

	INSTITUCION EDUCATIVA LA PAZ	Código: GPP-FR-20
	GUÍA DE AUTOAPRENDIZAJE: PLAN DE MEJORAMIENTO DE PERIODO	Versión: 01
		Página 1 de 1

Área o asignatura	Docente	Estudiante	Grado	Fecha de entrega	Periodo
CAP. 2024	Adrian Cano Marin	Todos los que necesiten	6° (4, 5)	Según cronograma	3

<p>¿Qué es un refuerzo?</p> <p>Es una actividad que desarrolla el estudiante adicional y de manera complementaria para alcanzar una o varias competencias evaluadas con desempeño bajo.</p> <p>Actividades de autoaprendizaje: lecturas, documentos, talleres, consultas. Producción textual.</p>	<p>Estrategias de aprendizaje</p> <p>Todos los trabajos se realizaran en el tiempo estipulado para ello</p>
---	--

Competencia	Actividades	Entregables	Evaluación
<ul style="list-style-type: none"> Reconozco que los derechos se basan en la igualdad de los seres humanos, aunque cada uno sea, se exprese y viva de manera diferente. 	<p>1. A continuación, se mostrará el contenido y las preguntas para resolver EL PLAN DE MEJORAMIENTO EN LA ASIGNATURA DE CAP TERCER PERIODO.</p> <p>NOTA: Se deben tener presente las siguientes indicaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se debe presentar de forma organizada, en hojas de block, correcta escritura y que en estas se vea compromiso y dedicación. ✓ Se deben presentar TODAS las actividades aquí expuestas 	si	si

LA IRA

“Mariana se puso toda feliz por haber ganado de regalo un juego de té de color azul. Al día siguiente, Julia, su amiguita, vino bien temprano a invitarla a jugar. Mariana no podía pues saldría con su madre aquella mañana”.

Julia entonces pidió a Mariana que le prestara su juego de té para que ella pudiera jugar sola en el jardín del edificio en que vivían. Ella no quería prestar su flamante regalo pero ante la insistencia de la amiga decidió, hacer hincapié en el cuidado de aquel juguete tan especial.

Al volver del paseo, Mariana se quedó pasmada al ver su juego de té tirado al suelo. Faltaban algunas tazas y la bandeja estaba rota.

Llorando y muy molesta Mariana se desahogó con su mamá "¿ves mamá lo que hizo Julia conmigo? Le presté mi juguete y ella lo descuidó todo y lo dejó tirado en el suelo".

Totalmente descontrolada Mariana quería ir a la casa de Julia a pedir explicaciones, pero su madre cariñosamente le dijo: "Hijita, ¿te acuerdas de aquel día cuando saliste con tu vestido nuevo todo blanco y un coche que pasaba te salpicó de lodo tu ropa? Al llegar a casa querías lavar inmediatamente el vestido pero tu abuelita no te dejó. ¿Recuerdas lo que dijo tu abuela? Ella dijo que había que dejar que el barro se secase, porque después sería más fácil quitar la mancha. Así es hijita, con la ira es lo mismo, deja la ira secarse primero, después es mucho más fácil resolver todo".

Mariana no entendía todo muy bien, pero decidió seguir el consejo de su madre y fue a ver el televisor.

Un rato después sonó el timbre de la puerta...Era Julia, con una caja en las manos y sin más preámbulo ella dijo: "Mariana, ¿recuerdas al niño malcriado de la otra calle, el que a menudo nos molesta? Él vino para jugar conmigo y no lo dejé porque creí que no cuidaría tu juego de té pero él se enojó y destruyó el regalo que me habías prestado. Cuando le conté a mi madre ella preocupada me llevó a comprar otro igualito, para ti. ¡Espero que no estés enojada conmigo. No fue mi culpa!".

"¡No hay problema!, dijo Mariana, ¡mi ira ya secó! Y dando un fuerte abrazo a su amiga, la tomó de la mano y la llevó a su cuarto para contarle la historia del vestido nuevo ensuciado de lodo".

Nunca reacciones mientras sientas ira. La ira nos ciega e impide que veamos las cosas como ellas realmente son. Así evitarás cometer injusticias y ganarás el respeto de los demás por tu posición ponderada y correcta delante de una situación difícil.

Actividad

1. Resumen de la lectura
2. ¿Cómo controlas la ira?
3. Escribe tres (3) valores reflejados en la lectura y explicarlos.
4. ¿Cuál es la importancia de la lectura?
5. Dibujo alusivo.

