

	<p style="text-align: center;"> REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014 </p>	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

PROYECTO DE VIDA

UNA VIDA CON PROPOSITO

“Encomienda a Dios tu camino, confía en EL y el hará”

DOCENTES PARTICIPANTES:

LIC. YAMILETH REYES

LIC. GRACIELA PEÑA

LIC. MARIA SILVANA LOBOA

LIC. MARLENE APONZA

LIC. BERTHA ADONAI LASSO ESCOBAR

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

INTRODUCCIÓN

Nuestra institución educativa tiene entre sus principios misionales el brindarle a los estudiantes todo tipo de herramientas que le permitan tener una vida con calidad proyectándose como un ser que trasciende dejando en su historia personal y social un legado de acciones positiva que lo acerquen a su felicidad propia y contribuya a la felicidad de los demás.

Queremos despertar en los estudiantes sueños, enseñarles a planear su vida y sobretodo preparándolos para el éxito sin temor al fracaso. Para ello disponemos de una serie de herramientas que nos presenta la empresa NUTRESA nos presenta a través de su proyecto educativo líderes siglo XXI; También propondremos desde los conceptos y realidades del entorno en que se desarrolla el presente proyecto estrategias y temáticas que fortalezcan el mismo.

JUSTIFICACIÓN

El presente proyecto plantea tres justificaciones a saber: Pedagógica, Económica, Sociocultural.

Justificación pedagógica:

“el amor es un acto de valentía, nunca de temor; el amor es compromiso con los hombres... la educación es un acto de amor, por lo tanto un acto de valor”

Paulo Freile

En el mundo cambiante el acto de educar requiere de la implementación de paradigmas que favorezcan la formación de seres humanos con una visión clara ante la vida para que la aproveche al máximo y pueda enfrentar las dificultades que se le puedan presentar en su camino al éxito personal.

En este marco el éxito es concebido desde una mirada multidimensional que incluye los diferentes aspectos de la vida: lo espiritual, lo social, lo físico, etc. Una primera aproximación en este cambio de paradigma es incluir lo emocional en los parámetros de la enseñanza y el aprendizaje; y está ampliamente comprobado

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

que si los estudiantes tienen una visión clara de los que quieren para su futuro, se aproximarán con más facilidad al conocimiento. ¹

Justificación económica.

“La verdadera generosidad consiste precisamente en la lucha para destruir las causas que alimentan la falsa caridad. La falsa caridad constriñe a los temerosos y sometidos, los “rechazados de la vida”, a extender sus manos temblorosas. La verdadera generosidad radica en el esfuerzo para que estas manos, ya sea de individuos o poblaciones enteras, se extiendan cada vez menos en suplicación, por lo que cada vez más se convierten en manos humanas que trabajan y por el trabajo, transforma el mundo”. Paulo Freire

En la actualidad tener un proyecto de vida es el primer motor que genera riqueza en una economía, puesto que con este se puede analizar la baraja de opciones a la que se puede enfrentar como persona que emprende. Cabe anotar que el principal capital del mundo es el que tiene cada ser humano en su cráneo: el cerebro. Cada persona tiene la capacidad de buscar su destino y orientarlo hacia el éxito integral, pero se debe buscar esencialmente una mentalidad de emprendedor.

La mentalidad de emprendedor no está asociada solamente a la creación de una empresa sino más bien a la manera como los seres humanos gestionamos nuestra vida, para crear nuestro propio destino buscando el éxito y la felicidad propia y el de las personas que nos rodean. Ahora bien, es importante resaltar en el marco empresarial la idea de emprender permite mejorar los ingresos personales y alcanzar una mayor independencia; así mismo, se proyecta a nivel social con la creación de fuentes de ingresos que redundan en la mejoría económica del contexto en donde se presenten los proyectos. Así, el promover el proyecto de vida en los marcos educativos, es garantizar también el avance económico de las comunidades en los que los individuos desarrollan su existencia.

La sociedad del siglo XXI presenta una serie de cambios en términos económicos y laborales, en este sentido se requiere que la educación se coloque en línea con las nuevas competencias plasmadas en la vida de los seres humanos requiere en

¹ Cornejo Villegas, María Elena. 2015. “Elaboración de proyecto de vida basado en valores en estudiantes”. Revista de Psicología n.13 La Paz jun. 2015.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

la actualidad. En este sentido se toma el siguiente fragmento que enmarca claramente lo anterior:

“El mundo de hoy exige más retos. Esto supone, al mismo tiempo, nuevas visiones de seres humanos que sueñen. La economía globalizada está determinada por nuevos factores de conocimiento, tecnología y capital humano. Y como persona se debe tener la capacidad de ser altamente productivo y competitivo, factor este primordial de riqueza. La sociedad de mercado demanda, de modo cada vez más exigente, personas auténticas que tengan un conjunto de características indispensables en lo personal y empresarial, para afrontar los caminos que se han señalado. A través de los proyectos de vida se obtiene la capacidad de visionar y estructurar la vida y la economía a largo plazo”².

Justificación socio cultural

“Sé que las cosas pueden incluso empeorar, pero también sé que es posible intervenir para mejorarlas”.

Paulo Freire

Somos seres sociales, desde que nacemos nuestra vida entra en un determinismo de factores socioculturales que direccionan nuestro comportamiento, nos generan una identidad y dan sentido a nuestra existencia. Así mismo, los seres humanos tenemos la capacidad de generar cambios a nivel de las estructuras sociales y culturales a través de la tenacidad con la que promulguemos y compartamos nuestros ideales. Un proyecto de vida bien direccionado, con ideales orientados al bien común es decisivo para los procesos evolutivos en las sociedades.

La realización de un proyecto de vida exige el desarrollo de la identidad; y esta a su vez, no puede desarrollarse sin el reconocimiento debido a la comunidad a la que se pertenece; es muy común, que por la falta de proyección sociocultural en los proyectos de vida, muchos jóvenes ven en la comunidad una oportunidad para conseguir un empleo, sin un gramo de valor agregado, sin una visión de futuro para la misma; por lo tanto, los sistemas educativos pueden contribuir con la enseñanza y desarrollo de aptitudes y conocimientos que preparan al individuo

² Vargas Trepaud, Ricardo I. 2005. “proyecto de vida y planeamiento estratégico personal”. Lima, Perú. Pag 31.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

en su proyecto de vida, para convertirse en una persona capaz de participar en su dimensión como ciudadano y aportar a la conservación de los ideales, relaciones y fines colectivos con las diversas acciones que realice en su cotidianidad.

Objetivo general

Brindar herramientas sólidas para que Los docentes, directivos docentes, los educandos administrativos, y servicios generales de la institución técnica industrial España construyan el proyecto de mejoramiento personal.

Objetivos específicos.

- Sensibilizar a la comunidad educativa acerca de la importancia de implementar el proyecto de mejoramiento personal
- Motivar a los padres para que continúen siendo el apoyo para que sus hijos cumplan su proyecto de mejoramiento personal
- Articular proyecto étnico con proyecto de vida
- Reconocer la capacidad de pensar, discernir y tomar decisiones a partir de su realidad.
- Adquirir y fortalecer habilidades para relacionarse consigo mismo, con las otras personas y con el medio que le rodea
- Vincularse de manera activa con su entorno familiar y reconocer que sus acciones afectan de manera positiva; de la misma manera que las acciones de su familia le afectan a él o ella.

Metas

- A junio de año 2017 existencia de un proyecto institucional para implementar la propuesta de desarrollo personal, con una estructura curricular acorde con las características de la comunidad de nuestra institución.
- A diciembre de 2018 se inicia con el desarrollo de los aspectos principales del proyecto de vida con los estudiantes
- A diciembre del 2019 los docentes y padres de familia se inicia del desarrollo de los aspectos fundamentales del proyecto de vida.
- A diciembre del 2020 se presentará evidencia de integración del proyecto de vida institucional en un 50% de las áreas que se imparten en nuestra institución.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- A diciembre de 2021 el 100% de la comunidad educativa ha implementado el proyecto de vida como una estrategia del su plan de mejoramiento personal.

MARCO CONCEPTUAL

El presente marco conceptual se fundamenta en el reconocimiento de lo que se ha construido conceptualmente sobre proyecto de vida, analizando aspectos como la gerencia de sí mismo, las dimensiones del ser humano, la filosofía de vida y el proceso de mejoramiento personal.

El proyecto de vida

“Aprendí que no se puede dar marcha atrás, que la esencia de la vida es ir hacia adelante. La vida, en realidad, es una calle de sentido único.”
Agatha Christie

Un proyecto de vida es la dirección que una *persona* marca para su propia vida. En base a sus valores, un hombre planea las acciones que tomará en su subsistencia con el objetivo de cumplir con sus deseos y metas. De esta forma, su proyecto de vida será como un programa a seguir para lograr sus anhelos.

“Un proyecto de vida supone la elección de ciertas direcciones y la exclusión de otras, lo que puede generar un conflicto existencial y llevar a un estado de indecisión. Este tipo de situaciones puede darse cuando una persona se decide a estudiar una cierta carrera para trabajar en determinada profesión; en algún momento de su vida, puede sentirse disconforme y comenzar a reflexionar sobre su proyecto de vida.”³

Cuando nombramos al conjunto de actividades coordinadas e interrelacionadas cuyo propósito es cumplir un objetivo, estamos haciendo referencia a la palabra "Proyecto". En tal sentido podemos afirmar que un proyecto de vida es la vía que marca una persona para darle un sentido a su existencia. Este supone la elección de ciertas direcciones o vías actitudinales pero también la exclusión de otras, estas acciones que excluimos pueden generar conflictos existenciales y llevar a un estado de indecisión. Sí tomamos como ejemplo un marco de una situación

³ DUQUE LINARES, Jorge. Proyecto de vida. Bogotá D.C: ediciones EDUQUE, 2001. Pág. 9.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

normal cuando a una persona le llega el momento de escoger una carrera universitaria, se enfrenta a una decisión que afectará su vida en muchos aspectos, desde el ámbito laboral hasta el ámbito social y sobre todo el saber que la elección tendrá como efecto inmediato el descarte del resto de opciones.

Esto conlleva a que el ser humano, basándose en los valores que se le fueron inculcados, planea las acciones que tomará en su existencia con el fin de llegar a cumplir con sus metas y deseos. Así el proyecto de vida de esa persona será como un programa sistematizado y ordenado para lograr cumplir con sus objetivos.

Un proyecto de vida le da un "por qué" y un "para qué" a nuestra existencia, y con esto le otorga sentido al presente, porque de alguna u otra manera se vive del presente pero sin perder de vista que nuestro futuro lo construimos día a día.

Gerenciarse a si mismo

El éxito en la economía del conocimiento llega a quienes se conocen a sí mismos; sus fortalezas, sus valores y cómo se desempeñan mejor.

Peter F. Drucker

La gerencia personal es el proceso de maximizar el aprovechamiento de nuestros talentos y nuestro tiempo para alcanzar metas significativas basadas en nuestro sistema de valores. Es el arte de pensar y reflexionar sobre uno mismo. De decidir sobre mi futuro. Y de actuar o emprender tareas que me permiten lograr las metas definidas.⁴

El proceso de la gerencia personal implica una serie de acciones relacionadas con conocerse profundamente, realizar un uso adecuado del tiempo, realizando en el presente las acciones que enmarcan nuestro futuro, ponerse metas y establecer la intención firme de cumplirlas bajo la fuerza del compromiso.

En el marco de un proyecto de vida, la gerencia personal requiere establecer una filosofía de vida, para luego establecer la construcción del mismo, orientando las

⁴ Guía No 6, NUTRESA

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

acciones hacia el mejoramiento personal, buscando siempre el desarrollo de la mejor versión de nosotros mismos, puesto que hay que llegar a la comprensión de la existencia humana reconociendo que primero hay que ser, para luego hacer, y así convivir; teniendo éxito integral y lograr uno de los ideales de la existencia humana: el trascender.

Filosofía de vida

"La independencia del hombre consiste en esto: en que sabe lo que lo determina"

Friedrich Hegel.

