

GUIA 1, PERIODO 3.

GUIAS DE AUTOAPRENDIZAJE

DOCENTE: Nelly Arismendy Quintero.	ASIGNATURA: Ética y valores.		
e-mail: viva182009@hotmail.com	Teléfono: 3012464615		
FECHA : Julio	PERIODO:3	GRADO: 5º	GUÍA Nº: 6

EJE TEMÁTICO(Temas): Comunicación asertiva

DERECHO BÁSICO DE APRENDIZAJE(DBA): Asertividad

PROPOSITO DE APRENDIZAJE (Objetivo): Reconoce la importancia de ser asertivos para mantener una buena comunicación.

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

LA ASERTIVIDAD suele definirse como un comportamiento comunicacional en el que la persona ni agrede ni se somete a la voluntad de otras personas, sino que expresa sus convicciones y defiende sus derechos.

Se trata de una categoría de comunicación vinculada con la alta autoestima y que puede aprenderse como parte de un proceso amplio de desarrollo emocional.

La define como una forma de expresión consciente, congruente, clara, directa y equilibrada, cuya finalidad es comunicar nuestras ideas y sentimientos o defender nuestros legítimos derechos sin la intención de herir, actuando desde un estado interior de autoconfianza, en lugar de la emocionalidad limitante típica de la ansiedad, la culpa o la rabia.

La asertividad impide que seamos manipulados por las demás en cualquier aspecto además de valorar y respetar a las demás recíprocamente.

- Todas las personas tenemos derecho a ser tratadas con cortesía y respeto.
- Cuando defendemos nuestros derechos nos respetamos a nosotras mismas y obtenemos el respeto de los demás.
- Cuando hacemos lo que es correcto para nosotras, nos sentimos mejor con nosotras mismas y tenemos una relación más auténtica y satisfactoria con nosotras mismas.
- Al sacrificar nuestros derechos, estamos entrenando a otras personas para que nos traten de forma incorrecta.
- Ganaremos mucho de la vida si somos libres y capaces de defender nuestros derechos a la vez que potenciamos los mismos derechos en las demás personas.
- Tenemos derecho a expresarnos mientras no violemos los derechos de otras personas
- Si no decimos a las demás cómo nos afecta su comportamiento, les estamos negando la oportunidad de cambiar.
- Cuando no permitimos que conozcan nuestros sentimientos, de alguna manera, estamos manipulando a la otra persona.

- Todo el mundo se beneficia del comportamiento asertivo.

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Analiza en familia estas afirmaciones comparándolas con situaciones de la realidad.

La asertividad comienza con la creencia de que todas las personas tienen DERECHOS BÁSICOS incluyendo los siguientes:

- 1) Ser tratadas con respeto y consideración.
- 2) Tener y expresar directamente opiniones propias y sentimientos, incluido el enfado.
- 3) Expresar talentos propios e intereses a través de cualquier medio.
- 4) Equivocarse.
- 5) Marcar sus propias prioridades para satisfacer sus necesidades.
- 6) Ser tratada como persona adulta capaz sin paternalismos.
- 7) Ser escuchada y tomada en serio.
- 8) Ser independiente.
- 9) Pedir a alguien que cambie su conducta, cuando viola los derechos ajenos.
- 10) Cambiar de opinión.
- 11) No saber o no entender algo.

La asertividad propone una orientación activa hacia la vida. No debemos olvidar que todo derecho tiene la correspondiente responsabilidad de respetar el uso de los mismos derechos por parte de las demás personas.

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

- Despues de realizar la actividad piensa un poco en lo que aprendiste de la asertividad y escríbelo.

Referencia

Regulación de conflictos interpersonales en <http://www.educarueca.org/spip.php?article691>

“La resiliencia se entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” Edith Grotberg

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

Tolerancia, un valor indispensable para la vida

La tolerancia es una competencia que es necesaria desarrollar en nosotros mismos. **El mundo sería un lugar mejor si todos fuésemos más tolerantes** con el diferente, con el de otro país, con el de

otra cultura, con el que habla otro idioma, con el que viste distinto o con el que tiene otras capacidades.

