

<b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN</b>					
NOMBRE ALUMNA:					
ÁREA / ASIGNATURA. Ética y Valores					
DOCENTE: Claudia Patricia Rivera G. – Marta Isabel Gómez					
PERIODO	TIPO GUÍA	GRADO	Nº	FECHA	DURACIÓN
2	Conceptual-ejercitación	4º	3	Julio 5	3 unidades

**INDICADORES DE DESEMPEÑO:** Entendimiento de la importancia de desarrollar la constancia en la vida diaria, como una forma de alcanzar metas.

### DESARROLLO DEL TEMA

- ¿Qué voy a aprender? Plantear metas en nuestra vida, es buscar un norte hacia donde dirigirnos y determinar que actividades que favorecen su consecución

#### **SUEÑA EN GRANDE Y DEFINE TUS METAS**

Los sueños, y a su vez, los objetivos, son una parte fundamental de la condición humana. Nuestro deseo de lograr grandes cosas, romper fronteras, tener un impacto en el mundo y en las personas que nos rodean, comienza solo con un sueño. Los sueños no solo nos dan algo a lo que aspirar, si no que conectan nuestros corazones con la causa, creando la pasión que necesitamos para avanzar, incluso ante la adversidad.

Tanto los sueños como los objetivos nos dan “una bandera a cuadros o una línea de meta”, algo claro en lo que enfocarnos. Al tener una imagen clara y constantemente reforzada de a dónde se quiere ir, nuestros cerebros encuentran la manera de llegar allí.

Nuestros sueños y metas deben hacernos sentir energizados y apasionados. Si no lo hacen, no funcionarán, y significaría que nos hemos centrado en algo equivocado o que hemos hecho que la imagen que buscamos sea demasiado predecible o fácil.



- ¿Qué estoy aprendiendo? Como actuar para dar solución a las dificultades que se presentan y que impiden que pueda alcanzar las metas que tengo propuestas.

## CUENTO DARIO EL AVENTURERO

Darío siempre había sido un aventurero. Soñaba con realizar viajes exóticos y descubrir nuevas y diferentes civilizaciones. Siempre estaba mirando al horizonte e imaginando lo que descubriría más allá de las altas montañas que encerraban en el valle a su ciudad.

Sin embargo, aunque su vista estaba puesta en el cielo y estudiaba con atención a los pájaros, los aviones le daban miedo y no pensaba subirse nunca a uno. Por el contrario, aunque nunca había visto el mar, admiraba los barcos que veía en sus cuentos.

En el valle había un río, pero Darío sabía que por él no podría navegar con un barco. Así que tomó una decisión: construiría un barco que volara. Para ello, reciclaba todos los aparatos y piezas que encontraba y que sus vecinos desechaban. Tuvo que estudiar mucho, por lo que cuando salía de la escuela pasaba las tardes en la biblioteca tomando notas sobre la construcción de barcos y de aviones para poder crear su barco volador. Su invento se llamaría Barvión.

Al principio los amigos de Darío pensaban que éste se había vuelto loco e incluso se reían de él. Pero a Darío no le importaba, él tenía un sueño y desde pequeño su familia le había enseñado que hay que luchar y trabajar duro para conseguir dichos sueños. Pero, según iba creciendo Barvión, los amigos de Darío empezaron a creer en él. Incluso, muchos fueron los que quisieron participar en su aventura y convertirse en su tripulación.

Barvión ya estaba listo. Y ante la expectación de todos, en lugar de zarpar, despegó. Darío, que se había convertido en todo un capitán, aprovechó una corriente de aire para que Barvión alcanzara altura. Los pájaros aplaudían los colores de Barvión y enseñaban a Darío el camino para llegar a otras tierras. Durante el día, la tripulación jugaba con las nubes como si de delfines se tratara y, por las noches, pescaban estrellas mientras la luna les iluminaba.

**Ejercicios de comprensión lectora.** Escribe el título de la guía en tu cuaderno de ética y valores y responde cada punto

1. ¿Qué sueño tenía Darío?
2. ¿Qué hizo para poder cumplirlo?
3. ¿Darío tuvo que esforzarse mucho? ¿Por qué?
4. ¿Cómo se llamaba su invento? ¿Para qué servía?
5. ¿qué apodo tenía Darío en la población por causa de sus sueños?
6. ¿Qué metas tienes tú a corto, mediano y largo plazo?
7. ¿Quieres ser como Darío?
8. Realizo un dibujo alusivo al cuento.

