



REPÚBLICA DE COLOMBIA
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN MUNICIPAL DE PALMIRA
"INSTITUCIÓN EDUCATIVA "DE ROZO"
Aprobada por Resolución N° 0835 del 20 de FEBRERO de 2.017

Versión
01

Fecha de elaboración
14-05-20

GUÍA DE APRENDIZAJE No. 03

Grado:	10
Área o asignatura:	Ética y valores
Duración de la guía	Dos semanas
Fecha de recibido:	
Fecha de entrega:	
Nombre del estudiante:	
Objetivo de aprendizaje y/o DBA:	<ul style="list-style-type: none">• Creo en lo que siento, en lo que pienso y en mis diferentes capacidades, con lo que demuestro confianza en mí mismo.• Persevero en mis propósitos y trabajo por ellos con empeno.• Cultivo la confianza y la empatía para poder comprender las emociones de otros.

Metas personales



Antes de comenzar

Lee con atención, piensa y contesta las siguientes preguntas:

*Si te preguntan por una meta, seguramente pensarás en un sitio, una situación, un objetivo. El diccionario la define como "el punto donde termina un trayecto".
¿Qué tal el trayecto de tu vida o el de tus estudios?*

En la vida, cada ser humano tiene muchas etapas que superar y funciones que desempeñar. A lo largo de ella somos hijos, estudiantes, trabajadores,

ciudadanos, compañeros, esposos, padres, abuelos y cada momento lo podemos emprender con mucho o con poco éxito.

Esto dependerá de si nos fijamos metas para cada etapa y función, y si logramos alcanzarlas. Y es que las metas son las que le dan sentido a nuestra existencia y le otorgan valor, ante nosotros mismos y ante la sociedad.

Pero, ¿cómo deben ser nuestras metas? Deben ser realistas e interesantes, de forma que nos motiven, que nos hagan desear cada nuevo día como una oportunidad de caminar hacia ellas. Entonces tenemos que definir las, establecerlas, asignarles un tiempo, además debemos idear planes y tareas concretas que nos lleven a cada meta. Todo esto puede ponerse por escrito, ser evaluado y medido periódicamente. Pero lo primero que debemos tener claro y fijo en nuestra mente es "¿por qué lo quiero conseguir?"

1. Una meta comienza con un sueño. ¿Qué es lo que te gusta hacer? ¿Qué te motiva? ¿Qué te apasiona? ¿Cuál es tu sueño?
2. Con buen optimismo, ¿cómo te gustaría verte dentro de 20 años?
3. ¿Cuál es tu situación presente? ¿A dónde quieres llegar? ¿Para cuándo lo tienes previsto?
4. ¿Qué pasos crees que deberías dar para conquistar tu sueño? ¿Cómo podrías ir midiendo el cumplimiento de esos pasos?
5. ¿Cómo te gustaría ser realmente? ¿Qué cosas quisieras cambiar?

Intereses y motivaciones

El **interés** por algo se demuestra cuando se le confiere importancia o un valor especial, porque produce curiosidad, placer, beneficio, satisfacción, provecho o ganancia. Dependiendo de la intensidad de esos efectos, el interés aumenta o disminuye. Si algo genera interés, cautiva la atención y genera motivación.

Motivación proviene del verbo latino *motere*, que significa "moverse", "poner en movimiento", "estar listo para actuar". De esta misma raíz viene la palabra "emoción". La motivación puede ser definida como la capacidad de dirigir la



energía en una dirección determinada, con un **propósito específico**. Esta energía puede ser física, emocional e intelectual. Con la motivación se pueden **potenciar** las emociones que favorecen la realización de diversos proyectos (alegría, entusiasmo, perseverancia) y **neutralizar** los estados de ánimo adversos al alcance de las metas (depresión, tristeza, miedos, angustia, inseguridad). Esas emociones, favorables o adversas, surgen del interior de cada uno o de otras personas.

