

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA PRESENTACIÓN					
	NOMBRE ALUMNA:					
	ÁREA / ASIGNATURA: EDUCACIÓN RELIGIOSA ESCOLAR					
	DOCENTE: FERNEY ALONSO RODRÍGUEZ ZAPATA					
	PERIODO	TIPO DE GUIA	GRADO	Nº	FECHA	DURACIÓN
3	APRENDIZAJE	6º	1	Agosto	2 HORAS	
INDICADOR DE DESEMPEÑO						
Identifica la importancia del proyecto de vida.						



¿QUÉ ES UN PROYECTO DE VIDA?

1. Propósito de aprendizaje

Comprender qué es un proyecto de vida y reconocer que nuestras decisiones, capacidades, sueños, valores y relaciones influyen en la persona que queremos llegar a ser.

Al finalizar esta guía podrás:

- Explicar con tus propias palabras qué es un proyecto de vida.
- Reconocer algunas de tus cualidades, intereses y capacidades.
- Identificar sueños y metas para diferentes momentos de tu vida.
- Comprender que alcanzar una meta requiere tomar decisiones y realizar acciones.

- Elaborar una primera representación de tu propio proyecto de vida.

2. ACTIVIDAD DE INICIO: IMAGINO MI FUTURO

El viaje en el tiempo

Imagina que tienes una máquina del tiempo y puedes viajar diez años hacia el futuro.

Cierra los ojos durante un momento e imagina:

- ¿Cómo eres?
- ¿Qué cosas has aprendido?
- ¿Qué actividades disfrutas?
- ¿Dónde te encuentras?
- ¿Qué personas son importantes para ti?
- ¿Qué cualidades tienes?
- ¿Qué sueño lograste cumplir?

Ahora realiza un dibujo titulado:

“Así me imagino dentro de diez años”

Debajo del dibujo escribe cinco frases:

1. Me gustaría ser una persona que...
2. Quisiera aprender...
3. Me gustaría ayudar a...
4. Uno de mis grandes sueños es...
5. Para conseguirlo tendría que...

3. ¿QUÉ ES UN PROYECTO DE VIDA?

Cuando escuchamos la palabra **proyecto**, normalmente pensamos en algo que queremos realizar. Por ejemplo, construir una casa, hacer una maqueta, organizar una celebración o preparar una exposición.

Antes de realizar cualquiera de esas actividades necesitamos imaginar lo que queremos lograr y pensar en los pasos necesarios para conseguirlo.

Con nuestra vida sucede algo parecido.

Un **proyecto de vida** es una manera de pensar y orientar nuestra propia existencia. Consiste en reconocer quiénes somos actualmente, descubrir qué queremos llegar a ser y comenzar a tomar decisiones que nos permitan avanzar hacia nuestras metas.

Tener un proyecto de vida no significa saber exactamente todo lo que ocurrirá en el futuro.

Una estudiante de sexto grado no necesita decidir inmediatamente qué profesión estudiará, dónde vivirá o cómo será toda su vida adulta. Muchas de esas decisiones cambiarán con el tiempo.

El proyecto de vida comienza con preguntas mucho más cercanas:

- ¿Quién soy?
- ¿Qué cosas me gustan?
- ¿Cuáles son mis capacidades?
- ¿Qué necesito mejorar?
- ¿Qué personas son importantes para mí?
- ¿Qué valores quiero practicar?
- ¿Qué quiero aprender?
- ¿Qué sueños tengo?
- ¿Qué decisiones puedo comenzar a tomar desde ahora?

Por eso podemos decir que:

El proyecto de vida es el camino que una persona comienza a construir cuando reconoce quién es, piensa quién quiere llegar a ser y realiza acciones para acercarse a sus metas.

4. PRIMER PASO: CONOCERME

Antes de pensar hacia dónde queremos ir debemos reconocer desde dónde comenzamos.

Cada persona posee características particulares. Algunas se relacionan con su personalidad, otras con sus gustos, capacidades, experiencias, relaciones y valores.

Por ejemplo, una persona puede reconocer que es:

- responsable;
- creativa;
- buena para escuchar;
- deportista;
- organizada;
- curiosa;
- solidaria;
- tímida;
- perseverante;
- alegre.

También puede reconocer aspectos que todavía necesita mejorar.

Conocerse no significa pensar que somos perfectos. Significa descubrir nuestras fortalezas y reconocer aquellas cosas en las que podemos crecer.

ACTIVIDAD 1. MI ESCUDO PERSONAL

Dibuja un escudo grande y divídelo en cuatro partes.

En cada espacio representa lo siguiente:

Parte 1: Mis cualidades

Escribe o dibuja tres características positivas que reconoces en ti.

Parte 2: Lo que disfruto

Representa tres actividades que te gusta realizar.

