



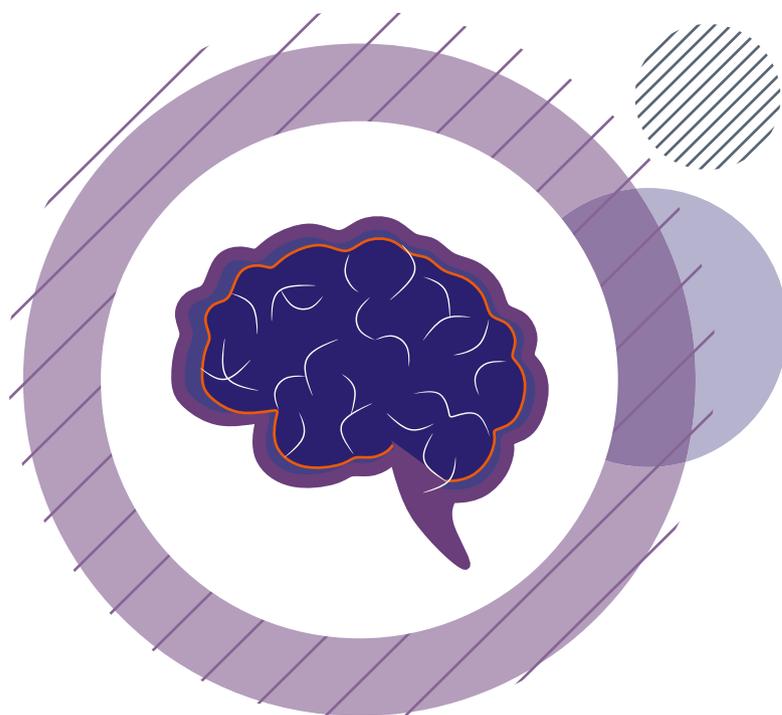
ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

1

SECUNDARIA

TEXTOS DE APRENDIZAJE 2023 - 2024



SECUNDARIA COMUNITARIA PRODUCTIVA
ÁREA

VALORES, ESPIRITUALIDAD Y RELIGIONES

SUBSISTEMA DE EDUCACIÓN REGULAR



Compendio para maestras y maestros - textos de aprendizaje 2023 - 2024
Educación secundaria comunitaria productiva
Documento oficial - 2023

Edgar Pary Chambí
MINISTRO DE EDUCACIÓN

Bartolomé Puma Velásquez
VICEMINISTRO DE EDUCACIÓN REGULAR

María Salomé Mamani Quispe
DIRECTORA GENERAL DE EDUCACIÓN SECUNDARIA

Equipo de redacción
Dirección General de Educación Secundaria

Coordinación general
Instituto de Investigaciones Pedagógicas Plurinacional

Índice

PRESENTACIÓN	1
CONOCE TU TEXTO	2

COSMOS Y PENSAMIENTO



Valores, Espiritualidad y Religiones

Primer año de secundaria

Desarrollo espiritual en complementariedad con la naturaleza y el cosmos.....	283
Espacios y lugares sagrados, para el encuentro y diálogo del ser humano con las deidades de los pueblos y la divinidad de las religiones.....	285
Práctica de valores y principios desde los pueblos ancestrales, para una convivencia armónica	287
Causas y consecuencias de la crisis de valores en la vida del ser humano	289
Principios y normas religiosas que guían el accionar de las personas.....	291
Responsabilidad en el uso ético de las TICs. y redes sociales, para una vida segura y libre de toda forma de violencia.....	292
Acciones de sanación y resiliencia para vencer la violencia	294
Encuentro con mi realidad para identificar mi vocación.....	295



PRESENTACIÓN

Estimadas maestras y maestros, el fortalecimiento de la calidad educativa es una de nuestras metas comunes que, como Estado y sociedad, nos hemos propuesto impulsar de manera integral para contribuir en la transformación social y el desarrollo de nuestro país. En este sentido, una de las acciones que vienen siendo impulsadas desde la gestión 2021, como política educativa, es la entrega de textos de aprendizaje a las y los estudiantes del Subsistema de Educación Regular, medida que, a partir de esta gestión, acompañamos con recursos de apoyo pedagógico para todas las maestras y maestros del Sistema Educativo Plurinacional.

El texto de apoyo pedagógico, que presentamos en esta oportunidad, es una edición especial proveniente de los textos de aprendizaje oficiales. Estos textos, pensados inicialmente para las y los estudiantes, han sido ordenados por Áreas de Saberes y Conocimientos, manteniendo la organización y compaginación original de los textos de aprendizaje. Esta organización y secuencia permitirá a cada maestra y maestro, tener en un mismo texto todos los contenidos del Área, organizados por año de escolaridad, sin perder la referencia de los números de página que las y los estudiantes tienen en sus textos de aprendizaje.

Este recurso de apoyo pedagógico también tiene el propósito de acompañar la implementación del currículo actualizado, recalcando que los contenidos, actividades y orientaciones que se describen en este texto de apoyo, pueden ser complementados y fortalecidos con la experiencia de cada maestra y maestro, además de otras fuentes de consulta que aporten en la formación de las y los estudiantes.

Esperamos que esta versión de los textos de aprendizaje, organizados por área, sea un aporte a la labor docente.

Edgar Pary Chambi
MINISTRO DE EDUCACIÓN

CONOCE TU TEXTO

En la organización de los contenidos encontraremos la siguiente iconografía:



Glosario

Aprendemos palabras y expresiones poco comunes y difíciles de comprender, dando uno o más significados y ejemplos. Su finalidad radica en que la o el lector comprenda algunos términos usados en la lectura del texto, además de ampliar el léxico.

Glosario

Investiga

Somos invitados a profundizar o ampliar un contenido a partir de la exploración de definiciones, conceptos, teorías u otros, además de clasificar y caracterizar el objeto de investigación, a través de fuentes primarias y secundarias. Su objetivo es generar conocimiento en las diferentes áreas, promoviendo habilidades de investigación.



Investiga



¿Sabías que...?

Nos muestra información novedosa, relevante e interesante, sobre aspectos relacionados al contenido a través de la curiosidad, fomentando el desarrollo de nuestras habilidades investigativas y de apropiación de contenidos. Tiene el propósito de promover la investigación por cuenta propia.

¿Sabías que...?

Noticiencia

Nos permite conocer información actual, veraz y relevante sobre acontecimientos relacionados con las ciencias exactas como la Física, Química, Matemática, Biología, Ciencias Naturales y Técnica Tecnológica General. Tiene la finalidad de acercarnos a la lectura de noticias, artículos, ensayos e investigaciones de carácter científico y tecnológico.



Noticiencia



Escanea el QR



Es un QR que nos invita a conocer temáticas complementarias a los contenidos desarrollados, puedes encontrar videos, audios, imágenes y otros. Corresponde a maestras y maestros motivar al estudio del contenido vinculado al QR; de lo contrario, debe explicar y profundizar el tema a fin de no omitir tal contenido.

Para ampliar el contenido

Aprende haciendo

Nos invita a realizar actividades de experimentación, experiencia y contacto con el entorno social en el que nos desenvolvemos, desde el aula, casa u otro espacio, en las diferentes áreas de saberes y conocimientos. Su objetivo es consolidar la información desarrollada a través de acciones prácticas.



Aprende haciendo



Desafío

Nos motiva a realizar actividades mediante habilidades y estrategias propias, bajo consignas concretas y precisas. Su objetivo es fomentar la autonomía y la disciplina personal.

Desafío

Realicemos el taller práctico para el fortalecimiento de la lecto escritura.



¡Taller de Ortografía!



¡Taller de Caligrafía!



¡Razonamiento Verbal!

1

SECUNDARIA

ÁREA

**VALORES, ESPIRITUALIDAD
Y RELIGIONES**





COSMOS Y PENSAMIENTO

Valores, Espiritualidad y Religiones

DESARROLLO ESPIRITUAL EN COMPLEMENTARIEDAD CON LA NATURALEZA Y EL COSMOS



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Reflexionemos y respondamos en el cuaderno:

- 1. En el poema ¿Por qué se le dice diosa a la Madre Naturaleza?
- 2. ¿Qué entiendes por la vida eterna y vida espiritual?
- 3. ¿Por qué debe pedir perdón el ser humano?
- 4. ¿Cuáles son las consecuencias de la destrucción ambiental?
- 5. ¿Cómo demuestran respeto a la Madre Tierra nuestros pueblos milenarios?
- 6. ¿Qué acciones concretas realizas para respetar a la Madre Tierra?
- 7. Elaboremos un poema para el cuidado del medio ambiente.