Las metas personales se mantienen vivas gracias a los intereses y a las motivaciones. Cuando son fuertes, ayudan a potenciar las habilidades, los talentos y la creatividad, y retroalimentan el deseo por alcanzar los objetivos. Así, aumenta la concentración en todo lo que signifique su logro; y a su vez, incrementa el interés y la motivación. Como resultado, se genera un efecto altamente positivo que no se puede dejar adormecer.

Reflexiona y comenta

Piensa en la importancia de cada una de las siguientes razones para fijarse metas y escribe tu reflexión:

- a. Si trabajas por una meta que desafíe tus posibilidades, se ampliarán tus límites, serás más exigente y te convertirás en una mejor persona.
- b. Escribir tus metas y evaluarlas con frecuencia, te predispone a reconocer las oportunidades que te ayudarán a cumplirlas.
- c. Tener tus metas escritas te ayuda a implementar cambios y a hacer los ajustes necesarios conforme a tus objetivos.
- d. Tener metas te hace concentrar en lo que es importante para ti.
- e. Tener metas te ayudará a orientar tu vida en lugar de soportarla; a vivirla en vez de simplemente existir.



Sentido del esfuerzo

Es la conciencia de que todo lo valioso en la vida, requiere de esfuerzo y la actitud de estar siempre dispuestos a emprenderlo. La capacidad de soñar, de **trazarse metas** para alcanzar esos sueños, despierta y alienta en las personas ese sentido del esfuerzo, que se alimenta a diario con **motivación**, con interés. Todos los esfuerzos son diferentes y algunos serán simultáneos, pero cada uno es un **entrenamiento** que ayuda a desarrollar habilidades y talentos, que induce a la dedicación, que llevará con certeza y determinación a obtener lo que se desea.

Es preferible que las metas sean realistas para que la mente las vea alcanzables; además deben ser progresivas, ambiciosas y crecientes. Cuando una meta es demasiado pequeña, pierde su valor y roba la motivación, atrofiando los talentos, las habilidades y la creatividad, hasta que los sueños se olvidan y se llega a la mediocridad, es decir, a una situación que impide realizar labores con calidad y que conduce a muchos a conformarse con dar lo mínimo de sí.

El esfuerzo es la herramienta que nos aleja de la mediocridad; hace que nuestros objetivos valgan la pena y nos da valor para acercarnos a nuestras metas. El esfuerzo se traduce en metas efectivas y nos da la certeza de que todo lo que nos proponemos es posible.



Ludwig Van Beethoven, quien se quedó sordo y fue uno de los músicos más grandes de toda la historia, decía: "Haz todo lo necesario para lograr tu más ardiente deseo, y acabarás lográndolo".

Imagina y explica

1. Escribe en tu cuaderno tu opinión sobre la frase de Beethoven.
2. Elabora tres listas con las competencias, talentos y fortalezas

que tienes, las que deberías tener y las que desearías tener.

3. Frente a cada una indica el nivel de esfuerzo que requieres para desarrollarlos (bajo, medio o alto).

4. Diseña una, actividades intelectuales que requieran esfuerzo (investigar, buscar, comparar, analizar, sintetizar, disertar), estableciendo tiempos y responsabilidades.

De la individualidad a la responsabilidad social y democrática

Individualidad alude a la **singularidad e indivisibilidad** del sujeto, o sea que éste es, uno e indivisible. La individualidad implica que el objeto

central de la atención y preocupación de las leyes, filosofías, ideologías, sean estas políticas, éticas o morales, debe ser el sujeto. Una desviación de este enfoque es el **individualismo**, que reclama para la persona toda atención y derechos, en detrimento de la sociedad, desconociendo que el individuo es ante todo un ser social, parte integrante y no superior a toda la sociedad.

Es importante apuntar a una visión equilibrada donde el individuo y la comunidad, tengan atención, respeto y obligaciones mutuas y recíprocas.



