

Nombres y Apellidos del Estudiante:	Grado: NOVENO
	Periodo: SEGUNDO
Docente:	Duración: 10 HORAS
Área: ETICA Y VALORES	Asignatura: ETICA Y VALORES
ESTÁNDAR: ❖ Reconozco sentimientos, necesidades, intereses propios y del otro, para llegar a soluciones cooperadas.	
INDICADORES DE DESEMPEÑO: ✓ Reconoce la necesidad de la automotivación a través de reflexiones descubriendo el sentido profundo del ser el mejor. ✓ precisa situaciones que necesitan refuerzo positivo, mediante ejercicios que promuevan al descubrimiento de un ser humano pleno. ✓ Cultiva acciones que motiven la propia dignidad, y descubrir las capacidades innatas que ayudan a vivir en plenitud humana.	
EJE(S) TEMÁTICO(S): LA PERSONA COMO INDIVIDUO. ✓ El mejor ser Humano. ✓ Escoge tu camino ✓ La Autenticidad.	
MOMENTO DE REFLEXIÓN “EL MEJOR SER HUMANO: “ TU ERES UNA PERSONA QUE CREE EN EL ENORME POTENCIAL MENTAL DE LOS SERES HUMANOS. TÚ ERES UNA PERSONA CONSCIENTE DE TU GRANDES POSIBILIDADES DE ÉXITO Y FELICIDAD EN ESTE MUNDO”.	
ORIENTACIONES ✓ Se tendrá en cuenta para la evaluación que el estudiante entregue sus trabajos a tiempo en el cuaderno. ✓ Se evaluara el desempeño en el trabajo individual la participación la disposición en clase, además se revisara y sustentara el trabajo de profundización para la casa.	
EXPLORACIÓN	
DIALOGA CON TUS COMPAÑEROS “Comienza ahora; comprométete contigo mismo a que no pase un solo día sin que tus pensamientos y acciones estén encaminadas hacia el logro de la meta que te prepusiste”.	
CONCEPTUALIZACIÓN	
¿QUE SIGNIFICA SER EL MEJOR? Has recibido tu ser para existir como el mejor ser humano. Eres siempre diferente a todos. “mejor”, ha de ser para ti un concepto muy personal. Como vimos anteriormente, todo parte de ti, entonces has de ser el mejor. En tu profesión u oficio has de encontrarté como el mejor ser humano, sin comparate con nadie. Antes que nadie has de realizarte tú, viviendo desde dentro, ésta es tu gran misión en la vida. Enfrentate con el reto de llegar a ser tú en ti. No existe rival alguno para esto. En ti está que seas el mejor ser humano para ti. Dentro de ti encontrarás un gran potencial, descúbrello y confía mucho en ti mismo. Sobre todo has de saber que no tienes que compararte con nadie. Serás auténticamente tú. Necesitas ahora motivarte para descubrir el sentido profundo de lo que aquí tratamos, entonces piensa que has de enfrentarte contigo mismo, te darás cuenta por ti mismo que ahora es el momento adecuado y oportuno para realizar lo que algún día has querido. Puedes describe: me vuelvo muy positivo, estoy entusiasmado porque en mis manos está el poder, yo puedo hacer todo lo que me proponga. Enciende la llama de tu grandeza de ser humano; eres digno, eres lo mque tan profundamente quieres. ¿sabes dónde está esto?... existe dentro de ti. Allí encontrarás el camino de tu éxito y felicidad. Falta una cosa y es: cree firmemente en ti, pues la verdad está en ti mismo. Para comenzar, coloca tus cinco sentidos en todo lo que crees. Piensa que todo lo puedes, ya que tu gran potencial humano está en ti. Aparta el miedo y tambien la desidia de tu corazón y mente. Ya te habías dicho: “ creo en mí”. De esta manera no haras caso de las críticas, advertencias de que no puedes, obstáculos; mantén tu mente en ideas positivas, siémbrales a cada instante, ellas son dignas de ti, son la razón de tu vivir y pronto se convertirán en grandes realidades, pues hubo una acion mental de convencimiento que afirmarás: “ esto es lo que más deseo y ya es realidad”. Has de despertar en ti la idea genial de que puedes ser el mejor, así vivas en un mundo mediocre, violento, corrupto, pero tú sostente en la verdad, el esfuerzo y la honestidad, porque de ti depende hacer de tu vida un paraíso o un lugar de sufrimiento. Las crísticas obstaculizan tus esfuerzos, no las tomes en sero, intenta siempre algo positivo, así las bloquearás. ACTIVIDAD	

Explica cómo es una persona positiva.