¡Oh diosa madre Naturaleza!

De: Mariela Burlando

Llena eres de gracia,
Lagos, nubes, colores,
Flora, minerales, fauna,
Ríos, lagos y olores
Bienaventurada y toda llena de belleza
De tus entrañas brota vida,
Luz, paz, sonidos y valores,
Lo necesario nos brindas
Y con todo eso,
Cómo no rendirte honores
Permite al hombre
Liberar su escasez
Con todas tus provisiones,
Vida eterna, vida espiritual,
Y acabar con su hambre y su sed.
¡Oh diosa madre Naturaleza!
Perdona al ser humano,
En su accionar inconsciente,
Que hoy provoca esta vileza,
Ya que todavía no sabe quererte.



¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

Los seres humanos están en constante interrelación con la naturaleza y el cosmos, desde la cosmovisión de los pueblos milenarios se afirma que todo cuanto existe tienen vida y espíritu, esta condición denota la profunda espiritualidad del país.

1. Desarrollo espiritual para una vida armoniosa (cuerpo y alma)

El desarrollo de la espiritualidad es importante en el ser humano, ya que esa energía y fuerza interior le permite encontrarse consigo mismo y con lo trascendente, por tanto, el ser humano fortalece su espíritu mediante la contemplación, meditación y oración. Este desarrollo espiritual no siempre responde a doctrinas religiosas, una persona puede ser profundamente espiritual, es decir estar dispuesta a recibir la luz y bondad en su vida, pero no practicar ninguna creencia religiosa.



El ser humano consta de una dimensión corporal que constituye la materia visible y mortal, misma que le permite tener contacto con el mundo exterior, pero también de una dimensión inmaterial e inmortal, que conforma el alma en el que conserva sus pensamientos, emociones, para relacionarse con lo espiritual. Estas dos dimensiones están íntimamente relacionadas y constituyen a un ser integral.

2. Encuentro con las deidades de las (NyPIOC's) y la divinidad (religiones monoteístas) en la naturaleza y el cosmos

Para las NyPIOC's la Pachamama lo es todo, la palabra "pacha" quiere decir tierra, cosmos, universo, tiempo y espacio en las lenguas indígenas aymara y quechua. "Mama" quiere decir madre. Es un símbolo de fertilidad de la tierra en las culturas andinas. En nuestros pueblos indígenas el conocimiento busca la armonía entre el hombre y la naturaleza, dado que conciben a la naturaleza como la que proporciona las pautas de cómo vivir bien y todo lo necesario para sostener la vida. La relación que existe con la naturaleza implica dos formas:



Glosario

Vileza: Cualidad o condición de vil, acción indigna e infame



Escanea el QR



Escanea el QR



una, dentro de un mundo natural, que lo transforma y la otra, el entorno mismo del hombre y sus asuntos, esto es la cultura y las formas de creencias que estructuran a la comunidad para que todo esté en armonía en el cosmos.

Deidades desde los aymaras

Tunupa, deidad que representa a los agentes de la naturaleza e incluso podía influir de manera positiva o negativa en la vida de los seres humanos y **Pachamama** la deidad de la fertilidad y encargada de alimentar con sus frutos a todos los seres vivos.

Deidades desde los guaraníes

Para los guaraníes la divinidad central es Tupá, considerado el dios supremo, denominado también dios del trueno que con la ayuda de la diosa Aras (diosa de la luna) descendieron a la tierra en un lugar descrito como un monte en la región de aregúa.
Ka'a póra, extraño y cambiante fantasma femenino de las selvas.

Deidades desde los quechuas

Inti, principal deidad de la mitología quechua, representada por el sol y ancestro mitológico de los fundadores y soberanos de este imperio, considerado también hijo de **Wiracocha** el dios creador del universo casado con su hermana, **Mama Killa** diosa de la luna.

La fe en la Pachamama rebasa el origen étnico y se da tanto en los pueblos pequeños como en las grandes ciudades. Los padres les enseñan a sus hijos que la gratitud hacia la madre tierra es una parte integral de la vida.



Religión Judía

Su divinidad es denominado Jehová, quién revela los diez mandamientos a Moisés en el monte Sinahí, a través de la libera a su pueblo de la esclavitud de Egipto, su libro sagrado es denominado la Torá (pentateuco) y se reúnen en la Sinagoga.



Religión islámica

Su divinidad es denominado Alá, reconocen como profeta a Mahoma, su libro sagrado es la Coram y guían su vida en los cinco pilares fundamentales: la profesión de fe, la oración, ayuno, peregrinación a la Meca, limosna y se congregan en la Mezquita

La divinidad

Existen manifestaciones religiosas que afirman la existencia de una sola divinidad, estas religiones son denominadas monoteístas.



Escanea el QR



Religión Cristiana

Su divinidad es denominado Dios Trino (Padre, hijo y Espíritu Santo) es fundado por Jesús, quien es el Hijo de Dios, su libro Sagrado es la Biblia, guían su vida en el cumplimiento de los diez mandamientos y los sacramentos, se congregan en la Iglesia.

— 3. Respeto a la identidad espiritual del ser humano

Es un sistema de creencias y prácticas asociadas, que se articulan en torno a la naturaleza de las fuerzas que configuran el destino de los seres humanos. La espiritualidad, hoy más que nunca, tiene la obligación de propiciarle al ser humano los elementos necesarios para la resignificación de la vida, de la historia, del presente, y desde ahí la consolidación del proyecto de una vida pacífica y armoniosa, que se renueva y se amplía desde las dimensiones del espíritu.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

En nuestro cuaderno copiemos el siguiente cuadro para analizar las normas o principios de las religiones monoteístas entorno al cuidado y respeto de la naturaleza y el cosmos.

Analicemos la siguiente frase:

ISLAM	JUDAISMO	CRISTIANISMO
<i>Busca la sabiduría, no en el conocimiento.</i>		

El conocimiento es el del pasado, la sabiduría es del futuro.



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

Observemos la imagen y respondamos en nuestro cuaderno:
 ¿Por qué crees que pasa esta situación?
 ¿Qué medidas de prevención debemos tomar en cuenta para evitarlo?



Reflexionemos con un sentido crítico y escribamos lo que entendemos sobre las siguientes frases:

1. La victoria más difícil es la victoria sobre uno mismo (Aristóteles).
2. Es sencillo hacer que las cosas sean complicadas, pero es difícil hacer que sean sencillas (Friedrich Nietzsche).
3. La peor lucha es la que no se hace (Karl Marx).
4. La felicidad no brota de la razón, sino de la imaginación (Immanuel Kant).

Elaboremos un cuadro sinóptico sobre el desarrollo espiritual para una vida armoniosa (cuerpo y alma).

