

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ				
	PLAN DE MEJORAMIENTO – PLAN DE PROFUNDIZACIÓN – PLAN DE APOYO				
ASIGNATURA /AREA: ETICA Y VALORES		DOCENTE: BEATRIZ OSORIO PEREZ	PERIODO 1	AÑO 2019	PÁG 1-6
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:				GRADO: OCTAVO	

PLAN DE MEJORAMIENTO

De acuerdo a la siguiente lectura “LA FAMILIA Y MIS SENTIMIENTOS”, responde las preguntas 1, 2 y 3

LA FAMILIA Y MIS SENTIMIENTOS

Mi familia cultiva mis sentimientos "La FAMILIA es escuela de sentimientos". Tú haces lo tuyo de manera personal, pero es al interior de ella donde te fortaleces como persona. Lo esencial en la FAMILIA es la "relación de comunidad", de sentimientos de afectos, el espacio en el que las personas se comunican no solo desde afuera sino desde dentro. "LOS PADRES LOS PRIMEROS EDUCADORES" La familia debe ser modelo de fraternidad y caridad, donde los sentimientos que se descubren y cultivan en el hogar, se convierten en educación permanente y viva. Todo queda enmarcado en el camino de la sinceridad, el amor atento a cada persona, deseos de integrar la vida en la sociedad por la madurez psicología y espiritual en el proceso de socialización. La vida ejemplar de los padres, que fortalece e ilumina el mismo amor educador, contribuye al cultivo y expresión de los sentimientos a lo largo de los años de cada uno de los hijos. Tal influencia es fundamental en orden de la construcción armónica de la persona, que tiene necesidad del hogar para la solidez de los lazos afectivos. EL AMBIENTE FAMILIAR, El joven que vive un clima de relaciones afectuosas en su hogar (amor, dialogo, solidaridad, autocontrol, sinceridad, generosidad) está recibiendo la propuesta de una serie de valores humanos y está a la vez cultivando sus sentimientos:

1. Identifica y escribe cuales son los sentimientos generados en tu familia. Al lado pega la foto de tu familia.

¿Qué sentimientos hay?

Se suelen agrupar así:

- Ante un bien: amor (simpatía, estima, admiración), deseo, gozo.
 - Ante un mal: odio (antipatía, repugnancia, fastidio), aversión (huida), tristeza.
 - Ante un bien difícil de alcanzar: esperanza, desesperación.
 - Ante un mal difícil de superar: temor, audacia, ira.
 - El más importante es la irradiación “del Amor”. Es conveniente no confundir el amor como sentimiento y el amor como virtud que es de mayor categoría.
2. Cual es tu opinión acerca de la frase “La familia debe ser modelo de fraternidad y caridad, donde los sentimientos que se descubren y cultivan en el hogar, se convierten en educación permanente y viva”.

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje. Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmiradordiaro.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>
<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

¿Los sentimientos son buenos o malos? No son ni buenos, ni malos: solo son manifestaciones que salen del interior de la persona cuando facilitan obrar bien o mal; entonces conviene fomentarlos. Son sentimientos negativos cuando invitan al mal de alguna manera: habrá que dominarlos, expresarlos y cambiarlos y hacerlos desaparecer, pero vuelven aparecer como las malezas

¿El hombre debe guiarse por sus sentimientos? El hombre debe guiarse por su “esencia”, que es la facultad que muestra el verdadero bien. Los sentimientos son en buena parte instintivos, y dejarse dominar por ellos es una pérdida de libertad, sin embargo, son los que nos mueven a interrelacionarnos afectivamente con los demás. Por ejemplo, el sentimiento de fastidio ante el estudio se debe vencer. Es señal de “madurez” expresar en primera persona mis sentimientos. Esto no ofende a nadie, al contrario, demuestra mi madurez.

