

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA GABRIELA GÓMEZ CARVAJAL	Área: ética y valores
		Grado: 5°
		Fecha: 22 al 26 de junio
Guía No. _____	Nombre del estudiante:	
Objetivo de aprendizaje:	Identificar algunas características físicas, sociales, culturales y emocionales que hacen de mí un ser único	

INTRODUCCIÓN

Quiero enviarles nuevamente un fraternal saludo y recordarles que es momento de cuidar a la familia.

Recuerda que el desarrollo de estos talleres debes hacerlo en el cuaderno correspondiente

¿QUÉ VOY A APRENDER?

Y tú, ¿qué sientes?

1. Piensa en situaciones que hayas vivido y completa cada una de las frases:



Me siento alegre...



Lo que me da ira es...



Me da miedo...



Me pongo triste...



Me siento orgulloso...



Me da pena...

Escribe el significado que para ti tienen las siguientes palabras.

• Ira • Alegría • Desprecio • Miedo • Aflicción



¿QUÉ ESTOY APRENDIENDO?

Las emociones



Lean con atención

Las emociones son formas de reaccionar ante situaciones del ambiente. Estas reacciones están acompañadas por cambios físicos como los gestos, el color de la piel, el sudor.

Las emociones son innatas, es decir que no son el resultado de la educación, sino que cada ser humano las tiene desde el momento del nacimiento. Por ejemplo, un bebé al poco tiempo de haber nacido adquiere emociones básicas como el miedo, el enfado o la alegría.

A pesar de que todos los seres humanos percibimos los mismos sentimientos, cada uno los experimenta y expresa de manera diferente.

2. Responde:

- 1 ¿Cómo se pone tu cara cuando sientes pena?
- 1 ¿Cómo se pone tu cuerpo cuando estás preocupado?
- 1 ¿Qué manifestaciones tiene tu cuerpo cuando estás muy asustado?
- 1 ¿Qué diferencias identificas entre tu forma de experimentar el enfado y la de tus papás?



Trabaja solo



¿CÓMO SÉ QUÉ APRENDÍ?

Respondan las siguientes preguntas, a partir del diálogo de Alejo y Mariana:

¿Cómo manejar las emociones?



- ¿Cómo creen que reaccionarían ante la situación?
- ¿Cómo se sentirían?
- ¿Qué gesto tendrían sus rostros?

PRACTICO LO QUE APRENDÍ

. Para afianzar los conceptos alrededor de las emociones, y el análisis hecho sobre el manejo de emociones. Piensa en el manejo de las emociones que hacen tú y tus familiares. Para eso con tu familia lee el siguiente texto y analícnlo.

Pablo salió iracundo de la escuela porque la profesora lo sancionó injustamente. Él no hizo ni dijo nada. Cuando llegó a su casa le dio una patada a su perro y le gritó "¡quite de ahí, chandoso!". Más tarde cuando su mamá le pidió el favor de llevar la cantina, él le contestó "y ¿por qué no va usted mejor?" y salió de la cocina dando un portazo.



2. Con tu familia analiza qué pudo haberle pasado a Pablo:

A. Pablo, como otras personas cuando están enojadas con alguien, desahogan su ira contra objetos, animales o personas.

B. Llegó a su casa aburrido y no sabía cómo más entretenerse, pues no encontró a sus vecinos para jugar.

3. Responde con tu familia, cómo se habría sentido cada uno después de haber reaccionado así:

A. Culpable por lo que le hizo a su perro y por la manera como trató a su mamá, y con ganas de pedir disculpas.

B. Tranquilo porque es normal reaccionar así.

C. Apenado pero por orgullo jamás aceptaría que se equivocó.

¿QUÉ APRENDÍ?

Ahora vas a reflexionar respecto a cómo te sentiste y qué tanto aprendiste en el desarrollo de este trabajo. Registra las conclusiones a las que llegaste, pero recuerda que... ¡Debes de ser muy sincero!

1. ¿Qué fue lo que más te causó dificultades al resolver las tareas propuestas?
2. ¿Por qué crees que te causó dificultad?
3. ¿Qué fue lo que te pareció más fácil?
4. Con tus palabras escribe qué aprendiste

