



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N° 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



Quédate en casa

ORIENTACIONES PARA CONTINUAR FORTALECIENDO TU PROYECTO DE VIDA.

Habilidad General: DETERMINACIÓN

Habilidad Específica: PERSEVERANCIA

GRADOS: 8°.

AL TIMÓN

(Perseguir mis metas con disciplina y autonomía)

Auto-monitoreo

El auto-monitoreo es una estrategia que puedes utilizar para perseverar en tus metas y objetivos. Consiste en hacer un seguimiento de cómo has avanzado en las acciones necesarias para cumplirlas. El auto-monitoreo te ayuda a tener cada vez más disciplina.

A continuación, tienes un desafío por resolver. Te proponemos monitorear tu capacidad de concentración. Lee las siguientes líneas, responde las preguntas propuestas y empieza a resolver el desafío solo cuando tu maestro lo indique.

La reunión¹²

En una reunión se encuentran un ingeniero, un profesor, un abogado y un médico. Se llaman Víctor, Jorge, Carlos y Oscar, pero estos nombres no corresponden con el orden de las profesiones mencionadas al comenzar este párrafo. A continuación, tienes algunas pistas para que puedas deducir que profesión tiene cada hombre:

- 1 - Víctor y el profesor, no mantienen buena relación con Carlos.
- 2 - Jorge es muy buen amigo del médico.
- 3 - Carlos se relaciona bien con el abogado.
- 4 - El ingeniero es muy amigo de Oscar y el médico.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N° 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



¿En esta actividad cuál es tu objetivo?

¿Qué harás para no distraerte y mantenerte concentrado?

A continuación, encuentras un formato que te puede ayudar a hacer seguimiento a tu desempeño para lograr disciplina y perseverancia en el logro de tus metas. Primero debes escribir cuál es tu meta u objetivo, luego debes hacer una lista de las tareas o actividades que tienes que hacer para lograrlo y después puedes hacerle el seguimiento o monitoreo a cada una de ellas.

Por ejemplo: Lucía quiere aprender a interpretar el violín (Meta u objetivo). Para esto tiene que: Tomar clases (Tarea 1), practicar diariamente (Tarea 2), estudiar las partituras (Tarea 3), etc. Ella podría hacer el monitoreo de su meta a diario o semanalmente.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N.º 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



¿Y tú qué quieres lograr?

Meta/ objetivo:	¿Controlé las distracciones?	¿He superado los obstáculos?	¿Me he esforzado?	¿Qué tan bien lo hice?	¿Utilice el tiempo necesario?
Tarea 1	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar
Tarea 2	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar
Tarea 3	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar
Tarea 4	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar
Tarea 5	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Muy bien <input type="checkbox"/> Bien <input type="checkbox"/> Debo mejorar



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N° 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



ANSAR



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N° 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



Quédate en casa

HÁBITO: 3	PONER PRIMERO LO PRIMERO
PREGUNTA	¿Cómo aportar a la convivencia escolar y al mejoramiento del ambiente de aula para que todos aprendamos?
OBJETIVO DE APRENDIZAJE	Reconocer cuales son mis responsabilidades en cada rol de mi vida y priorizarlas
TIPO DE ACTIVIDAD	Individual / Grupal
FUENTE	Franklin Cove y education
TIEMPO DE LA ACTIVIDAD	1 hora y 30 minutos
CONCEPTOS, DEFINICIONES	Responsabilidad , deberes , priorizar



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N° 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



INTRODUCCIÓN

¡Primero hago mis deberes y luego juego!

- ✓ Hago mi trabajo antes de jugar
- ✓ Conozco mis responsabilidades y las cumplo teniendo en cuenta las más importantes
- ✓ Practico el auto control

ACTIVIDAD

HÁBITO 3 PONER PRIMERO LO PRIMERO
¡ADQUIRIR UN HÁBITO DEPENDIENDO DE TI!
PINCHI Y LA PRUEBA DE ORTOGRAFÍA

Un lunes, Pinchi estaba sentado en clase mientras la maestra, la señora Búho, escribía 6 palabras en la pizarra: regalo, diversión, gracias además, contigo tambor - Estas palabras son para la prueba de ortografía del viernes. Si las estudiáis todos los días las sabréis bien para entonces. Esa tarde, después de clase, Pinchi estaba en su casa durmiendo la siesta cuando; "Din-don", alguien tocó al timbre. Era Samy.- Hola, Pinchi. ¿No quieres venir al vertedero a buscar aparatos viejos? Pinchi pensó que tenía que estudiar; pero ir al vertedero sonaba más divertido. ¡Claro! - respondió Al llegar, Pinchi vio un tambor. Lo recogió y lo probó suavemente: "Pum-pum-pum. Pum-pum".