**YO SOY**

---

**TRES DE MIS SUEÑOS O METAS SON:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

Selecciono con resaltador un sueño entre los tres que escribí, que considero puedo cumplir primero que los demás. Pensando en este sueño realizo los siguientes talleres o ejercicios.

**SUEÑO ELEGIDO:** \_\_\_\_\_

**¿QUÉ CUALIDADES SE NECESITAN PARA ALCANZAR MI SUEÑO?**

1. COLÓCATE SOBRE LA CABEZA 5 LIBROS. LUEGO INTENTA IR CAMINANDO DESDE TU CUARTO HASTA LA COCINA.

2. AHORA TÓMATE UN TIEMPO PARA REFLEXIONAR.

A. ¿Se te han caído los libros? \_\_\_\_\_.

B. ¿Cuánto tiempo aguantaste en movimiento con ellos sobre la cabeza?  
\_\_\_\_\_.

C. ¿Crees que has cometido alguno de estos errores (marca con una X sobre la línea):

\_\_\_\_\_ caminar demasiado rápido.

\_\_\_\_\_ No colocar bien los libros.

\_\_\_\_\_ No detenerse cuando perdía el equilibrio.

\_\_\_\_\_ No apoyarme de las puertas y paredes.

\_\_\_\_\_ confiarme y dejar de estar concentrado.

\_\_\_\_\_ No haber elegido los libros adecuados.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

D. ¿CREES QUE HAY ALGUNA OTRA MANERA QUE PUEDES MEJORAR? \_\_\_\_\_.

¿CUÁL?

4. ¿QUÉ CUALIDADES SE NECESITAN PARA CONSEGUIR LLEGAR HASTA LA COCINA? Miro el ejemplo y escribo de mi cuenta la cualidad que pienso debo tener y desarrollar: **ESCRIBO**

Paciencia para no caminar de prisa.

– organización para...

**4. Ahora pienso en mi sueño. ¿QUÉ CUALIDADES SON NECESARIAS PARA ALCANZARLO?**

**¿TENGO ALGUNA DIFICULTAD QUE ME PUEDA IMPEDIR ALCANZAR MI SUEÑO?**

1. Durante tres días en tu casa, come sujetando los vasos y cubiertos con la mano contraria a la que sueles utilizar. Emplea este test para anotar las dificultades que encuentras, dando los valores con números de 1 a 4

1 (casi siempre)    2 (a veces)    3 (rara vez)    4 (nunca)

Desayuno y almuerzo del primer día

- |       |       |   |
|-------|-------|---|
| _____ | _____ | Me tiembla la mano al coger la taza o el café             |
| _____ | _____ | Se me resbalan los cubiertos                              |
| _____ | _____ | No consigo atrapar la comida con los cubiertos            |
| _____ | _____ | No consigo llevar la comida a la boca sin que se me caiga |
| _____ | _____ | Me canso más rápido que de costumbre                      |
| _____ | _____ | Me demoro consumiendo el alimento más de lo acostumbrado  |

Almuerzo y cena del segundo día

- |       |       |   |
|-------|-------|---|
| _____ | _____ | Me tiembla la mano al coger la taza o el café             |
| _____ | _____ | Se me resbalan los cubiertos                              |
| _____ | _____ | No consigo atrapar la comida con los cubiertos            |
| _____ | _____ | No consigo llevar la comida a la boca sin que se me caiga |
| _____ | _____ | Me canso más rápido que de costumbre                      |
| _____ | _____ | Me demoro consumiendo el alimento más de lo acostumbrado  |

2. Compara los resultados que has obtenido

A. Mejoraste algún aspecto al comer con tu mano no dominante

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

B. ¿Qué crees que te hizo mejorar?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3. Escribe que dificultades te pueden impedir alcanzar tu sueño y que puedes hacer para superarlo

<b>DIFICULTAD</b>	<b>COMO LA SUPERARE</b>

**Nunca soplan buenos vientos para quien no sabe a dónde va**