La **responsabilidad social** es el compromiso u obligación que los individuos de una comunidad tienen entre sí y con la sociedad en su conjunto. Esto es un asunto ético, político y moral, dentro de una comunidad inspirada en igualdad, equidad y libertad, para todos los individuos, que se obliga a cumplir la normatividad acordada, buscando la armonía y bienestar de todos los asociados. Cada individuo participa democráticamente en el funcionamiento de la sociedad, de acuerdo a los

mecanismos, instrumentos y normas que se hayan establecido para el efecto. Cada individuo desempeña una **función social** a través de su participación en la comunidad, como ciudadano, como trabajador, como estudiante, etc., contribuyendo con ello, voluntariamente al mejoramiento social, económico y ambiental, que señala el camino del desarrollo y el progreso para los individuos y la sociedad.

Las comunidades y los individuos maduran social y políticamente en la medida que entienden sus propias relaciones de **interdependencia** y los compromisos que eso implica. Las metas y objetivos de cada persona pueden ser individuales pero también lo serán sociales en la medida en que sus intereses, motivaciones y esfuerzos apunten a un beneficio común. Solo así las sociedades serán viables y podrán mirar con esperanza al futuro.



Para finalizar

1. Registra en tu cuaderno tu visión de la sociedad actual. ¿Hacia dónde va? ¿Cuáles son sus metas, intereses y motivaciones? ¿Cómo percibes la relación mutua entre los individuos y la sociedad?
2. De acuerdo con tu interpretación del texto, ¿cómo debería ser la sociedad que tú sueñas? ¿Cuáles deberían ser sus metas e intereses? ¿Qué dirías de los esfuerzos individuales y colectivos? Escribe tus respuestas con detalle.

Para responder esta guía debes tener en cuenta la rúbrica de pregunta abierta

RUBRICA DE PREGUNTA ABIERTA.

Nivel de aprendizaje	2 (bajo)	3 (básico)	4 (alto)	5 (superior)
Ortografía y puntuación	Es presenta un texto lleno de faltas de ortografía y de puntuación; de tal forma que el escrito no es claro ni fluido de leerse.	Es presenta un texto con numerosas faltas de ortografía y de puntuación; de tal forma que el escrito no es claro ni fluido de leerse.	Es presenta un texto con varias faltas de ortografía y de puntuación; de tal forma que el escrito es claro y fluido para leerse.	Es presenta un texto sin faltas de ortografía y con una puntuación correcta, de tal forma que el escrito es claro y fluido para leerse.
Redacción.	En la mayoría de la respuesta no se desarrolla el tema a cabalidad o responden exactamente a lo que se cuestiona y la respuesta no da una idea clara y precisa del tema que se aborda.	Sólo en unas pocas partes de respuestas desarrollan el tema a cabalidad, sin responden exactamente a lo que se cuestiona y dan una idea clara y precisa del tema que se aborda.	En la mayoría de la respuesta se desarrolla el tema a cabalidad, y se responden exactamente a lo que se cuestiona y dan una idea clara y precisa del tema que se aborda.	En toda la respuesta se desarrolla el tema a cabalidad, responden exactamente a lo que se cuestiona y dan una idea clara y precisa del tema que se aborda

El envío de esta guía se puede realizar de la siguiente forma.

- 1. Por medio de la plataforma educativa CLASS ROOM
- 2. Por medio físico, como disponga la institución educativa de rozo.
- 3. Por medio del correo del docente de ética
-

Formatos de envío

- 1. Por medio de un texto digital Word.
- 2. Por medio de imágenes o fotografías de las actividades.
- 3. Por medio del cuaderno, o de hojas impresas o realizadas a mano

Adaptación realizada por:

MG. José Ariel Ramírez Bedoya

Docente de ética

I.E DEROZO,

Esta actividad es tomado del libro de ética y valores de "secundaria activa" 6 del ministerio de educación Colombiano

La reproducción y distribución tiene fines educativos

Mayo de 2020

Palmira.