En su definición más sencilla la filosofía de vida es una expresión que sirve para describir un conjunto de ideas y actitudes que forman parte de la vida de una persona o grupo de personas⁵

En un sentido as estricto la filosofía de vida se compone por una serie de elementos que deben ser definidos por cada persona y adoptados como faros que orientan el viaje de la vida. (Ver figura 1)

⁵ Definición de Filosofía de Vida. <https://definicion.mx/filosofia-de-vida/> visitado 15/05/17 hora: 21:31

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboración	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01



Ilustración 1: filosofía de la vida⁶

Las creencias⁷

Una creencia es el sentimiento de certeza sobre el significado de algo. Es una afirmación personal que consideramos verdadera. Las creencias, que en muchos casos son subconscientes, afectan a la percepción que tenemos de nosotros mismos, de los demás y de las cosas y situaciones que nos rodean.

Muchas personas tienden a pensar que sus creencias son universalmente ciertas y esperan que los demás las compartan. No se dan cuenta que el sistema de creencias y valores es algo exclusivamente personal y en muchos casos muy diferente del de los demás. Nosotros no vivimos la realidad en sí, sino una elaboración mental de la misma. Lo que hace que la vida sea un constante manantial de esperanza y ricas alternativas o una inevitable fuente de sufrimiento. Lo que vivimos tal como lo vivimos, depende más de la representación y elaboración de nuestro mapa mental, que del territorio "real" en sí. Por lo tanto el mapa no es el territorio.

⁶ Tomado de presentación del taller de NUTRESA: proyecto de mejoramiento personal 2015

⁷ Los siguientes párrafos son tomados del texto “ las creencias” ver <http://www.galeon.com/gemart/CREENCIAS.htm> visitado: 15/05/17 hora: 22:18

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

A través de nuestro sistema de creencias y valores damos significado y coherencia a nuestro modelo del mundo, al que estamos profundamente vinculados. Cuestionar una de nuestras creencias puede desestabilizar todo el sistema al afectar a aquellas otras que se derivan o están relacionadas con ella. Esta es la razón por la que somos muy reacios, en muchas ocasiones, a modificar alguna de nuestras creencias.

Las creencias se forman a partir de ideas que confirmamos o creemos confirmar a través de nuestras experiencias personales. Cuando una creencia se instala en nosotros de forma sólida y consistente, nuestra mente elimina o no tiene en cuenta las experiencias que no casan con ella.

Las creencias son una fuerza muy poderosa dentro de nuestra conducta. Es bien sabido que si alguien realmente cree que puede hacer algo, lo hará, y si cree que es imposible hacerlo, ningún esfuerzo por grande que éste sea logrará convencerlo de que se puede realizar. Todos tenemos creencias que nos sirven como recursos y también creencias que nos limitan. Nuestras creencias pueden moldear, influir e incluso determinar nuestro grado de inteligencia, nuestra salud, nuestra creatividad, la manera en que nos relacionamos e incluso nuestro grado de felicidad y de éxito.

Los valores

Los valores son los estados a los que las personas dan importancia. Por ejemplo, éxito, seguridad, amor, felicidad, etc. Un valor es una palabra que indica algo elevado en la jerarquía de nuestros intereses. Los utilizaremos continuamente, en muchos casos de forma inconsciente, para juzgar lo que está bien y lo que está mal. Son etiquetas que utilizamos para indicar diferentes niveles de placer o dolor.

Ciertos valores como la justicia, el amor, la libertad, la salud que denominamos valores primarios designan lo que es más importante para nosotros, es decir, lo que queremos alcanzar en nuestra vida. Estos valores, sin darnos cuenta, dirigen realmente nuestra vida y tienen una influencia tremenda sobre el desarrollo de nuestras capacidades porque nos indican que esos estados son los únicos que merece la pena alcanzar.

Existen otros valores que llamaremos secundarios como el dinero, el trabajo, etc. Que nos permiten alcanzar el valor primario que está detrás (el que realmente nos importa).

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Nuestros valores se instalan en nosotros como consecuencia de nuestras experiencias de dolor y placer. Nuestras experiencias personales y la forma de actuar de las personas que nos rodean conforman nuestra escala de valores.

Si una persona conoce sus valores más importantes y su jerarquía, sabrá cuáles son las motivaciones internas que le mueven a actuar para alcanzar sus metas y cuáles son los estados que tratará de evitar a toda costa. Sus valores estarán condicionando permanentemente su comportamiento, muchas veces sin ser consciente en ello.

Es pues conveniente que diseñemos e instalemos en nosotros unos valores y creencias que nos hagan fácil la vida, que nos permitan sentirnos felices y ganar cada día independientemente de lo que suceda. Estos valores y creencias nos deben permitir disfrutar al cien por ciento del viaje de nuestra existencia, además de ayudarnos a alcanzar las metas que consideremos importantes.

El sentido de la vida

Nuestros estudiantes requieren con urgencia ir determinando poco a poco lo que les da sentido a su vida, en el marco de un proyecto de vida, surgen preguntas como ¿para qué vivimos? ¿Qué es la felicidad? ¿Quién soy? Al respecto el columnista del tiempo, Reynaldo Iriarte Vicario general de la Arquidiócesis nos ilustra cuando afirma:

“A veces podemos pensar que no es necesario responder estas preguntas y que ellas son para pensadores o para soñadores. Pero tarde o temprano estas preguntas exigen respuesta: la muerte de un ser querido, un revés económico, un fracaso sentimental... todo los seres humanos estamos urgidos de dar profundidad a nuestra vida, de encontrar el porqué de nuestra existencia. Encontrarle sentido a la vida es darle dirección, significado, valor, orientación. Es hallar su finalidad, su gozo, su plenitud.”⁸

Las instituciones educativas deben contribuir con la formación de dicho sentido en sus educandos, basándose en la lectura y en la discusión y reflexión sobre la trascendencia de nuestra existencia.

⁸ Por: R.P. Reynaldo Iriarte Vicario general de la Arquidiócesis 6 de mayo de 1995. Ver: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-497276> visitado 15/05/17. Hora 22:40

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Visión y misión

Misión es el motivo, propósito, fin o razón de ser de la existencia, porque define lo que pretende cumplir en su entorno o sistema social en el que se actúa, lo que pretende hacer, y el para quién lo va a hacer.

La misión personal es la forma con la que debemos trasladar nuestra visión de la vida a ideas más concretas y tangibles. Evidentemente, seguirá siendo abstracta, ya que sigue siendo una misión y no unos objetivos concretos, pero es la forma con la que podemos saber realmente en qué queremos estar enfocados.

La Visión Personal implica imaginar el destino que queremos construir, crear la imagen de la vida que ambicionamos vivir, proyectar la manera que deseamos ser y lo que nos gustaría hacer. Esta Visión, constituida por los valores, intereses y aspiraciones de cada uno de nosotros, le otorga finalidad y significado a nuestra vida y establece la direccionalidad hacia la cual orientamos nuestros objetivos a corto y mediano plazo. Nos indica el camino a seguir y nos aporta inspiración, entusiasmo y compromiso. Nos impulsa hacia adelante y nos brinda la fuerza que nos posibilita encarar los desafíos y superar las dificultades. También nos aporta un lente especial a través del cual observamos el mundo.⁹

Propósitos

Un propósito es la intención o el ánimo por el que se realiza o se deja de realizar una acción. Se trata del objetivo que se pretende alcanzar. Este término indica la finalidad, la meta de una acción o de un objetivo. También se puede entender como **“una declaración personal que cuando se cumple nos lleva a estado de máximo bienestar. Ese estado de máximo bienestar que se cumple con el propósito tiene un nombre distinto para cada uno. Hay quien le llama felicidad, bienestar, compleción o satisfacción, y tú seguro que tienes tu propio nombre para él.”**¹⁰ El propósito es algo que suele suceder para que pasemos a ese estado positivo.

Motivaciones

⁹ Anzorena, Oscar. “Visión personal y el liderazgo”. <http://dpoconsulting.com/vision-personal-y-liderazgo/> visitado: 18/05/17. Hora: 8:17 am

¹⁰ Torné, David. 2017. “¿qué es el propósito de vida?”. <http://blog.davidtorne.com/es/2017/01/proposito-vida/> visitado: 23/05/2017. Hora: 9.30 pm

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

La motivación surge de tener una conciencia clara de tu propósito y proyección de vida. Es un impulso a la voluntad, para seguir adelante. Cuando enfocamos nuestra motivación al logro, encontraremos grandes resultados y rendimiento en cualquier área.

Es importante anotar que existen dos tipos de motivación: Motivación externa: aquella que captamos de nuestro entorno (libros, películas, conferencias, cursos, charlas, etc.); la motivación interna es aquella en la que somos capaces de desarrollar nosotros mismos.

La motivación interna es la más potente e importante, pues será la que nos mueva a la acción. La motivación externa será capaz de influir sobre nuestro estado emocional, pero sólo la motivación interna será la que generará la acción necesaria.

Actitudes

Recibe el nombre de actitud El efecto del conjunto de creencias y valores relativamente estables a lo largo del tiempo en la disposición o tendencia a actuar de determinada manera o acometer algún tipo de acción. Se trata de un aspecto determinante a la hora de llevar a cabo una acción y el tipo de emoción que genera dicha actividad o manera de interactuar ante una situación o estímulo concretos.

Una actitud puede ser más o menos generalizada, pudiendo hacer referencia a un ámbito extenso o incluso a un tipo de estímulo concreto (es lo que ocurre por ejemplo con los prejuicios étnicos o raciales).

La actitud hacia el mundo surge de la interacción entre factores biológicos y hereditarios (al igual que las aptitudes o los rasgos de personalidad, parte de ellas son favorecidas por la genética de cada sujeto) y los factores ambientales tales como el aprendizaje a lo largo de la vida del sujeto.

Asimismo, pueden modificarse activamente mediante el entrenamiento o la mera exposición hacia el tema que genera la actitud, por ejemplo asociándose la

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

actividad en cuestión con refuerzos positivos o negativos en base a la experiencia.¹¹

Elementos que integran un proyecto de vida

El proyecto de vida es la concepción holística, integradora, con un sentido, una intención y unos principios definidos, los cuales determinan la existencia de una persona. Una persona construye su proyecto de vida de acuerdo a sus expectativas, metas y sueños a alcanzar teniendo en cuenta sus potencialidades, competencias, talentos o habilidades.

El proyecto de vida define de manera estructurada un plan de acción y una orientación estratégica que le permita al ser humano alcanzar los objetivos propuestos. De igual manera, en el PV subyace un elemento metacognitivo que le permite al individuo analizar sobre su accionar cotidiano, la reflexión. Esta reflexión le permite tomar distancia de sí mismo y trascender hacia una toma de conciencia vital para su evolución y desarrollo constante y continuo. (ver figura 2)



Ilustración 2: elemento del proyecto de vida

¹¹ El presente concepto es tomado en su totalidad de la página psicología y mente visitada el 25/04/2017 <https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-actitudes>

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

El mejoramiento personal

Mejoramiento Personal es el estado que nos ayuda a conseguir objetivos y disfrutar la vida. Cada individuo debe saber lo que quiere en la vida y el éxito que necesita lograr.

El éxito es una elección propia, es una elección vivir una mejor calidad de vida, trabajar en más o mejores metas, mantener una buena salud, manejar el automóvil de tus sueños, vivir en una mejor casa, tener una linda familia, buscar un mejor trabajo o estudiar para perfeccionarte, disfrutar de una vida social muy activa y entretenida.

Los elementos más importantes del éxito son: Deseo, *Decisión*, *Determinación*, *Dedicación*, *Disciplina*, *Organización* y una gran dosis de *Sentido Común*.

La estrategia que se propone en el marco de la propuesta de NUTRESA consiste en implementar el ciclo PHVA en el desarrollo del proyecto de vida.