ESPACIOS Y LUGARES SAGRADOS, PARA EL ENCUENTRO Y DIÁLOGO DEL SER HUMANO CON LAS DEIDADES DE LOS PUEBLOS Y LA DIVINIDAD DE LAS RELIGIONES



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Romería al Santuario de Copacabana

Cada año los feligreses en Semana Santa van en peregrinación al Santuario de la Virgen de Copacabana. El día lunes de la Semana Santa parten desde la tranca de San Roque de la ciudad de El Alto motivados por la fe que tienen en la Virgen Morenita del lago sagrado, muchos devotos recorren a pie 156 Km hasta llegar a Copacabana. En el trayecto se encuentran con muchos peregrinos entre ellos se pueden ver a niños, niñas, jóvenes, adultos, familias completas, movidos por la fe y las peticiones recorren a pie toda una semana para llegar al Santuario. En el recorrido por el camino se encuentran carpas artesanales elaboradas de nylon para tener un breve descanso y alimentarse, luego continuar con la caminata. El fin de esta peregrinación es llegar el día viernes santo a Copacabana y ser partícipes de las actividades del Santuario. El camino es de herradura sin contar con ninguna iluminación más que el de la luna. Se sube y baja por cerros hasta llegar al estrecho de Tiquina donde se debe cruzar el lago en lancha. La armada tiene su carpa donde acoge a los peregrinos para su descanso y atención médica. La policía caminera controla todo el trayecto de la peregrinación para que no les pase nada a los feligreses y puedan socorrer a los que necesitan ayuda. Los peregrinos deben lidiar con el clima en el día con un fuerte sol y por la noche el crudo frío del altiplano muchas veces teniendo que soportar las inclemencias de la lluvia torrencial, pero todo esto no desanima a los peregrinos. Mas bien los anima para que sigan su trayecto porque todos ellos llevan en su corazón el deseo que quieren que la virgencita se los cumpla. Después de haber caminado día y noche por el transcurso de una semana los peregrinos llegan a la cumbre donde se divisa todo el pueblo y sobre sale el Santuario de la virgencita, muchos peregrinos ayudados por un bastón de palo hacen su ingreso al pueblo por el camino del inca todo por ver a la mamita como es llamada por los feligreses por ese amor maternal que la tienen. A pesar de estar exhaustos lo primero que hacen es ir donde la Virgen Morenita para agradecerle por haber llegado bien junto con todos los integrantes con los que partió al inicio.

Autora: Gilma Margot Suño Gutiérrez

Reflexionemos y respondamos en nuestro cuaderno:

1. ¿Por qué irán tantas personas a ese lugar?
2. ¿De qué costumbres se habla en el cuento?
3. ¿Qué lugares sagrados conoces en tu comunidad?
4. ¿Qué costumbres practicamos en nuestra familia?
5. ¿Por qué crees que se denominan lugares sagrados?
6. ¿Qué ritos se realizan en ese lugar?





¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

En nuestro país existen diferentes espacios y lugares especiales que adquieren un carácter sagrado, donde manifiestan su creencia, fe y devoción, realizando diferentes ritualidades y ceremonias, los cuales permiten demostrar un profundo respeto a las espiritualidades de los antepasados, así como también practicar su religión.

1. Carácter sagrado de la Madre Tierra y los lugares sagrados

El espacio geográfico y la territorialidad ha sido desde siempre muy importante en todas las culturas, el ser humano se siente identificado al pertenecer a un espacio, un lugar, un territorio o una comunidad, esa necesidad de pertenencia y la interrelación que tiene con la naturaleza, le permite establecer en ella un encuentro con lo trascendente, según Vivanne del Carpio “El territorio no solamente es un conjunto de recursos naturales, sino principalmente es un hábitat espiritual, en el cual las principales deidades son las wak’as y Achachilas, como también las Illas que aseguran la producción”.



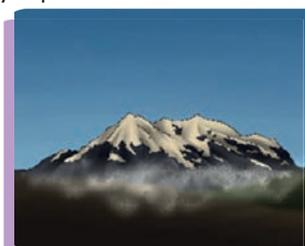
Escanea el QR



2. Lugares y espacios sagrados de las tierras altas de la plurinacionalidad (achachilas, apachetas, wak’as, apus, chullpas y otros)

Para la cosmovisión andina todo cuanto existe en el PACHA tiene vida y espíritu, por ese motivo el ser humano busca relacionarse de manera armoniosa y equilibrada con la Madre Tierra y el Cosmos, por esta razón existen varios lugares y espacios sagrados, para que se puedan realizar diferentes ritualidades, que les permita manifestar su espiritualidad y vivenciar el principio de reciprocidad.

Los achachilas y las apachetas, son entidades tutelares de las tierras altas, debido a que se encuentran en varios lugares de estos territorios, como guardianes y protectores de la comunidad. Los achachilas se encuentran en la cumbre, montaña o cerro generalmente este guardián es grande e imponente (en la ciudad de La Paz tenemos al Illimani).



Escanea el QR



3. Lugares y espacios sagrados de las tierras bajas de la plurinacionalidad (bosques, ríos sagrados, lomas artificiales y otros)



Para las personas que habitan en la amazonía los bosques, el ser humano, los animales, los ríos y las montañas conviven de manera armoniosa. Según Wigberto Rivero en la revista portal amazonía afirma que “religión y mitología tradicionalmente los ayoreos, poseían una amplia mitología y fiestas religiosas propias, relacionadas con sus creencias en determinadas aves como divinidades tutelares; su manifestación cósmica se desplazaba en una constelación compleja y altamente estructurada de sistemas simbólicos, cultura ideológica que contrastaba con la escasez de lo material en la que vivían y el estado de nomadismo tribal”.



Escanea el QR



4. Lugares de congregaciones religiosas

Se llama congregación a una hermandad de fieles, individuos de una misma tradición religiosa, por lo general cristiana esto dependerá del lugar o país en donde se profese. En algunas ocasiones los creyentes tienen lugares sagrados personales, donde se comunican con dios mediante la oración, lo que fortalece su fe.



Escanea el QR



5. Encuentro con lo espiritual

Por lo general se considera que el retiro espiritual es una forma de acercarse a uno mismo y a lo trascendente. A través, de la concentración, la relajación y la oración, una persona puede dejar de lado sus problemas terrenales y entregarse a cuestiones más elevadas. En muchas religiones este encuentro se manifiesta de diferentes maneras, por ejemplo, la religión judía, los creyentes asisten a la sinagoga para escuchar las sagradas escrituras, cumplen sus principios, para fortalecer su espíritu, asimismo, los musulmanes asisten a la mezquita y realizan las cinco oraciones diarias para fortalecer su espíritu.

En nuestros pueblos ancestrales realizamos diferentes ceremonias y ritualidades, que nos permiten fortalecer nuestro espíritu, el cual está íntimamente relacionado con la armonía y el equilibrio de la madre naturaleza, estas manifestaciones espirituales están presentes en el transcurrir de la vida, ya que las diferentes actividades como el sembrar la tierra, el iniciar un negocio, el celebrar algún acontecimiento, están presentes estas manifestaciones espirituales.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

Respondamos en nuestro cuaderno:

- ¿Cuál es la importancia que tiene el Lago Titicaca para el visitante?
- ¿Qué importancia tiene la espiritualidad en este lugar?
- En algún viaje que tuviste con tu familia. ¿Observaste alguna ritualidad? Comentemos.
- Describe un lugar sagrado en el que tu familia participa, ya sea para desarrollar su espiritualidad o su religiosidad.
- ¿Para qué existen los lugares o espacios sagrados, cual su importancia?



Escanea el QR



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

1. Elaboremos un collage de los lugares sagrados de los pueblos originarios que más nos llamaron la atención.
2. Realicemos un esquema de los lugares sagrados de los pueblos originarios de nuestra región.
3. Con ayuda de nuestra familia escribamos un cuento entorno a un lugar sagrado que conocemos.

PRÁCTICA DE VALORES Y PRINCIPIOS DESDE LOS PUEBLOS ANCESTRALES, PARA UNA CONVIVENCIA ARMÓNICA



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Mitos de la creación

La explicación del origen del pueblo de los Ticunas, llamados “Pielas negras” por sus vecinos debido a que así pintaban sus cuerpos en las ceremonias dedicadas a sus dioses o sus protectores de clan, narra que Yuche, quien vivía desde siempre en el mundo, en compañía de las perdices, los paujiles, los monos y los grillos, había visto envejecer la tierra. A través de estos animales, se daba cuenta de que el mundo vivía y que la vida era tiempo y que el tiempo... era muerte. No existía en la tierra sitio más bello que aquel donde Yuche vivía; era una pequeña choza en un claro de la selva, muy cerca de un arroyo enmarcado en playas de arena fina. Todo era tibio allí, ni el calor ni la lluvia entorpecían la belleza de aquel lugar. Dicen que nadie ha visto el sitio, pero los Ticunas esperan ir allí algún día. Un día Yuche fue a bañarse al arroyo como de costumbre. Llegó a la orilla y se introdujo en el agua hasta que estuvo enteramente sumergido. Al lavarse la cara se inclinó hacia adelante mirándose en el espejo del agua; por primera vez notó que había envejecido. Al verse viejo se entristeció profundamente. “Estoy ya viejo... sólo. ¡Oh, si muero la tierra quedará más sola todavía!” Apesadumbrado, despaciosamente emprendió el regreso a su choza. El susurro de la selva y el canto de las aves lo embriagaban de infinita melancolía. Por el camino sintió un dolor en la rodilla como si le hubiera picado un animal. Sin darse cuenta, pensó que había podido ser una avispa y comenzó a sentir que un pesado sopor lo invadía. Siguió caminando con dificultad y al llegar a la choza se recostó quedándose dormido. Tuvo un largo sueño; soñó que entre más soñaba más se envejecía y más débil se ponía y que de su cuerpo agónico se proyectaban otros seres.