ESCOGE TU CAMINO



“Ha llegado el momento crucial de tu vida, no importa la edad que tengas, te encuentras en la disyuntiva de escoger el camino que has de seguir: el camino de que todo lo intenta, de aquel que no se atemoriza ante la adversidad y el fracaso con tal de conseguir lo que se propone”.

Jamás te contentes con “ ir pasando más o menos”, no te dejes afectar por el “ que dirán”. Trazate metas, realiza planes, siempre positivo y con la convicción de que las alcanzarás . realiza esto por ti mismo, muchas veces, recuerda que la “ práctica hace al maestro”.

Emprende tus ideas, realiza tus sueños, sé persistente, necesitas el coraje para intentar ser el mejor. Seguro que muchas veces has dejado de luchar, puesto que otros te han dicho que no puedes y tú, mentalmente has aceptado y no has hecho caso a la persona más importante: tú mismo.

ACTIVIDADES DE APROPIACIÓN

REALIZA LA SIGUIENTE LECTURA

“Te voy a relatar la historia de unas ranitas que un día salieron a jugar, advertidas por sus padres, de que no se alejaran mucho, porque podía pasarles algo.
Ni hicieron caso y de repente se encontraron con una cubeta de leche; se entusiasmaron y de inmediato se echaron a nadar; el nivel de la leche en la cubeta se encontraba a la mitad. Una de las ranitas que se encontraba en la misma desesperada situación era sorda. Al verse imposibilitada para salir, comenzaron a pedir ayuda y al cabo de un buen rato, sus gritos fueron escuchados. Ranas y sapos acudieron en su ayuda, sin embargo cuando se asomaron al borde de la cubeta empezaron a decir: “ ya ven... les dijimos que no se alejaran porque podá pasarles algo ; ahora por necias se van a ahogar”.
Las ranitas al escuchar esto empezaron a dejar de luchar, pero la sorda al voltear hacia arriba sólo veía enormes bocas que se abrían y cerraban al unísono; entonces pensó: qué bueno que están echando porras, eso quiere decir que yo puedo. Mientras la otras desistían y se ahogaban, la sorda continuó brincando, con tal insistencia, que la leche se cuajó y de un salto salió”.

ACTIVIDAD

1. Saca la moraleja y coméntala.

2. Cuenta una historia en la que hayas dejado de luchar e insistir en algo que querías realizar.

TRABAJO EN GRUPO

Realiza la siguiente lectura. Observa que los verbos están en futuro. Escribe en presente las ideas que más te llamen la atención. Ejemplo: seré feliz, cámbiala por: soy feliz; expulsaré, cámbila por expulso...

DIALOGA CON TUS COMPAÑEROS

“Seré feliz. Expulsaré de mi espíritu todo pensamiento triste, me sentiré mas alegre que nunca. No me lamentaré de nada. Hoy agradeceré a Dios la alegría y felicidad que me regala”.
Trataré de ajustarme a la vida, aceptaré el mundo como es, y procuraré encajar en este mundo, si sucede algo que me desagrada, no me mortificaré, porque así se prueba mi voluntad de ser feliz. Hoy seré dueño de mis nervios, de mis sentimientos, de mis impulsos; para triunfar tengo que tener dominio de mí mismo. Trabajaré alegremente, con entusiasmo y pasión. Haré de mi trabajo una diversión. Comprobaré que soy capaz de trabajar con alegría, comprobaré mis pequeños triunfos. No pensaré en los fracasos.

➤ Seré agradable, no criticaré a nadie.

➤ Toda persona tiene sus defectos y sus virtudes, olvidaré los defectos y concentraré mi atención en las virtudes.

➤ Hoy evitaré las conversaciones y discusiones desagradables.

