

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                         |                                    |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>ALCALDÍA DE VILLAVICENCIO</b><br><b>INSTITUCIÓN EDUCATIVA CENTAUROS</b><br>Aprobación oficial No.0552 del 17 de septiembre del 2002<br>Nit. 822.002014-4<br>Código DANE 150001004630 | FR-1540-GD01<br><br>Vigencia: 2020 |  |
|                                                                                   | <b>APOYO A LA GESTION ACADEMICA</b>                                                                                                                                                     | Documento controlado               |                                                                                     |
|                                                                                   |                                                                                                                                                                                         | Página 1 de 4                      |                                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| Docente: Clemencia Gomez Roa                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              | Área: Sociales y Catedra para la paz                                              |
| Grado: sexto II periodo                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Sede: Rosita | La entrega de esta actividad se hace a medida del transcurso del segundo periodo. |
| <b>Estándar:</b> ¿Cómo reconocer que es lo que me identifica como ser humano? • Relaciones en avanzada. • Mi cuerpo es frágil<br>Precisa los conocimientos básicos de la identidad.                                                                                                                               |              |                                                                                   |
| <b>DBA:</b><br>Identidad y Ética" pretende ser una contribución al problema del conocimiento y desarrollo en plenitud de sí mismo, es decir, al problema de la autorrealización y de la posesión plena de la propia identidad a partir de una voluntad que rige, integrándolas, las demás dimensiones del sujeto. |              |                                                                                   |
| Nombre del estudiante:                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                                                                   |

## Me conozco y me acepto



### Indagación

#### Mi libro de la vida

Una vida ética requiere que tengas buenas relaciones contigo mismo. Todo el tiempo estamos pendientes de nuestras relaciones con los demás y muchas veces olvidamos estar bien con nosotros mismos. Este es un capítulo muy importante porque nos enseña la importancia de conocernos mejor en nuestras cualidades y dificultades, pero también de aceptarnos como somos en nuestra forma de ser.

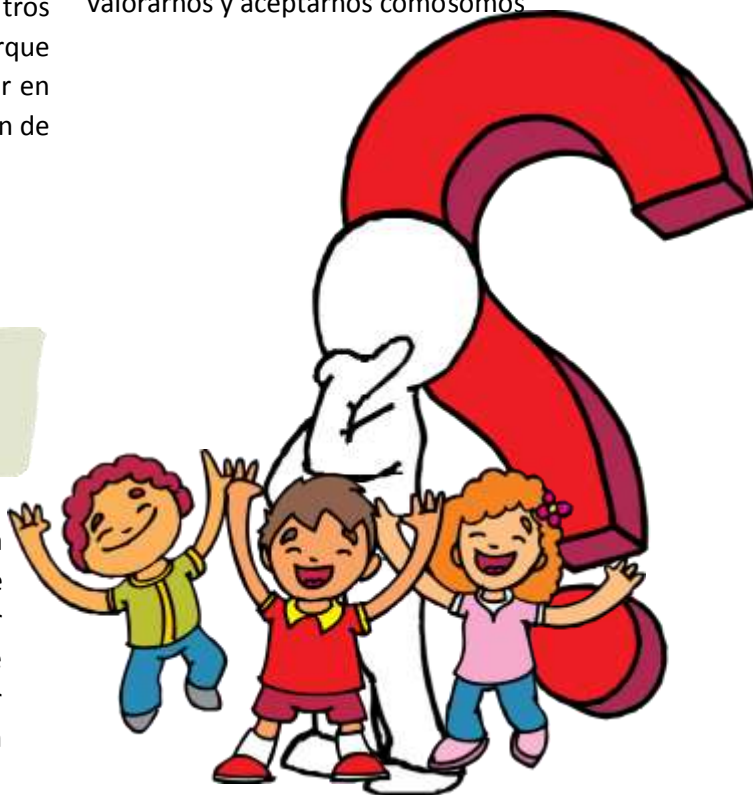
Tú eres único e irreplicable y esa es la esencia verdadera de la vida. En muchas sociedades como la nuestra, los medios de comunicación, la moda, las costumbres, la cultura, nos muestran unos estereotipos sobre las personas, cuyo único fin es imponernos modelos acerca del aspecto físico y emocional que debe caracterizarnos. Es importante superar estos estereotipos, que nos impiden valorarnos y aceptarnos como somos.



### Conceptualización

#### ¡Conócete a ti mismo!

- Cada niño realizará un libro sobre sí mismo. Para realizar las portadas se puede utilizar una caja de cartón, no tan gruesa para que se pueda manipular fácilmente, se recortan para que queden de Tamaño carta, luego se decoran con dibujos; por dentro se colocan de 3 a 6 hojas blancas y se unen



con cosedora a las portadas. En la primera página puede escribir aspectos generales como su nombre, el nombre de sus padres, la dirección de su casa, entre otros.

- La segunda hoja puede dedicarla a los momentos más importantes: su nacimiento, fiestas especiales, entre otros. En otras páginas puede escribir poemas, canciones, dibujos, decir cuál es su equipo favorito, etc.