Mi relación con el mundo

Entrevista a persona anónima...

...“Cuando yo llegué al mundo de la efectividad personal lo hice precisamente buscando hacer más cosas. Al principio descubrí unos cuantos consejos productivos que me ayudaron a moverme con más agilidad, pero no tardé demasiado en darme cuenta de algo: el vaso seguía siempre lleno hasta rebosar. Me compré un vaso más grande, pero también se llenó. Da igual qué vaso te compres y cuánta capacidad tenga, se llena igualmente.

Tenemos más cosas para hacer que tiempo para hacerlas, y conseguir abrir pequeños huecos en nuestro día a día no hace, por sí mismo, que nuestra tendencia al sobrecompromiso, la mala gestión de nuestros pendientes o la nula claridad de ideas sobre qué queremos conseguir y qué estamos haciendo para conseguirlo desaparezcan. Y nunca terminas de salir de esa situación de estrés y agobio continuo... da igual. El vaso siempre llega a rebosar si no se introducen otros factores en la ecuación, y como consecuencia el modo de relacionarte con tu mundo no cambia.

Sentirte bien con lo que haces y con lo que no haces

Me han hecho falta unos cuantos años para darme cuenta —de verdad, con convicción y no sobre el papel— de que lo que de veras necesitamos no es hacer más cosas, sino sentirnos bien con lo que hacemos y con lo que no hacemos. Y para ello, el cómo nos relacionamos con nuestro mundo es un cambio de chip fundamental y necesario. Cuando te sientes bien con lo que haces y con lo que no haces el círculo se cierra y esa sensación de agobio y estrés desaparece. La calidad de tu vida aumenta de forma más que notable. Haces cosas en una situación de mayor enfoque y relajación, disfrutas más haciéndolas y como consecuencia de ello consigues mejores resultados” ...

Actividad

1. ¿Hacer más o mejores cosas? Cual consideras sería la respuesta correcta a esta pregunta.
2. ¿Qué es eficacia? Por qué es importante
3. ¿Cuál es la importancia de la autoestima frente a mi relación con el mundo? Ten en cuenta los cuatro principios mencionados para responder.
4. ¿Cómo puedo reforzar mi autoestima a diario?
5. Plasma un dibujo, un símbolo, una frase el cual te identifique y brindes al mundo como parte de tu contribución.

¿En qué consiste el desarrollo sostenible?

El desarrollo sostenible implica cómo debemos vivir hoy si queremos un futuro mejor, ocupándose de las necesidades presentes sin comprometer las oportunidades de las generaciones futuras de cumplir con las suyas. La supervivencia de nuestras sociedades y de nuestro planeta común pasa por un mundo más sostenible.

¿Cómo alcanzar el desarrollo sostenible?

Muchos de los retos a los que se enfrenta el ser humano, tales como el cambio climático, la escasez de agua, las desigualdades o el hambre, solo se pueden resolver desde una perspectiva global y promoviendo el desarrollo sostenible: una apuesta por el progreso social, el equilibrio medioambiental y el crecimiento económico.

Cuando existe un desarrollo sostenible, todo el mundo tiene acceso a un trabajo digno, una atención sanitaria y una educación de calidad. La utilización de los recursos naturales evita la contaminación y las pérdidas permanentes para el medio ambiente. Las decisiones de políticas públicas garantizan que nadie se quede atrás debido a situaciones de inferioridad o discriminación.

Como una nueva hoja de ruta para lograr un desarrollo sostenible, Naciones Unidas aprobó la Agenda 2030 que contiene los Objetivos de Desarrollo Sostenible, una serie de metas comunes para proteger el planeta y garantizar el bienestar de todas las personas. Estas metas comunes necesitan la implicación activa de las personas, las empresas, las administraciones y los países de todo el mundo.

Cada uno de nosotros puede pasar a la acción

No depende solo de nuestros líderes mundiales. Cada persona se puede beneficiar de un mundo más próspero, inclusivo y resiliente. Todos podemos hacer algo al respecto.

Actividad

1. ¿Qué es sostenible?
2. ¿cuál es el problema de la sostenibilidad? Menciona 3
3. ¿Cuál crees es el objetivo del desarrollo sostenible?
4. Explica los tres pilares esenciales
5. Realiza una lista de 5 acciones en casa para cuidar el medio ambiente y dibújalas.