3. Cuales valores positivos y negativos identificas en el texto en relación con tu familia.

4. En los siguientes párrafos reconoce y asigna el valor esencial de la familia.

Comunicación	Curiosidad.	Flexibilidad	Generosidad	Honestidad
Perdón	Pertenencia	Respeto	Responsabilidad	Tradiciones

Es importante que cada miembro de mi familia se sienta que son amados, que pertenecen y que son importantes. Al ser una familia unida puede significar que pasamos todo el tiempo libre junto haciendo actividades familiares, pero ten en cuenta que todo el mundo es diferente. La creación de una unidad familiar fuerte es importante, pero cada persona debe permitir el espacio y la libertad para explorar las actividades que ellos piensan que pueden disfrutar. Las personas son más valientes y más dispuestas a correr riesgos si saben que tienen un lugar seguro para volver cuando las cosas no funcionan. Reunirse para ocasiones especiales y días festivos y simplemente pasar tiempo juntos como una familia es lo que ayuda a crear ese sentido de pertenencia.	
Estoy a favor de la orden, los horarios y la estructura de mi familia para ayudar a mantener un cierto nivel de cordura. Pero demasiada estructura y la falta de voluntad para dar un poco, puede dar lugar a una gran cantidad de infelicidad y resentimiento. Imagina un miembro de la familia piensa siempre que tienen la razón y hace cumplir a su manera como se debe hacer las cosas. Esto ciertamente no conduciría a la felicidad dentro de la unidad familiar.	
Esto es un poco más difícil de definir. Para mi familia, respetarse unos a otros es tener sentimientos, pensamientos, necesidades y preferencias a la hora de tomar decisiones. También significa reconocer y valorar pensamientos de todos, los sentimientos y contribuciones a la familia como un todo. El respeto es, en efecto debe ser ganado y hay una línea muy fina entre el mismo y el miedo. La única manera de ganar y mantener el respeto de alguien es mostrar primero que te respetas a ti mismo. Respeto como valor importante de la familia se extiende fuera de la casa y en la escuela, el trabajo o en otros entornos sociales.	
Este es el fundamento de todas las relaciones que están destinados a durar. Madre e hija, esposo y esposa, hermana y hermano. Sin honestidad una conexión más profunda no se formará y desde luego no va a durar. Fomente la honestidad, practicando la comprensión y el respeto cuando alguien te habla de sus malas acciones. Si lo perdemos y nos enojamos cuando nos dicen lo que ha sucedido, la otra persona probablemente esconderá la próxima vez lo que tiene que decir, simplemente para evitar la falta de respeto.	

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje. Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmiradoridiario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>
<https://www.cuentosydemasparaque.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

Perdonar a personas que te han hecho mal es una decisión importante que se debe tomar. Esto no es un sentimiento que se apodera de ti al azar cuando se siente que la otra persona ha “sufrido” lo suficiente. Esto puede ser difícil ya que muchos de nosotros tendemos a equiparar perdón a decir lo que hiciste estuvo bien. Tenga en cuenta que todos cometemos errores, todos de vez en cuando decimos cosas que no desean.	
Dar sin pensar es un valor importante para cualquiera que desee ser un miembro responsable, contribuyendo a la sociedad. A través de la generosidad construimos empatía ya que tendemos a pensar más en lo que la gente quiere o necesita. Ser generoso no significa simplemente entregar dinero a alguien que lo necesite. También puede incluir la administración de su tiempo, el amor, la atención o incluso algunas de sus pertenencias	
Los niños tienen una curiosidad natural. Si alguna vez has visto a un niño, aunque sea por un par de minutos, usted vería que brillan a través de la calidad. Para algunos esa curiosidad se desvanece. Creo que es importante alentar y empujar a nuestros hijos y incluso a nosotros mismos sentir curiosidad por las cosas. ¿Cómo podemos despertar nuestra curiosidad? Haga preguntas. Muchas. Lea acerca de un tema que sabemos muy poco y no tenga miedo de decir no lo sé. Pensamiento crítico es una habilidad importante que se puede aprender y desarrollarse a través de la exploración de su propia curiosidad.	
La comunicación es tanto un arte como una ciencia. A falta de comunicación probablemente conducirá a la infelicidad y malentendidos. Pequeños problemas se convierten en los más grandes y cuando finalmente hierva la superficie es poco probable que se resuelva con tranquilidad. Además de las palabras habladas, la comunicación se extiende también a tono, volumen, expresión, escucha el contacto visual, el lenguaje corporal y eficaz. Yo diría que este es el valor más importante que las familias tienen. Cuando las personas sienten que pueden hablar abiertamente sobre cualquier cosa – esperanzas, sueños, miedos, aciertos y fracasos – todo sin juicio, es alentador y fortalece el vínculo.	
A todos nos gusta ser considerados como personas responsables. Algunos de nosotros somos y algunos de nosotros son decididamente menos. La responsabilidad es algo que se aprende. Como un niño que haya sido demostrado cómo poner sus juguetes después de jugar, la forma de poner en orden su habitación o cómo y cuándo alimentar al perro. Este sentido de responsabilidad se extiende hasta bien entrada de la edad adulta. Un adulto que tiene un sentido intrínseco de la responsabilidad no requiere mucha insistencia a presentarse a trabajar a tiempo, devolver las llamadas telefónicas o cumplir los plazos. Partiendo responsabilidades individuales de los miembros de la familia trabaja para inculcar esta calidad en todo el mundo.	
Este es por lejos el más divertido para mí. Creo que las tradiciones son los que hacen una familia única. Las tradiciones no tienen que ser costosas, elaboradas o con mucho trabajo. Puede ser algo tan simple como un perezoso sábado por la mañana tomando café y charlando o una cena anual fondue para recibir el nuevo año. Si actualmente no tienen tradiciones de su familia, créanlos. Así que estos son mis 10 mejores valores de la familia. Por supuesto, hay otros que le incorporen, pero estos son los más importantes para mí.	

