



INSTITUCIÓN EDUCATIVA JORGE ROBLEDO
PLAN DE APOYO PERIODO 1

CÓDIGO:
ED-F-09

VERSIÓN:
1

FECHA:07-01-2014
Página 1 de 9

ÁREA: ÉTICA Y VALORES

DOCENTE: Angela María Medina Acevedo

NOMBRE: _____

GRADO 4°

FECHA: JUNIO 11 DE 2025

Nota importante: el plan de apoyo debe ser realizado en su totalidad en el material impreso y por el estudiante, no se calificará las actividades realizadas por otra persona. Debe presentar el plan de apoyo completo, ordenado y limpio.

Fecha de entrega: julio 7

INDICADORES DE DESEMPEÑO

SABER CONOCER

Identificación de los diferentes valores éticos del cuidado de si, del otro y de la vida.

Conocimiento desde la valoración conceptual de los diferentes rasgos de la autonomía y dignidad para vivir en comunidad.

SABER HACER

Argumentación de la importancia de la vida y la libertad de las personas que le rodean.

Integración de las características, los valores y las habilidades que le identifican como ser único en el proyecto de vida.

EJES TEMÁTICOS

El autoconcepto y la autoimagen.

Me valoro como persona: la autoestima.

Mi historia de vida.

Aprecio mi cuerpo: prevención del abuso sexual.

El valor de las demás personas.

Descubriendo el bien común. Sana convivencia. La comunicación positiva.

¿Qué es un proyecto de vida y como se construye?

ACTIVIDADES

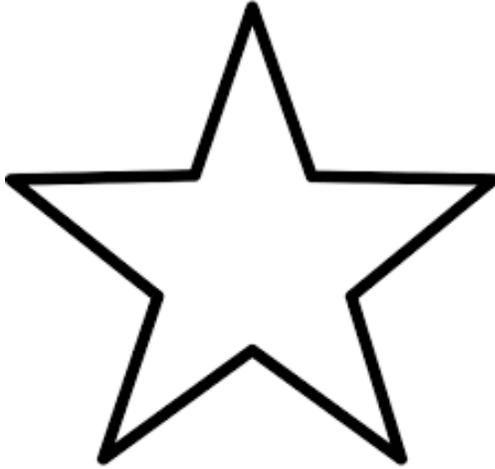
1. Teniendo en cuenta el tema sobre el autoconcepto y la autoimagen, realiza las actividades:

a. **Árbol de las virtudes:** dibuja un árbol grande y luego escribe alrededor las cualidades que tienes.

b. **Diario de Gratitud:** escribe en un párrafo las cosas por las que estás agradecido, incluyendo aspectos de ti mismo.

2. Teniendo en cuenta el tema me valoro como persona, la autoestima, realiza las actividades:

a. En la siguiente estrella escribe en el centro tu nombre. En cada punta escribe alguna cualidad o habilidad que posees, algo que te guste de ti mismo o algo de lo que estés orgulloso.



b. **Afirmaciones positivas:** escribe 4 o 5 frases positivas y alentadoras sobre ti mismo. **Por ejemplo:** "mejoro cada día porque me esfuerzo", "Me amo y me acepto en la profundidad de mí ser" "Soy feliz cuando estoy tranquilo, relajado y en paz"; Luego decora.

3. Teniendo en cuenta el tema mi historia de vida, realiza las actividades:

a. Realiza la historia de tu vida siguiendo los siguientes tres pasos:

Quién soy yo (datos básicos): nombre, edad, fecha y lugar de nacimiento, dirección donde vives, con quien vives, nombre de tus padres.

Pasado: ¿Cómo fueron tus primeros años? Cuenta aquí algunas anécdotas o travesuras que recuerdes que te sucedieron cuando eras pequeño que te hicieron reír. ¿Qué hechos importantes han sucedido en tu vida con los que te has sentido feliz? (bautizo, primera comunión, cumpleaños, llegada de un hermano o hermana...) experiencias en la guardería o escuela...

Presente: ¿A qué colegio asistes? ¿Qué curso estudias? ¿Quiénes son tus amigos? Escribe sobre lo que más te gusta, pasatiempos, tus deportes favoritos, tu asignatura favorita, tus comidas preferidas... ¿Cuáles han sido y son actualmente las personas más importantes en tu vida? ¿Por qué?

b. Observa la siguiente línea de vida y con el acompañamiento de tu familia realiza la tuya. Puedes iniciar con el año de tu nacimiento y hacerla cada dos años hasta este año 2025. Agrega fotos o dibujos representativos a cada anécdota o situación vivida.