Y no nos engañemos, **a todos nosotros nos queda mucho camino por andar**. En numerosas ocasiones, **nuestra tolerancia acaba donde termina nuestra educación, nuestro conocimiento, nuestra zona de confort, y ahí empieza el miedo** que no nos deja aceptar lo que no entendemos o lo que nos parece diferente: como es distinto, es malo. Un miedo que se transforma en rechazo y, en muchas ocasiones, lamentablemente, en crítica o ataque, incluso a los colectivos más vulnerables.

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Con base al concepto anterior responde lo siguiente.

1.Que otros valores crees que son necesarios para aceptar y entender lo que nos parece diferente en otros.

2. Que debemos hacer para evitar el rechazo la critica a los seres más vulnerables.

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

Teniendo en cuenta esto, responde:

- Como crees que deben ser las relaciones en tu comunidad teniendo en cuenta la situación actual.

REFERENCIAS

[www.unir.net > educación > revista > noticias >tolerancia...](http://www.unir.net/educacion/revista/noticias/tolerancia...)



GUIA 1, PERIODO 3.
GUIAS DE AUTOAPRENDIZAJE

DOCENTE: Nelly Arismendy Quintero.	ASIGNATURA: Educación religiosa.		
e-mail: viva182009@hotmail.com	Teléfono: 3012464615		
FECHA : Julio	PERIODO: 3	GRADO: 5º	GUÍA Nº: 6

EJE TEMÁTICO (Temas): Ser profetas es un don.

¡DERECHO BÁSICO DE APRENDIZAJE(DBA): ¿Podemos ser profetas?

PROPOSITO DE APRENDIZAJE (Objetivo): Reconoce la incidencia de los profetas en la vida del cristiano.

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

La profecía como don

Está claro que los profetas sirven como un enlace clave de comunicación entre Dios y los seres humanos. Muchos de los mensajes divinos de instrucción, explicación, advertencia, reproche, aliento y planes finales nos son preservados mediante la Biblia, que es la Palabra escrita de Dios.

La Biblia es una colección de los mensajes de Dios para su pueblo y un registro de su obra entre ellos, escrita por sus profetas durante un período de casi mil seiscientos años (desde Moisés al apóstol Juan) según fueron inspirados por Dios. El don de profecía es uno de los dones del Espíritu enumerado en 1 Corintios 12, y la Palabra de Dios indica que estará presente en todos los tiempos.

Creemos que, en su sabiduría y compasión, Dios levantó un profeta para estos días. Aunque no es necesario mencionar todas las pruebas de un profeta aquí, una prueba importante es que un verdadero profeta jamás contradecirá mensajes previos dados por medio de los profetas de Dios, porque «los espíritus de los profetas están sujetos a los profetas» (1 Cor. 14:32)

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Lectura en familia.

La biblia de WOODY

¿Qué es eso ahí tirado en el piso? Woody un niño de diez años, se agachó y tomó un libro que alguien seguramente había dejado caer. La portada decía: Santa Biblia. El muchachito jamás había estado en una iglesia, pero había escuchado que la Biblia hablaba de milagros, y las cosas sobrenaturales le interesaban. Tomó la Biblia, que era una versión para niños sin capítulos ni versículos, y la llevó a su casa.

En los días siguientes, Woody leyó porciones de la Biblia. Aun así, el Dios de la Biblia le parecía lejano, alguien con quien un niño no se podía relacionar fácilmente. Woody dejó a un lado la Biblia y se olvidó de ella.

Un día, mientras estaba esperando en una fila para comprar algo de pan para su madre, vio un cartel de propaganda que llamó su atención. *¿De qué hablará eso?*, se preguntó Woody. *No me interesa la Biblia, pero tengo que aprender más* se dijo Woody. *Tengo que ver esto por mí mismo!*, pensó.

Cuando llegó un día a una iglesia, Woody buscó un lugar y aguardó el comienzo de la presentación. ¿Qué aspecto tendría el orador? Cuando apareció el orador, vio ¡parecía un ser humano normal! Woody vio que el orador era una persona que hablaba de sucesos importantes del futuro. Eso se llamaba «profecía». Además, escuchó que el orador hablaba de Jesús. ¡En realidad, cientos de profecías de la Biblia se referían a él! El orador habló de cómo Jesús amaba tanto a las personas que había muerto por ellas, ¡y hasta por niños como él!