• PROCESO DE MEJORAMIENTO PERSONAL

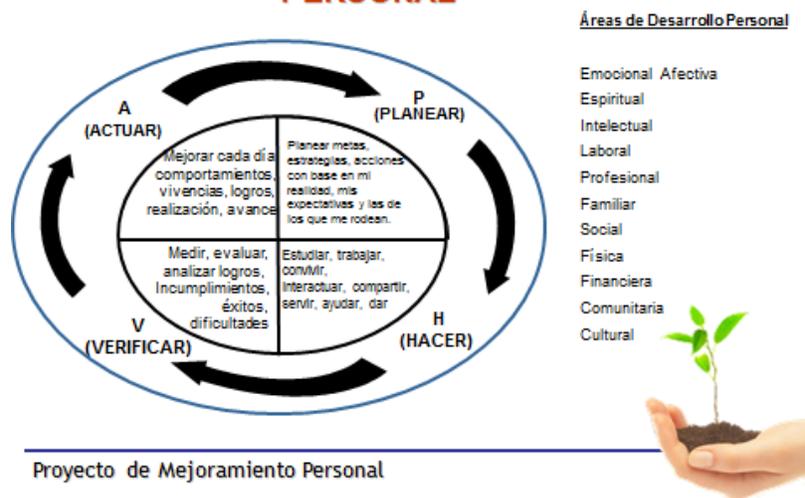


Ilustración 3: estrategia de mejoramiento personal

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Las áreas del desarrollo personal desde la estrategia de mejoramiento personal

“La formación para el desarrollo integral de la persona y los retos educativos conducentes a la superación del egocentrismo y a la construcción de la moral autónoma, como bases de la dignidad y solidaridad humanas. Entonces, el objetivo de la educación -señala Rogers- es el de desarrollar individuos abiertos al cambio, que puedan encarar de manera constructiva las perplejidades y problemas del mundo actual”¹²

Se refieren a aquellos temas o aspectos que quiero mejorar de manera prioritaria, y en los que cada persona tiene que hacer su máximo esfuerzo para mejorar. Para desarrollar la Misión Personal y lograr la Visión, es importante desarrollar armónicamente cada una de las áreas:

Área social: se refiere a lo relacionado a la socialización de un individuo. Los seres humanos somos seres sociales: logramos la satisfacción de las necesidades materiales y simbólicas en grupo. Una persona siempre necesita de otras para alcanzar su plenitud, y por lo tanto debe desarrollar todas las herramientas inherentes a su dimensión social. La dimensión social cuenta con dos escenarios fundamentales que se relacionan entre sí y que se influyen mutuamente:

-La familia es el primer escenario de la dimensión social, donde las personas adquieren y desarrollan lo que son hábitos y maneras de supervivencia.

-La escuela, en la que el ser humano va a convivir con personas ajenas al núcleo familiar y eso va a suponer que tenga que hacerle frente a su aceptación o bien a su rechazo. En este caso, se considera que la misma debe ejercer como lugar donde no solo se favorece el conocimiento de otras culturas y de valores como la tolerancia y el respeto sino también donde se desarrollen otras actitudes que son importantes para estar en sociedad. Nos estamos refiriendo a actitudes como la solidaridad.

¹² Ibid pag 9

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Área espiritual: es nuestro núcleo, nuestro centro, significa tener un compromiso con nuestro sistema de valores; también es un área muy privada de la vida, de importancia suprema, pues en ella se establece la conciencia; es decir la dimensión humana que nos permite revisar la manera como actuamos. Para desarrollar el área espiritual, algunos obtienen insumos en la gran literatura o la gran música, otros la encuentran en una lectura cotidiana de los libros sagrados de distintas religiones, así como en los distintos pensamientos filosóficos y otros con solo estar con la naturaleza.

Área mental: en gran parte, nuestro desarrollo mental y nuestra disciplina para el estudio provienen de la educación formal. Pero en cuanto nos libramos de la disciplina exterior de la escuela, muchos dejamos que nuestra mente se atrofie. Abandonamos la lectura seria, no exploramos con profundidad temas nuevos que no se refieren a nuestro campo de acción, dejamos de pensar analíticamente y de escribir. En lugar de ello, pasamos el tiempo viendo la televisión. Por ello en nuestro proyecto de vida se deben apartar espacios para el enriquecimiento de nuestra mente, acumulando el conocimiento suficiente y desarrollando competencias intra e inter personales que nos permitan tener una adecuada salud mental, para ello se debe tener muy en cuenta el área espiritual, pues el fortalecimiento de estas dos generan un adecuado control de las emociones.

Área física: Esta dimensión importante la vida ya que aspectos como la salud, son indispensables para estar bien. El cuerpo debe ser tomado con toda la dignidad posible ya que este es la conexión de nuestro ser, nuestra mente, con el mundo. Ejercitarse, alimentarse bien, garantizar espacios seguros y agradables deben ser criterios y estar establecidos en las metas personales.

Área financiera: en esta área se establece las finanzas personales como un aspecto de nuestro proyecto de vida que se ocupan de cómo las personas o familias administran sus recursos a lo largo de su vida.

En su análisis se incluyen no sólo los ingresos y gastos recibidos o pagados durante la vida sino que también, las herramientas o productos financieros con los que cuenta los individuos o familias para optimizar el manejo de sus recursos.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Sobre la formación integral del ser

El desarrollo de competencias para la formación integral de implica que los docentes tenemos que hacer un cambio en los paradigmas sobre la gestión del aula. Por lo general nos hemos enfocado en la enseñanza del conocimiento técnico (es decir, aquel conocimiento del que se puede hablar, se puede almacenar y se puede transmitir) las fórmulas matemáticas, las teorías de las ciencias, la descripción de los fenómenos naturales, desarrollamos toda nuestra estrategia didáctica para ello. Pero poco a poco hemos ido comprendiendo que existe otro tipo de conocimientos y de competencias sin los cuales no se puede transmitir el conocimiento técnico.

A este conocimiento se le puede denominar conocimiento tácito, el cual no es articulado, no se puede almacenar, no se puede transferir, pues se requiere que el estudiante haga un proceso de meta cognición y lo descubra el mismo. Como se le enseña a un estudiante a creer en sí mismo, cómo se le hace saber a un estudiantes de sus capacidades y de su poder, su área de influencia, etc; son preguntas que el conocimiento técnico no puede responder con facilidad.

Entonces es evidente la necesidad de enfocar la didáctica en el aprendizaje del estudiante y ahí se ponen en evidencia las distintas dimensiones del ser.

Por lo tanto, para poder avanzar en la formación integral del ser el maestro debe avanzar en el desarrollo de nuevas competencias personales tales como:

Aprender a prestar atención a lo que pasa en el aula de clase de manera fenomenológica; *es decir, en el aula de clase no pasa lo que el profesor cree que pasa; pasa lo que está pasando*. Así mismo, debe asegurarse que de forma dialógica el estudiante pueda verse a sí mismo en su desempeño personal y como sus acciones pueden afectar su vida.

Por otro, las competencias para la formación del ser pueden vislumbrarse como se presenta en la ilustración número 4.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	<h2>PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA</h2>	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

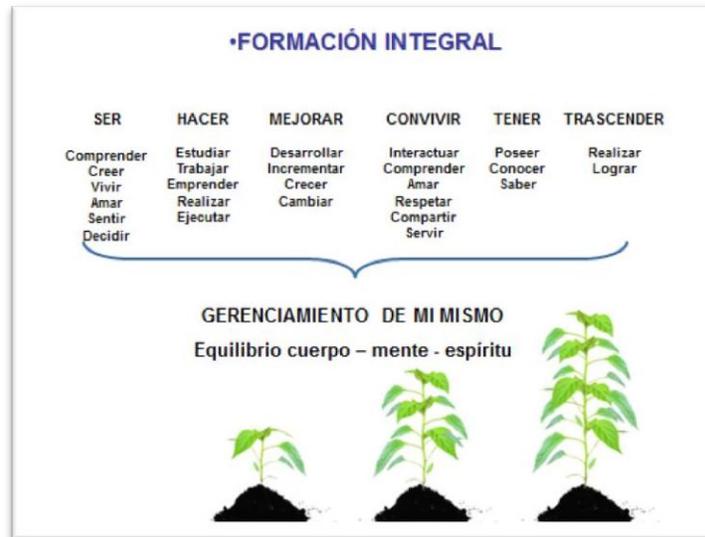


Ilustración 4 formación integral del ser

En este sentido el aprender a pensar se vuelve una competencia fundamental que se puede analizar desde lo planteado en la ilustración numero 5



	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Ilustración 5 competencia aprender a pensar

En este marco se espera que la formación integral del ser sea un proceso continuo que parta del autoaprendizaje, la meta cognición y el desarrollo de competencias intrapersonales que a través de las experiencias de vida y de acciones concretas del pensamiento nos acerque a toda la comunidad hacia la sabiduría.



Ilustración 6 acciones del pensamiento que nos llevan a la sabiduría.

CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS

Para el presente proyecto se tienen realizan consideraciones pedagógicas en torno a las estrategias, competencias, ejes temáticos, procesos evaluativos e indicadores de evaluación y se plantean guías para el desarrollo de actividades con estudiantes, docentes, personal administrativo y familias.

Estrategias

La estrategia básica para la implementación del proyecto es la transversalización curricular, así los proyectos trasversales, la escuela para padres, los proyectos productivos, el proyecto de emprendimiento, el proyecto de educación para la paz, el proyecto la España libre de drogas, las actividades de dirección de grupo, Las

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

convivencias y salidas de campo y las áreas en general, deben integrar criterios del proyecto de vida institucional. Se anexa archivo de la propuesta inicial de malla curricular y se plantean algunas actividades por grados.

Competencias

Para efectos del presente proyecto pedagógico se toman como base las competencias generales relacionadas con la interpretación, la argumentación y la interpretación, propias del cualquier proceso educativo, se anotan otro tipo de competencias requeridas para la vida.

En el siguiente cuadro se muestran algunas competencias intra personales que pueden ser tenidas en cuenta en el marco de nuestro proyecto de vida. (ver tabla No 1)

ADAPTABILIDAD	Capacidad para permanecer eficaz dentro de un medio cambiante, así como a la hora de enfrentarse con nuevas tareas, retos y personas.
ANÁLISIS DE PROBLEMAS	Eficacia para identificar un problema y los datos pertinentes al respecto, reconocer la información relevante y las posibles causas del mismo.
ANÁLISIS NUMÉRICO	Capacidad para analizar, organizar y resolver cuestiones numéricas, datos financieros, estadísticos y similares, usándolos en la comprensión del mundo que los rodea
ASUNCIÓN DE RIESGOS	Capacidad para emprender acciones de forma deliberada con el objeto de lograr un beneficio o una ventaja importantes, aplicando matrices DOFA y comprendiendo las vulnerabilidades para reducirlas y minimizar el riesgo en cualquier aspecto de su vida.
AUTOMOTIVACIÓN	Se traduce en la importancia de trabajar por satisfacción personal. Necesidad alta de alcanzar un objetivo con éxito.
CONTROL	Capacidad para tomar decisiones que aseguren el control sobre métodos, personas y situaciones.
CAPACIDAD CRÍTICA	Habilidad para la evaluación de datos y líneas de acción para conseguir tomar decisiones lógicas de forma imparcial y razonada.
CREATIVIDAD	Capacidad para proponer soluciones imaginativas y originales. Innovación e identificación de alternativas contrapuestas a los métodos y enfoques tradicionales.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

COMUNICACIÓN VERBAL Y NO VERBAL PERSUASIVA	Capacidad para expresarse claramente y de forma convincente con el fin de que la otra persona asuma nuestros argumentos como propios.
COMUNICACIÓN ESCRITA	Capacidad para redactar las ideas de forma gramaticalmente correcta, de manera que sean entendidas si que exista un conocimiento previo de lo que se está leyendo.
COMPROMISO	Crear en el propio trabajo o rol y su valor dentro de la vida, lo cual se traduce en un refuerzo extra para el alcance de las metas en su proyecto de vida, buscando el beneficio de los demás y el propio
DECISIÓN	Agudeza para establecer una línea de acción adecuada en la resolución de problemas, implicarse o tomar parte en un asunto concreto o tarea personal.

Tabla 1 competencias intra personales

Para un proyecto de vida se hace necesaria **la competencia de saber aprender a aprender**, enfocada en la autonomía, que puede definirse como la habilidad para iniciar y persistir en el aprendizaje, y gestionar el tiempo y la información eficazmente, ya sea individualmente o en grupos. Implica ser consciente del propio proceso de aprendizaje y poder superar los obstáculos para culminarlo con éxito. Aprender a aprender hace que los alumnos se apoyen en experiencias vitales y de aprendizaje anteriores, con el fin de utilizar los nuevos conocimientos y capacidades en la vida privada y profesional, la educación y formación.