Despertó muy tarde al día siguiente y quiso levantarse, pero el dolor se lo impidió. Entonces se miró la rodilla y notó que la tenía hinchada y transparente. Le pareció que algo en su interior se movía; al acercar más los ojos vio con sorpresa, allá en el fondo, dos seres minúsculos que trabajaban y se puso a observarlos. Las figuras eran de un hombre y una mujer, el hombre templaba un arco y la mujer tejía un chinchorro. Yuche les preguntó: “¿Quiénes son ustedes? ¿Cómo llegaron ahí?” Los seres levantaron la cabeza, lo miraron, pero no dijeron nada, siguieron trabajando. Al no obtener respuesta hizo un máximo esfuerzo para ponerse de pie, pero cayó en tierra. Al golpearse la rodilla contra el suelo, salieron de allí los dos pequeños seres que empezaron a crecer mientras él moría. Los primeros Ticunas se quedaron un tiempo allí,

donde tuvieron muchos hijos y más tarde se marcharon porque querían conocer más tierras. Muchos Ticunas han buscado ese lugar, pero ninguno lo ha encontrado. Algunos dicen que es en el Brasil, en una quebrada que desemboca en el río Yavari.

Reflexionemos y respondamos en nuestro cuaderno:

- ¿Dónde se encontraba el sitio más bello de la tierra?
- ¿Qué otras mitología conocemos? Comentemos.
- ¿Qué te llamo la atención del cuento?
- Elaboremos un poema para el cuidado del medio ambiente.



¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

1. Principios de convivencia de nuestros pueblos ancestrales (relacionalidad, reciprocidad, complementariedad y dualidad)

Principio de relacionalidad, consiste en reconocer que todo está interconectado, por tanto, se entiende que todo está relacionado, todos los seres que existen en el Pacha están vinculados y conectados entre todos, entonces nada puede estar separado ni aislado, todos los seres visibles e invisibles conforman un todo.

2. Valores y principios de las tierras altas: ama suwa (lunthatati); ama llulla (jan karimti); ama qhilla (jan jayramti)



Escanea el QR



La sabiduría de los pueblos indígenas originarios tiene como fin establecer una vida armónica y sin violencia entre los seres humanos, por lo que, consideran necesarias normas de convivencia, que garanticen el respeto, cuidado, protección y desarrollo productivo de las comunidades, estas normas debían ser concretas, para que todos los habitantes pudieran guiar su accionar y comportamiento en las familias y comunidades. La trilogía andina del ama suwa, ama llulla y ama qhilla se constituyó en las normas que lograron establecer una interrelación de profundo respeto en nuestros antepasados, por esta razón y su gran importancia fue establecida en la Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia.



Escanea el QR



3. Valores y principios de las tierras bajas: (mboriatu = amor; meteirami- ño = unidad; yopoepi = reciprocidad; jipivae = honestidad; mo- romboete = respeto)

“El mboroiu (amor), tiene ver con el amor efectivo hecho acción y como motor fundamental es decir actuar desde lo profundo del corazón, el cual se verá reflejado en el beneficio colectivo. Ñomboete (respeto), es la convivencia mutua y la integración social, cultural y económica. El cual debe ser desarrollada a través del arakua (proceso de aprendizaje por los arakua iya reta (dueños de la sabiduría). Yopoepi (reciprocidad), es un valor fundamental de la familia guaraní, sin el cual no puede existir el tètara (familia), significa actuar con el desprendimiento, sin egoísmo, tiene que ver con la complementariedad. Mborerekua (solidaridad), es la complementariedad con abundancia, igualdad, equidad, hermandad y generosidad con el prójimo. Meteiramiño (unidad), para concepción Guaraní es la base fundamental para buscar un desarrollo integral sobre la base territorial, socioeconómica, política y cultural. Iyambae (ser libre e independiente, autónomo), es definido como la autodeterminación, el autogobierno y la territorialidad, significa para el Guaraní vivir en plena independencia, sin esclavitud y bajo ninguna clase de servidumbre. Ikuimbae (indestructible e incorrompible), la vida basada en la transparencia, entendido como algo que no se corrompe y que no se destruye fácilmente. Yeyora (libertad), es el ser libres, vivir sin barreras ni fronteras, el cual se relaciona con el principio de ser iyambae”.

Tanto los habitantes de las tierras altas como de las tierras bajas tienen sus propias normas, valores y principios que los cumplen para que exista una convivencia armoniosa en la comunidad donde ellos habitan.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

- Elaboremos un cuadro sinóptico de los valores y principios de las tierras altas y de las tierras bajas respecto a la forma de convivencia armoniosa que hay en la comunidad.
- Observemos y analicemos la siguiente imagen para conocer la cultura Guaraní.

Sus casas reciben el nombre de “malocas” y están construidas con troncos, hojas y barro. Podían medir hasta cincuenta metros de largo y albergar hasta doscientas personas, puesto que allí vivían familias extensas. Para separar las habitaciones usaban paredes de madera y dormían en hamacas que colgaban del techo.





¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

Realicemos un tríptico con los valores que practican las tierras altas y las tierras bajas.

Como viven con las demás personas de su comunidad	Valores y principios de las tierras altas	Valores y principios de las tierras bajas
1.	1.	1.
2.	2.	2.
3.	3.	3.

CAUSAS Y CONSECUENCIAS DE LA CRISIS DE VALORES EN LA VIDA DEL SER HUMANO



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Observemos las imágenes y debatamos en base a las siguientes preguntas:



¿Qué consecuencias traen estas acciones?



- ¿Cómo interpretamos esta imagen?
- ¿Qué valores son necesarios para prevenir la violencia?
- ¿Qué acciones concretas realizamos para prevenir la violencia?



¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

1. Valores y antivalores que generan conflicto en la familia, escuela y comunidad

Nuestro Estado Plurinacional se fundamenta en los principios y valores socio comunitarios, reconociendo la importancia de la visión de nuestros pueblos ancestrales, frente a la crisis de valores se ha implantado como sistema que busca poner al ser humano, primero por encima de todo, teniendo como consigna el dominar a la naturaleza según su conveniencia, generando una destrucción progresiva, realizando que lo más importante es el bienestar individual, olvidando de que hemos nacido para vivir en comunidad, piensa que el ser humano no es autosuficiente, necesita relacionarse con lo trascendente, cuando la visión de nuestros antepasados nos muestran que son profundamente espirituales, porque encuentran en sus ceremonias y ritualidades esa capacidad de comunicarse con un mundo espiritual que le permite establecer la armonía con el Cosmos.



Escanea el QR



2. Práctica de virtudes como camino para solucionar conflictos familiares, escolares y comunitarios

La virtud es la excelencia moral. Una virtud es un rasgo o cualidad que se considera moralmente buena y por tanto, es valorada como fundamento de principio y buen ser moral. Las virtudes son aquellas características de un individuo que son deseadas por la sociedad. Suelen tener consecuencias positivas en la persona o en su entorno. Por ejemplo: honestidad, prudencia y respeto.

3. Virtudes que promueven el buen trato y previenen la violencia (solidaridad, amabilidad, empatía y entendimiento)

Las virtudes que debemos promover para el buen trato, es la práctica de valores como el respeto y el amor que se tiene, primero con uno mismo y luego con los demás, situación que nos permite mantener relaciones afectuosas y armoniosas. **La solidaridad**, es un valor que se caracteriza por la colaboración mutua entre los individuos, lo que permite lograr la superación de los más terribles desastres, como guerras, pestes, enfermedades, entre otros.