- **Escribe el mensaje que te deja esta lectura y realiza un dibujo que la represente.**
- ¿Por qué Dios ha enviado profetas?
- ¿Puedes pensar en una profecía bíblica? ¿Quién dio el mensaje? ¿De qué trataba?

¿Te gustaría ser profeta? ¿Por qué sí o por qué no?

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

Teniendo en cuenta esto, responde:

Como crees que deben ser nuestra actitud frente a los cambios que se están dando en estos tiempos, escríbelo en 10 renglones.

Referencia.

Profecía - Wikipedia, la enciclopedia libre
es.wikipedia.org › wiki › Profecía

“**La resiliencia** se entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” Edith Grotberg

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

Se llama fe al conjunto de creencias de una religión, en cuyo caso es equivalente a doctrina. Todas las religiones requieren de la fe.

Así, fe puede referir a la vez a 1) creer en algo y, 2) las cosas o principios en los que creemos.

“Hemos visto en el antiguo testamento algunos personajes nombrados profetas y según sus enseñanzas en las profecías, siempre hablaron en nombre en nombre de Dios e inspirados por la fe

que siempre tuvieron en su palabra, para algunas personas la fe no tiene que ver con el tipo de religión que se profesa, simplemente en tener comportamientos que nos lleven a encontrar la esperanza y tranquilidad de creer en un ser supremo que para la mayoría es DIOS.

Para el ser humano es necesario contar con personas que escuchen sus logros, penas, dificultades y angustias que hacen parte de nuestra vida y además podemos aferrarnos a este DIOS que representa la esperanza de que todo saldrá bien si tenemos fe."

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Después de leer lo anterior, consulta con tu familia algunas frases comunes relacionadas con la fe y la esperanza y puedes hacer un dibujo que las represente.

Ejemplo" La fe mueve montañas"

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

¿Sientes que aprendiste algo en esta actividad?

Que piensas de la fe y la esperanza, después de realizar esta actividad.
Exprésalo en 5 renglones.

Referencia.

www.significados.com › fe



GUIA 1, PERIODO 3.
GUIAS DE AUTOAPRENDIZAJE

DOCENTE: Nelly Arismendy Quintero.	ASIGNATURA: Educación Física.		
e-mail: viva182009@hotmail.com	Teléfono: 3012464615		
FECHA : Julio	PERIODO: 3	GRADO: 5º	GUÍA Nº: 6

EJE TEMÁTICO (Temas): Físico motriz, perceptivo motriz.

¡DERECHO BÁSICO DE APRENDIZAJE(DBA): Habilidades motrices básicas

PROPOSITO DE APRENDIZAJE (Objetivo): Ajusto los movimientos de mi cuerpo.

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

Desplazamientos.

Se definen los desplazamientos como todos los movimientos que se realizan de un punto a otro del espacio, utilizando como medio de transporte su cuerpo.

Los desplazamientos pueden ser constantes o no y son importantes porque durante toda la vida lo haremos de una forma u otra, con los desplazamientos las personas se relacionan entre sí y consiguen ir de un lado a otro mediante distintas habilidades motoras.

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

En las actividades anteriores estuvieron desplazándose con objetos, balones, cuerdas, palos etcétera y seguramente caminaron, corrieron, y saltaron.

- Ahora van a escribir 2 tipos de desplazamientos que no hayan hecho en el ejercicio anterior y los representan con un dibujo.
- Escribe las experiencias de desplazamiento en la vida diaria que has hecho diferentes las que hemos mencionado.

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

¿Crees que esta actividad te sirve para el desarrollo de tu cuerpo, si, no, ¿Por qué?

Referencia.

Publicado 23rd January 2014 por Anonymous.

“**La resiliencia** se entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” Edith Grotberg

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

Desplazamientos habituales y no habituales

Los desplazamientos **habituales** son aquellos que utilizamos todos en nuestra vida mencionados en la actividad 6, como son, caminar, saltar, correr en la vida diaria y de esta manera desarrollamos una rutina diaria para lograr hacer nuestra vida más sencilla para llegar a ser independientes.