➤ Voy a eliminar dos plagas, la prisa y la indecisión.

➤ Hoy vivire con calma y paciencia, porque la prisa es enemiga de una vida feliz y de éxito.

➤ No permitiré que la prisa me acose, ni que la impaciencia me abrume.

➤ Hoy no tendre miedo. Actuaré valientemente. El futuro me pertenece.

➤ Hoy tendré confianza por que Dios ayuda a los que luchan y trabajan.

➤ No envidiaré a los que tienen dinero, más belleza o más salud que yo. Compararé mi vida con la de otros que sufren más.

➤ Trataré de resolver los problemas de hoy. El futuro se resuelve a sí mismo. El destino pertenece a los que luchan.

➤ Hoy tendré un programa que realizar. Si algo me queda sin hacer no me desesperaré. Lo haré mañana.

➤ No pensaré en el pasado. No guardaré rencor a nadie.

➤ Practicaré la ley del perdón. Asumiré mis responsabilidades y no echaré la culpa de mis problemas a otras personas.

➤ Hoy comprobaré que Dios me ama y me premiará con su amor”.

“Lo único que perdura más allá de la tumba es la conciencia y es lo que menos preocupa. Tomar conciencia es el objetivo de nuestra existencia y sólo a este objetivo sirve todo el universo.



ACTIVIDAD

1. ¿Qué significa ser el mejor ser humano?
2. ¿Qué te aporta ser una persona positiva?
3. ¿Por qué el arriegarme exige constante esfuerzo?
4. ¿Qué significa ser una persona plenamente digna?
5. Elabora un afiche adaptando una frase del tema: “ Reflexiones”.
6. Sintetiza las mejores ideas que deberás tener en cuenta para tu vida.

“tu mente es el lugar donde comienza tu sueño más anhelado y es también el lugar donde puede terminar”.

EJERCICIO PARA TU VIDA

Repítelos mentalmente, muchas veces:

- ❖ Soy un ser plenamente digno.
- ❖ Soy feliz ahora mismo.
- ❖ Actúo con valentía.
- ❖ Soy capaz siempre.

LECTURA COMPLEMENTARIA
SEA FELIZ A TIEMPO

Cuenta la leyenda que un hombre oyó decir que la felicidad era un tesoro. A partir de aquel instante comenzó a buscarla. Primero se aventuró por el placer y todo lo sensual, luego por el poder y la riqueza, después por la fama y la gloria. Y así fue recorriendo el mundo del orgullo, del saber y de los viajes; del trabajo, del ocio y de todo cuando estaba al alcance de su mano.

En un recodo del camino vio un letrero que decía: “ te quedan dos meses de vida”. Aquel hombre, cansado y desgastado por los sinsabores de la vida, se dijo: “. Estos dos meses los dedicaré a compartir todo lo que tengo de experiencia, de saber y de vida, con las personas que me rodean”.

Y aquel buscador infatigable de la felicidad, sólo al final de sus días, encontró en su interior, en lo que podía compartir, en el tiempo que le dedicaba a los demás, en la renuncia que hacía de sí mismo por servir, allí en todo esto estaba el tesoro que tanto había deseado. Comprendió que para ser feliz se necesitaba amar, aceptar la vida como viene, disfrutar de lo pequeño y de lo grande, conocerse a sí mismo y acptarse así como se es, sentirse querido y valorado, pero también querer y valorar, tener razones para vivir y esperar y también razones para morir y descansar.

Entendió que la felicidad brota del corazón, con el rocío del cariño, la ternura y la comprensión. Que son instantes y momentos de plenitud y bienestar, que está unida y ligada a la forma de ver a la gente y de relacionarse con ella; que siempre está de salida y que para retenerla hay que gozar de paz interior. Finalmente, descubrió que cada edad tiene su propia felicidad y que sólo Dios Es la fuente suprema d la alegría, por ser El: amor, bondad, reconciliación, perdon y donación total.

Y su memte recordó aquella sentencia que decía:” Cuánto gozamos con lo poco que tenemos y cuánto sufrimos por lo mucho que anhelamos”.

“Sea feliz antes de que se le haga demasiado tarde”.

