

IDENTIFICACIÓN

1. Nombre y apellidos _____
2. Fecha de nacimiento: Día _____ Mes: _____ Año _____
3. Dirección Residencia: _____ Barrio: _____
4. Teléfonos: Fijo _____ Celular : _____
5. Nombre del Padre : _____
6. Teléfono _____ Ocupación _____
7. Nombre de la madre: _____
8. Teléfono _____ Ocupación _____
9. Grupo sanguíneo: _____ Talla : _____ Peso: _____
10. Tarjeta de Identidad _____

Diseño una historieta con al menos cuatro escenas que den cuenta de lo que es importante en mi vida en la actualidad.

PLANEACIÓN DE VIDA

Recuerda que el Proyecto de Vida se debe estar revisando constantemente, para determinar si ha cambiado de acuerdo a tus necesidades o si por el contrario piensas que debe seguir así.

Recordemos:

***Misión:** Se refiere a tener claro cuál es la razón de ser en la vida. Es identificar nuestro propósito en la vida.*

***Visión:** Se refiere a lo que queremos lograr en el largo plazo, el lugar en el que quisiéramos estar al cabo de los años. La VISIÓN podría ser la huella que una persona quisiera dejar cuando se muera o su “sueño” futuro.*

El año pasado en tu Proyecto de Vida Escribiste tu MISIÓN y tu VISIÓN, revísalas con mucha honestidad. Si te parece que están apropiadas cópialas nuevamente para tenerlas muy presentes. Si crees que les debes hacer alguna modificación hazlo con mucha conciencia.

Misión

Visión

Inicia un nuevo año escolar, con nuevos compañeros, nuevos profesores y muchas expectativas.

En el proceso de desarrollo personal y académico es necesario evaluar mi desempeño con mucha sinceridad:

Escribo las cosas que fueron más significativas en el año anterior	Escribo los logros más importantes que obtuve el año anterior en lo personal y en lo académico
Escribo en cuáles aspectos debo mejorar en el presente año	Cuáles son las expectativas que tengo para el grado 10°

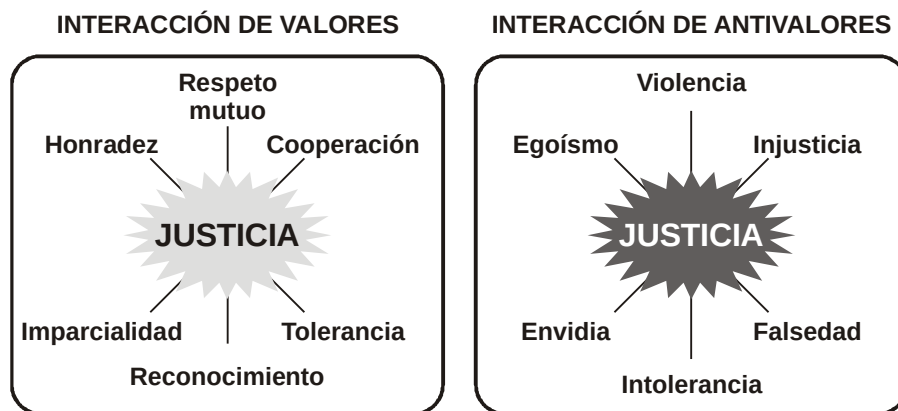
ERES EL MEJOR

ACTIVIDAD

Iniciamos esta actividad con una buena definición de “JUSTICIA” “La justicia es la constante y perpetua voluntad de dar (conceder) a cada uno su derecho”: “vive honestamente, no hagas daño a nadie y da a cada uno lo suyo”. Es la virtud de la equidad, de la buena medida de la igualdad y del orden.

“JUSTICIA”: Actitud moral o voluntad decidida de dar a cada uno lo que es suyo.

Es importante conocer y reconocer este valor. Sin justicia es falsa la actitud de PAZ, COOPERACIÓN, TOLERANCIA, RESPETO...



Con base en lo anterior responde:

1. ¿Por qué cada uno recibe de los que da? _____
2. Con ejemplos explica los valores y antivalores que rodean la justicia.