Por otro lado, los desplazamientos **no habituales** sirven para moverse de forma diferente y que en ocasiones también necesitamos utilizarnos en nuestra vida cotidiana y nos pueden servir en un momento determinado como recurso para una situación generada durante una acción, un juego o deporte y salir bien con éxito, de manera eficaz de una situación. Observa la siguiente imagen.



FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

En la imagen anterior, pudiste observar algunos desplazamientos que no son habituales entonces harás lo siguiente acompañado de tu familia.

- 1. Elegiras 2 desplazamientos que reconozcas y que no lo haces con frecuencia y los realizarás. (Recuerda hacer estos ejercicios con alguien de tu familia para que no te ocasiones algún daño)
- 2. Si observas desplazamientos que no reconoces puedes buscar su significado en un diccionario y lo escribes.

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

¿Crees que estos ejercicios pueden servir de estiramiento y calentamiento para una actividad deportiva? sí, no, ¿por qué?

Cuéntame si en tu casa has hecho otra clase de ejercicios o desplazamientos que no se hayan mencionado en esta actividad y represéntalos con un dibujo.

Referencia.

“Da siempre lo mejor de ti, y lo mejor vendrá...” Madre Teresa de Calcuta.

GUIA 1, PERIODO 3.

GUIAS DE AUTOAPRENDIZAJE

DOCENTE: Nelly Arismendy Quintero.	ASIGNATURA: Educación artística.		
e-mail: viva182009@hotmail.com	Teléfono: 3012464615		
FECHA : Julio	PERIODO:3	GRADO: 5º	GUÍA Nº: 6

EJE TEMÁTICO (Temas): Sensibilidad, Apreciación Estética.

¡DERECHO BÁSICO DE APRENDIZAJE(DBA): La textura.

- **PROPÓSITO DE APRENDIZAJE (Objetivo):** Me relaciono vivencialmente con diversas modalidades de expresión emocional y su representación simbólica.

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

Los elementos de la imagen (I) La textura

La imagen táctil y la imagen visual

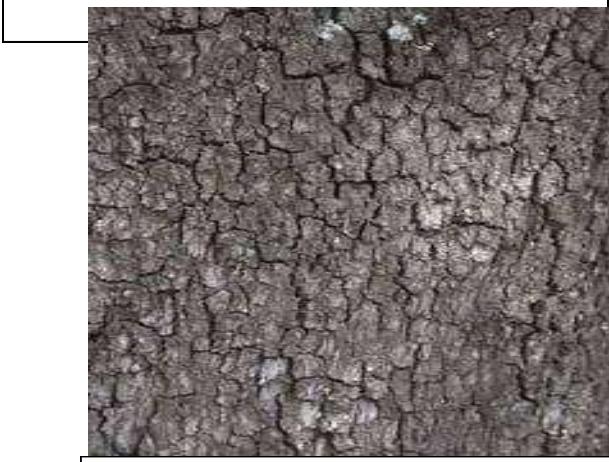
Todas las superficies de la forma nos llegan a través del sentido de la vista. Observa estos dos ejemplos, podemos apreciar la suavidad de esta tela y la rugosidad del tronco del árbol con tan sólo mirar la imagen.

Sin embargo, otras superficies poseen una textura visual, es decir, si tocamos su superficie no nos aportarán ninguna información añadida. En cambio, para apreciar en su totalidad otros objetos es preciso tocar su superficie para identificar como son. Si son lisos, ásperos, suaves, etc. Estas formas tienen una textura táctil.

Observa estos dos ejemplos. En el primer caso, la superficie tiene una textura visual. Se trata de una superficie decorada con una serie de



Seda



Corteza de árbol

formas y colores que podemos apreciar al primer golpe de vista. Si tocamos la superficie, ésta no nos aportará ninguna información.

En cambio, para reconocer claramente la superficie del segundo ejemplo, es necesario tocarla y averiguar así que se trata de una superficie rugosa y áspera. Esta superficie tiene una textura táctil.

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Ahora vas a experimentar con elementos similares en tu casa y escribes tus sensaciones.

Elabora una silueta de lo que tú quieras y usa varias texturas utilizando los ejemplos de la formación intelectual...