Por otro lado en un proyecto de vida se hacen necesarias las **competencias sociales**; Estas abarcan las personales, interpersonales e interculturales y recogen los comportamientos que preparan para participar de modo eficaz y constructivo en la vida social y profesional, sobre todo en sociedades cada vez más diversificadas, y, en su caso, para resolver conflictos.

La competencia social se relaciona con el bienestar personal y colectivo y exige entender el modo como las personas pueden procurarse un estado de salud física y mental óptimo. Participar plenamente en los ámbitos social e interpersonal requiere comprender los códigos de conducta y usos aceptados. Es importante conocer los conceptos básicos relativos al individuo, grupo, organización del trabajo, igualdad y no discriminación entre hombres y mujeres, sociedad y cultura,

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

y comprender las dimensiones multicultural y socioeconómica europeas y percibir cómo la identidad cultural nacional interactúa con la europea.

Los elementos centrales de esta competencia son la capacidad de comunicarse constructivamente, mostrar tolerancia, expresar y comprender puntos de vista diferentes, negociar sabiendo inspirar confianza y sentir empatía. Las personas deben ser capaces de gestionar el estrés y la frustración y de expresarlos constructivamente, y distinguir la esfera profesional de la privada.

Esta competencia se basa en una actitud de colaboración, en la seguridad en uno mismo y en la integridad. Las personas deben interesarse por el desarrollo socioeconómico, la comunicación intercultural, la diversidad de valores y el respeto a los demás, y estar dispuestas a superar prejuicios y comprometerse.

El pleno respeto de los derechos humanos, incluida la igualdad como base de la democracia, y la apreciación y la comprensión de las diferencias de los sistemas de valores de las distintas religiones o grupos étnicos sientan las bases de una actitud positiva, como también manifestar el sentido de la responsabilidad y mostrar comprensión y respeto de los valores compartidos que garantizan la cohesión de la comunidad.

La expresión cultural requiere una conciencia de la herencia cultural a escala local, nacional y europea y de su lugar en el mundo. Abarca el conocimiento de las principales obras culturales y de la cultura popular contemporánea. Es imprescindible comprender la diversidad cultural y lingüística europea y mundial, la necesidad de preservarla y la importancia de los factores estéticos en lo cotidiano.¹³

Ejes temáticos del proyecto de vida Institucional

La propuesta temática del presente proyecto se plantea desde los siguientes ejes: Autonomía, libertad, liderazgo, identidad, gestión del proyecto de vida, salud mental, educación financiera y comunicación asertiva.

¹³ El artículo completo puede leerse en el portal Colombia Aprende (www.colombiaprende.edu.co), minisio del Foro Nacional. Reproducido con autorización de la Comisión Europea.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

En el tabla No 2 se presenta una propuesta temática para cada grado teniendo en cuenta los ejes temáticos.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboración	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Grado cero

Ejes tematicos	Temas	Proyectos trasversales	Competencias	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	Alabados	Etnoeducación	intercultural	Rescatar los saberes vernáculos y prácticas culturales tradicionales como elementos de nuestra identidad étnica.	Escucho alabados de la región en forma digital, para luego cantarlas y dramatizarla.	Mental Social Físico
Identidad	Lugares y personajes representativos de la región	Democracia	intercultural	Rescatar los saberes vernáculos y prácticas culturales tradicionales como elementos de nuestra identidad étnica.	Dibujar y Colorear personajes y lugares de la región.	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Proyecto de vida	Cuidado de los seres que nos rodeas	Educación ambiental	Intercultural, interpretación	Reconocer la enseñanza ancestral afrocolombiana que demuestran por el amor hacia la naturaleza.	Los estudiantes observaran el video “El gran tesoro de la naturaleza” https://www.youtube.com/watch?v=WJkXI6dlk	
Identidad	La familia Identidad	Educación sexual	Intercultural, interpretación	Identifico la estructura de mi familia y la diferencio de otras Reconozco las características físicas de mis compañeros y compañeras y las relaciono con las mías.	Imágenes donde los lleve a diferencial las diferentes características corporales de un afrocolombiano. Comparación y	Social Mental

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					reflexión. Colorea en una imagen dado su cuerpo (reconocimiento como hombre o mujer). Dibuja cómo te ves: tu cuerpo, tu color de pelo, ojos.	
Autonomia	Ejercicios juegos y rondas	Tiempo libre	Interpersonal, comunicación asertiva	Respeto y acato las normas, teniendo conciencia de su importancia.	Escucho y observo rondas y cuentos infantiles en formato digital, para luego cantarlas y dramatizarla	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Proyecto de vida – identidad- autonomia		Proyecto de vida	Creatividad comunicación escrita, intrapersonal	Diseño y elaboro mi proyecto de vida teniendo como base el autoconocimiento	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia.	Mental Social Físico
--	--	------------------	---	---	--	----------------------------

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Grado primero

Ejes temáticos	Temas	Proyectos transversales	competencia	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	lugares representativos de Jamundí (parque, iglesia y alcaldía)	Etnoeducación	intercultural	Rescatar los saberes vernáculos y prácticas culturales tradicionales como elementos de nuestra identidad étnica.	Recorrido por los lugares representativos de Jamundí (parque, iglesia y alcaldía)	Social
Autonomía	Las emociones	Democracia	Intra personal, comunicación asertiva	Respeto y valoro las diferentes formas de ser.	Secuencias didácticas de convivencia y paz. -Características personales y emocionales de los afrocolombianos. Identificación de derechos y deberes de los personajes del video "El gran	Mental Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Identidad	Conmemoración de las fechas étnicas.				tesoro de la naturaleza” https://www.youtube.com/watch?v=WlJkXI6dlkk Programación y desarrollo de eventos relacionados con acontecimientos étnicos	
Identidad educación financiera	Cuidado de los seres que nos rodean	Educación ambiental	Capacidad crítica creatividad	Reconocer la enseñanza ancestral afrocolombiana que demuestran por el amor hacia la naturaleza.	Los estudiantes observaran el video “El gran tesoro de la naturaleza” https://www.youtube.com/watch?v=WlJkXI6dlkk	Mental Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	La familia Identidad	Educación sexual	Creatividad comunicación asertiva	Identifico la estructura de mi familia y la diferencia de otras Reconozco las características físicas de mis compañeros y compañeras y las relaciones con las mías.	Dramatizados sobre las diferentes familias a las que pertenece. Colorea en una imagen dado su cuerpo (reconocimiento como hombre o mujer). Dibuja cómo te ves: tu cuerpo, tu color de pelo, ojos.	Social Mental
Libertad autonomía identidad	Ejercicios juegos y rondas	Tiempo libre	intercultural	Valorar las tradiciones y costumbres de los afrocolombianos	Escucho y observo rondas y cuentos infantiles en forma digital, para luego cantarlas y dramatizarla	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Proyecto de vida	Acróstico Misión Visión Metas	Proyecto de vida	Automotivación	Valorar la construcción del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia.	Mental Social Físico
-------------------------	--	------------------	----------------	---	--	----------------------------

Grado segundo

Ejes tematicos	Temas	Proyectos transversales	competencia	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	¿Quién soy?	Etnoeducacion Proyecto de vida Que grupos	Autocontrol Análisis de problemas	Demuestra actitudes de control y dominio de su cuerpo Expresa el control de las	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares.	Social. Personal. Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

		humanos conviven con el mío y cuales los problemas que los afectan		emociones y sentimientos negativos ante el conflicto Enseñar al niño a auto reconocerse y reconocer a los demás	Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia. Realización de convivencia con todos los grados. Realización de silueta donde dibujen los principales rasgos físicos de tu cabeza y cara: cabello, ojos, nariz, boca. De acuerdo a esto identificar los diferentes grupos étnicos que existen en el salón de clase. Clasifica, las etnias del municipio de acuerdo a sus rasgos físicos y	Social. Personal. Físico
--	--	--	--	--	---	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					culturales. Canción las Razas (análisis)	
Libertad- autonomía liderazgo	Convivencia Conflicto Valores Liderazgo- como es la convivencia en la comunidad afrocolombiana y cuales sus derechos	Democracia	Comunicación asertiva	Participa en actividades que conllevan a una sana convivencia. Identifica y pone en práctica los valores que conllevan a las buenas relaciones. Demuestra interés y participa en el trabajo cooperativo.	A través de juegos donde los estudiantes establecen las propias reglas de este 8(juegos con palabras, stop, el secreto entre otros). Conformación del comité de resolución de conflicto. Elaboración de cartelera alusivas a la sana convivencia Pasar copia del “sainete a la trinidad” pág., 60 del texto “bases conceptuales de la	Personal. Social. Físico Social. Personal

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	<p>Convivencia Derechos y deberes Reconocimiento de algunos derechos en la colonia</p> <p>Conmemoración de las fechas étnicas.</p>				<p>catedra afrocolombiana” para aprender y dramatizar. Análisis de noticias, lecturas, imágenes, situaciones reales donde se manifiesta expresiones de cariño y así evitar acciones de maltrato.</p> <p>-Atreves de juegos donde los estudiantes establecen las propias normas de este.</p> <p>-Talleres (pruebas saber Participación activa en la elección de los integrantes del gobierno escolar.</p> <p>Programación y desarrollo de eventos relacionados con</p>	
--	--	--	--	--	---	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					acontecimientos étnicos	
Proyecto de vida-salud mental	los seres de la naturaleza uso racional de la energía en sus diferente formar Patologías y tratamientos más comunes. La salud, patologías y medicina tradicional. Hábitos alimentarios y dietas usuales. Mal de ojo y patologías digestivas-tratamiento.	Educación ambiental	compromiso	Valoro, respeto y cuidado los seres del entorno Adquirir conocimiento de las practicas ancestrales	Los estudiantes observaran y analizan el video “El gran tesoro de la naturaleza” sobre la conservación y la utilidad de los recursos. https://www.youtube.com/watch?v=WlJkXI6dlk actividad investigativa Los estudiantes consultaran en la comunidad personas que aun practiquen o conozcan estas prácticas (curaciones de enfermedades con plantas tradicionales,). Cura de mal de ojo.	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	nacimiento,					
	<p>Naturaleza y evolución de la tecnología</p> <p>Con que variedad de temas musicales y de la danza cuentan los afrocolombianos (pintura y dibujo de paisajes, objetos y motivos de la vida y obra de afrocolombianos, cantos y danzas de regiones afrocolombianas)</p> <p>Actividad investigativa Practica etnoeducativa.</p>	Tiempo libre	automotivación	<p>Reconozco y describo la importancia de algunos artefactos en el desarrollo de actividades cotidianas en mi entorno y en el de mis antepasados</p> <p>Exploro mi entorno cotidiano y diferencio elementos naturales de artefactos elaborados con la intención de mejorar las condiciones de vida</p> <p>Valorar las características culturales del afrocolombiano.</p>	<p>Observación de un video sobre la evolución de la tecnología Infancia y Tecnología, 2: Con mucho tacto (Cuando las tecnologías son una gran ayuda)</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=SWHlg-1X-_s</p> <p>Consultar sobre los valores fundamentales del afrocolombiano (religioso, amor a la naturaleza, práctica deportiva, respeto a los mayores) utilizando la actividad de exposición se profundiza sobre la temática.</p>	Personal Social Físico
Proyecto de vida	Acróstico	Proyecto de	automotivación	Valorar la construcción	Cada estudiante	Personal.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Misión Visión Metas	vida		del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.	realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia	Social Físico
--	---------------------------	------	--	---	---	----------------------

