	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [1 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

DOCENTE: Margarita Zapata C.

AREA/ASIGNATURA: Ética y Valores.

GRADO: 11 · AGRADecIMIENTO A LA SOCIEDAD EN LA QUE VIVO.

FECHA DE INICIO : 18 de agosto de 2020 FECHA DE FINALIZACIÓN: al 25 de septiembre de 2020

COMPETENCIAS:

- Comprendo la trascendencia del sentido de gratitud en mi vida.
- Reconozco la importancia de los gestos de gratitud, para fortalecer los lazos afectivos y cultivarlos
- Ayudo a las personas que me rodean a valorar positivamente su conducta, y tener una buena idea de sí mismos.
- Promuevo la cordialidad, el bienestar y la armonía entre las personas, a través del sentido de la gratitud.

CONTENIDOS:

- El sentido de la gratitud.
- Solicito ayuda y sirvo a los demás.
- El servicio social.

APRENDIZAJES:

1- EL SENTIDO DE LA GRATITUD.


Qué es la gratitud?

La gratitud es una de las muchas emociones positivas que se pueden sentir. Consiste en centrarse en las cosas buenas de nuestras vidas y en sentirse agradecido por lo que tenemos.

La gratitud es detenerse a darse cuenta y valorar las cosas que solemos dar por sentadas, como tener un lugar donde vivir, comida, agua limpia, amigos, familia e, incluso, acceso a la computadora. Es dedicar un momento a reflexionar sobre lo afortunados que somos cuando nos ocurren cosas buenas, se trate de algo pequeño o muy importante. Podemos usar una gran cantidad de palabras para describir el sentimiento de gratitud: podemos decir que nos sentimos agradecidos, afortunados, favorecidos, conmovidos o bendecidos.

Por qué es importante la gratitud: La gratitud no solo nos hace sentir bien. Adoptar el hábito de la gratitud también puede ser bueno para nosotros. Como ocurre con otras emociones positivas, sentirnos agradecidos habitualmente puede tener un gran impacto en nuestras vidas. Las investigaciones sobre el cerebro muestran que las emociones positivas son buenas para nuestros cuerpos, nuestras mentes y nuestros cerebros.

Las emociones positivas nos permiten ver más posibilidades. Refuerzan nuestra capacidad para aprender y para tomar buenas decisiones. Las emociones positivas compensan las emociones negativas. Las personas que sienten gratitud a menudo y que valoran las cosas son más felices, están menos estresadas y menos deprimidas. La gratitud viene a ser como darle la vuelta a la tendencia a quejarse y a pensar en lo que no tenemos.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [2 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

La gratitud nos ayuda a construir relaciones mejores. Cuando sentimos y expresamos una gratitud y un reconocimiento sinceros a la gente que no rodea, esto crea vínculos afectivos, construye la confianza y ayuda a que nos sintamos más cerca de los demás.

2- SOLICITO AYUDA Y SIRVO A LOS DEMÁS.

Es común que las personas de nuestra sociedad actual, estén más orientados a satisfacer sus necesidades de bienestar económico, que ayudar a los demás.

Ayudar a las personas, brindar apoyo, cooperar con las organizaciones, etc., son actos buenos que mejoran la calidad de vida en general. Pero más allá de ser una buena acción, estas gestiones benefician directa e inmediatamente a la persona que los realiza.

Una palabra de aliento a una persona que se siente sola o triste, una comida preparada, una sonrisa así como el apoyo económico a una persona necesitada puede cambiar la perspectiva de la vida de cualquier persona; y sin buscarlo, esta acción termina ayudando mayormente a la misma persona.

Cuando uno se entrega con el fin genuino y sincero de ayudar a los otros por gusto y con la pura intención de dar sin esperar nada a cambio, surge un sentimiento de satisfacción y hasta de encanto que nutre y enriquece inmediatamente. Las capacidades personales se mejoran y la sensibilidad se afina logrando que finalmente todos salgan beneficiados.


El servicio, es una actitud del espíritu para ayudar ante cualquier necesidad que puedan tener los demás, nos facilita salir de nuestro estado de comodidad, de pasividad, donde nos encontramos, abriéndonos a un mundo rico en experiencias donde podemos sacar lo mejor de nosotros mismos y a su vez enriquecernos con los demás.

3- EL SERVICIO SOCIAL.

Lamentablemente vivimos en un mundo en el cual sobra la desigualdad social y en el cual hay mucha gente que padece de hambre y de falta de oportunidades en todo sentido. Mientras tanto y ahora sí afortunadamente hay un montón de personas a las que le sobra conciencia social, solidaridad y amor por el prójimo y entonces dedican gran parte de sus horas y existencia a ayudar a aquellos que más lo necesitan. Con dinero, con contención, con afecto y mucho amor, son algunas de las maneras con las cuales suelen ayudar... Entonces, se conoce formalmente como servicio social a esta ayuda que algunos ciudadanos prestan en determinado momento al estado, a una institución o directamente a los más necesitados en general, colaborando en la realización de trabajos o actividades que tengan que ver con lo social.

El **Servicio Social** es una actividad esencial que consolida la formación profesional y fomenta en el estudiante una conciencia de solidaridad con la comunidad, la sociedad y el país.

El servicio social es una actividad temporal y obligatoria que consolida la formación profesional de los estudiantes y busca crear conciencia y solidaridad respecto al entorno social, Cada institución tiene diversos esquemas de servicio social así como variaciones en sus requisitos. Así tenemos que algunas universidades sólo se enfocan en que el servicio social sea para apoyo a los más necesitados, otros impulsan que los estudiantes se coloquen en instituciones afines a sus carreras con la finalidad de incluirse en el mercado laboral.

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [3 - 1]
		CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	VERSIÓN 1
		Fecha de aprobación:

ACTIVIDADES:

Actividad 1: EL SENTIDO DE LA GRATITUD.

Sentirse agradecido por las cosas sencillas de la vida, es ser capaz de valorar y apreciar el presente y prestar atención de las cosas del día a día, por las que se siente agradecido.

Dibuja 6 cosas por las cuales estas agradecido.

ACTIVIDAD 2 SOLICITO AYUDA Y SIRVO A LOS DEMÁS

Observaras las siguientes imágenes que muestran situaciones particulares, analízalas y responde:


- a- En Que situación está?
- b-Cuál es la problemática social en la que se encuentra?
- c- Si tuvieras la posibilidad de ayudar a esta persona o personas como lo harías?

1



2



	INSTITUCIÓN EDUCATIVA ACADÉMICO NIT. 891901024-6 ICFES 01275-024364-018283 Resolución No. 1664 sept. 3 de 2002 Cod. DANE 176147000236	PÁGINA [4 - 1]
	GUIAS DIDÁCTICAS PARA EL APRENDIZAJE	CÓDIGO: DICUI: 600.1.23.01 VERSIÓN 1 Fecha de aprobación:

3



4



5



6



Actividad 3 EL SERVICIO SOCIAL.



a-Que estrategias utilizarías para promover la salud comunitaria?

b- Que de servicio social comunitario haz realizado?.