

GUÍA DE ACTIVIDADES DE VALORES. MG Y MT.



AÑO	6TO 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"> Practica asiduamente ejercicios de relajación y meditación como condición para tomar decisiones de forma libre y autónoma. Analiza la realidad nacional, regional y local desde la perspectiva de los derechos humanos para su defensa y promoción. Desarrolla acciones apostólicas, litúrgicas y comunitarias de manera sistemática que sustentan el compromiso cristiano.
CONOCIMIENTOS ESENCIALES	<p>El trabajo como medio de transformación personal y social.</p> <p>Discernimiento: vocacional y revisión de vida.</p> <p>Nuevos caminos para el encuentro con Dios: Entornos Virtuales.</p>
RECURSOS NECESARIOS	Lápiz, creyones, hoja o cuaderno, borrador, sacapuntas.

ACTIVIDAD:

DISCIERNO MI VOCACIÓN

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.

I
N
I
C
I
O

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).

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.

¿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.
 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: “¿QUIÉN SOY, CUÁLES SON MIS EMBLEMAS?”

Te invitamos a leer el poema “Quién soy” de Dietrich Bonhoeffer

– Me preguntan a menudo –,
que salgo de mi celda,
sereno, risueño y firme,
como un noble en su palacio.
¿Quién soy?

– Me preguntan a menudo –,
que hablo con los carceleros,
libre, amistosa y francamente,
como si mandase yo.
¿Quién soy?

– Me preguntan también –
que soporto los días de infortunio
con indiferencia, sonrisa y orgullo,
como alguien acostumbrado a vencer.
¿Soy realmente lo que otros afirman de mí?
¿O bien solo soy lo que yo mismo se de mí?

Intranquilo, ansioso, enfermo, cual pajarillo enjaulado,
pugnando por poder respirar, como si alguien me oprimiese la garganta,
hambriento de olores, de flores, de cantos de aves,
sediento de buenas palabras y de proximidad humana,
temblando de cólera ante la arbitrariedad y el menor agravio,
agitado por la espera de grandes cosas,
impotente y temeroso por los amigos en la infinita lejanía,
cansado y vacío para orar, pensar y crear,
agotado y dispuesto a despedirme de todo.
¿Quién soy? ¿Éste o aquel?
¿Seré hoy éste, mañana otro?
¿Seré los dos a la vez?

¿Ante los hombres, un hipócrita,
Y ante mí mismo, ¿un despreciable y quejumbroso débil?
¿O bien, lo que aún queda en mí se asemeja al ejército abatido
que se retira desordenado ante la victoria que creía segura?
¿Quién soy?

Las preguntas solitarias se burlan de mí.
Sea quien sea, tú me conoces,
tuyo soy, ¡Oh, Dios!

Una vez leído el poema, reflexiona a través de las siguientes interrogantes:

- ¿Realmente sabes cómo eres?
- ¿Reconoces las áreas de tu Vida que están bien?, ¿y las que no están tan bien?
- ¿Sabes cuáles son los valores que rigen tu vida?
- ¿Qué tipo de persona consideras que eres?

NOTA: Ten en cuenta que para responderlas debes tener un diálogo personal desde lo más profundo de ti, tu realidad, tu bien y tu mal; desde el corazón. Hazte consciente de tus silencios, miradas, gestos y palabras.

- Luego plasma de forma gráfica (**con un emoji**) el sentimiento causado; y mediante un escrito, el mensaje personal que te produjo la actividad.

Actividad 2: "MI ESCUDO PERSONAL"

Esta actividad se plantea como un espacio para que plasme **cuatro (04)** aspectos, emociones, acciones y/o cualquier otro elemento que te represente como persona, la idea es que sean aquellos elementos que te caractericen en tu esencia individual.

Realiza la figura de un escudo, el cual deberás dividir en cuatro (04) partes, en cada casilla dibujarás la reflexión planteada al inicio:

- Lo mejor que he conseguido a lo largo de mi vida
- Mis cualidades personales más positivas
- Mi principal afición, gusto o interés.
- Qué me gustaría en un futuro.

Terminado de plasmar todos estos aspectos en el escudo, te invito a pensar y construir una consigna de vida, la cual esté relacionada con las características descritas en tu escudo personal.

Para finalizar deberás hacer una reflexión escrita, donde puedas compartir los aspectos que te caracterizan a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Estas características que me identifican, las tengo presente en los momentos de dificultad?
- ¿Logro que estos elementos que me identifican, sean apreciados por el resto de las personas o los guardo para mí?

Actividad 3: "DESCUBRIENDO EL LLAMADO DE DIOS EN MI VIDA"

Lee el siguiente texto de la biblia: Jeremías 1: 4-19.