Grado tercero

Eje temático	Temas	Proyectos transversales	competencia	Indicador de desempeño	de Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad comunicación asertiva	Compilación de pomas de docentes de la institución	Etnoeducacion	Cominucación verbal y no verbal persuasiva	Rescatar la tradición oral a través de la experiencia de los docentes	Declamaciones de docentes a la comunidad educativa.	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboración	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Obra texto al carbón colección semilla Respeto por la diferencia				Lectura y análisis y dramatización del texto. Observación entonación y análisis de la canción "Yo estoy muy orgulloso" https://www.youtube.com/watch?v=4-kp_reDmU4	
Identidad autonomía libertad	Historia de Jamundí llevado a la dimensión del amor. Convivencia	Democracia	Comunicación verbal y no verbal persuasiva	Rescatar los saberes vernáculos y prácticas culturales tradicionales como elementos de nuestra identidad étnica.	Exposiciones tradición afro(peinados, tejidos, nudos o macramé, trenzas) Programación y desarrollo de eventos relacionados con acontecimientos étnicos A través de juegos los estudiantes establecen	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	<p>Elección del personero</p> <p>Conmemoración de las fechas étnicas.</p>				<p>las propias reglas de este: juegos con palabras, stop, el secreto entre otros.</p> <p>Conformación del comité de resolución de conflicto.</p> <p>Elaboración de cartelera alusivas a la sana convivencia</p> <p>Análisis de noticias, lecturas, imágenes, situaciones reales donde se manifiesta expresiones de cariño y así evitar acciones de maltrato.</p> <p>Participación activa en la elección de los integrantes del gobierno</p>	
--	---	--	--	--	---	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					escolar Programación y desarrollo de eventos relacionados con acontecimientos étnicos	
Educacion financiera	los seres de la naturaleza	Educación ambiental	adaptabilidad	Comprende la importancia del cuidado de la naturaleza como un factor vital para nuestra existencia	Los estudiantes observaran y analizan el video "El gran tesoro de la naturaleza" sobre la conservación y la utilidad de los recursos. https://www.youtube.com/watch?v=WlJkXl6dlk	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Identidad	Estética Dignidad de la mujer afro	Educación sexual	automotivación	Se reconoce y valora tal como es, entendiendo que la belleza universal consiste en la virtud	Peinados belleza afro Paralelo histórico desde el tiempo de la colonia hasta la actualidad	Personal. Social Físico
Identidad	Música y juegos tradicionales	Tiempo libre	creatividad	Valorar las tradiciones y costumbres de los afrocolombianos	Dramatizados de los pueblos palenque, Entonación de cantos tradicionales Socialización de los Legados de la herencia cultural	Personal. Social Físico
Proyecto de vida	Acróstico Misión Visión Metas	Proyecto de vida	Comunicación escrita	Establece metas a corto y mediano plazo sobre su formación profesional	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia.	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

--	--	--	--	--	--	--

Grado cuarto

Eje temático	Temas	Proyectos transversales	Competencia	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad, libertad, autonomía	Obra Juan Salvador Gaviota Descripción denotativa y connotativa del texto y las experiencias vividas en la salida de	Etnoeducacion	Automotivación	Comprende el concepto de la gestión de los sentimientos y las emociones.	Actividad de sensibilización ante las emociones. Frente a un numero de preguntas el estudiante debe demostrar cómo se sienten para ello utilizamos una carita triste y otra feliz. Comparación entre las enseñanzas del texto	Mental Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	pedagógica. Producción textual				<p>frente a lo vivido por el afro y como el tener una claridad y un manejo de esta nos permite vencer obstáculos de manera asertiva.</p> <p>Observación del video sin audio “Respetar las diferencias, valorar la diversidad”. Inclusión es riqueza social. https://www.youtube.com/watch?v=LW40ZBtvZDE</p> <p>producción textual de lo observado en grupos</p> <p>reescritura del texto</p> <p>confrontación del texto</p>
--	---------------------------------------	--	--	--	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					final con el video (audio) Descripción de las imágenes observadas en el video	
Identidad Educación financiera	Los petroglifos de Jamundí Conmemoración de las fechas étnicas.	Democracia	Compromiso	Valora y respeta los recursos naturales.	Observar un petroglifos y descríbelo Programación y desarrollo de eventos relacionados con acontecimientos étnicos	Mental Social
Proyecto de vida, educacion financiera	Defendamos y cuidemos los ríos de nuestro municipio	Educación ambiental	Compromiso	Valora y respeta los recursos naturales.	Observar el mapa de Jamundí y describe los ríos que allí se encuentran. Reforestación del rio Jamundí convenio con	Mental Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Ecosistema				la Umata y defensa civil. Observacion y análisis de la película “zootopia” https://www.youtube.com/watch?v=3y0dPYDLXPY	
Proyecto de vida	La relación de las familias a través de la historia. Vida y ternura	Educación sexual	Análisis de problemas	Recoger, ordenar y comunicar información sobre la ubicación y condiciones de vida de los afrocolombianos	Elaboración y construcción del árbol genealógico. Esboza su proyecto de vida tomando como base su entorno familiar y social.	Social
Educación financiera	Relación del hombre con Los avances tecnológicos	Tiempo libre	Creatividad, análisis de problemas	Conocer y elaborar diferentes utensilios utilizados por los afrocolombianos en las diferentes actividades	Análisis de cómo fueron evolucionando hasta la actualidad: para los alimentos utensilios la	Mental Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboración	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	recopilación histórica visita a los museos: de oro, la merced, biblioteca departament al(planetario , museo la ciencia			Refuerza conocimientos vistos de acuerdo a la realidad	piedra, el pilón, batea, callana, cántaro, cagüinga para las medidas partes de su cuerpo. Conocer instrumentos afrocolombianos: tiple, marimba, las maracas entre otros y elaboración de algunos. Al llegar al lugar se encuentran personas especializadas para transmitir saberes (sociólogo	
proyecto de vida	Acróstico Misión Visión Metas	Proyecto de vida	Análisis de problemas asuncion de riesgos	Valorar la construcción del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares.	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Visión del mundo				Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia redacción de la autobiografía con la colaboración de la familia	
--	------------------	--	--	--	---	--

Grado quinto

Ejes temáticos	Temas	Proyectos trasversales	competencias	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	La hacienda alférez Real	Etnoeducacion	Capacidad critica	Conocer la descendencia y característica de la familia afrocolombiana y sus diferencias frente a las	Ubicar en el mapa de Jamundí lugares donde existieron y existen haciendas y una en	Personal. Social

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

				familias de los demás grupos étnicos	especial que pertenece a nuestra capital.	Físico
Identidad	Conmemoración de las fechas étnicas.	Democracia	interpretativa	Conocer la descendencia y característica de la familia afrocolombiana y sus diferencias frente a las familias de los demás grupos étnicos	Programación y desarrollo de eventos relacionados con acontecimientos étnicos.	Personal.
Autonomía	Normas y acuerdos para convivencia en el medio escolar y en lugares.				Cuidado de los espacios y los servicios públicos	Social
	Manual de convivencia y				Participación activa en la elección de los integrantes del gobierno escolar	Físico
					Planeación y desarrollo de muestra cultural de las diferentes regiones de nuestro país (actividades económicas, culturales	

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	gobierno escolar Origen cultural Toma de decisiones				entre otras). Análisis de situaciones en las cuales se evidencia el trabajo cooperativo liderazgo y la toma de decisiones acertadas.	
Identidad educación financiera	Finca tradicional sembradío y pan coger	Educación ambiental	Capacidad critica	Recoge, ordena comunica información sobre las condiciones ambientales de las regiones habitadas por los afrocolombianos.	Visitar o proyección visual de fincas tradicionales. Charlas de capacitación del tema relacionado	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					(invitación de personal de la Umata).	
Identidad Comunicación acertiva	La relación de las familias a través de la historia. Vida y ternura	Educación sexual	Comunicación verbal y no verbal persuasiva	Conocer la descendencia y característica de la familia afrocolombiana y sus diferencias frente a las familias de los demás grupos étnicos	Elaboración y construcción del árbol genealógico. Esboza su proyecto de vida tomando como base su entorno familiar y social.	Personal. Social Físico
Identidad – educación financiera	Relación del hombre con Los avances tecnológicos Recopilación histórica	Tiempo libre	Cratividad Comunicación escrita	Elaborar maquetas Realiza informes, registros anecdóticos estableciendo su interpretación de los fenómenos	Elabora una maqueta de una hacienda. Al llegar al lugar se encuentran personas especializadas para transmitir saberes (sociólogo) orientar los	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	visita a los museos: de oro, la merced, biblioteca departamental(planetario, museo la ciencia				informes de la actividad hacia el emprendimiento.	
Proyecto de vida	Acróstico Misión Visión Metas Visión del mundo	Proyecto de vida	Compromiso automotivación	Valorar la construcción del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia. redacción de la autobiografía con la colaboración de la	Personal. Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					familia	
--	--	--	--	--	---------	--

Grado sexto

Eje temático	Temas	Proyectos transversales	Competencia	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	Obra literaria la María	Etnoeducación	Comunicación escrita	Realiza comparaciones entre el manejo de las emociones del momento histórico en que se escribe la obra la María y la actualidad	Procedencia y evolución histórica y legales de los afrocolombianos Manifestaciones del amor entre las parejas	Mental Social Físico
Salud mental	Canción Cuidado con las drogas	Democracia	Autocontrol, análisis de problemas	Analiza los factores y situaciones que permiten tomar decisiones en favor de nuestra salud mental	Invitación de un personaje representativo de la región Dimas Carabalí Diseñar diapositivas con relación a la canción	Mental Social Físico
Salud mental	El amor desde el romanticismo y el	Educación sexual	Capacidad critica	Establece la importancia de tener una visión adecuada de si mismo para prevenir la depresión	Comparativo del valor del cuerpo en la época del romanticismo la María y la actualidad	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	actual: texto de apoyo la María				con la canción felices los cuatro	
Educación financiera Identidad	Canción Mi valle del cauca	Tiempo libre	Adaptabilidad	Analiza el contexto del departamento con el fin de establecer opciones para la gestión de recursos para su proyecto de vida. Valora y respeta las características de la comunidad y la geografía de nuestra región.	Diseñar diapositivas con relación a la canción	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Grado séptimo

Ejes temático	temas	Proyectos transversales	Competencia	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad proyecto de vida	Presencia y ubicación geográfica	Etnoeducación	Interpretativa	Se reconoce como un ser trascendente	Origen del nombre y el apellido. Árbol genealógico	Mental Social Físico
Identidad	Valores culturales: Respeto a la naturaleza Salud y medicina tradicional: patologías propias de la etnia negra- pseudociencias	Educación ambiental	Compromiso, automotivación	Reconoce y valora el conocimiento ancestral, realizando procesos de observación para su conservación.	Realizar álbum de las plantas medicinales, con sus cualidades físicas, las cualidades medicinales atribuidas por las comunidades y registros científicos de las mismas se existen.	Mental Social Físico
Identidad	Autobiografía	Tiempo libre	Comunicación escrita	Elabora su autobiografía	Realización de autobiografía usando recursos tecnológicos y programas como computadores y programas de	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					ofimática respectivamente	
Proyecto de vida	Acróstico Misión Visión Metas Visión del mundo	Proyecto de vida	Comunicación escrita y compromiso	Redacta narraciones con coherencia y cohesión y las normas ortográficas propias para su grado.	Cada estudiante realizara el Acróstico con su nombre con la colaboración de sus familiares. Redacción de la misión, visión y las metas a corto plazo con la colaboración de la familia. Elaboración de la autobiografía, involucrando tradiciones, espacios geograficos y costumbres	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Grado octavo

Ejes temáticos	Temas	Proyectos transversales	Competencias	Indicador de desempeño	de Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Identidad	Tradiciones usos y costumbres: Forma de vida: ceremonias religiosas y actos funerarios Fiestas patronales, celebraciones especiales (bautizo y navidad)	Etnoeducación	Creatividad, comunicación verbal y no verbal persuasiva	Valora las tradiciones y la religiosidad afrocolombiana.	Realización de un libro álbum donde se registra las tradiciones culturales de la región.	Mental Social Físico
Proyecto de vida	Visita al desierto de la Tatacoa	Democracia	Comunicación escrita, automotivación	Comprende la importancia de estar agradecido e identificado con nuestro municipio destacando la belleza y la riqueza en diversidad del mismo	Análisis comparativo de nuestra región y el desierto de la Tatacoa.	Mental Social Físico
Educación	humedales	Educación	Capacidad critica	Comprende la	Salidas de campo a	Mental