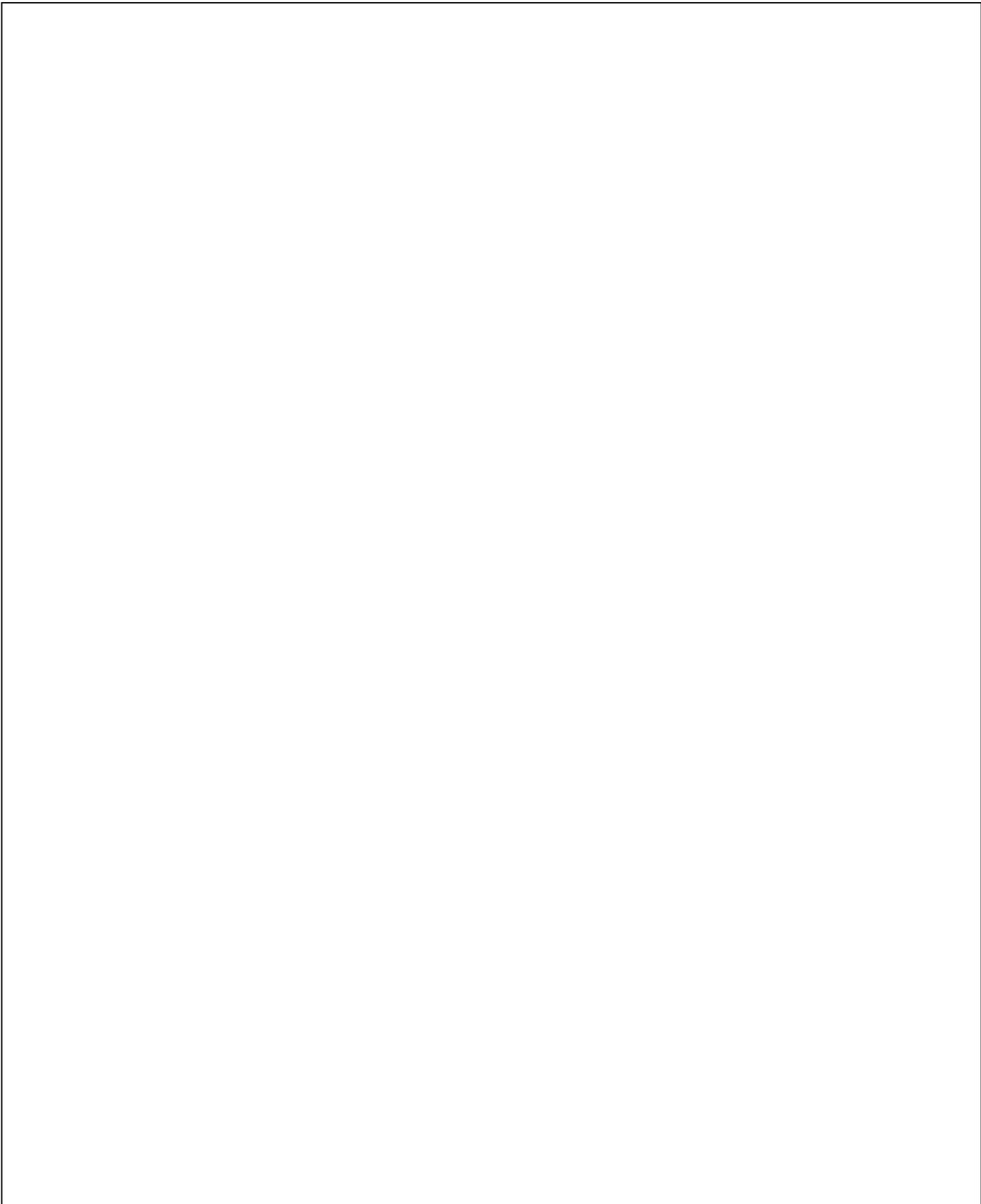
4. Teniendo en cuenta el tema aprecio mi cuerpo, prevención del abuso sexual realiza las actividades:

a. Escribe un poema de dos estrofas sobre tu cuerpo. Puedes usar rimas o simplemente expresar lo que te gusta de cada parte. Por ejemplo:

"Mis brazos son fuertes, me ayudan a jugar,
mis piernas son rápidas, me hacen saltar."

b. Escribe una carta de agradecimiento a tu cuerpo. Puedes mencionar cosas específicas que le agradeces, como poder ver, escuchar, correr.

c. Crea un cartel que promueva el respeto por el cuerpo y la importancia de decir "no" a situaciones incómodas. Puedes incluir frases motivadoras y consejos sobre cómo protegerse.



5. Teniendo en cuenta el tema el valor de las demás personas, realiza las actividades:

a. Lista de Apreciación: haz una lista de al menos cuatro compañeros que valoras y escribe una breve frase sobre lo que cada uno aporta a tu vida.

- _____

- _____

- _____

- _____

b. Acto de Gratitud: escribe un párrafo a tu familia (mamá, papá, abuela...) describiendo por qué es importante para ti. Puedes mencionar momentos específicos en los que te haya apoyado o inspirado.

d. Lee la carta a tus padres y pídeles que escriban un párrafo que describa por qué eres valioso como persona para ellos.

6. Teniendo en cuenta el tema descubriendo el bien común realiza las actividades:

a. Escribe 4 formas en que puedes ayudar a tus compañeros a buscar el bien común.

b.Crea “El mural del bien común” donde dibujes o pegues imágenes que representen acciones que benefician a todos (como compartir, ayudar, limpiar).Luego, escribe en un párrafo por qué esas acciones son importantes para el bien común.