"Me llegó una palabra de Yavé : «Antes de formarte en el seno de tu madre, ya te conocía; antes de que tú nacieras, yo te consagré, y te destiné a ser profeta de las naciones.» Yo exclamé: «Ay, Señor, Yavé, ¡cómo podría hablar yo, que soy un muchacho!» Y Yavé me contestó: «No me digas que eres un muchacho. Irás adondequiera que te envíe, y proclamarás todo lo que yo te mande. No les tengas miedo, porque estaré contigo para protegerte -palabra de Yavé.» Entonces Yavé extendió su mano y me tocó la boca, diciéndome: «En este momento pongo mis palabras en tu boca. En este día te encargo los pueblos y las naciones: Arrancarás y derribarás, perderás y destruirás, edificarás y plantarás.» Me llegó una palabra de Yavé: «¿Reconoces esta visión?» Yo dije: «La rama es del árbol que llaman alerta.» Yavé respondió: «No te equivocas, pues yo estoy así alerta a mi palabra, para cumplirla.» Luego me llegó una palabra de Yavé: «¿Qué estás viendo?» Y contesté: «Veo una olla echando espumas, y la cosa viene del norte.» Yavé me dijo: «Del norte se viene derramando el desastre, y alcanzará a todos los habitantes de este país. Pues estoy llamando a todos los reinos del norte -palabra de Yavé-. Aquí vienen y cada uno de ellos establece sus cuarteles frente a una de las entradas de Jerusalén, frente a sus murallas y frente a las ciudades de Judá. Voy a hacer justicia con este pueblo que me ha dejado para hacer el mal; ha quemado incienso a dioses extranjeros, y se ha puesto a servir a dioses que ellos mismos se fabricaron. Tú, ahora, muévete y anda a decirles todo lo que yo te mande. No temas enfrentarlos, porque yo también podría asustarte delante de ellos. Este día hago de ti una fortaleza, un pilar de hierro y una muralla de bronce frente a la nación entera: frente a los reyes de Judá y a sus ministros, frente a los sacerdotes y a los propietarios. Ellos te declararán la guerra, pero no podrán vencerte, pues yo estoy contigo para ampararte -palabra de Yavé-.»"

Ahora reflexiona: ¿De qué manera Dios me llama a mí?

A la luz del texto bíblico te invitamos a elaborar tu historia personal acerca del llamado que Dios te ha hecho; la misma puede ser expresada a través de una narración o dibujo.

Al finalizar tu historia personal, responde las siguientes interrogantes:

1. ¿En qué se parece mi historia a la historia del profeta Jeremías?
2. ¿Qué cosas negativas debo erradicar de mi vida para seguir el llamado de Dios?

	<p>3. ¿Qué cosas debo fortalecer en mi vida para seguir el llamado de Dios?</p> <p>4. ¿Cómo se manifiesta Dios en mí vida, con qué símbolo?</p> <p>Para culminar esta actividad, identifica un símbolo que refleje fielmente la experiencia del llamado de Dios en tu vida.</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">C I E R R E</p>	<p>Actividad 4: “EN BUSQUEDA DE MI VOCACIÓN”</p> <p>Lee el siguiente testimonio de un joven en búsqueda de su vocación.</p> <p>“Percibía las cosas de distinta manera. Las cosas se hacían sin ninguna complicación, pues no eran iniciativa mía. De alguna manera Dios se hizo presente en mi vida y me dio ánimos para tomar nuevos retos, nuevas experiencias, la relación con otras personas, culturas totalmente diferentes... Dios se iba haciendo presente en las personas. De allí nació la pregunta ¿cómo podré ayudar? La experiencia de ese tiempo fue muy significativa, primero, para poner los pies sobre la tierra y ver el mundo, segundo, como yo me vi reflejado en él, y tercero, como ayudar sin hacer daño a los demás. Más claro aún, fue tiempo para discernir lo que había sido mi vida. Vale destacar que todo suena fácil, pero fue un camino duro llenos de retos y riesgos que de cierta forma me asustaban. Conocí un poco la obra de la Compañía de Jesús, me vi reflejado en la vida de algunos Santos. La oración la viví con intensidad, con deseos de mirar más allá para encontrar una respuesta... fue un continuo reflexionar entre lo que quería y lo que Dios me dio a entender de las cosas y de la vida. Buscaba la seguridad, pero eso no me decía nada... quería darme a los demás y aprovechar al máximo mi juventud...” (Testimonio de un Joven en búsqueda).</p> <p>Ahora me pregunto:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿En qué me parezco al personaje del testimonio leído? • ¿Qué significa para mí seguir a Jesús? • ¿Qué relación existe entre la lectura y mi experiencia de vida? <p>Para finalizar, realiza un círculo grande, donde en el medio esté escrito el nombre de Dios y más abajo tu nombre y el compromiso o vocación de mi vida.</p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">AUTOEVALUACIÓN</p>	<p>Al final de estas 4 actividades del Área de Valores y ciudadanía, te invitamos a realizar la siguiente autoevaluación:</p> <p>Escribe con tus propias palabras cuál fue la actividad más significativa, la que más te gustó, con la que más aprendiste y pudiste adentrarte en el discernimiento de tu vocación:</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>