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

financiera		ambiental		importancia de los humedales para el equilibrio económico de nuestra comunidad.	los diferentes humedales de la región. Concursos artísticos con pintura material del medio	Social Físico
Salud mental	Gastronomía Poesía de calendario Obeso	Tiempo libre	Creatividad, automotivación	Desarrolla habilidades para la interpretación y elaboración de textos instructivos. Valora la importancia de la lírica para la creatividad humana	Muestra gastronómica de la región. Concurso de habilidades poéticas	Mental Social Físico
Proyecto de vida	Proyecto de vida familiar Comunicación asertiva	Proyecto de vida	Comunicación escrita	Elabora el proyecto de vida familiar. Aplica los conceptos de la comunicación asertiva en los entornos familiares y escolares	Carta de los padres expresando agradecimiento por tener a su hijo (a) Redacción de la misión, visión y las metas familiares a corto, mediano y	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Visión del mundo				largo plazo Elaboración de la autoecobiografía, tradiciones usos y costumbres	
--	------------------	--	--	--	--	--

Grado noveno

Ejes temáticos	Temas	Proyectos transversales	Competencias	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Liderazgo, identidad	Procedencia y evolución histórica	Etnoeducación	Análisis de problemas	Establece la importancia de los líderes sociales valorando su papel preponderante en la sociedad.	Lectura, contextualización y análisis de la obra el fusilamiento del diablo.	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Liderazgo, identidad	Vida y obra de personajes destacados a nivel nacional en diferentes campos. ¿Qué tuvieron que hacer los afrocolombianos para conseguir su libertad	Democracia	Capacidad critica	Establece la importancia de los líderes sociales valorando su papel preponderante en la sociedad.	Consultas en diferentes fuentes (visita tu biblioteca, personajes destacados del medio).	Mental Social Físico
Autonomía, identidad y libertad	Guion literario Autonomía, libertades	Tiempo libre, salidas de campo	Automotivación, asunción de riesgos, control, capacidad critica	Caracteriza el concepto de autonomía. Comprende desde una mirada compleja el concepto libertad. Establece relaciones entre los conceptos autonomía, libertad e identidad.	Dramatizado sobre la obra literaria leída Frisos contextualizando las diferentes etapas vividas por el afrocolombiano Salida de campo al altiplano cundiboyasence. Ensayo qué significa ser colombiano, debate sobre el papel de las comunidades	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

					afros e indígena en la construcción de la nación colombiana	
Libertad, identidad, proyecto de vida	Concepto de libertad Concepto de identidad. La libertad y la identidad como conceptos importante para la construcción del proyecto de vida Gestión de la dimensión física y mental	Proyecto de vida	Análisis de problemas, automotivación, auto control	Reconoce el concepto de la libertad en un contexto filosófico, político y social. Reconoce los conceptos de identidad en términos personal, políticos, social y cultural	Carta de los padres explicando la razón del nombre de su hijo. Ver videos: libertad https://www.youtube.com/watch?v=NAXtgDNrPml Elaboración del plan personal de alimentación, ejercicio y cuidado personal.	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Grado decimo

Ejes temáticos	Temas	Proyectos transversales	competencias	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Educación financiera	Desarrollo económico y social Gestión de la dimensión financiera	Etnoeducación	Análisis numérico, capacidad crítica	Analiza la relación entre actividad económica y conservación de los recursos	Lectura de la obra literaria las venas abiertas de américa latina de Eduardo Galiano. Estudio comparativo de los niveles de desarrollo de explotación de los recursos naturales (petróleo)	Mental Social Físico
Educación financiera	Finanzas personales Finanzas familiares, Finanzas	Proyecto de vida	Análisis numerico automotivación	Reconoce los términos y procesos de la educación financiera.	Elaborar el plan financiero personal	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	estatales Elaboración del plan financiero personal					
--	---	--	--	--	--	--

Grado once

Ejes temáticos	temas	Proyectos trasversales	Competencias	Indicador de desempeño	Propuestas sugerencias	Dimensiones del proyecto de vida
Proyecto de vida Educación financiera	Formación profesional Emprendimiento Empresas culturales	Proyecto de vida	Compromiso, decisión, aprender a aprender	Reconoce los criterios básicos para el emprendimiento en el marco del proyecto de vida Establece las características de las empresas de carácter cultural y su importancia en las comunidades afrocolombianas.	Charla sobre educación financiera Realizar un reconocimiento de las empresas de carácter cultural en el municipio o en la región. Para el	Mental Social Físico

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

	Cómo aprender a aprender			Comprende los procesos de la metacognición para la implementación de su proyecto de vida	país tomar el caso de PANACA Talleres de metacognición	
--	--------------------------	--	--	--	--	--

Talleres y actividades

A continuación se planean los siguientes actividades. Se recomienda que los docentes en sus respectivos departamentos decidan en que grados se pueden implementar y enriquezcan el presente banco de talleres.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 1

Tema: misión y visión de vida

Grado: 6º

Indicador de desempeño: Valorar la construcción del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.

Para empezar con el Proceso de mejoramiento personal, es recomendable tomarse unos minutos para considerar la importancia de los siguientes mensajes.

Lee las siguientes frases y escribe un párrafo en el que relaciones las frases con el proyecto de vida.

“Aquel que tiene un qué para vivir se enfrenta a todos los cómo”. **Federico Nietzsche**

“La felicidad es la única justificación de la vida, la hacemos cada uno, por lo tanto nadie puede ser feliz por nosotros, sólo nosotros mismos”. **Grupo Educare, Valores Humanos**

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 2

Dirigido a: padres de familia/docentes

Lee atentamente el siguiente poema

Instantes

Si pudiera vivir nuevamente mi vida, en la próxima trataría de cometer más errores.

No intentaría ser tan perfecto, me relajaría más.

Sería más tonto de lo que he sido, de hecho tomaría muy pocas cosas con seriedad.

Sería menos higiénico, correría más riesgos, haría más viajes, contemplaría más atardeceres subiría más montañas, nadaría más ríos, iría a lugares a donde nunca he ido, comería más helados y menos habas, tendría más problemas reales y menos imaginarios.

Yo fui una de esas personas que vivió sensata y prolíficamente cada minuto de su vida; claro que tuve momentos de alegría.

Pero si pudiera volver atrás trataría de tener solamente buenos momentos.

Por si no lo saben, de eso está hecha la vida, sólo de momentos; no te pierdas el ahora.

Yo era uno de esos que nunca iban a ninguna parte sin un termómetro, una bolsa de agua caliente, un paraguas y un paracaídas; si pudiera volver a vivir, viajaría más liviano.

Si pudiera volver a vivir comenzaría a andar descalzo a principios de la primavera y seguiría descalzo hasta concluir el otoño.

Daría más vueltas en calesita, contemplaría más atardeceres, y jugaría con más niños, si tuviera otra vez vida por delante.

Pero ya ven, tengo 85 años... y sé que me estoy muriendo.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Jorge Luis Borges – Poeta

Responde las siguientes preguntas

1. ¿Si pudiera echar el tiempo atrás, que cosas cambiaría de su vida?

2. ¿Si supiera que le queda poco tiempo de vida que cosas haría?

3. ¿Qué debería dejar de hacer para que su vida sea aún más placentera

Escuche la letra de la canción esta vida de Jorge Celedón y luego responda las siguientes preguntas

1. Realice un listado de las cosas que más le gustan y disfruta de su vida:

2. Seleccione los momento más felices de su vida:

3. ¿Qué lo hace sentir vivo?

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 3

Tema: gestión del proyecto de vida

Grado 8º

Indicador de desempeño: Comprende los procesos de la metacognición para la implementación de su proyecto de vida

Realice la siguiente lectura

Todos sabemos que el lenguaje interno es una fuente de energía que nos impulsa a lograr lo que deseamos, por eso mismo, repita permanentemente:

- Mi futuro depende de mí. Soy el único responsable de mis éxitos y mis fracasos.
- Vivo intensamente cada día con amor, compromiso, entusiasmo y determinación.
- Mi vida es exitosa. Voy logrando lo que me propongo.
- Tengo claro lo que quiero de la vida y lo puedo lograr

¿Qué es Gerenciarse a sí mismo?

Gerenciarse a sí mismo es el proceso de maximizar el aprovechamiento de los talentos y el tiempo para alcanzar metas significativas basadas en propio el sistema de valores.

Es también entendido como el arte de pensar y reflexionar sobre sí mismo: quién soy, qué quiero lograr, cómo quiero que sea mi vida. De decidir sobre el futuro: qué quiero hacer, quién quiero ser, cómo me veo en el futuro, etc. Y de actuar o emprender tareas que permitan lograr las metas definidas.

Recuerde que:

“Gerenciarse a sí mismo es dirigirse, orientarse y evaluar el avance en el camino de la vida, para progresar en el ser, hacer y trascender. Consiste en buscar un equilibrio entre el desarrollo del cuerpo, de la mente y del espíritu”.

Ser para Liderar. Alberto Espinosa López.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Gerenciarse a uno mismo implica:

- Una serie de acciones que se deben emprender para lograr los resultados esperados (metas)
- Conocerse profundamente para determinar qué se quiere hacer, hacia dónde ir
- Establecer tiempo y recursos para realizar todas las actividades que permitan el logro de los resultados
- Ponerse metas, definir qué resultados se quieren alcanzar.

Después de realizar la lectura argumente si está de acuerdo o no con la siguiente frase en un escrito de mínimo 200 palabras

“El destino no es un asunto de azar. Es una cuestión de elección: no es algo que se debe esperar, es algo que se debe lograr.”

William Jennings Bryan

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 4

Dirigido a Docentes y personal administrativo

Lea atentamente:

¿Qué es un proyecto de vida?

"Del latín proiectus, el concepto de **proyecto** nombra al conjunto de actividades coordinadas e interrelacionadas que buscan cumplir con un objetivo específico. En este sentido, podría decirse que un **Proyecto de vida** es la **dirección que una persona marca para su propia existencia**. Todo proyecto es un camino para alcanzar una meta. Un **Proyecto de vida** marca un cierto estilo y un modo de llevar adelante las acciones que conforman la existencia".

"Podemos definir el **Proyecto de vida** como la línea de conducta que sigue una persona en vistas a la consecución de los objetivos consciente y voluntariamente adoptados como metas de su existencia"

¿Por qué construir un proyecto de vida?

El **Proyecto de vida** busca encontrarle sentido al existir, darle respuesta a la pregunta: ¿para qué vivir? y definir un plan para lograr las metas que permitan la realización personal.

La vida es corta, y se debe aprovechar cada minuto de la misma, nadie sabe cuánto tiempo tiene por delante y debe vivir cada segundo como si fuera el último, sin esperar una situación crítica de la vida, una enfermedad, la muerte de un ser querido, para darse cuenta de la urgencia de vivir lo verdaderamente importante.

Recuerde

"Al final, la vida sólo se vive una vez, no tenemos opción de poder retroceder o de borrar aquello que ya pasó, porque cuando se halla el sentido de la vida, podemos discernir sobre lo que realmente importa e incorporarlo a nuestra existencia".

Cartilla Proyecto de vida con sentido - Meals de Colombia S.A.S.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

¿Para qué construir un proyecto de vida?

Docentes, directivos y demás colaboradores de la institución Son los primeros que deben emprender la construcción de su **Proyecto de vida**, para ser ejemplo ante los estudiantes, ser personas felices y productivas, que se realizan cada día con su vocación y compromiso. Aun así, los adultos suelen ser el público más reacio para emprender un Proyecto de vida, pues sienten que su vida ya está muy avanzada y que solo les queda seguir viviendo y esperar que el tiempo pase.

Dado lo anterior, es importante realizar una constante sensibilización para motivarlos, mostrando la importancia del **Proyecto de vida**, su utilidad, pues cada minuto merece ser aprovechado y vivido intensamente. Para apoyar las sesiones de sensibilización siempre es bueno considerar las reflexiones, los videos, las películas, las canciones y poemas que logran tocar el corazón de los colaboradores y lograr así invitarlos a construir su Proyecto de vida.

Si bien los maestros pueden mostrar resistencia a exponer sus fortalezas y debilidades como a contar sus historias de vida, es importante mantener presente el respeto a la intimidad y realizar talleres confidenciales donde el hecho de compartir experiencias y avances sea voluntario; sin embargo, poco a poco se ganará confianza para lograr que los maestros compartan con sus compañeros y crezcan conjuntamente.