LA AUTENCIDAD

“ El existente auténtico no se descorazona, se niega a dejarse decepcionar para siempre, y tiene la fe proporcionada por su propia capacidad de ser consciente y darse, para sobreponerse a cada fracaso con toda su fuerza moral, con toda la fe...”

DIALOGA CON TUS COMPAÑEROS

1. ¿Sabes qué es ser autentico?
2. ¿Por qué crees que la autenticidad te hace ser más persona?



DEFINICION DE AUTÉNTICO

Habíamos hablado antes, que de ti sale todo, que sólo te tienes a ti, y que es indispensable aceptarse a ti mismo, querese y amarse. La tarea que te habías propuesto era escucharte a ti mismo, pues nadie es como tú, y no has de copiar a nadie, puesto que has de caminar tu propio sendero, ésta es la realidad de la vida.

Has de ser tú mismo y sin copiar a nadie, ya que todo lo auténtico es real, lo original, lo legítimo. Esta es la definición mas clara de lo que es ser auténtico.

Recuerda que “sólo lo que nace y se decide desde dentro, es auténtico y hace libre”.

ÉRASE UNA VEZ

Ahora vas a leer con atención la siguiente anécdota. Debes pensar durante la lectura en el tema de la autenticidad, que estamos tratando. (Puede trabajarse en grupos y conformar mesa redonda).

“ Había una vez un santo que al retirarse del mundo, se construyó una pequeña cabaña en medio de la selva. Allí se pasó veinte años meditando en silencio, hasta que un día consiguió entender el idioma de los animales. Su único alimento era el que le traía una rata y él nunca preguntó por qué lo hacía. Un día la rata dejó escapar un suspiro desconsolador: ¿De qué te quejas?, le preguntó el santo, rompiendo el silencio por primera vez en veinte años.

-¡ Ah, santo varón, suspiró de nuevo la rata!

Mi vida no es más que una continuación de miedos y sobresaltos, me paso el día aterrada ante mi mayor enemigo, el gato. Tú no puedes comprender lo espantosa que es una existencia así. Eres un santo y tu ascetismo y tu oración te han hecho tan poderoso que sólo con una palabra podrías convertirme en otro ser. Pero desde la altura de tu santidad no puedes entender la tristeza de mi suerte.

Así le habló la rata al santo, uno y otro día, hasta que el santo se sintió compasivo y transformó la rata en gato. Pero al cabo de poco tiempo la rata-gato volvió a sus lamentaciones.

- Nunca debiste convertirme en gato. Ahora me paso todo el día temiendo a los perros. Tú que has interrumpido mi vida de rata y me has dado esta existencia de gato, ¿por qué no me cambias en perro? La rata siguió insistiendo.
- Has empezado; así que puedes seguir adelante.

Una vez que la rata-gato fue convertida en perro, empezó a temer a los chacales. Y el maestro, que había ido tan lejos, no podía negarse a dar el paso siguiente, la rata-gato-perro-chacal. Comenzó a tener miedo del tigre. Así que un día fue convertido en tigre. Pronto sus rugidos atemorizaron la jungla y todo los animales se escondieron, hasta que un día el tigre llegó de nuevo a la cabaña del santo.

- ¿Qué pasa ahora?, le preguntó. ¿Todavía tienes miedo? ¡No querrás ha cerme creer que...!.
- ¡Claro que no...!. Dijo la rata-tigre. Y sin embargo mi corazón está lleno de pesadumbre. Me había equivocado totalmente. Un tigre no es lo más grande. Ayer vi y te lo puedo jurar que eso no me puso los pelos de punta, el elefante del rey. Iba enjaezado con gran magnificencia, una visión que no parecía de este mundo... y portaba un palanquín dorado, ocupado por el rey, resplandeciente de lujo y belleza.

Te lo aseguro, mi existencia de tigre no me satisface ya en absoluto, desde que vi aquello, tienes que cambiarme en elefante.

El santo estaba enfadado, pero pensó que la rata tenía razón... Una vez que había comenzado con esa serie de cambios se veía obligado a satisfacer sus nuevos deseos y la transformó en elefante.