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje, Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmirador diario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>
<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

PLAN DE APOYO

Respeto

Siempre se habla de respetar ideas, gustos, hábitos y costumbres, pero eso no significa estar de acuerdo con todo, o permanecer indiferentes. Muchos de estos aspectos pueden no parecernos e incluso disgustarnos y lo correcto será ayudarse mutuamente a corregirlos. Recordemos que cuando existe un interés y cariño auténticos, siempre se buscará el bien de la otra persona.

El respeto en pareja también debe vivirse en las manifestaciones de cariño: caricias, abrazos, besos e incluso palabras. ¿Cómo saber que estamos actuando correctamente?

Alguien decía a una joven pareja: “Cuando estén a solas, compórtense de la misma manera que si estuvieran delante de sus padres o de otras personas; así no se equivocarán, ni cometerán una imprudencia”.

Con nuestro digno comportamiento, también demostramos respeto por nuestros padres, la familia y todos los principios morales recibidos en casa, la escuela y la religión.

Autoestima: En apariencia la autoestima es un valor egoísta, donde proteger nuestro yo íntimo es lo más importante para no salir lastimados. Pero la realidad es que la autoestima nos permite descubrir todo lo bueno que tenemos (cualidades, habilidades, hábitos), así como nuestros defectos. Esto nos permite desarrollar nuestras cualidades y buscar la manera de superar nuestras fallas. El conocimiento propio nos brinda seguridad y confianza, tomando conciencia del valor que como personas tenemos.

Cuando la autoestima está bien fundamentada, se aprende a aceptar los consejos y críticas para mejorar nuestra persona: modales, vocabulario, forma de vestir, disposición al trabajo o al estudio, relación familiar, etc. Pero también nos ayuda a defender nuestros principios morales, rechazar la manipulación de nuestras ideas y sentimientos para ceder a los caprichos de otra persona, sea cambiando nuestra conducta, creencias, amistades o donar nuestro cuerpo por temor a perder “ese cariño”.

A pesar del dictado de nuestros sentimientos, la autoestima nos permite abandonar una relación que no prospera por las discusiones, la falta de entendimiento y de respeto, o que definitivamente nos impide comportarnos con dignidad.

MI AUTO-ESTIMA

Tanto los adultos como los niños y jóvenes poseemos el mismo repertorio de emociones y sentimientos. Experimentamos alegría, ira, amor, miedo, celos, vergüenza, placer, sorpresa, disgusto, tristeza, sin embargo, reaccionamos ante situaciones diversas de forma diferente y muchas veces mezclando estos tipos generando emociones que no podemos entender y que nos producen contradicciones. De acuerdo a lo anterior cual es tu posición frente a las siguientes frases.

	SI	NO
Soy responsable con mis obligaciones	___	___
Cuando las cosas me salen bien me siento feliz	___	___
Tengo seguridad y confianza en mí mismo	___	___
Me considero una persona alegre	___	___
Acepto críticas sin disgustarme	___	___
Conservo la tranquilidad en momento difíciles	___	___
Me considero una persona prudente	___	___
Juzgo bien a los demás	___	___
Me gusta tener amigos	___	___
Se me dificulta tener amigos	___	___
Me gusta el nombre que me pusieron mis padres	___	___

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje. Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmirador diario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>