VALORES:

Honradez: _____

Respeto mutuo: _____

Cooperación: _____

Tolerancia: _____

Reconocimiento: _____

Imparcialidad: _____

ANTIVALORES:

Egoísmo: _____

Violencia: _____

Injusticia: _____

Falsedad: _____

Intolerancia: _____

Envidia: _____

Ahora que sabes y entiendes perfectamente lo que es la JUSTICIA, debes empezar a ser justo.

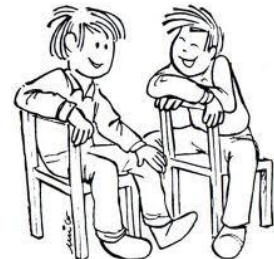
¿Con quién?



Con mi familia

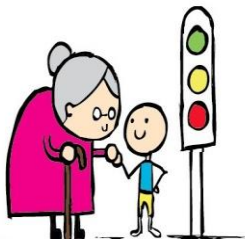


Mis profesores

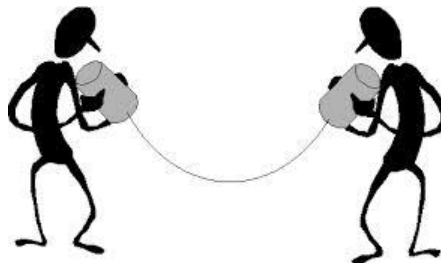


Mis compañeros y amigos

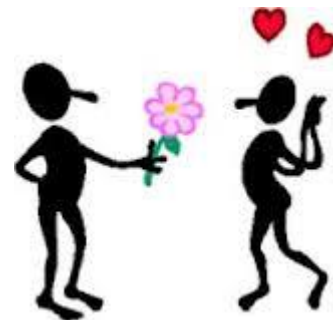
¿Con qué?



Acciones



Palabras



Sentimientos y actitudes

TANTO LA JUSTICIA COMO LA INJUSTICIA SE DESCUBREN Y DEMUESTRAN EN LA SIMPLE CONVIVENCIA.

TALLER



RESPONDER:

¿Estaremos en este mundo por casualidad?

¿Acaso somos un accidente de la vida?

¿Tendrá algún sentido mi existir?

¿Cómo podré justificar mi vida?

¿Todos los alimentos que consumo a lo largo de mi vida y el agua que bebo se justifican con algún fin?

Buscar la razón de mi existir y encontrar la respuesta es una delicada responsabilidad, que cada quién debe encontrar, pues nadie más nos la podrá decir; en mi interior y a través del conocimiento debo descubrir mi razón existencial. Las siguientes preguntas y mis respuestas, me ayudarán a encontrar parte de mi vocación.

1. ¿Qué es lo que más disfruto realizar? _____

2. ¿Con qué actividad me siento más identificado? _____
3. ¿Quién quiero llegar a ser? _____
4. ¿Dónde deseo estar? _____
5. ¿Qué me gustaría hacer el resto de mi vida? _____
6. ¿Cuánto deseo ganar para realizar mi ser? _____

YO SOY YO

En todo el mundo no hay nadie como yo.

Hay personas que tienen algo en común conmigo, pero nadie es exactamente como yo.

Por lo tanto, todo lo que surge de mí es verdaderamente mío porque yo sola lo escogí.

Soy dueño de todo lo que me concierne:

De mi cuerpo, incluyendo todo lo que hace; mi mente, incluyendo todos sus pensamientos e ideas; mis ojos, incluyendo las imágenes de todo lo que contemplan; mis sentimientos, sean los que sean, ira, gozo, frustración, amor, desilusión, excitación; mi boca, y todas las palabras que de ella salen, corteses, tiernas o rudas, correctas o incorrectas; mi voz, fuerte o suave y todas mis acciones, ya sean para otros o para mí misma.

Soy dueño de mis fantasías, mis sueños, mis esperanzas, mis temores.

Soy dueño de todos mis triunfos y logros, de todos mis fracasos y errores.