La solidaridad se puede mostrar de diferentes maneras, por ejemplo: en el día a día, incluso en pequeños gestos como ceder un asiento o el turno a un anciano, ayudar a alguien que lleva un paquete pesado, consolar a una amistad o una persona conocida que no esté bien.

Amabilidad, es una expresión de tolerancia y buen trato. Refleja el respeto que se les debe a los demás, a sus derechos y a su dignidad, así no estemos de acuerdo con sus opiniones o creencias. La persona amable posee empatía, humildad (no son engreídos), paciencia, generosidad, respeto y algo muy importante, el autocontrol emocional. Para Seligman, la amabilidad nos hace reaccionar ante la adversidad con la respuesta de cuidar y proteger frente al impulso de supervivencia de luchar o huir. Por ejemplo: Camina despacio cuidado te caigas, Tenga la amabilidad de pasar a mi oficina. **Empatía**: Las personas empáticas pueden recibir el mensaje mediante gestos, tono de voz, inflexiones y miradas. Es por ello que la empatía nos permite la interpretación de lo que otra persona puede estar pensando sin la necesidad de emitir palabras y, mucho menos, juicios de valor al respecto.

La empatía, es la habilidad de entender y compartir los sentimientos y las experiencias de las demás personas. Por ejemplo: Es imaginarte a ti mismo en la piel de otro. Sentir lo que sienten los demás, vernos a nosotros mismos y al mundo desde su punto de vista. Nos permite amar de manera más profunda.

Entendimiento, muestra la capacidad de discernimiento racional que potencia la deliberación en la toma de decisiones. Es la capacidad de discernir. Por ejemplo: muestra la posibilidad que tiene el ser humano de diferenciar aquello que es correcto de aquello que no lo es.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

Copiemos el siguiente cuadro en nuestro cuaderno, analicemos las causas y consecuencias de la ausencia de los valores éticos morales, familiares, sociales y espirituales en la sociedad.

Valores éticos morales	Valores familiares	Valores sociales y espirituales

Reflexionemos sobre las siguientes frases y escribamos en nuestro cuaderno las conclusiones:

1. La grandeza de las personas se mide por la lealtad de su corazón y la humildad de su alma.
2. La amistad es una flor que se cuida con la lealtad, y que se riega con la sinceridad.
3. La humildad consiste en callar nuestras virtudes y permitirle a los demás descubrirlas.
4. Un buen arrepentimiento es la mejor medicina para las enfermedades del alma.
5. La sonrisa es el único virus que no hace daño al alma.
6. Vivir con alegría no puede menos que agregar vida a los años.
7. Tu sonrisa es la luz que ilumina mi alma, tu llanto la tormenta que destruye mi corazón.
8. Cada vez que sientas que la tristeza te persigue, déjala entrar a tu vida, que con ella aprenderás a ser fuerte.
9. Nada se parece más a un hombre honesto que un pícaro que conoce su oficio.
10. El ajedrez es un juego útil y honesto, indispensable en la educación de la juventud.



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

Elaboremos un cuadro sinóptico en nuestro cuaderno sobre la ausencia de valores, sus causas y consecuencias; además describamos las actitudes que nos ayudan a mejorar:

Ausencia de valores	Causas	Consecuencias	Actitudes que ayuden a mejorar tal situación
Ausencia de valores ético morales.			
Ausencia de valores familiares.			
Ausencia de valores sociales.			
Ausencia de valores espirituales.			

PRINCIPIOS Y NORMAS RELIGIOSAS QUE GUÍAN EL ACCIONAR DE LAS PERSONAS



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Jichi el guardian de la Amazonía

Cuenta la leyenda que los habitantes de la Amazonía boliviana caminaban en busca de agua para sobre vivir. Un día el jefe de la tribu, encontró una laguna con aguas cristalinas, lleno de peces, al principio parecía un espejismo, pues estaba débil y sediento; el lugar se encontraba oculto entre el espeso bosque que parecía protegerlo muy celosamente, cuando se acercó oyó una voz que le dijo: “Estas aguas son sagradas, no debes estar aquí”

Asustado por escuchar esas palabras el jefe de la tribu se puso de rodillas y alzando sus manos al cielo dijo: ¡oh señor de las aguas! permite que a este pobre hombre cansado y sediento refrescarse con tus aguas.

Jichi, que era el Señor de las aguas, se conmovió del sufrimiento de aquel hombre y le dio permiso para que pueda beber de sus aguas, sin embargo, le recalcó que él era el rey de las aguas y que estaba encargado de proteger esa fuente de vida. Agradeciendo por haberse refrescado el jefe de la tribu rogó para que toda su familia pudiera asentarse a vivir alrededor de aquella laguna y así poder sembrar sus alimentos, pescar y beber de sus aguas. Jichi se compadeció de aquella tribu y permitió que todos sus habitantes pudieran asentarse en ese lugar, siempre y cuando cumplieran con tres normas: mantener limpia aquella laguna, pescar sólo lo necesario para alimentarse y no maltratar a las plantas. Las personas de la tribu se comprometieron a cumplir con esas tres normas y vivían muy contentos y agradecidos por la generosidad de Jichi.

Después de muchos años la ambición se apoderó de algunas personas que comenzaron a pescar de manera indiscriminada y además de botar basura en las aguas, aquella laguna estaba sucia y los pocos peces que vivían en ella sufrían por la contaminación, situación que enfureció a Jichi, quien mandó una fuerte lluvia para limpiar su lago, sin embargo, las personas perdieron sus casas, sus cultivos y animales. Después de aquella inundación los habitantes comprendieron que no debían desobedecer las normas que Jichi les había impuesto, por tanto, se corrigieron unos a otros y se comprometieron a cumplir con las tres normas. Autora: Jhannette Espinoza Aguilar.

Reflexionamos y respondemos en el cuaderno:

- ¿Quién era Jichi?
- ¿Por qué piensas que son importantes las normas en la tribu?
- ¿Por qué se enfureció Jichi y envió las lluvias?
- ¿Qué normas conoces en tu comunidad?
- ¿Qué reglas tienes en tu familia?
- ¿Qué sucede cuando no cumples las reglas?



¡CONTINUAMOS CON LA TEORÍA!

1. Principios y normas: espirituales y religiosas de las diferentes confesionalidades del contexto

1.1. Principios amazónicos (respeto a la vida y a la creación)

Para que en cada cultura y sociedad exista una buena convivencia, son necesarios en la práctica ciertos principios y normas que regulan el accionar de sus habitantes, por esta misma razón dentro de nuestras familias nos inculcan reglas que denotan sobre todo valores que se cultivan desde que somos niños y las cumplimos hasta que somos adultos.

1.2. Normas espirituales: las normas espirituales que guían al ser humano son los mandamientos, virtudes cardinales y teologales

Todas las normas se encargan de guiar nuestro comportamiento, poner límites a nuestras acciones y en definitiva organizarnos de mejor manera, en este entendido, las normas espirituales nos ayudan a comprender que las otras personas son también hijos de Dios, por tal razón definen el comportamiento de los creyentes o practicantes, buscando la común unión entre todos.

1.3. Actitudes respetuosas consigo mismo, con los demás y con la naturaleza, para promover la comunicación pacífica

a) Consigo mismo (autoestima)

El respeto hacia nosotros mismos, consiste en valorarnos y amarnos tal cual somos, sabiendo que tenemos muchas cualidades, aptitudes y dotes; pero también reconociendo que tenemos defectos y limitaciones, aspectos por los que podemos trabajar y mejorar. Debes aprender a amarte a ti mismo para amar a los demás.

b) Con los demás (empatía)

Cuando nos referimos al respeto a los demás estamos hablando de ver en el otro a un hermano



Desafío

Averiguemos las normas espirituales y religiosas de nuestra región.



