PROPÓSITO:

Guía No. 4: La Paciencia.

Promover el bienestar individual y colectivo del estudiante, a través de la convivencia pacífica, en su entorno familiar y social.

MOTIVACIÓN:



“Los avances tecnológicos, la facilidad en las comunicaciones, la permanente conectividad, el afán de producir, la necesidad de competir y otros factores más, han hecho que vivamos a un ritmo vertiginoso en el que reina la prisa y lo urgente, provocando un alejamiento del imprescindible valor de la paciencia. La paciencia es una de las mayores virtudes que podemos poseer los seres humanos, pues nos permite desarrollar la capacidad para discernir con mayor claridad sobre situaciones que a nuestro criterio son molestas, desarrollando una óptica positiva, valorando en mayor proporción las cualidades de las personas, antes que los defectos. La paciencia nos lleva a afrontar la vida aún cuando las cosas no salen como queremos, permaneciendo en un estado de quietud y tolerancia y con una actitud optimista, siempre en busca de armonía, en un rasgo de personalidad madura que nos permite llevar una vida mucho mas productiva y armoniosa, aportándonos un mayor beneficio ya sea moral, económico o personal. No sobra decir que la paciencia no tiene ninguna relación con la indiferencia ni con la pasividad. Recuerda que cada situación ocupa el lugar y el tiempo perfecto y que si nos toca estar ahí, debemos desafiarnos y descubrir porqué estamos siendo partícipes de determinado evento, que debemos aprender de esa situación. Cuánto de nosotros habrá que dejar en esa tarea, que estamos llamados a entender, ya que en todo lo que intervenimos, aprendemos y aprender, requiere tiempo. No permitas que el tiempo corra y te impaciente. Respira profundo y actúa desde la calma y el respeto hacia ti. Entonces, podrás hacerlo hacia los demás. La paciencia te lleva a crecer y para crecer se debe tener tal disposición que te lleve al encuentro y la madurez de espíritu, llenándote de belleza y claridad para alcanzar todo tu potencial, de manera que puedas ser un instrumento de inspiración para quienes te rodean. Que tus pensamientos, sentimientos y acciones sean acompañados por la paciencia que se descubre ante la magia del universo infinito”.

EXPLICACIÓN:

La paciencia es una habilidad entrañable y cuánto más la practiquemos más beneficios aportaremos al nuestro día a día. Aquí te contamos las ventajas de aprender a tener paciencia y de practicarla con los niños, en familia: 1. La paciencia favorece a la salud mental. Personas pacientes presentan menos estrés, ansiedades, depresiones y otras emociones negativas porque saben lidiar con la espera. 2. La paciencia mejora la calidad de vida. Estudios demuestran que ser paciente es bueno para la salud. Personas pacientes tienen menos problemas de salud, menos dolores de cabeza, menos enfermedades de la piel, del pulmón y del sistema digestivo. Además, presentan mejor hábito de sueño. 3. La paciencia ayuda en la concentración. Las personas pacientes consiguen mantener el focus en sus objetivos y metas, y pueden tomar mejores decisiones de una forma más racional. Por ello, se muestran más satisfechos. 4. Ser paciente genera relajación y tranquilidad. La paciencia mejora nuestra relación con nosotros mismos y con los demás. Mejora las relaciones entre padres e hijos, con los amigos y demás personas. Es un valor que hace mucho más tranquilos y relajados.

EJERCICIOS:

1.Comprar la guía, pegarla, copiarla y desarrollarla en el cuaderno.

2.Observar el video recomendado en la guía.

3.Explica brevemente, 9 formas para inculcar el valor de la paciencia.

4.Realizar un dibujo a todo color relacionado con el tema tratado en esta guía.

5. Presentar el cuaderno semanalmente, a su profesor, en la hora de clase.

EVALUACIÓN:

1. Trabajo en clase (1 punto);

2. Cuaderno al día (4 puntos);

3. Sustentación (2 puntos);

4. Orden en el puesto de trabajo (1 punto);

5. Actitud ante la clase (1 punto);

6. Adquisición de la guía (1 punto).

Total: 10 puntos.

BIBLIOGRAFÍA:





https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/valores/educar-en-valores-la-paciencia/