Como soy dueño de todo mi yo, puedo llegar a conocerme íntimamente.

Al hacer/o, puedo amarme y ser afectuosa conmigo en todo lo que me forma.

Puedo así hacer posible que todo lo que soy trabaje para mi mejor provecho.

Sé que hay aspectos de mí misma que me embrollan y otros aspectos que no conozco.

Más mientras siga siendo afectuoso y amoroso conmigo mismo, valiente y esperanzado, puedo buscar las soluciones a los embrollos y los medios para llegar a conocerme mejor.

Sea cual sea mi imagen visual y auditiva, diga lo que diga, haga lo que haga, piense lo que piense y sienta lo que sienta en un instante del tiempo, esa soy yo.

Esto es real y refleja donde estoy en ese instante del tiempo.

LEE ATENTAMENTE LA SIGUIENTE HISTORIA DE VIDA

Excelente inteligencia, corazón e ideales

Sebastián de diecisiete años, ha obtenido el número uno en un concurso de becas convocado por la Alcaldía de Medellín, Sebastián es un estudiante que escribe poesía, aprende inglés, juega fútbol y tiene tiempo para salir con sus amigos y compartir con sus padres y sus dos hermanas, por ahora no tiene novia, pero el año pasado tuvo tres.

"Todavía no me lo puedo creer, voy a esperar hasta el final del año para decidir en cuál universidad voy a estudiar, al fin y al cabo puedo escoger. De todas formas, estoy superilusionado, tengo asegurada mi Universidad (si conservo un buen promedio) y sobre todo por conocer a gente con maneras de pensar muy diferentes", dice Sebastián, que cursa Once en

La Institución Educativa Simón Bolívar. Sacó el número uno en el examen que convocó la Alcaldía, el pasado 23 de abril.

A las pruebas se presentaron 1.500 estudiantes y resultaron elegidos ocho. Su beca, para cursar cualquier carrera, le permitirá elegir entre las mejores universidades.

En la familia de Sebastián, hijo de profesores - nadie había tenido un futuro tan prometedor. "A mi hermana Patricia, que hace sexto grado, le va bastante bien", añade, espero que siga mi ejemplo.

"Sacar buenas notas no me impide mantener unas relaciones normales con mis compañeros. Ellos saben que estudio un promedio de dos horas diarias, como la mayoría", asegura. Sin embargo, tiene madera de líder y reconoce que a veces le gusta "llevar la voz cantante en clase, pero respetando la opinión de los demás". Ese respeto se lo ha inculcado su familia y esa será su máxima política.

Sebastián quiere ser Ingeniero, le encanta la tecnología, pero también le gustaría ser abogado para defender a los más débiles y por qué no, participar en política. Lo que hace la mayoría de la clase política ahora no le gusta. "Yo defenderé los intereses del pueblo, sin anteponer lo personal a lo colectivo. Se trata de revivir el entusiasmo".

"Cuando sea un profesional quiero formar Casarme con Valentina y formar una familia".

Percibir valores · Pistas para reflexionar

- . Leer en grupo el documento. Luego lo analizan, relacionándolo con el título.
- . Imagina la juventud de Sebastián. Compárala con tu vida y la de otros jóvenes de su edad. Analiza.
- . ¿Qué admiras más de Sebastián? ¿Por qué?
- . El protagonista es Sebastián. ¿Dónde están los que le ayudaron a ser lo que es? Reflexiona sobre esto.
- . "¿Qué es más importante para triunfar en la vida: la inteligencia, el corazón o los ideales?" ¿Por qué?
- . Cada uno mira en familia, profesores, compañeros, amigos... los aspectos positivos de los elementos señalados.
- . Analiza:
 - a) Quisiera tener mucha voluntad, constancia y capacidad de esfuerzo para...
 - b) Quisiera tener un gran corazón para...
 - c) Quisiera tener grandes metas e ideales en la vida para...
- . Nombra modelos de personas que admiras y quieres imitar por algún aspecto parecido al de Sebastián...
- . Valores que destacas en este documento.

