculados a la dinámica cerebral y determinan cómo una persona reacciona ante distintos eventos. Se trata de impulsos de la sensibilidad hacia aquello imaginado como positivo o negativo.

En otras palabras, los sentimientos son emociones conceptualizadas que determinan el estado de ánimo. Cuando éstos son sanos, es posible alcanzar la felicidad y conseguir que la dinámica cerebral



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com

fluya con normalidad. En el caso contrario, se experimenta un desequilibrio emocional que puede derivar en el surgimiento de trastornos tales como la [depresión](#).

Los cambios en las cargas emocionales determinan las [características](#) de los sentimientos. Las emociones pueden ser breves en el tiempo, pero generar sentimientos que subsistan a lo largo de los años.

Básicamente, los sentimientos se clasifican en positivos (cuando promueven las buenas obras) y negativos (si fomentan las malas acciones). Es común, asimismo, que se recomiende luchar contra estos últimos para alcanzar la [paz](#) interior. Buenos o malos, sin embargo, ambos grupos comparten la imposibilidad de ser transmitidos con precisión.

Esta división de los sentimientos según parámetros de la [moral](#) y la ética resulta muy inestable, ya que varía considerablemente dependiendo de los ojos que la miran. La lucha por entender el bien y el mal es probablemente el legado más antiguo que acarreamos como especie; nadie en su sano juicio se atrevería a admitir públicamente que hace el mal a los demás, así como muy pocas personas se privarían de gritar a los cuatro vientos que ayuda a los desfavorecidos.

PREGUNTAS:

1. ¿Qué es un sentimiento?
2. ¿Cuántos tipos de sentimientos existen?
3. Realiza un listado de los sentimientos que te identifican como persona tanto los positivos como los negativos
4. Completa el mapa de conceptos y realiza una cartelera.

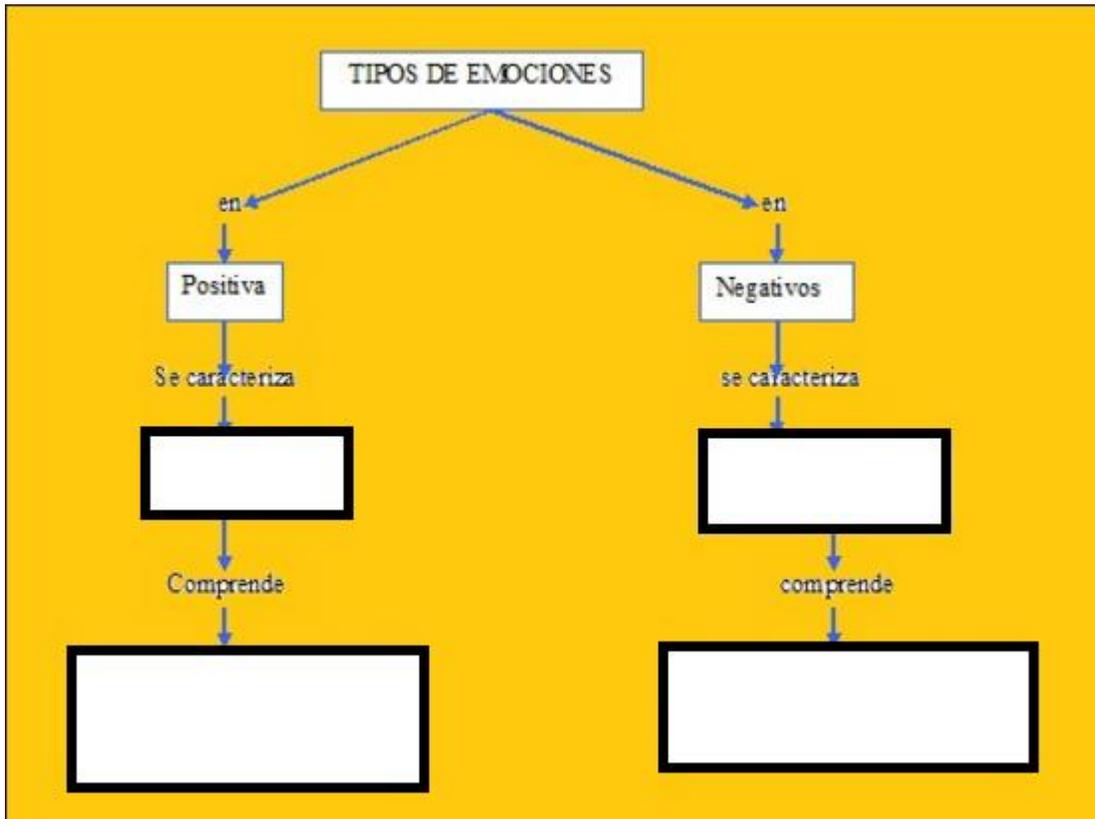


INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com



5. Realiza una reflexión de una página donde expliques la importancia de conocer y comprender nuestras emociones.

Criterios de evaluación/ valoración	No evaluado	Bajo (1 - 2,9)	Básico (3 - 3.9)	Alto (4 - 4.5)	Superior (4.6 - 5)
--	-------------	-------------------	---------------------	-------------------	-----------------------



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA SIERRA

Creada por Resolución N°012065 del 05 de octubre de 2015 y 014399 del 20 de noviembre de 2015.

DANE: 105001026581 NIT:900935808-1

ie.lasierracolegiomaestro@gmail.com

Envía el taller	No envía las actividades y no hay comunicación con el acudiente y con el estudiante	No Envía actividades, pero da razón, la cual debe estar justificada con la falta de acceso a los medios para enviar el mismo. En caso de evidenciar copia o fraude el trabajo será valorado en nivel bajo.	Envía las actividades pero de forma incompleta o no es legible la evidencia	Envía las actividades completas con un nivel alto en su desarrollo del taller.	Envía las actividades completas con un nivel de desarrollo superior en la resolución del taller
-----------------	---	--	---	--	---