Escanea el QR



que siente y ama al igual que nosotros, por eso es importante practicar la empatía que consiste en ponerse en el lugar del otro, respetar lo que piensa, aunque no estemos de acuerdo. Recuerda: “Amar a tu prójimo como a ti mismo”.

c) Con la naturaleza (reciprocidad)

Nuestros pueblos ancestrales nos enseñan el profundo respeto a la naturaleza, porque consideran que el ser humano no es un ser superior a ella y que por tanto no debe existir una relación de dominación, sino de cuidado y reciprocidad, “yo te cuido y te respeto, tú me das tus frutos”; sin embargo, con la contaminación ambiental se destruye esa relación y se rompe el equilibrio y armonía, en consecuencia se sufre los desastres naturales, por eso es fundamental tomar conciencia y proteger nuestra casa común.

d) Con la trascendencia (amor)

El ser humano desde que tiene uso de razón busca comunicarse con lo trascendente y esta búsqueda incesante, se manifiesta en las diferentes religiones y espiritualidades las cuales deben ser respetadas, aunque no sean compartidas ya que todas ellas demuestran el amor infinito de un ser supremo.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

Copiemos en nuestro cuaderno el siguiente cuadro para analizar las frases que nos invitan a practicar el respeto por uno mismo, por los demás, por la naturaleza y la trascendencia reflexiona y analiza cada una de ellas en con tus propias palabras y describe cómo podrías aplicarlo en tu vida con acciones concretas.

FRASES	REFLEXIÓN Y ANALISIS PROPIO	CÓMO LO APLICO A MI VIDA
“Tú mismo, tanto como cualquier otro en el universo entero, mereces tu amor y afecto” Buda Gautama		
“Ama a tu prójimo como a ti mismo” Jesús.		
“La esencia de la espiritualidad es estar constantemente consiente de la unidad de todos; al mismo tiempo para celebrar la singularidad del individuo”. Joggi Vasudev.		
“La tierra ofrece lo suficiente para satisfacer las necesidades de todos, pero no la codicia de algunos” Mahatma Gandhi.		
Ojo por ojo, diente por diente Éxodo 21, 24		
No hagas lo no quieres que te hagan Confucio.		



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

Escribamos los principios de pueblos del altiplano y de la Amazonía	Reflexionemos su importancia para la vida en comunidad	Escribamos un ejemplo de su práctica en nuestra familia, unidad educativa y comunidad
---	--	---

RESPONSABILIDAD EN EL USO ÉTICO DE LAS TICs. Y REDES SOCIALES, PARA UNA VIDA SEGURA Y LIBRE DE TODA FORMA DE VIOLENCIA



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Leamos el siguiente cuento:

“Mi mamá me cuenta como era la comunicación”

Todos los niños y niñas se reunían en el patio de la casa para jugar arroz con leche, pasara mi barquito, la pelota quemada; que divertido era reunirnos y jugar, pero también, hacer las tareas de la escuela con la ayuda de nuestros hermanos mayores o nuestros padres. Incluso nos inventábamos juegos para pasarla bien, todo era diversión y alegría, no necesitamos tener juguetes caros y modernos, porque hasta correr desde la cancha hasta la casa era un desafío para ver quien llegaba primero. Cuando teníamos algún trabajo que realizar, íbamos a la biblioteca para investigar sobre el tema, ir a la biblioteca era sorprendente porque era un absoluto silencio, ya que todos niños, jóvenes, adultos estaban en silencio leyendo los textos que necesitaban para poder hacer su tarea, en ese entonces no se podía sacar fotocopias al texto y menos sacar una fotografía como ahora, por tanto, los libros eran muy apreciados. Todos respetábamos las reglas de la biblioteca era fascinante ver tantos libros y querer leerlos todos. De esta forma había comunicación entre todos. Pero hoy en día veo con tristeza que los niños, jóvenes, adultos ya no se comunican, porque incluso cuando

están en una fiesta de cumpleaños de niños o jóvenes vemos que todos están con sus celulares, cada uno con su mundo. Tienen la tecnología a la mano con muchas facilidades para hacer maravillas, pero la triste realidad es que no hay comunicación con el que está a su lado y menos con sus congéneres. **Autora:** Gilma Margot Suño Gutiérrez

Respondemos las siguientes preguntas en el cuaderno:

1. ¿De qué trata el cuento?
2. ¿Qué hacían en el patio de la casa?
3. ¿Por qué es importante la comunicación?
4. ¿Cuáles son las consecuencias de que no exista una interrelación con las personas?
5. ¿Cómo demuestran las nuevas generaciones la comunicación?
6. Pregunta a tu mamá ¿Cómo eran los juegos de antes y la biblioteca?



¡CONTINUAMOS CON LA TEORÍA!

1. Análisis de los beneficios y riesgos de la tecnología

La TICs, significa tecnologías de la información y la comunicación, son herramientas tecnológicas que fueron creadas para ordenar, procesar la información y las comunicaciones de manera eficiente, es decir, que como herramientas deben ser utilizadas para facilitarnos en algunas tareas. Las redes sociales son las plataformas virtuales desarrolladas en internet y las más utilizadas, de ahí la importancia de mencionarlas como el WhatsApp, Facebook, Tik Tok, Instagram, Telegram y Twitter, entre otras.

1.1. Análisis de los beneficios de la tecnología

La tecnología, aplicada de buena manera es de gran ayuda, por ejemplo, ayuda a organizarnos mejor, a aprender cosas nuevas, a llevar registro de nuestras metas y avances personales o acortar distancias con amistades o familiares como: el acceso rápido a la información, facilita el aprendizaje, rompe las barreras de la distancia, simplifica las tareas, ofrece entretenimiento, el aumento de la productividad, eficiencia, incremento de la esperanza de vida y crea nuevos empleos.

1.2. Análisis de los riesgos de la tecnología

Debemos ser conscientes de los riesgos de la tecnología en el ser humano como ser: el sedentarismo y el aislamiento social. Asimismo, el acoso o la pérdida de intimidad, dan lugar a una serie de efectos nocivos del uso de las TICs, creando dependencia a los medios tecnológicos. Disminuye la interacción humana, facilita el consumo excesivo y descontrolado de los equipos y medios tecnológicos. Las personas se vuelven adictos a buscar información a frecuentar las redes sociales, el juego y las compras compulsivas. Debemos ser conscientes de que el uso indiscriminado afecta la vida del ser humano, por eso debemos estar preparados y organizar nuestro tiempo en el uso de las TICs cuando realmente se necesita.



Escanea el QR



Escanea el QR



2. Responsabilidad y cuidado del manejo de la información personal en las redes sociales

El uso adecuado de las redes sociales es muy importante para el resguardo de los adolescentes, quienes deben procurar no volverse dependiente del celular y en concreto de las redes sociales. Lo más recomendable es poner límites y establecer reglas básicas como: no usar el teléfono antes de dormir o durante los almuerzos y períodos de estudio o trabajo, no aceptar a personas desconocidas en las redes sociales, tener cuidado en publicar información personal, etc. Se debe procurar no usar dispositivos por períodos muy largos o tomar descansos cada media hora. Para ello se puede simplemente hacer caso al cuerpo, si sientes cansancio y lo que necesitas es activarte, como al estirarte o salir a caminar.



Escanea el QR



3. Integridad física de los adolescentes frente a las redes sociales

Las redes sociales, en algunas ocasiones, promueven estereotipos de belleza que afectan a los adolescentes con baja autoestima, generando riesgos de padecer depresión y trastornos alimenticios como la bulimia o anorexia, que dañan la salud de los mismos.

4. Prevención de violencia escolar y digital en adolescentes

Las formas de prevenir la violencia: es evitar expresiones de violencia escolar que se dan de forma verbal, física y psicológica, los estudiantes deben estar informados al respecto en caso de que estén en esta situación dar a conocer a una persona de su confianza, para evitar una violencia sexual cibernética, económica o social.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

Respondamos en nuestro cuaderno:

- ¿Todos los amigos que tienes en tus redes sociales son conocidos de manera física?
- ¿Alguna vez aceptas en el Facebook a alguien que no conocías o no tenías amigos en común?
- ¿Alguna vez conversaste con alguna persona desconocida en tus redes sociales? Comenta.
- ¿Tienes información personal en tus redes sociales?
- ¿Por qué crees que el 70 % de casos de trata se dan a través de las redes sociales?
- ¿Cómo lograríamos bajar estas cifras?
- ¿Qué mensaje darías a tus compañeros que pasan mucho tiempo con el celular?