"Maravillosa la conjugación entre el aprendizaje y la inspiración/ entre la pasión por investigar y la dicha de descubrir".

Wand landowsra

Como introducción para desarrollar el siguiente tema “Autoestima” se sugiere llevar a cabo el siguiente taller:

- Introduzca el tema presentando el objetivo de esta sección, el cual está enfocado a llevar a cabo un proceso de autoconocimiento para identificar y aceptarse mejor así mismo, ganando sentido de dirección que le permita incrementar su autoconfianza y autoestima para alcanzar las metas propuestas.
- Se propone trabajar el video “Imagen Propia: como sentirse bien consigo mismo” de Arisma Ltda. En el cual se presentan varios personajes a quienes se les ocurre diversos dilemas con respecto a su autoestima.
- Se le entrega el siguiente cuestionario para que a medida que vayan viendo la película vayan percibiendo los aspectos que allí señalan.

Taller de Autoestima

Imagen propia: ¿cómo sentirse bien consigo mismo?

1- En cada protagonista identifique que era lo que no les permitía sentirse bien consigo mismo:

Cindy: _____
Kent: _____
Lisa: _____
Wendy: _____
Ramón: _____
Harry: _____

2- ¿Qué consecuencias a nivel personal y social traía a estas personas este sentimiento sobre sí mismo?

3- ¿Qué beneficios obtuvieron los protagonistas una vez superaron sus sentimientos y lograron aceptarse y valorarse?

4- ¿Qué puede usted aprender del video?

Realice una reflexión sobre lo expuesto en el cuestionario y continúe con el desarrollo de la carilla.

CONOCIMIENTO PERSONAL - AUTOEVALUACION

¿QUIEN ERES TU?

DESCRIBIENDOTE

1. Tres palabra positivas que describen son:

- _____
- _____
- _____

2. El concepto que tienes de ti mismo es:

3. El concepto que crees que los otros tienen de ti es:

4. Los factores que más contribuyen al mantenimiento de tu autoestima son:

5. Consideras como tus más grandes logros:

- A nivel personal: _____
- A nivel escolar: _____

6. Las Capacidades con las que cuentas para lograr tus metas en la vida son:

7. Los mensajes más positivos que recibiste de tus padres fueron:

8. Tus mejores amigos suelen decir que tus atributos positivos son:

9. Las cosas que ves en ti mismo y que quieres mejorar son:

10. Te gustaría ser recordado en vida por:

Para lograr un mejoramiento individual y poder alcanzar la misión y visión, es importante que hagas una reflexión individual sobre tus **FORTALEZAS Y DEBILIDADES**.

Fortalezas:

Se refiere a las cualidades personales, las habilidades y características positivas de cada persona.

Las siguientes son tus mayores Cualidades / Fortalezas:

DEBILIDADES / BARRERAS / ASPECTOS PARA MEJORAR

Se refieren a aquellos aspectos que cada persona debe desarrollar para lograr una mejor interacción con otros o un mejor desempeño en sus actividades. Algunas personas lo llaman defectos.

Los siguientes son tus mayores defectos / debilidades:

Otras personas (familiares, amigos, compañeros, etc...) piensan que tú deberías mejorar los siguientes aspectos: (pregúntales y responde)

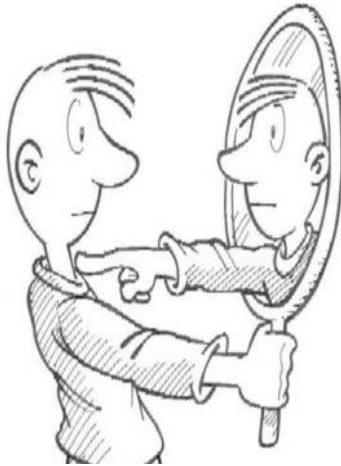
FORTALEZAS Y DEBILIDADES



Cuando se quien soy puedo enfrentar a mis miedos, resolver mis problemas, buscar alternativas y no hundirme en los fracasos.

