



Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Nombre completo del estudiante		Grupo	3°S
--------------------------------	--	-------	-----

PREGUNTA PROBLEMATIZADORA:
¿Cómo influyen las estaciones del año en el estilo de vida de los seres humanos en los diferentes ámbitos en que se desarrollan?

ÁMBITOS CONCEPTUALES	DÍA	ÁREA
PROYECTO DE VIDA: EMOCIONES, AUTOCONTROL Y EMPATÍA	AGOSTO 27 - GUÍA 2	ÉTICA Y VALORES

EXPLORACIÓN
Actividades previas

¡Exploremos nuestros saberes!

Unidad 3º:

Proyecto de vida: Soy el arquitecto de mi vida.

¿Qué sabes del tema?

**Propone y representa las acciones que debe cumplir para el logro de cada meta a corto, mediana y largo plazo en su proyecto de vida.*



Queridas familias:

En caso de que las niñas o los niños requieren mayor apoyo en el desarrollo de la actividad, será necesario acompañarlas(os) durante todo el proceso. Tengan en cuenta que tanto ellas como ellos aprenden de distinta manera y a diferente ritmo.

Actividad: Reto 1.

Está bien emocionarse, pero... hay que ser cuidadoso.

1. Observa el video (<https://www.youtube.com/watch?v=7hr2LfwGCg&feature=youtu.be>) y luego **responde** en tu cuaderno del área o en tu portafolio, la siguiente pregunta:

- a. ¿Cómo afecta el clima las costumbres de vida de las personas?



Recuerda: Si tienes alguna dificultad para realizar la actividad, solicita el apoyo de un familiar presente en casa.

2. Me expreso y respondo:

Hoy trabajaremos la línea desarrollo: la confianza.

Su componente es familiar.

El tema central es la confianza, el autocontrol, la empatía y las emociones.

Antes de entrar al tema vamos a **explorar nuestros saberes previos:**

- a. ¿En algún momento te has guardado lo que sientes porque las circunstancias no te permitieron expresarte?
- b. ¿Cuándo? ¿Por qué?

Actividad: Reto 2: Introducción.

1. Se hace la presentación del cuento llamado confianza: está bien emocionarse, pero... hay que ser cuidadoso.
2. Antes de que exploremos el texto haremos una lectura inicial de las expresiones resaltadas en la historia: luego, **responde cuaderno de ética y valores** las siguientes preguntas:

- a. ¿Consideras que tienen relación con el título? ¿Por qué?

3. Saber proyectado: escribe una lista de cinco emociones o sentimientos.

- a. ¿Crees que tus emociones puedan llegar a incomodar a otros? ¿Por qué?

4. Términos clave: autocontrol, autodominio, sentimientos, empatía, emociones, entre otros.



ESTRUCTURACIÓN

Actividades de construcción conceptual

Momento para aprender.

Copio en mi cuaderno los siguientes conceptos.

Debes aprender...

Está bien emocionarse, pero... hay que ser cuidadoso.

Hoy trabajaremos sobre **Proyecto de vida: emociones, autocontrol y empatía**, presta mucha atención a lo que te contaremos. Nuestro cuento de hoy se llama "Está bien emocionarse, pero... hay que ser cuidadoso". Este cuento es de Didier Santiago. (Clase asincrónica)

Después de escuchar el cuento, te contaremos: ¿Qué es la confianza y el autocontrol?

Según el cuento Daniel confía sus sentimientos y los expresa sin pensar en su hermanita. Después de dialogar con su papá comprende la necesidad de manejar sus emociones para no afectar a otros.