## Aplicación

El conocimiento de sí mismo es la primera condición para establecer mejores relaciones con nosotros mismos y con los demás. ¿Por qué? Porque quien no conoce sus propias capacidades y habilidades no podrá aprovecharlas para ser un mejor ser humano. Puedes tener muchas cualidades artísticas, emocionales, cognitivas y es importante que las conozcas. El centro educativo es un buen lugar para que te explores tanto en las áreas del conocimiento como en la forma en que entablas relaciones con tus amigos, compañeros y profesores y la forma en que solucionas tus problemas. Todo esto lo debes saber y buscar la mejor manera de relacionarte con tu entorno y todas las personas que te rodean. Si no conoces tus propios defectos y limitaciones, caminas tropezando por la vida en medio de inútiles conflictos y permanentes frustraciones. Realiza con tus compañeros la siguiente actividad.

1. Realiza una silueta de ti mismo. La puedes hacer en el patio con tiza. Debes acostarte y pedir a un compañero que te delimite la silueta a tu alrededor. Debes terminarte de pintar y luego colocar tu nombre y a los lados tus cualidades principales, lo que más te gusta de ti y tus valores.
2. Enseguida, todos se van a presentar a los demás compañeros. Van a pasar por cada una de las siluetas y cada uno se va a presentar a sí mismo. Todos aplauden después de cada presentación.

Responde en tu cuaderno

- ¿Cómo soy yo?
  - ¿Qué hago?
  - ¿Cómo lo hago?
  - ¿Cómo me siento?
  - ¿En qué podría mejorar?
  - ¿Qué cualidades tengo?
- ¿Qué oficio o profesión me gusta?

## Me construyo con los demás

Ten en cuenta que todos nos desarrollamos en nuestras relaciones con nosotros mismos y con los demás. Si eres una persona que se baña todos los días, te arreglas, estás bien presentado, comes alimentos saludables, significa que tienes hábitos de autocuidado que te permitirán sentirte y relacionarte mejor. Si manejas apropiadamente tus sentimientos, abrazas y aprecias a quienes te quieren, saludas, sonríes y tratas bien a los demás, estás cultivando tu autoestima porque los demás te percibirán como una persona amable y alegre. Estas condiciones ayudarán a tu convivencia.

Seguramente que valoras algunas cualidades de tus compañeros.

Analiza cómo son esas personas de la siguiente manera:

- Piensa en una persona amable. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace amable?
- Piensa en una persona honesta. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace honesta?
- Piensa en una persona solidaria. ¿Cómo es esa persona? ¿Qué la hace solidaria?



Con cuál de estas figuras te identificas mejor?

¿Por qué?

Responde las siguientes preguntas:

- ¿Por qué es importante conocerse a sí mismo?
- ¿Qué le pasa a quien no se conoce?
- ¿Cómo hacer para conocerse a sí mismo?
- ¿Quiénes nos ayudan a conocernos?

Dibuja en tu cuaderno una figura pensando en cómo te gusta ser, y el oficio o profesión que te gustaría ejercer.

3. Realiza una silueta de ti mismo. La puedes hacer en el patio con tiza. Debes acostarte y pedir a un compañero que te delinee la silueta a tu alrededor. Debes terminarte de pintar y luego colocar tu nombre y a los lados tus cualidades principales, lo que más te gusta de ti y tus valores.
4. Enseguida, todos se van a presentar a los demás compañeros. Van a pasar por cada una de las siluetas y cada uno se va a presentar a sí mismo. Todos aplauden después de cada presentación.

Responde en tu cuaderno

- ¿Cómo soy yo?
- ¿Qué hago?
- ¿Cómo lo hago?
- ¿Cómo me siento?
- ¿En qué podría mejorar?
- ¿Qué cualidades tengo?
- ¿Qué oficio o profesión me gusta?

| CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES |                         |                                                                               |
|---------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Semana 1</b>           | 19 al 23 de abril       | Explicación y socialización del tema I(meet-whatssap) solución de actividades |
| <b>Semana 2</b>           | 26 al 30 de abril       | Entrega de actividades tema I, según horario por correo electrónico           |
| <b>Semana 3</b>           | 3 al 7 de mayo          | Explicación y socialización del tema 2(meet-whatssap) solución de actividades |
| <b>Semana 4</b>           | 10 al 14 de mayo        | Entrega de actividades tema II, según horario por correo electrónico          |
| <b>Semana 5</b>           | 17 al 21 de mayo        | Explicación y socialización del tema 3(meet-whatssap) solución de actividades |
| <b>Semana 6</b>           | 24 al 28 de mayo        | Entrega de actividades tema III, según horario por correo electrónico         |
| <b>Semana 7</b>           | 31 de mayo a 4 de junio | Explicación y socialización del tema 4(meet-whatssap) solución de actividades |
| <b>Semana 8</b>           | 7 al 11 de junio        | Entrega de actividades tema IV, según horario por correo electrónico          |
| <b>Semana 9</b>           | 14 a 18 de junio        | Explicación y socialización del tema 5(meet-whatssap) solución de actividades |
| <b>Semana 10</b>          | 21 a 25 de junio        | Entrega de actividades tema V, según horario por correo electrónico           |