Escanea el QR



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!

Realicemos una entrevista a nuestros compañeros de los otros grados para ver cuál es su opinión al respecto sobre el uso de los medios tecnológicos.

Escribimos en el cuadro los beneficios, riesgos y el cuidado del manejo de las redes sociales.

Analicemos los beneficios de la tecnología	Analizamos de los riesgos de la tecnología	Cuál debe ser nuestra responsabilidad y cuidado del manejo de la información personal en las redes sociales

ACCIONES DE SANACIÓN Y RESILIENCIA PARA VENCER LA VIOLENCIA



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

Cuento sobre la resiliencia

“Una hija estaba muy molesta porque parecía que, cuando un contratiempo se le solucionaba, aparecía un problema nuevo y aún más complicado. Habló de ello con su padre, que era jefe de cocina. La miró y, sonriente, cogió tres ollas. En un puchero puso unos huevos; en otro, unas zanahorias, y en una tercera ollita, café. La joven se quedó pasmada pensando que su padre no la escuchaba, como ya era habitual, porque en lugar de proporcionarle una respuesta se ponía a cocinar. Después de veinte minutos de cocción, el padre le preguntó a la hija. “¡Qué ves?” La chica quedó atónita. “¡¿Qué quieres que vea?! ¡Cómo no me haces ningún caso mientras cueces huevos y unas zanahorias y haces café...!”, respondió, medio enfadada. El padre, imperturbable, la invitó a palpar los tres ingredientes. La joven azorada, le preguntó qué quería decir. Él le respondió: “Los huevos eran frágiles antes de la cocción, y ante la adversidad (el calentamiento con el fuego) se han vuelto duros; las zanahorias, en cambio, eran duras y con el fuego se han vuelto blandas; en cambio, el café, cuando sea calentado ha sido incluso capaz de poder transformar su contexto: el café ha transformado el agua. ¿Qué deseas ser tú, hija mía, ante las adversidades? Ojalá seas como el café y, cuando aparezcan los problemas o las adversidades, seas capaz de ser fuerte sin dejarte vencer ni aislarte, salir airoso e, incluso, mejorar tú misma logrando cambiar tu entorno” Psicoveritas.

RESILIENCIA



Reflexionemos y respondamos en el cuaderno:

1. ¿Qué sucedió con la hija del cocinero?
2. ¿Cómo le explicó su padre?
3. ¿Qué elementos utilizó para explicarle?
4. ¿Cómo quedó la joven después de la explicación?
5. ¿Qué mensaje te da el cuento?



¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

¿Qué es la resiliencia?

La resiliencia es un proceso transitorio que nos ayuda a transitar de manera positiva y constructiva, por ejemplo, adoptar una actitud positiva. Saber gestionar las emociones es la clave para enfrentarse a cualquier obstáculo que se interponga en el camino.

1. Abrazo en familia

El día del abrazo en familia, busca fortalecer y fomentar los lazos familiares y fomentar la unión familiar a través del abrazo, como muestra de afecto, cariño y amor. La celebración del día del abrazo en familia pretende consolidar los valores de respeto, amor y fraternidad entre los miembros de la misma, el abrazo va más allá de las palabras y se hace

sentir. Por esta razón es importante darnos todos los días un abrazo para demostrar el amor y la unión en la familia. Este proceso debe respetar el sentir de las personas.

— **2. Reconciliación como proceso de sanación**

La reconciliación es recobrar las relaciones, por tanto, ya no es un proceso individual, sino implica un acercamiento voluntario de las partes en conflicto, que buscan conectarse de nuevo, sin tener que obligatoriamente perdonar al otro.

Cargar con rencores y malos entendidos torna nuestra vida pesada, es como cargar una piedra en la espalda, por esta razón el perdón debe estar presente en nuestra vida, ya que a través de esta acción podemos sentir paz.

Para los budistas el perdón no es aceptar las acciones del agresor, porque se trata de liberar al otro, sino de a uno mismo, para romper con las cadenas de la ira y la venganza, para los musulmanes el perdón proviene de Alá que es misericordioso, para los cristianos católicos existe el sacramento de la penitencia y reconciliación.

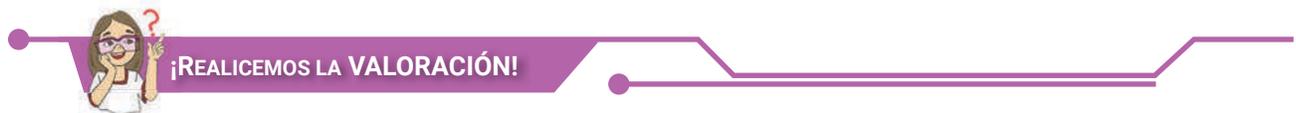
— **3. Reconocimiento de los estados emocionales y su manejo**

Reconocer las emociones implica tomar conciencia de lo que nos está sucediendo, identificar y significar lo que se siente y desde ese conocimiento, evaluar las estrategias que permitan lograr una sensación de bienestar. El reconocimiento de las emociones es tan importante como el reconocimiento facial, ya que estos dos son puntos clave para detectar las emociones de la persona, saber lo que quiere hacer y con qué ánimo está.

— **4. Habilidades sociales**

Son el conjunto de estrategias de conductas y capacidades para aplicar dichas conductas que nos van ayudar a resolver una situación. Las habilidades sociales se clasifican en: habilidades básicas que implican saber iniciar y mantener una conversación, presentarse a uno mismo, saber escuchar, ser empático, formular preguntas, dar las gracias y saber hacer cumplidos, por ejemplo, habilidades cognitivas son las que involucran los procesos mentales, como la memoria, la rapidez del pensamiento, la deducción lógica o el manejo de lenguajes formales, por ejemplo, la matemática.

Las habilidades sociales nos permiten establecer una comunicación asertiva con los demás, la cual consiste en expresar los sentimientos y pensamientos de manera adecuada, aprender a decir que no, disentir con las ideas de otros sin la necesidad de generar conflicto.



Elaboremos un cuadro sobre las acciones de sanación y resiliencia para vencer la violencia.

¿Por qué es importante el abrazo en la familia?	¿Cuál es el proceso de sanación?	¿Qué beneficios nos trae el perdón y la reconciliación?

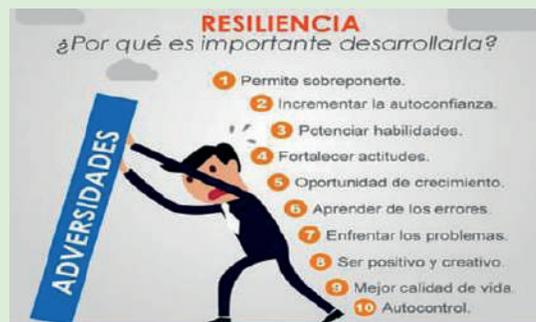
Leamos las siguientes frases y escribamos lo que comprendemos en nuestro cuaderno:

1. Evita ver las crisis como obstáculos insuperables.
2. Acepta el cambio.
3. Busca oportunidades que te permitan hacer un autodescubrimiento.
4. Cuida de ti mismo.
5. Mantén perspectiva y optimismo.
6. Establece relaciones de apoyo.



Observemos la imagen y respondamos en el cuaderno:

- ¿Qué observamos en la imagen?
- ¿Por qué crees que pasa esta situación?
- ¿Te sentiste alguna vez de esa manera?
- ¿Conoces a una persona que esté pasando por esta misma situación?



Elaboremos un vídeo de tres minutos sobre el abrazo en la familia.

ENCUENTRO CON MI REALIDAD PARA IDENTIFICAR MI VOCACIÓN



¡INICIEMOS DESDE LA PRÁCTICA!