Realiza un listado de fortalezas y debilidades, que tienes, y diseña una posible solución a las debilidades:

FORTALEZAS	DEBILIDADES	COMO SOLUCIONAR LAS DEBILIDADES



Cuando confió en mi, también tengo que ser capaz de buscar más alternativas.

¿Cuál es la principal alternativa para resolver un problema, y por qué?

¿Qué haces cuando te encuentras solo ?

¿Tu como te describirías física y emocionalmente?

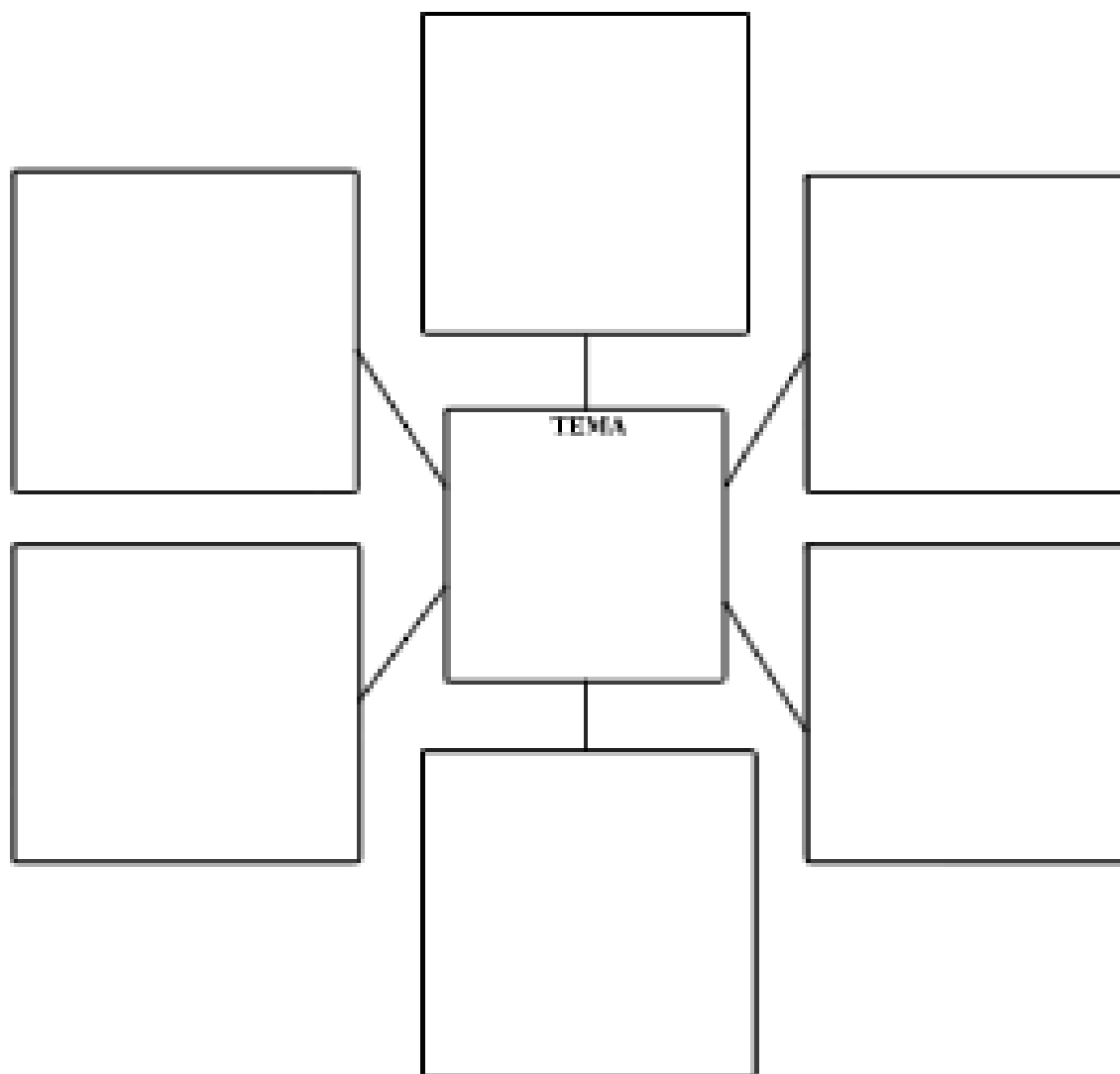
¿En qué momento ha solicitado ayuda para enfrentar los problemas?

