ETICA Y VALORES

Los estudiantes se instruyan y encuentren su propósito de vida

<https://www.youtube.com/watch?v=jhtKUSO-7D4>

ACTIVIDADES

1.ELABORA UNA LISTA EN LA QUE DESARROLLAS EL TOP 10 DE LO QUE QUIERES HACER EN TU VIDA

POR EJEMPLO

1. TRABAJAR COMO DOCENTE
2. HACER EJERCICIO
3. ………………….

2.LEE LA SIGUIENTE INFORMACION Y APLICALA

<https://www.elespanol.com/como/meditar-soluciones-dejar-mente-blanco/369463283_0.html>

ESCRIBE COMO TE SIENTES LUEGO DE FINALIZAR ESTA ACTIVIDAD

3 REALIZA UN HORARIO SEMANAL

POR EJEMPLO

|  |  |
| --- | --- |
| LUNES |  |
| 6 AM-6:30 AM | DESPERTAR Y MEDITAR |
| 6:30 AM- 7:00 AM | LECTURA |
| 7:00 AM-8:00 AM | HACER EJERCICIO |