La vocación de Mateo

El pequeño Mateo vivía en Salamanca, Guanajuato, pues sus padres trabajaban en la refinería petrolera. Pedro, su abuelo. Que había sido hombre de campo, lo cuidaba y lo entretenía con los relatos de su juventud en la hacienda del portero. “¿Entonces tú eras charro como los de las películas?”, le preguntaba Mateo. “Así mero, mijo”. En el jardín cercano le había demostraciones. Mateo tenía doce años cuando su abuelo murió. Como herencia de don Pedro recibió el hermoso traje de charro que había usado de joven con una brillante botonadura de plata. Había también una camisa, calzado y un par de espuelas, pero faltaba el sombrero. Mateo halló una nota manuscrita entre la ropa: “Aquí te dejo la parte más feliz de mi vida. Diles a tus padres que guarden el traje hasta que te quede”. Cuando Mateo era ya un apuesto adolescente su familia sufría problemas económicos. La madre pensó en vender el traje del abuelo. “No, mujer, dijo el padre, tenemos que respetar su voluntad”. En una ocasión ella se atrevió a descoser un botón de plata para empeñarlo. El marido le pidió recuperarlo y coserlo de nuevo. La única esperanza del matrimonio era que Mateo entrara a trabajar a la refinería. El día que cumplió dieciocho años se probó el traje que parecía cortado a la medida. “Quiero ser charro”, les dijo a sus padres. “¡No! ¡Entra a trabajar a la refinería!”, exclamó la madre. “Silencio. Si ésa es la vocación del muchacho hay que aceptarla”, dijo el padre y luego le habló a solas con Mateo: “Mira, mijo, eso de la charrería es de otro tiempo, pero si te gusta estoy seguro de que hacer de tu vida algo extraordinario”. Cuando Mateo salió camino al monte su padre lo abrazó. Desde el balcón lo miró alejarse y le arrojó el sombrero de charro que le había comprado con sus ahorros.



Reflexionemos y respondamos en nuestro cuaderno:

1. ¿Qué le regaló el abuelo a Mateo?
2. ¿Qué quería hacer la madre con el traje?
3. ¿Por qué su papá pidió que respetara la decisión del abuelo?
4. ¿Qué quería ser Mateo? ¿Qué le dirías a Mateo?
5. ¿Qué mensaje te da el cuento?
6. ¿Qué quieres ser tú después de salir bachiller?



¡CONTINUEMOS CON LA TEORÍA!

1. Conocemos algunos testimonios de vida a partir de las profesiones u ocupaciones del entorno

Camilo Ríos Valencia, estudiante de tercer semestre de derecho, de la universidad Católica de Oriente, habla sobre los retos que tendría como profesional, no solo para su comunidad, sino en todo el país.

Juana Azurduy de Padilla (1780-1862), nació en Toroca, población aldeaña a Chuquisaca. Luchó en la guerra de la Independencia contra la monarquía española, asumiendo la comandancia de las guerras que conformaron la luego denominada republiqueta de la laguna, por lo que su memoria es honrada en Argentina y en Bolivia.

2. Encuentros con diferentes instituciones de servicio a la comunidad (hogares de niños, ancianos y otros)



Escanea el QR



Las instituciones de servicio son instituciones sin fines de lucro que están al servicio de las personas que necesitan como ser: Caritas, SAR Bolivia, Cruz Roja, Ejército de Salvación que están a cargo del Estado, la gobernación, la alcaldía, instituciones religiosas, personas independientes así tenemos: el hogar San Ramón, el hogar San Martín, el centro Danielita para niños con capacidades diferentes, el Méndez Arcos, las Aldeas Infantiles SOS. La familia es la institución fundamental y la base de la sociedad por la cual satisfacemos las necesidades primordiales como: el alimento, la educación, la vivienda, la protección y la salud.

Hogares de los niños

Los hogares de las niñas y niños es conocido como: un orfanato, orfanatorio, orfelinato, centro de acogida de menores o “centro de protección de menores” (del latín: orphanus+torium (lugar) y este del griego ορφανος “abandonado”) es una institución encargada del cuidado de los menores de edad, huérfanos o abandonados (expósitos) y de los niños o adolescentes a quienes se encuentran en situación de calle por no contar con una familia que este a cargo de ellos y ellas. También existen la casa hogar que es un centro asistencial que tiene como objetivo brindar servicios asistenciales a niñas, niños y adolescentes en condiciones de orfandad, abandono, maltrato familiar.

Estas instituciones se hacen cargo de la alimentación, vestimenta y la educación de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes hasta que puedan valerse por ellos mismos asumiendo el papel de madres y padres, por ejemplo, las personas

dedicadas al servicio de Dios son las encargadas de estas instituciones.

Hogares de los ancianos

Los hogares de ancianos son servicios donde usualmente se incluyen la atención de enfermería, con supervisión las 24 horas, tres comidas al día y ayuda con las actividades cotidianas. Servicios de rehabilitación, tales como terapias físicas, ocupacional y del habla, también están disponibles los servicios de desarrollo personal y atención sociosanitaria. En los casos en los que incluye servicios geriátricos, se trata de un equipo de profesionales adecuados con formación específica en geriatría. Nuestras ancianas y ancianos en los últimos días de vida deben ser bien tratados y cuidados porque ellos en su juventud dieron toda su fuerza de trabajo y conocimiento por el bien de la sociedad. Son nuestros sabios actuales de la sociedad que se merecen nuestro respeto y consideración. Por ejemplo: tenemos a las hermanas que están dedicadas al servicio de Dios las que por amor al prójimo son las encargadas de cuidar de los ancianos.



¡REALICEMOS LA VALORACIÓN!

Elaboremos una campaña en nuestra unidad educativa para la recolección de alimentos, ropa para llevar a una de estas instituciones que están encargadas de cuidar tanto a los niños como a los ancianos.

1. Busquemos un asilo que quede cerca de la unidad educativa.
2. Busquemos ancianos de nuestra zona, barrio o comunidad para colaborarlos.
3. Esta actividad se la puede realizar con toda la comunidad educativa (estudiantes, padres de familia y maestros)

Reflexionamos las siguientes frases que les dicen a nuestros adultos mayores y escribimos en nuestro cuaderno.

- 1) "El viejo se halla siempre a tiempo de aprender" (Esquilo).
- 2) "En el movimiento está la vida y en la actividad reside la felicidad" (Aristóteles).
- 3) "Yo nunca seré viejo, porque para mí ser viejo es siempre tener diez años más de los que tengo" (Bernard Baruch).
- 4) "En la vejez no nos deben preocupar las arrugas del rostro, sino las del cerebro" (Ramón y Cajal).
- 5) "Saber envejecer es la mayor de las sabidurías y uno de los más difíciles capítulos del gran arte de vivir" (Enrique Federico Amiel).
- 6) "Y si fuego es lo que arde en los ojos de los jóvenes, luz es lo que vemos en los ojos del anciano" (Victor Hugo).
- 7) "Quien consigue conservar la capacidad de percibir la belleza, no envejecerá nunca" (Franz Kafka).
- 8) "Envejecer es todavía el único medio que se ha encontrado para vivir mucho tiempo" (Sainte Beuve).
- 9) "Lo que eres es infinitamente más importante que lo que tienes" (Philip Bosmans).
- 10) "Si, por falta de uso, una mente se vuelve torpe en la vejez, la culpa es tan solo de su dueño" (Samuel Johnson).



¡ES HORA DE LA PRODUCCIÓN!



Observemos la imagen y respondamos en nuestro cuaderno:

- ¿Qué observamos en la imagen?
- ¿Por qué crees que pasa esta situación?
- ¿Qué sientes cuando vez a una anciana o un anciano?
- ¿Conoces a un anciano que esté pasando por una necesidad?
- ¿Qué medidas de prevención debemos tomar en cuenta para evitar esta situación?

Realicemos una entrevista a un adulto mayor en un video de tres minutos con la siguiente pregunta.
¿Qué mensaje les daría a los jóvenes respecto a la educación?





ESTADO PLURINACIONAL DE
BOLIVIA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

 www.minedu.gob.bo

 [@minedubol](https://www.facebook.com/minedubol)

 [@minedubol](https://twitter.com/minedubol)

 [@minedu_bol](https://www.instagram.com/minedu_bol)

 [Ministerio de Educación - Oficial](https://www.youtube.com/Ministerio de Educación - Oficial)

 [MinEduBol](https://www.telegram.com/MinEduBol)

 informacion@minedu.gob.bo

 [\(591\) 71550970 - 71530671](https://www.whatsapp.com/59171550970)

 [@minedu_bolivia](https://www.tiktok.com/@minedu_bolivia)