1. **La confianza** en sí mismo es la seguridad de actuar correctamente en una determinada situación. En ocasiones, la confianza nos hace olvidar de las necesidades de los demás, por ello es preciso Auto controlarnos.
2. **El autocontrol** es la capacidad de controlar nuestras emociones con el fin de que no afecten nuestra integridad, ni nuestra relación con los demás.
3. **El manejo de las emociones:** Daniel al expresar sus emociones no tuvo presente la importancia del bienestar de todos los integrantes de la familia.
Debemos aprender a manejar las emociones y tener presente que nuestros actos pueden afectar a otros.
4. **La importancia de comprender las emociones:** Daniel reconoció que actuó equivocadamente y llegó a la conclusión de que expresó lo que sentía en un momento poco oportuno. comprender nuestras emociones, es el primer paso para conocernos a nosotros mismos.
5. **Controlar las emociones:** es necesario regular nuestra reacción emocional cuando resultan inconvenientes o pueden hacer daño a los demás.
6. **La autorregulación** es la capacidad que tienen las personas de acatar las normas, así no haya una sanción que obligue a cumplirlas. La educación en el conocimiento y manejo de las normas es necesaria para la convivencia en espacios sociales y para interactuar con los demás. Si todos entendemos y cumplimos las normas, el colegio será un espacio seguro.
7. **La empatía** es la conciencia de los sentimientos, necesidades y problemas de los demás. Por eso hay que trabajar la atención y la escucha activa, mantener la distancia emocional adecuada, no prejuizar, prestar atención, admitir mis límites, entre otros.

Actividad: Reto 3:

1. **Me pongo en los zapatos del otro:**
 - a. ¿Te ha pasado alguna vez algo semejante a lo que le ocurrió a Daniel? ¿Cómo te sentiste en esa situación?
 - b. ¿Crees que Daniel aprendió algo de lo que le pasó? ¿Qué aprendió?
 - c. ¿Qué hubieras hecho si estuvieras en la situación de Daniel?
 - d. ¿Qué aprendiste de la historia de Daniel sobre Cómo manejar mejor lo que uno siente?

TRANSFERENCIA

Actividades de aplicación



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FÉLIX DE BEDOUT MORENO
"Educamos en el ser y el conocer con respeto y compromiso"
GUIA DE APRENDIZAJE EN CASA PARA BÁSICA PRIMARIA, BÁSICA
SECUNDARIA, MEDIA.

Código:	
Vigencia:	20/04/2020
Versión:	1

Ahora manos a la obra! -

¿Cuánto has aprendido?



Recuerda: Si tienes alguna dificultad para realizar la actividad, solicita el apoyo de un familiar presente en casa.

Actividad: Reto 4.

"Quien tiene paciencia abunda en sensatez, quién se enoja con rapidez muestra torpeza" Proverbios 14, 29

1. Escribe y responde en tu cuaderno de Ética y valores, los siguientes ejercicios:

Hábitos Morales:

Para expresar adecuadamente nuestras emociones debemos preguntarnos cómo lo haremos, cuándo y de qué forma.

- ¿Cuando alguien te trata mal, ¿Respondes de la misma forma? ¿ Por qué?
- ¿Tienes en cuenta a las otras personas al expresar tus emociones?
- ¿Busca el momento, la forma y el lugar adecuados para expresar lo que sientes? ¿Cómo lo sabes?
- Escribe el consejo que le darías a alguien que por impaciente, no tiene facilidad para expresar sus emociones.

2. Realizo el dibujo de como me visualizo al aplicar en mi proyecto de vida al aplicar la autoconfianza y el autocontrol.

EVIDENCIA EVALUATIVA

FECHA DE REVISIÓN: Septiembre 09 del 2020

MEDIO POR EL CUAL SE RECIBE EL TRABAJO:

Fotos legibles y montadas a la carpeta compartida de cada estudiante en sus correos.
aimasanacosta@gmail.com (montados en las carpetas de los estudiantes personalizadas)

QUE RECIBIR:

Solución de las actividades propuestas en la guía. Fotos

BIBLIOGRAFÍA

Proyecto ¿Vamos juntos?. Reflexiones éticas para la vida y la paz 3º. Cátedra de paz, para aprender a vivir mejor, 3º. Youtube: La canción de las estaciones del año con el monosílabo.

VIDEO ASINCRONICO: <https://www.loom.com/share/494277e482e44e4785b331c422b20c1b>