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

- ¿Cuéntame qué materiales usaste en la silueta?
- Cuál fue la sensación experimentada al tocar cada una de esas texturas.
- ¿Cuál es el aporte para tu vida de esta actividad?

Referencias

<http://ienspg.wix.com/ienspg>

<http://gustavoadolfovt.wixsite.com/tallerartesienspg>

¹ República de Colombia. Ley general de Educación (1994)

“**La resiliencia** se entiende como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas y ser transformado positivamente por ellas” Edith Grotberg

FORMACION INTELECTUAL (Explicación teórica)

1 ESO

Los elementos de la imagen (I) 1 ESO

La textura

Texturas naturales y texturas artificiales

Cada objeto o superficie tiene su textura. Sin embargo, establezcamos una sencilla distinción:

Texturas naturales son aquellas que tienen

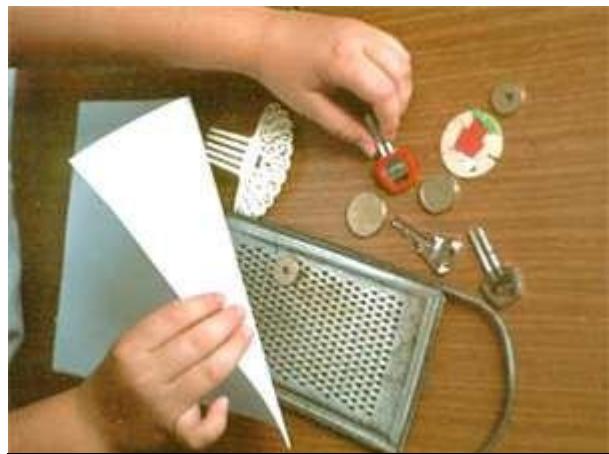


las superficies y cuerpos de la naturaleza: el tronco de un árbol, la piel de un animal, etc.

Texturas artificiales son aquellas superficies que tienen los objetos fabricados por el ser humano: la superficie de una pared, la superficie de un coche, etc.

A continuación, te mostramos tres ejemplos de texturas naturales en la superficie de las nueces y en la superficie de la madera.

En cambio, el rayador posee una superficie o textura artificial creada por el hombre para que este objeto cumpla su función.



Experimentando con texturas

FORMACIÓN PSICOMOTRIZ (Actividad)

Experimenta con la textura táctil

Se trata de que crees una textura táctil en una superficie plana. Para ello, pega en un tablero de contrachapado formas que encuentres a tu alrededor que no sobresalgan demasiado del tablero: por ejemplo, pequeñas ramas, un poco de tierra, legumbres, etc. A continuación, pinta toda la superficie de un solo color.

¡Es muy fácil y

divertido!

Experimenta con la

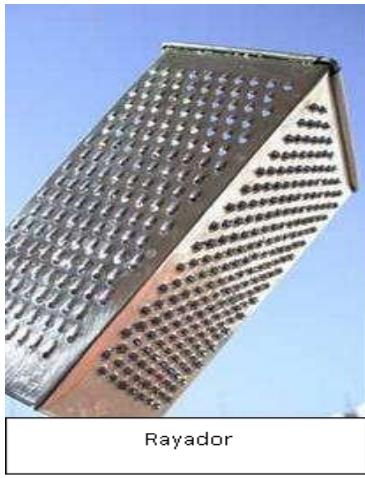
textura visual

Este ejercicio también es muy fácil. Elige, por ejemplo, una pared rugosa, coloca un papel encima y frota un trozo de carbón o de cera de colores. Observa el resultado. Ahora en tu papel es una superficie plana con formas y claroscuros muy interesantes. El aspecto del papel es como si fuese rugoso, pero si pasas la mano es totalmente plano.

También puedes colocar distintos objetos que encuentres debajo de un papel y frotar con el lápiz.



Experimentando con texturas



¡El resultado te sorprenderá!

AUTOEVALUACIÓN/EVALUACIÓN FORMATIVA.

Anímate y realiza una obra de arte utilizando diferentes texturas como las que usaste en el ejemplo anterior y me escribes que materiales utilizaste.

Referencias

<http://ienspg.wix.com/ienspg>

<http://gustavoadolfovt.wixsite.com/tallerartesienspg>

República de Colombia. Ley general de Educación (1994)