- Suena bien - dijo, y se lo llevó a su casa. Estuvo jugando con el tambor el resto de la tarde. El martes, Lily Mofeta y Aly Corredora pasaron por la casa de Pinchi. - Acabamos de hacer unas galletas de chocolate - dijo Lily-. Están exquisitas. ¿Quieres probarlas? -



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



dijo Aly. - ¿Qué...? respondió Pinchi. - Que si quieres probarlas. Son muy buenas - insistió Lily. - Tengo que estudiar para la prueba de ortografía...-repuso Pinchi-, pero... ya lo haré después. Y se fue con sus amigas a casa de Lily Cuando volvió a su casa, más tarde, se puso a tocar el tambor. Y luego la armónica. Por último, se quedó dormido. El miércoles por la tarde, Pinchi salió a cazar mariposas con Gubo. Y la tarde del jueves la pasó montando bicicleta con el conejo Saltarín. Al llegar a su casa, se acordó de que al día siguiente sería la prueba de ortografía, y no había estudiado ni una palabra. Las escribió todas en unas fichas y las pegó en la pared: Regalo, contigo, diversión, además, gracias, tambor. Pinchi trató de aprendérselas, pero las letras se le movían como peces delante de los ojos. Eran demasiadas palabras para aprenderlas todas en una sola noche. Cuanto más se esforzaba por memorizarlas, más se confundía. Hasta que se rindió y se quedó dormido. Al día siguiente, a Pinchi la prueba le fue mal. Escribió todas las palabras mal, menos tambor. - ¿Qué te ha pasado? le preguntó la señora Búho -. ¿No has estudiado? Pudiste haberlo hecho mejor. - Es que todos los días habían otras cosas que hacer...-trató de explicar Pinchi.

Sofí, que estaba cerca, le dijo: - No debiste posponer tus tareas. - Que no debí, ¿qué? - Dejar las cosas para luego. Lo primero, primero - Le explicó Sofí -. Si hubieras hecho tus deberes primero, después habrías tenido tiempo para jugar.

La señora Búho se mostró de acuerdo con Sofí. Le dijo a Pinchi que le daría otra oportunidad el viernes siguiente. - Y esta vez no te despistes – le dijo. Cuando Pinchi llegó a su casa después de clases, echó una mirada al tambor. “Pum pum-pum...Pum-pum-pum, pum-pum”, resonaba en su cabeza. Luego miro las palabras que había pegado en la pared. “Din-don”, sonó el timbre. Era Sofí.

- He venido a ayudarte a estudiar- le dijo. Y estuvieron estudiando las palabras durante toda una hora. “Din-don”, Volvió a sonar el timbre. Era el conejo Saltarín ¿Vienes a jugar?-Le pregunto a Pinchi. - Ahora no puedo, Saltarín - respondió éste -. Estoy estudiando. - ¿Qué estás qué? - Estudiando. –Eso está bien...-dijo el conejo.-Ya jugaremos en otro momento. Y se alejó saltando. Pinchi siguió estudiando un poquito cada día. El día de la nueva prueba, el viernes: -¡Qué bien! Ni un solo error - exclamó la señora Búho. A Pinchi se le erizaron las púas por todo el cuerpo. Cuando llegó a su casa, cogió el tambor y lo dejó en la puerta de Sofi con una nota de agradecimiento. Además me Divertí Contigo Gracias Te regalo el tambor Pinchi.

Preguntas de la lectura:

Piensa como podría mejorar sus notas en el colegio el personaje principal del texto




- ¿Cuántas veces te has sentido como Pinchi?



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
TALLER N°. 9
BIENESTAR ESTUDIANTIL
PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
Agosto de 2020

PROYECTO DE VIDA



EVALUACION			
	NUNCA 	A VECES 	SIEMPRE 
Cumplo con las actividades escolares a tiempo			
Tengo organizada mis cosas por prioridades			
Respondo a cada uno de mis roles (estudiantes, hijo, amigo, yo)			
Tengo una agenda para planear mi semana			

- Si la mayoría de las caritas son de nunca, debes intentar vivir el hábito 3 en tu vida
- Si la mayoría son de a veces, indica que vas por buen camino debes hacer en toda ocasión
- Si la mayoría son siempre, indica que eres un niño altamente efectivo y que vivencias el hábito 2 en tu vida **¡FELICITACIONES!**

Trabajo en familia :
En familia organizamos las tareas de cada uno en la labores de casa , las escribo en una hoja para la carpeta de 7 hábitos



INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN LUCAS
 TALLER N° 9
 BIENESTAR ESTUDIANTIL
 PROYECTO DE VIDA - ANSAR 2020
 Agosto de 2020



Hábito 3: PONER PRIMERO LO PRIMERO



Para el **tercer hábito** nos encontramos con **PRIORIZAR**, este nos permite realizar lo que nos proponemos cumplir con todo, por lo cual debemos establecer las prioridades respecto a la importancia que le damos a cada elemento.

VAMOS A PLANEAR

Escribe 4 cosas importantes que debes hacer esta semana

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____

Planea el orden de las actividades.

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____