PROPÓSITO:

Acepto y valoro mi vida como mi mayor tesoro.

Identifico aspectos de mi vida que me hacen feliz y me impulsan a vivir cada momento con la mayor alegría posible.

TALLER 1

Amo mi vida y esa es mi mayor alegría

MOTIVACIÓN:

Una amiga se acerca a ti porque se encuentra triste y afligida, pues se encuentra atravesando una situación familiar difícil y esto la tiene muy afectada. Piensa qué le dirías para que reflexionara sobre el valor de la vida y la importancia de afrontar las dificultades.

Escribe en tu cuaderno tu consejo para que ella deje de estar triste.

Responde en tu cuaderno la siguiente pregunta:

¿cuáles son las cosas de la vida que me hacen feliz?

Tenemos muchos motivos para alegrarnos y celebrar el valioso hecho de estar vivos. A continuación, encontrarás algunas de estas razones.

EXPLICACIÓN:

Razones para celebrar el hecho de estar vivos



Yo
Nosotros mismos. Nuestro cuerpo, nuestros valores y cualidades, nuestras habilidades, saber que somos únicos e irrepetibles. Esa es la primera y la más importante razón para sentirnos agradecidos por estar vivos.



Las personas que nos rodean
Somos parte de una familia, un grupo de amigos, una comunidad, cuyos valores compartimos y nos producen la felicidad y el crecimiento personal.



Un mundo por descubrir
Otra razón para celebrar la vida es el mundo que estamos llamados a descubrir: la naturaleza, la diversidad de comunidades humanas y la diversidad de sus valores.

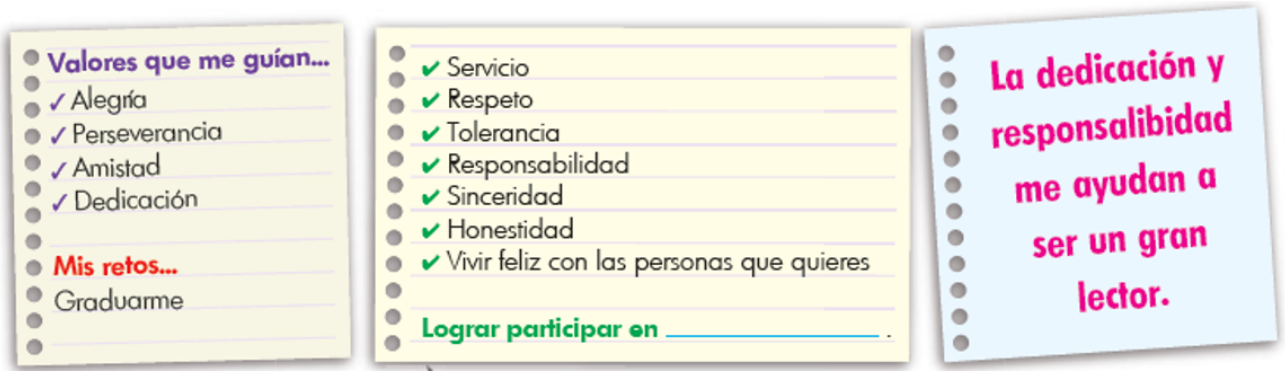
Nuestros sueños y proyectos de vida
Lo que añoramos y soñamos ser y hacer en la vida, es una razón para celebrar la vida. La meta de nuestra vida es la felicidad.

EJERCICIOS:

1.Escribe en tu cuaderno un valor que te cause alegría, sigue el ejemplo.

La **amistad:** sentir que no estoy solo y que comparto mis valores y cualidades con otras personas, alegra mi vida.

2. Selecciona los valores que te ayudarán a lograr tus metas. Observa los ejemplos y completa en tu cuaderno.



EVALUACIÓN:

Recuerda un momento de tu vida que te haya hecho muy feliz y pinta en tu cuaderno la escena que más recuerdes de ese momento especial.



BIBLIOGRAFÍA:

Ministerio de Educación- Retos para Gigantes