El paquidermo abandonó la cabaña, tras haberla dejado medio destrozada con sus pesadas patas, y se marchó a recorrer la jungla.

Sin embargo, al poco tiempo regresó y pidió disculpas.

- ¡ Ah-dijo: me había equivocado por completo, fui apresado y llevado a la corte del rey. Allí se me domesticó, fue algo terrible, pero lo soprté; me limpiaron y me enjaezaron. El rey no quiso subir sobre mis lomos, sino que me destinó a la reina. Entonces me negué, me revelé tiré por tierra el palanquín, crucé la puerta del palacio y heme aquí.

Me he dado cuenta de que lo más importante que se puede ser en este mundo es una reina. ¡ Transfórmame en una guapa muchacha!

Al principio el santo no quiso hacer una cosa así, pero acabó por ceder. Un día en que el rey iba de caza por la selva descubrió una bella joven sentada junto a un árbol. Naturalmente no pudo evitar la curiosidad y preguntó quién era aquella preciosa criatura.

La joven suspiró y le contó entre lágrimas: ¡Oh rey... yo soy la niña de un monarca y fui robada de pequeña!, así me vine a vivir con un anacoreta de la selva que no quiso hacer nada por mí. Por el contrario, me guardó como esclava. Ni siquiera me deja salir fuera de la selva. ¡Qué vida tan terrible la mía!

Pese a todos los cambios, la rata había conservado su carácter de rata, que la llevaba a ser únicamente aquello que podía favorecerla personalmente sin pensar en absoluto en los demás. El rey se enamoró de ella, la hizo sentar en su elefante y la convirtió en su favorita.

Por fin tuvo lo que había soñado y mucho más. Pero una noche un rayo de luz de luna se posó sobre su cama, para avisar a la favorita del rey que había llegado el fin de su vida. Asustada empezó a correr por toda la habitación y por el jardín, como una rata caída en trampa. Trató de esconderse del rayo de luna y de cavar un agujero en la tierra para ponerse a resguardo. Pero sus bellas uñas de mujer se rompieron. A la mañana siguiente la encontraron en el jardín, con las uñas y su bello rostro- ahora ya frío-llenos de tierra.

El rey se mostró inconsolable y en desesperación corrió a visitar al santo ermitaño en petición de consejo. Este le contó toda la historia”.



REFLEXIÓN

¿Me siento feliz de mi sexo, del rostro que poseo, de ser quién soy, de lo que hago, de las personas con quienes convivo, de la fe en Dios, de lo que poseo, de mis padres, de la relación en mi grupo? Animadores.

ACTIVIDAD

- 1. Describe cada personaje que asumió la protagonista del cuento.
- 2. ¿Por qué crees que nunca estuvo contenta la protagonista?
- 3. ¿Por qué la degradación de nuestro ser auténtico termina como lo narra el cuento?
- 4. Para ti, ¿Qué es ser una persona auténtica?
- 5. Elabora un afiche sobre la autenticidad.

Escribe qué aporte te hace el estudio de esta lección.

PARA RECORDAR

“ solo lo que nace y se decide desde dentro es autentico y te hace libre”

EJERCICIO PARA TU VIDA

- ❖ Yo soy original, no copio a nadie.
- ❖ Me quiero como soy.
- ❖ Siempre decido con libertad.
- ❖ Me reconozco como ser auténtico.
- ❖ Yo soy capaz siempre.

SOCIALIZACIÓN

Comparte con sus compañeros las respuestas que hemos dado en los talleres orientados por la docente.

COMPROMISO

Realiza un compromiso que tenga claro para nuestra vida.
La convivencia y los valores que contribuyen al crecimiento con los demás, para ayudar a la toma de conciencia del otro a través de un proceso que va desde el compañerismo de las personas como individuo, el ser mejor, y ser atento.

	ELABORÓ			REVISÓ			APROBÓ		
NOMBRES	YOLIMA RODRIGUEZ SEPULVEDA			YOLIMA RODRIGUEZ SEPULVEDA					
CARGO	Docentes de Área: ETICA Y VALORES			Jefe de Área: ETICA Y VALORES			Coordinador Académico		
	08	04	2014	09	04	2014			