<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

MIS EMOCIONES

	SI	NO
¿Te sientes bien si le pegan alguien mas?	_____	_____
¿Te sientes bien si se burlan de alguien que te cae mal?	_____	_____
¿Cuándo tienes mucha rabia tratas mal a las personas?	_____	_____
Cuando alguien te molesta mucho, ¿te da tanta rabia que le pegas?	_____	_____
Cuando te da rabia, ¿Empiezas a gritar a los demás?	_____	_____
¿Si alguien me pega es mejor alejarme?	_____	_____
Si alguien me pone un apodo desagradable, es mejor dejar que diga lo que quiera	_____	_____

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje. Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmiradordiarario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>
<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

PLAN DE PROFUNDIZACIÓN

1. Consulta sobre los principios y valores de la familia.
2. Identifica los factores que pueden ser un obstáculo para lograr tus metas.
 - A nivel personal.
 - A nivel familiar.
 - A nivel social.
 - ¿Que harías para superar y alcanzar sus metas?
3. ¿Cual es tu actitud cuando te corrigen tus padres?
4. ¿Es importante que seas formado en valores? Explica
5. Realiza un plegable sobre 'Quien soy'
6. Los valores son cualidades que podemos encontrar en el mundo que nos rodea. Cuando decimos que algo tiene valor afirmamos que es bueno, digno de aprecio y estimación. De los valores depende de que llevemos una vida que tiene momentos de alegría, ilusiones, sentimientos, emociones, éxitos, tristezas, fracasos, cada persona construye su vida en armonía con nosotros mismo y con los demás, una vida en la que podamos desarrollarnos plenamente como persona.

CON LO ANTERIOR UBICA EN LA PIRÁMIDE DE VALORES, SEGÚN COMO VIVES LOS VALORES EN TU FAMILIA



Igualdad	Integridad	Justicia	Lealtad	Libertad	Moralidad
Orden	Respeto	Responsabilidad	Solidaridad	Tolerancia	Verdad

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje. Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmiradordiarario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>

<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: CURRICULAR	Código	
NOMBRE DEL DOCUMENTO: PLAN DE MEJORAMIENTO – PROFUNDIZACIÓN – PLAN DE APOYO		Versión 01	Página 1 de 1

ASIGNATURA /AREA	ETICA Y VALORES	GRADO:	OCTAVO
PERÍODO	UNO	AÑO:	2019
NOMBRE DEL ESTUDIANTE			

LOGROS /COMPETENCIAS: (de acuerdo al enfoque que se siga en la I.E)

- Reconocer al otro como interlocutor válido, a partir del valor de la comunicación asertiva.
- Conocer y diferenciar los sentimientos
- Valorar positivamente la expresión de los sentimientos

ACTIVIDADES PRÁCTICAS A DESARROLLAR INCLUYENDO BIBLIOGRAFIA DONDE SE PUEDA ENCONTRAR INFORMACIÓN:

- Presenta el cuaderno con todas las actividades desarrolladas durante el periodo.
- Presenta la solución el plan de mejoramiento, apoyo y profundización.

METODOLOGIA DE LA EVALUACIÓN

- Presentar la solución del taller en hojas de block.
- Presenta el plan de mejoramiento, apoyo y profundización. (ANEXO 6 Pág.).
- Trabajo individual.

RECURSOS:

- Cuaderno y fotocopias el taller de mejoramiento y profundización.

OBSERVACIONES:

- Entrega puntual las actividades propuestas.

FECHA DE ENTREGA DEL TRABAJO Marzo - 2019	FECHA DE SUSTENTACIÓN Y/O EVALUACIÓN Abril - 2019
NOMBRE DEL EDUCADOR(A) BEATRIZ OSORIO PEREZ	FIRMA DEL EDUCADOR(A)
FIRMA DEL ESTUDIANTE	FIRMA DEL PADRE DE FAMILIA

Textos tomados de: <http://es.slideshare.net/alfosan2002/mi-familia-cultiva-mis-sentimientos>
<https://sites.google.com/site/informaticaens2012/los-valores-en-la-familia>

Las características del aprendizaje, Emociones y actitudes frente a la agresión. Convivencia y paz. www.icfes.gov.co

Imágenes tomadas de: <https://steemit.com/castellano/@ndnthor/la-familia-como-control-social> y <https://www.elmiradordiarario.com.ar/nota/ocio/85125/cual-importancia-respeto-trabajo.html>

<https://www.cuentosydemasparapeques.com/cuentos-valores-la-importancia-la-amistad-juan-pedro/>