

GUÍA DE ACTIVIDADES DE VALORES. MG Y MT.



AÑO	5TO AÑO
FICHA N°	3
MES	FEBRERO
TEMA GENERADOR	Los medios de comunicación social, como herramienta que nos permite comunicar buenas noticias.
INDICADORES	<ul style="list-style-type: none"> • Maneja de manera positiva sus emociones y sentimientos en las relaciones que establece con otros. • Promueve acciones concretas para la defensa de los DDHH en los diferentes ámbitos: comunica, expresa y denuncia. • Reconoce la acción transformadora de la misión de Jesús a lo largo de la historia de la humanidad.
CONOCIMIENTOS ESENCIALES	Comunicación asertiva. Crecimiento personal. Sentido ético de la vida. Trabajo corporal y la integración. Estrategias de participación y toma de decisiones en su entorno.
RECURSOS NECESARIOS	Lápiz, Biblia, creyones, hoja o cuaderno, borrador, sacapuntas.

ACTIVIDAD:

PIENSO Y COMUNICO “LO QUE QUIERO SER”

Te invitamos que, para iniciar esta ficha de trabajo, te dispongas a realizar un ejercicio que se llama “La Flor”, el cual nos enseña cómo ofrecer lo mejor que tenemos y nos ayuda a desarrollar nuestra Interioridad.

Antes e iniciar: Estamos de pie. Las piernas un poco separadas, los pies bien afirmados en el suelo. La cabeza erguida. Los brazos caídos paralelos al cuerpo. Recordamos qué tenemos de lo que nos sentimos felices y orgullosos (as).

I
N
Respiramos profundamente tres veces. Flexionamos un poco las rodillas. Curvamos los brazos con las palmas de las manos hacia adelante en forma de cuenco, a la altura de las rodillas, tomamos en las manos lo mejor que tengo. Vamos ascendiendo las manos suavemente hasta delante de pecho, como si mostráramos a todos lo mejor que tenemos. Seguimos subiendo las manos hasta la altura de los ojos, y contemplamos lo mejor que tenemos. Subimos la manos por encima de la cabeza, lo más posible hacia el cielo, y ofrecemos a Dios lo mejor que tenemos. Lo soltamos en manos de Dios, respiramos y vamos bajando los brazos por el costado, como compartiendo o derramando alrededor aquello de lo que nos sentimos felices y orgullosos. Se repite el gesto tres veces más con mucha suavidad.

I
¿Qué sentimientos/emociones surgieron en ti durante el ejercicio?
 Recuerdo cuál es mi actitud al ofrecer lo que tengo y qué puedo hacer ahora para seguir ofreciendo lo mejor de mí.

C
Profundo silencio con las manos sobre el vientre.
 Decimos en voz alta y suave tres veces un mantra como por ejemplo: «En mí hay mucho de bueno. Ofrezco lo mejor de mí».

Actividad 1: "Descubriendo mi vocación".

Te proponemos un fragmento de Alicia en el País de las Maravillas sobre "qué camino elegir"

"Cuando Alicia en el País de las Maravillas, intentaba decidir qué ruta debería tomar en uno de sus viajes, se encontró con el Gato Cheshire con el que mantuvo el siguiente diálogo:

Alicia -¿Me dirías, por favor, qué ruta debo tomar?

Gato. -Eso depende mucho de a dónde quieras llegar".

Para poder definir un proyecto futuro es importante pensar e indagar acerca de vivencias, afectos, intereses, aptitudes, posibilidades, dudas, temores, esperanzas, expectativas. En este momento hay muchas cosas que causan ansiedad, temor y seguro tienes muchas ganas de aclararlas lo más rápido que se pueda, pero hay que tener paciencia.

Elegir es un proceso, es una búsqueda que, como un viaje lleva tiempo, pero la alegría, el sabor agradable y la satisfacción, como todo viaje, comenzó cuando empezaste a pensar sobre lo que querías hacer cuando terminarás la secundaria, y continua... cuando conversas con los demás, cuando te preguntan, cuando escuchas a los otros, en las charlas con tus amigos/as, con tus padres, con los docentes, entre otros.

Para reflexionar sobre el tema, te invitamos a escribir cuál es tu opinión ante las frases o dichos que te colocamos a continuación. Lo puedes conversar con tu familia. Argumenta tus respuestas:

- 1- La vocación no se hace, con ella se nace.
- 2- La persona no es totalmente libre para elegir.
- 3- Una cosa es hacer lo que uno quiere y otra lo que conviene.
- 4- El miedo a la elección, es el miedo a la equivocación.
- 5- Dime qué haces y te diré quién eres.

Una vez que has respondido, elabora un auto-retrato y escribe alrededor de él aquellas opciones de lo que te gustaría hacer cuando salgas de secundaria. Comunica esa buena noticia a tu familia.

Pregunta a tu familia qué opina de tus opciones. Luego observa la siguiente imagen. Lee y responde a las preguntas:



¿Qué personas implican para ti un soporte, una guía en las que puedes apoyarte para tomar una decisión sobre lo que vas a hacer al terminar la secundaria? ¿Por qué?

¿Qué actitud predomina en tu modo de tomar decisiones? (Pides consejos, decides sin pensar demasiado, demoras para que otro elija y decida por ti, analizas las consecuencias y solo después decides, etc.) Y ahora... de qué manera estás enfrentando esta decisión?