A continuación encontraras un mapa conceptual describe en él tu forma de ser

NOMBRE _____ **FECHA** _____

AGRUPACIÓN DE PALABRAS No. 1

Escriba el tema en el centro y detalles en cada cuadro.



- ¿Que entiendo por fortalezas?

- ¿Qué entiendo por dificultades?

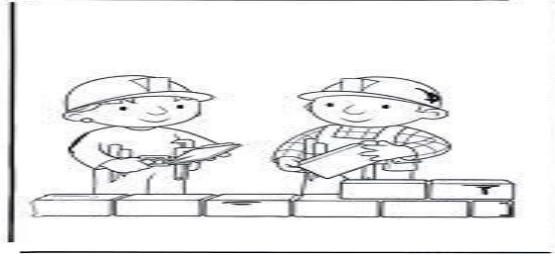
- ¿Cuáles proyectos tienes para tu vida?

- ¿Comprendes la importancia de ser autónomo?

- ¿Qué va a lograr?

El hombre es constructor de la historia. El hombre es protagonista de la historia, es su responsable, su **CONSTRUCTOR**.

¡En tus manos está la construcción de tu historia...No esperes a que otros la escriban por tí!



ESCRIBE TU PROPIA HISTORIA

A large, empty rectangular area with rounded corners, intended for writing a story.

CONOCIMIENTO PERSONAL

Debemos conocer nuestro pasado para vivir mejor el presente y construir un magnífico futuro.

HISTORIA DE MI VIDA

EDAD	ACONTECIMIENTOS POSITIVOS	ACONTECIMIENTOS NEGATIVOS	APRENDIZAJE ENSEÑANSA

HaZ un alto en tu vida y piensa lo que construyes para ella... ¿o acaso esperas a que otros la construyan por ti?

¿Cómo te pueden ayudar los demás a construir tu proyecto de vida?

Acuerdos y desacuerdos en La convivencia

¿Cómo podemos aceptar las diferencias en la convivencia?

Establece una historia cuales valores están presentes cuando vivimos en armonía con los demás escríbela.

¿Qué es para ti la tolerancia? Menciona 10 ejemplos.

1.	6.
2.	7.
3.	8.
4.	9.
5.	10.

Antes de juzgar al otro,
Camina durante tres noches
Con sus Zapatos puestos

¿Qué te dice esta frase? Exprésalo mediante un texto literario:

¿Crees que la solidaridad es solo para con las personas, o crees que existan otras causas que nos hagan solidarios?

¿Cuales acciones serán las pertinentes en un dialogo?

¿Cuáles son los pasos para la solución pacífica de los conflictos?

¿Por qué debemos amar el cuerpo y cuidarlo?

¿Por qué es importante dialogar con nuestro cuerpo?

¿Cuando seremos verdaderamente espirituales?

¿Crees que actualmente carecemos de convivencia?

Que propones para que tu entorno tenga una convivencia sana?

¿Cómo puedo mejorar mi situación social desde un pensamiento crítico, teniendo en cuenta la espiritualidad y la trascendencia?

¿Qué puedo lograr con esto en mi vida cotidiana?

¿Por qué es importante mejorar las condiciones sociales?

¿Qué consecuencias tiene el hecho de no mejorar las condiciones sociales?

¿Qué sentimientos, valores o actitudes se deben poner en juego para mejorar la situación social?

Yo soy responsable de la manera de jerarquizar mi tiempo ¿cuando?

Yo soy responsable de la calidad de mi trabajo. ¿Cuándo?

Yo soy responsable de mi felicidad personal ¿Cuándo?

Registra, cuando con tus palabras has hecho mucho bien a tu familia y amigos.