Estudiantes

Es importante trabajar con estudiantes desde preescolar hasta undécimo grado para que durante todo su crecimiento vayan madurando su **Proyecto de vida**. No es recomendable centrarse sólo en estudiantes de décimo y undécimo, pues es frecuente que ya tengan establecidas muchas de sus aspiraciones e ideales, además es mucho más exigente orientar en el tiempo a los niños, las niñas y los jóvenes en aspectos como: qué quieren ser, cómo se proyectan a lo largo plazo, cuáles son sus metas e ilusiones y acompañarlos durante todo el camino.

Padres de familia

También es un público importante para atender con **Proyecto de vida**, sabemos que los padres suelen estar más concentrados en la dimensión familiar y descuidan las demás, solo se visualizan como padres y no como personas con sueños y metas. Al trabajar el **Proyecto de vida** con ellos, es importante focalizar las actividades en brindarles herramientas que les ayude a cumplir sus propósitos,

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

trabajar su autoestima y de igual manera motivarlos para que continúen siendo el apoyo para que sus hijos cumplan su **Proyecto de vida**.

Después de realizar la lectura explique la relación entre proyecto de vida, autonomía y autoestima.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 5

Dirigido a: Docentes y padres de familias

GESTIÓN DEL CAMBIO

El cambio es pasar de una situación o estado a otro, es aprender una nueva manera de hacer las cosas y olvidar los viejos hábitos.

Cambiar debe ser un proceso continuo, porque la vida todos los días se transforma, y la resistencia al cambio dificulta el mejoramiento. Cuando una persona se enfrenta a una situación nueva puede enfermarse o sentir todo tipo de síntomas físicos, emocionales o mentales y pensar en las siguientes razones para no cambiar:

- Lo que espera del cambio piensa que no tendrá sentido.
- Se siente menos poderoso y ansioso, pareciendo que su vida está fuera de control.
- Siente miedo de ser rechazado.
- No tiene la suficiente información para entender las implicaciones del cambio.
- Deseo de conservar las propias costumbres aunque la situación actual indique una clara inferioridad.
- Temor al fracaso y la incertidumbre de los resultados.
- Temor a ser criticado.

Recuerde

- Todo mejoramiento implica cambio y todo cambio decisión, quítese las máscaras para lograr su plan de mejoramiento de manera rápida y efectiva.
- Todo el mundo trata de realizar algo grande, sin darse cuenta que la vida se compone de cosas pequeñas.

Como ayudar a gestionar el cambio

1. Neutralice los miedos
2. Explique la necesidad del cambio
3. Oriente el cambio
4. No permita que lo urgente le impida hacer lo importante
5. Comunique, motive y sensibilice

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

6. Fortalezca el liderazgo
7. Tome decisiones mediante consenso
8. Tome decisiones basadas en datos, no en opiniones
9. Promueva el trabajo participativo y la comunicación
10. Presupueste y controle sus gastos en función del valor añadido
11. Acometa el cambio más ambicioso

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Taller No 6

Grado: 9

Indicador de desempeño: Valorar la construcción del proyecto de vida y proyectarse hacia una mejor cosmovisión de vida.

Contenidos mínimos del proyecto de vida

El Proyecto de vida conlleva una serie de temas relacionados y articulados, que no pueden confundirse con solo el trabajo en valores o la formación religiosa. Algunos de los contenidos mínimos que deben incluirse en un **Proyecto de vida** son:

- **Filosofía de vida:** misión-visión-creencias- valores
- **Autoestima:** forma de mirarnos (valor que cada persona le da a su vida)
- **Áreas de desarrollo personal:** socia-afectiva- financiera-laboral-profesional-académica
- **Metas personales:** a corto, mediano y largo plazo. Buscando un equilibrio entre el ser, hacer y tener.

Filosofía de vida

Misión personal

La misión se refiere a nuestra razón de ser en la vida, a la necesidad humana de identificar y expresar nuestro propósito de existir.

Para poder elaborar la misión personal es clave lograr entender la respuesta a cada una de las siguientes preguntas:

- ¿Quién soy yo?
- ¿Por qué estoy aquí?
- ¿Soy exitoso? ¿Por qué lo soy o no lo soy?
- ¿Qué aspectos personales/ cosas/ actividades son importantes en mi vida?

Algunos ejemplos de misión personal son:

- “Brindar bienestar a mi familia a través de mi trabajo, buscando que mis hijos sean personas de bien, y exitosas”.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- “Aportar a la sociedad a través de mis valores y creencias para contribuir con el mejoramiento del país, y poder participar en la construcción de un mejor futuro para mis hijos”.
- “Mi propósito es ser un excelente futbolista usando mi habilidad de correr rápido en la cancha para ayudar a mi equipo a ganar los partidos”.
- “Formar a mis hijos correctamente con un hogar amoroso y unido”.

La misión de una persona habla sobre el por qué hace lo que hace, para qué lo hace, definiendo entonces el propósito de su vida. Esta misión va cambiando constantemente a lo largo de las diferentes experiencias y etapas de la vida. Por ello es importante revisarla constantemente.

Algunas pautas para hacer más fácil su enunciado son:

- Use para comenzar un verbo que describa su propósito en la vida (servir, enseñar, crear, aconsejar). Ejemplo: FORTALECER...
- Escoja un sustantivo para describir a quién o a qué (niños, ancianos, adultos, la tierra, etc.) está dirigido su propósito. Ejemplo: FAMILIA
- Incluya las habilidades y talentos que usted deberá utilizar. Ejemplo: USANDO MIS HABILIDADES DE CONSEJERÍA...
- Por último, trate de expresar el resultado que usted espera. Ejemplo: PARA AYUDAR A LOS ADULTOS A SER MEJORES PADRES...

Por lo tanto mi propósito es: “FORTALECER FAMILIAS, USANDO MIS HABILIDADES DE CONSEJERÍA PARA AYUDAR A LOS ADULTOS A SER MEJORES PADRES”

Visión personal

La visión se refiere a lo que queremos lograr en el largo plazo, el lugar en el que quisiera estar al cabo de los años. La visión es la huella que una persona quiere dejar cuando muera, o su sueño a futuro.

Obviamente, la misión y la visión están relacionadas y para poder escribir una visión personal, debemos tener en cuenta la misión.

Algunos ejemplos de misión personal son:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Si bien los maestros pueden mostrar resistencia a exponer sus fortalezas y debilidades como a contar sus historias de vida, es importante mantener presente el respeto a la intimidad y realizar talleres confidenciales donde el hecho de compartir experiencias y avances sea voluntario; sin embargo, poco a poco se ganará confianza para lograr que los maestros compartan con sus compañeros y crezcan conjuntamente.

Estudiantes

Es importante trabajar con estudiantes desde preescolar hasta undécimo grado para que durante todo su crecimiento vayan madurando su **Proyecto de vida**. No es recomendable centrarse sólo en estudiantes de décimo y undécimo, pues es frecuente que ya tengan establecidas muchas de sus aspiraciones e ideales, además es mucho más exigente orientar en el tiempo a los niños, las niñas y los jóvenes en aspectos como: qué quieren ser, cómo se proyectan a lo largo plazo, cuáles son sus metas e ilusiones y acompañarlos durante todo el camino.

Padres de familia

También es un público importante para atender con **Proyecto de vida**, sabemos que los padres suelen estar más concentrados en la dimensión familiar y descuidan las demás, solo se visualizan como padres y no como personas con sueños y metas. Al trabajar el **Proyecto de vida** con ellos, es importante focalizar las actividades en brindarles herramientas que les ayude a cumplir sus propósitos, trabajar su autoestima y de igual manera motivarlos para que continúen siendo el apoyo para que sus hijos cumplan su **Proyecto de vida**.

Por lo tanto mi propósito es: “FORTALECER FAMILIAS, USANDO MIS HABILIDADES DE CONSEJERÍA PARA AYUDAR A LOS ADULTOS A SER MEJORES PADRES”

Visión personal

La visión se refiere a lo que queremos lograr en el largo plazo, el lugar en el que quisiera estar al cabo de los años. La visión es la huella que una persona quiere dejar cuando muera, o su sueño a futuro.

Obviamente, la misión y la visión están relacionadas y para poder escribir una visión personal, debemos tener en cuenta la misión.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Algunos ejemplos de misión personal son:

- Ser rector de una Institución Educativa reconocida por la formación de líderes que contribuyen positivamente a mejorar la sociedad.
- Madre e hijos exitosos que aportan a su entorno.
- Ser dueño de mi propio negocio, para a través de este, generar bienestar y desarrollo.
- Formar niños que lleguen a ser profesionales y personas exitosas.

Para que pueda diseñar la visión más fácilmente tenga en cuenta los diferentes aspectos que usted considera importantes en su vida, como su familia, el trabajo, los amigos, el estudio, etc.

- ¿Cómo me veo en 10 años con respecto a mi familia, el trabajo, mi desarrollo profesional, personal, mis relaciones sociales, el país en el que vivo?

Ejemplos:

- Ser propietario de un negocio que me permita sostener económicamente a mi familia y poder pagar los estudios de mis hijos, y a través del cual pueda aportar a la sociedad brindando un producto y servicio de calidad.
- Tener una relación estable con mi pareja y que mis hijas sean profesionales y personas felices.

La visión le permite a las personas identificar qué quieren ser. Es la manera más confiable de proyectar y alcanzar los sueños e intereses.

Creencias personales

Las creencias se refieren a la suma de valores y principios que orientan el comportamiento de cada persona. Guían y dan sentido a las acciones, indicando la manera en que actuamos frente a nuestro entorno familiar, social y laboral. Las creencias responden a formas distintas de ver la vida, por nuestra formación familiar y cultural.

Si soy una persona que siempre llego temprano a mi trabajo, me preocupo por cumplir con mis responsabilidades y me interesa conocer mis procesos con claridad, es porque creo en hacer las cosas bien.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Si comparto tiempo con mi pareja e hijos, los escucho, hablo con ellos sobre sus experiencias personales, y los respeto, es porque creo en la importancia de la familia.

Nuestras acciones reflejan nuestras creencias, de tal manera que debemos tener claridad sobre las creencias que agregan valor a nuestra vida personal, familiar, social y laboral para actuar consecuentemente con ello.

Algunos ejemplos:

- Si una persona cree que todo ser humano es valioso independientemente de lo que tenga o piense, entonces estará dispuesto a tratar a todas las personas por igual y a aprender lo mejor de cada una.
- Si una persona cree que su trabajo dignifica y engrandece, su manera de actuar dentro del trabajo será haciendo las cosas bien, cumpliendo con sus responsabilidades y comprometiéndose con éste.
- Si una persona cree en la familia, sus acciones estarán enfocadas a cultivar sus relaciones familiares mejorando la comunicación con sus miembros, expresando con sus afectos y velando por su bienestar.

En la ruta de profundizar en nuestra propia vida es muy importante entender cómo nuestras creencias influyen en nuestros comportamientos. De esta manera podemos revisar los comportamientos que no son adecuados y necesitan modificación.

Valores

Los valores se refieren a aquellas cosas que tienen contenido de bien, o a las que le damos importancia porque son buenas. Los valores son subjetivos y cambian de persona a persona puesto que son escogidos por cada quien para guiar su vida.

Mi historia no inició únicamente desde el momento mismo en que nací, sino que incluye todo aquello que existió previamente a lo cual me adapto y contribuyo a transformar. Hay valores culturales que vienen cambiando a lo largo de la historia de la humanidad, de esta manera, los valores son susceptibles a ser transformados (siempre y cuando esto no atente contra el desarrollo de la humanidad), de acuerdo con nuestras experiencias y dependiendo de los grupos, instituciones o medios dentro de los cuales nos desarrollemos.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Tema: las metas personales

Grado 10º

Indicadores de desempeño:

El desarrollo personal

Autoestima

La autoestima es la forma de mirarnos, es el concepto que tenemos de nuestro valor como personas basándonos en todos los pensamientos, sentimientos, emociones, sensaciones y experiencias que sobre nosotros mismos hemos ido recogiendo durante nuestra vida.

La autoestima es un estado de la mente, es la manera como sentimos y pensamos sobre nosotros mismos y sobre los demás. Afecta todas las facetas de nuestra vida e involucra el respeto por los otros, así como un sentimiento de armonía y paz con nosotros mismos.