"Reflexiona, discrimina y aclara los factores que para ti pueden influir en tu elección"

D
E
S
A
R
R
O
L
L
O

Actividad 2: "Descubro la comunicación y mi vocación como un proceso de madurez y sabiduría".

Para comenzar, sugerimos la lectura reflexiva del siguiente texto bíblico: *"El niño Jesús en el templo"*.

Texto Bíblico: Lucas 2, 41-52.

41 Los padres de Jesús subían todos los años a Jerusalén para la fiesta de la Pascua. 42 Cuando cumplió doce años, fueron allá según era la costumbre. 43 Terminada la fiesta, emprendieron el viaje de regreso, pero el niño Jesús se había quedado en Jerusalén, sin que sus padres se dieran cuenta. 44 Ellos, pensando que él estaba entre el grupo de viajeros, hicieron un día de camino mientras lo buscaban entre los parientes y conocidos. 45 Al no encontrarlo, volvieron a Jerusalén en busca de él. 46 Al cabo de tres días lo encontraron en el templo, sentado entre los maestros, escuchándolos y haciéndoles preguntas. 47 Todos los que le oían se asombraban de su inteligencia y de sus respuestas. 48 Cuando lo vieron sus padres, se quedaron admirados. —Hijo, ¿por qué te has portado así con nosotros? — le dijo su madre—. ¡Mira que tu padre y yo te hemos estado buscando angustiados! 49 — ¿Por qué me buscaban? ¿No sabían que tengo que estar en la casa de mi Padre? 50 Pero ellos no entendieron lo que les decía. 51 Así que Jesús bajó con sus padres a Nazaret y vivió sujeto a ellos. Pero su madre conservaba todas estas cosas en el corazón. 52 Jesús siguió creciendo en sabiduría y estatura, y cada vez más gozaba del favor de Dios y de toda la gente.

Preguntas para la reflexión:

- Según tu parecer, cómo fue la reacción de Jesús ante el cuestionamiento de sus padres, "¿Hijo, por qué te has portado así con nosotros? razona tu respuesta.
- Qué quiere decir para ti la siguiente frase: "Jesús bajó con sus padres a Nazaret y vivió sujeto a ellos".
- ¿Por qué Jesús se emocionó tanto al hablar en el templo? ¿Qué temas te emocionan a ti en la actualidad?
- ¿Qué significa seguir creciendo en sabiduría?
- ¿Qué debes hacer tú para seguir creciendo en sabiduría y poner en práctica tu vocación?

Toma nota y enumera 5 actitudes que reflejen en el texto una manera asertiva de comunicarse.

C
I
E
R
R
E

Actividad 3: "Construyo el camino hacia mi vocación"

Tu eres un(a) joven capaz de impactar positivamente en tu vida, en tu familia, en la escuela y en tu comunidad, por eso te invitamos a que retomes las actividades anteriores y te quedes con lo siguiente:

- Al igual que Jesús, tienes una familia y un modo de relacionarte y comunicarte con ellos.
- Tienes un modo de pensar, actuar y sentir.
- Eres capaz de transmitir ideas partiendo de tus propias vivencias.
- Todo lo que te propongas hacer, lo puedes lograr.

Ahora bien, puedes desarrollar otra dimensión importante, como lo es, la **acción para caminar hacia la consolidación de tu vocación**, esta dimensión te impulsará a desarrollar acciones que te permita ir logrando tus metas.

Retoma las dos actividades anteriores y enumera al menos 5 acciones que consideras que debes hacer para lograr lo que quieres ser al salir de bachillerato. Por ejemplo:

Investigo las universidades existentes en mi ciudad donde puedo estudiar las carreras planteadas.

Para finalizar, elabora un tríptico que contenga esas 5 acciones. Comparte la información con tu familia y con tus compañeros de clases. De esa manera estarás contribuyendo a desarrollar en otros la capacidad de reflexionar y pensar en su vocación.

Oración para ti que eres Joven.

A Ti, nuestro Dios, nos dirigimos, con todo lo que cada uno somos, vivimos y traemos, y desde la confianza que tenemos en tu amor por nosotros.

Por tu Hijo, Jesús, estamos juntos hoy, haciendo posible un encuentro de hermanos en comunión y en búsqueda. Que Él nos mueva en nuestros deseos de ser testigos del Evangelio.

Con la fuerza del Espíritu nos animas, nos alientas y nos haces caminar mirando confiadamente hacia lo alto.

Te pedimos por tantos jóvenes comprometidos en la fe. ¡Acompáñales!

Por los que quieren seguirte y tienen dudas o miedos. ¡Confirmales!

Por los que aún no vieron en Jesús a un Amigo. ¡Háblales!

Que todos reconozcamos en ti, Cristo, el tesoro que da sentido a nuestras vidas. **Amén**

**RUTINA DE
PENSAMIENTO**

<p>COLOR</p> <p>-Escoge un color que represente lo trabajado en esta ficha.</p>	<p>SÍMBOLO</p> <p>-Crea un símbolo que represente la idea central del tema de hoy.</p>	<p>IMAGEN</p> <p>-Escoge la imagen que mejor recoja las ideas del tema de hoy.</p>