Parte 3: Personas importantes

Escribe los nombres o dibuja a las personas que han sido importantes en tu vida.

Parte 4: Algo que quiero mejorar

Escribe dos aspectos de tu forma de actuar, estudiar o relacionarte que quisieras mejorar.

En la parte inferior del escudo escribe una frase que te represente.

Ejemplo:

“Soy una persona que está aprendiendo y creciendo cada día”.

5. SEGUNDO PASO: DESCUBRIR MIS SUEÑOS

Los sueños son deseos que imaginamos para nuestra vida.

Podemos tener sueños relacionados con muchos aspectos:

Personales

La persona que queremos llegar a ser.

Familiares

La relación que queremos construir con nuestra familia.

Académicos

Lo que queremos aprender o alcanzar en nuestros estudios.

Sociales

La forma como queremos relacionarnos y ayudar a otras personas.

Profesionales

Las actividades o profesiones que algún día podríamos desempeñar.

Espirituales

Los valores, creencias, convicciones y preguntas que orientan nuestra vida.

Los sueños son importantes porque pueden mostrarnos una dirección.

Sin embargo, existe una diferencia entre **soñar** y **construir un proyecto**.

Por ejemplo:

Sueño: “Quiero aprender a tocar guitarra”.

Para convertirlo en una meta podrían aparecer acciones como:

- conseguir una guitarra;
- aprender los acordes básicos;
- practicar varias veces por semana;
- buscar una persona que pueda enseñar;
- aprender una canción completa.

Cuando un sueño comienza a tener acciones concretas, empieza a convertirse en una **meta**.

ACTIVIDAD 2. EL ÁRBOL DE MIS SUEÑOS

Dibuja un árbol grande.

En las raíces escribe:

Personas, experiencias y valores que te ayudan a crecer.

Ejemplos:

- mi familia;
- mis amigos;
- mi colegio;
- la responsabilidad;
- la fe;
- el respeto;
- mis profesores.

En el tronco escribe:

Cinco cualidades o capacidades que tienes actualmente.

En las ramas escribe:

Cosas que quieres aprender o mejorar.

En los frutos escribe:

Cinco sueños que te gustaría alcanzar en diferentes momentos de tu vida.

Finalmente responde:

¿Qué relación existe entre las raíces, el tronco, las ramas y los frutos de tu árbol con un proyecto de vida?

6. TERCER PASO: CONVERTIR LOS SUEÑOS EN METAS

Un proyecto de vida necesita metas.

Una **meta** es algo que queremos alcanzar mediante esfuerzo, decisiones y acciones.

Podemos tener metas para diferentes momentos.

Metas a corto plazo

Son aquellas que podemos intentar alcanzar en días, semanas o algunos meses.

Ejemplos:

- mejorar mi organización;
- terminar de leer un libro;
- aprender una canción;
- mejorar una materia;
- participar en una actividad escolar.

Metas a mediano plazo

Necesitan más tiempo.

Ejemplos:

- terminar satisfactoriamente el año escolar;
- aprender un deporte;
- mejorar mucho en inglés;
- desarrollar una habilidad artística.

Metas a largo plazo

Se relacionan con sueños que pueden necesitar varios años.

Ejemplos:

- terminar el colegio;
- estudiar una profesión;
- desarrollar un proyecto artístico;
- crear una empresa;
- viajar;
- trabajar ayudando a otras personas.

ACTIVIDAD 3. DE SUEÑO A META

Escoge uno de tus sueños.

Completa:

Mi sueño es: _____

Quiero lograrlo porque: _____

Algo que ya tengo a mi favor es: _____

Necesito aprender: _____

Una persona que podría ayudarme es: _____

La primera acción que puedo realizar es: _____

Una dificultad que podría aparecer es: _____

Si aparece esa dificultad puedo: _____

Bibliografía

- Bisquerra Alzina, R. (2009). *Psicopedagogía de las emociones*. Editorial Síntesis.
- Covey, S. R. (2014). *Los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos*. Debolsillo.
- Frankl, V. E. (2015). *El hombre en busca de sentido*. Herder.
- Marina, J. A. (2011). *Aprender a vivir*. Ariel.
- Ministerio de Educación Nacional. (2004). *Estándares básicos de competencias ciudadanas: Formar para la ciudadanía... ¡Sí es posible! Lo que necesitamos saber y saber hacer*. Ministerio de Educación Nacional.

- Nussbaum, M. C. (2012). *Crear capacidades: Propuesta para el desarrollo humano*. Paidós.
- Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13–19. <https://doi.org/10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x>
- Sen, A. (2000). *Desarrollo y libertad*. Planeta.
- UNICEF. (2017). *Habilidades para la vida: Herramientas para el buen trato y la prevención de la violencia*. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia.
- Organización Mundial de la Salud. (1994). *Life skills education for children and adolescents in schools*. World Health Organization.