La autoestima incluye aspectos tan importantes como:

- Creer en uno mismo y en el propio valor personal
- La habilidad de ver su lugar en el mundo de manera optimista y real
- Confiar en las propias habilidades para hacer cambios
- La capacidad para entender y cambiar las debilidades de carácter
- La habilidad para reconocerse como un individuo único y estar orgulloso de esto
- Creer que tener una mirada positiva y de confianza para afrontar algo nuevo o desconocido
- La habilidad para alcanzar y aplicar las destrezas de una manera positiva y optimista
- Entender que se es valioso para otras personas
- Aceptar quién se es, tener el coraje y la fuerza para diseñar la vida de la manera en se quiere vivir.
- Tener pensamientos positivos sobre sí mismos y sobre los demás
- Mantener el interés por las cosas y las personas
- Sentirse bien con la vida y con las cosas que se hace
- Ser capaz de afrontar y resolver con seguridad las responsabilidades que la vida plantea y alcanzar las metas propuestas

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Tenga en cuenta que...

- Dependiendo del alto grado de autoestima o forma de mirar al ser, las personas responden o actúan ante determinadas situaciones de manera negativa o positiva.
- La autoestima es fuente de energía que lleva al cumplimiento de metas y a la aceptación de lo que son y desean.
- El propio concepto es la proyección de la vida en el presente y para el futuro.

Áreas de desarrollo personal

Las áreas de desarrollo personal se refieren a aquellos temas o aspectos que queremos mejorar de manera prioritaria, y en las que debemos focalizar los máximos esfuerzos para mejorar.

Para desarrollar la misión personal y lograr la visión que cada uno se ha planteado, es importante trabajar armónicamente cada una de las dimensiones de la vida. Aunque pueden ser más, las dimensiones pueden resumirse en:

- Dimensión PERSONAL: incluye lo espiritual y psicológico, así como aspectos físicos y de desarrollo mental.
- Dimensión de RELACIONES: incluye todo lo familiar y social.
- Dimensión VOCACIONAL: incluye aspectos profesionales y financieros.

Para lograr un desarrollo personal armónico, cada persona debe trabajar y desarrollar cada una de las dimensiones de su vida.

Metas Personales

Establecer metas es una etapa importante dentro del Proyecto de mejoramiento personal. Se refieren al estado al que cada uno quiere llegar en alguna dimensión, describiendo específicamente el resultado que se quiere alcanzar.

Las metas pueden ser medibles, y representan lo que se quiere lograr en cada dimensión de la vida, en el espacio de tiempo que cada persona establezca para poner en marcha su Proyecto de Vida. Por esto, cada persona debe definir, para cada área de desarrollo personal, las metas que desea alcanzar, por supuesto

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

éstas deben establecerse para el corto, mediano y largo plazo, determinando claramente la propia escala de valoración.

Alcanzar las metas es como tomar un viaje. Para tener éxito es necesario conocer hacia donde se va antes de llegar al sitio de destino. Pues una meta mal planteada podrá ocasionar frustraciones, pues posiblemente será muy difícil alcanzarla.

Para redactar las metas personales, realice una imagen propia logrando ya su meta, cuantifíquela o utilice números y determine fechas concretas para su terminación. Esto le permitirá medir sus progresos. Pregúntese, en el momento de definir sus metas:

- ¿Qué quiero ser?
- ¿Qué quiero aprender?
- ¿Qué quiero empezar a hacer en la vida?
- ¿Qué quiero tener?
- ¿Qué quiero saber?
- ¿En qué me quiero preparar?

Las metas efectivas son:

- Concretas y específicas, indican claramente lo que se va a hacer.
- Coherentes y realistas, es decir, razonables de acuerdo con las habilidades que se posean y aquellas que se quieran potencializar
- Medibles y posibles de evidenciar a través de números o logros observables
- Basadas en los valores y creencias personales
- Escritas, registradas para hacerles seguimiento
- Motivantes
- Relevantes y congruentes con las diferentes dimensiones de la vida
- Acompañadas de tiempos, especificando cuándo se van a hacer y qué tanto tiempo van a tomar

Razones para establecer metas:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- Generar un clima de motivación, en tanto se tiene claridad sobre lo que se quiere alcanzar y mejorar
- Plantear y tener mayor control del futuro
- Introducir cambios positivos en la vida
- Disfrutar del sentido de logro
- Experimentar un sentido de autoevaluación
- Dar significado a la rutina diaria
- Manejar efectivamente el tiempo
- Reducir el estrés que se genera al no saber hacia dónde ir
- Incrementar las posibilidades del éxito

Para lograr las metas planteadas es preciso que todas las personas que trabajan en el gerenciamiento de su propia vida, las traduzcan en actividades concretas para garantizar así que dichos propósitos o metas se cumplan.

Para garantizar el cumplimiento de las metas es necesario establecer una planeación completada de actividades que concuerden con la misión y visión personal, así como con las creencias, los valores y las metas. Esta planeación de actividades incluye:

- Planes a largo plazo: ¿qué quiero lograr en 5 o 10 años?
- Planes a medio plazo: ¿qué quiero lograr en 1 o 2 años?
- Planes a corto plazo: ¿qué quiero lograr este mes?

El establecimiento de metas debe estar basado en su filosofía de vida, es decir, en su visión, misión, valores y creencias.

Ahora bien, para establecer las metas se debe determinar:

1. Qué es lo que se quiere alcanzar.
2. El cómo, es decir, las acciones que se van a llevar a cabo para alcanzar el qué.
3. El cuándo, es decir, el tiempo para poner en marcha las acciones.

Ejemplo:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Meta a largo plazo

QUÉ	CÓMO	CUÁNDO
Tener vivienda propia	<ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajando en una empresa estable que garantice un sueldo seguro para poder hacer una base importante de ahorro. 2. Ahorrando de manera programada un porcentaje del salario. 3. Consultar el mercado de finca raíz para buscar opciones a largo plazo. 	En 5 años (2017)

Ahora bien, para alcanzar la meta de largo plazo “tener vivienda propia”, se pueden plantear varios cómo, que seguidamente se convierten en metas a mediano plazo. De esta manera, ahora es necesario realizar el mismo proceso para alcanzar esta nueva meta a mediano plazo.

Meta a mediano plazo

QUÉ	CÓMO	CUÁNDO
Trabajar en una empresa estable que me garantice un sueldo seguro para poder hacer una base importante de ahorro.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Estudiar una carrera técnica que me garantice un buen trabajo. 2. Asumir un comportamiento responsable en el trabajo. 3. Buscar una empresa de renombre, que me garantice estabilidad. 	A partir de noviembre del 2014

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Meta a corto plazo

QUÉ	CÓMO	CUÁNDO
Estudiar una carrera técnica que me garantice un buen trabajo.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Averiguar opciones de carreras técnicas que me llamen la atención. 2. Averiguar universidades que se ajusten a mis necesidades económicas y académicas. 3. Planear mi tiempo para cumplir con mis responsabilidades ya adquiridas y las de la universidad. 	A partir de octubre de 2012

Equilibrio entre el Ser, Hacer y Tener

El equilibrio entre el ser, hacer y tener permite llevar una vida armoniosa, pues hallarle sentido a nuestra vida es saber si lo que hago y tengo me sirve para ser feliz.

- Aunque el tener y el hacer le dan una dinámica interesante a nuestra vida, la vía que nos acerca a la felicidad está en el desarrollo y en el crecimiento del ser. **Cartilla de Proyecto de Vida con Sentido – Meals de Colombia**

Primero debo aclarar que quiero SER, segundo debo HACER lo que verdaderamente quiero y así puedo lograr lo que quiero TENER.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01



EL ARTE DE LA FELICIDAD

La felicidad no depende de lo que pasa a nuestro alrededor sino de lo que pasa dentro de nosotros.

La felicidad se mide por el espíritu con el cual nos enfrentamos a los problemas de la vida.

La felicidad...!Es un asunto de valentía!

Es tan fácil sentirse deprimido y desesperado...

La felicidad...!Es un estado de ánimo!

No somos felices en tanto no decidamos serlo.

La felicidad...!no consiste en hacer siempre lo que queramos!

Pero si en querer todo lo que hagamos.

La felicidad nace de poner nuestro corazón en el trabajo... y de hacerlo con alegría u entusiasmo.

La felicidad, no tiene recetas...

cada quien la cocina con la sazón de su propia meditación.

La felicidad...!no es una posada en el camino...

Sino una forma de caminar por la vida.

Nathaniel Hawthorne

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Dónde estoy ahora?

Aquí encontrará algunas preguntas importantes para determinar en dónde se encuentra usted ahora con relación a sus metas y propósitos. SEA HONESTO.

	Si	No
8. ¿Tengo claras mis metas a corto, mediano y largo plazo?		
9. ¿Tengo claro en qué áreas de mi vida personal debo hacer los cambios más significativos para mejorar?		
10. Las personas que dependen de mí (esposa, hijos, padres) ¿ tienen claros cuáles son mis ideales?		
11. ¿Tengo claro qué voy a hacer en el área profesional y/o laboral en los próximos 5 años?		
12. ¿Tengo claro en el campo de la salud qué acciones debo emprender para mantenerme sano?		
13. ¿ He definido mi plan de acción para mejorar mis relaciones interpersonales, cultivar amistades y entenderme mejor con mis vecinos?		
14. ¿Tengo claridad sobre los valores más importantes para mí y sobre lo que está cimentada mi vida?		
15. ¿Es claro para mí que mediante el trabajo puedo mejorar en otras áreas de mi vida?(social, familiar, económica, etc.)		
16. ¿Tengo planes de mejora por escrito?		

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

17. ¿Soy tan exitoso como quisiera?		
-------------------------------------	--	--

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

FILOSOFÍA DE VIDA

Responda:

- Mi misión es: _____

- Mi visión es: _____

- Con respecto a la gente creo que: _____

- Con respecto al trabajo creo que: _____

- Con respecto a la familia creo que: _____

- Con respecto a ser padre de familia creo que: _____

- Con respecto a la educación creo que: _____

- Con respecto al dinero creo que: _____

Responda:

- ¿Estoy actuando de acuerdo con mis creencias?
- ¿Qué creencias, comportamientos, hábitos, costumbres quiero inculcar en mis hijos y/o personas cercanas? _____

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- Como docente, ¿qué creencias, comportamientos, hábitos, costumbres estoy inculcando en los estudiantes? _____

Actividad grupal:

Como introducción para desarrollar el tema “Valores” se sugiere llevar a cabo el siguiente taller:

De acuerdo al número de participantes organice subgrupos pequeños de trabajo. Entregue las instrucciones por escrito a cada grupo así como el material (revistas y periódicos para recortar, cinta pegante, marcadores, colores, etc.)

Haga que cada subgrupo escoja tres aspectos que consideren como valores y con el material que se les ha entregado deben realizar un dibujo que refleje esos tres valores así como sus antivalores, bien sea armando una historia, una situación particular o con un dibujo simbólico.

Se debe tener en cuenta para el ejercicio los siguientes puntos, sobre los cuales se deberá basar la discusión del trabajo al momento de socializarlo con los demás:

- ¿Qué posibles conflictos se pueden presentar si algunos miembros de la comunidad no poseen estos valores?
- ¿Qué pasaría si ustedes no fundamentan sus acciones en estos valores en todas sus dimensiones (personal, laboral, familiar, etc.)?
- Planteen una propuesta de formación en valores.
- Cuando los grupos terminen de realizar el taller, pídeles que pasen al frente a exponer el trabajo, y luego realicen una reflexión sobre el tema.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Responda:

- Mis valores son los siguientes:

- Las cinco primeras palabras que vienen a mi mente ante la palabra valores, son:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- Desde mi experiencia diaria, defino los valores como:

- ¿De dónde vienen los valores?

- ¿Al nacer traigo conmigo unos valores?

- ¿Los valores los adquiero como efecto de una inyección?

- ¿Existe un tiempo en mi vida en el cual desarrollo ciertos valores que me van a acompañar siempre?

- ¿Dónde desarrollamos nuestros valores?

- ¿Cuál (s) de los siguientes aspectos considero como fuente de valores:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Padres

Profesores

Libros

Amigos

Compañeros de Trabajo n

Medios de comunicación

Otros: ¿Cuáles?

- ¿Cuáles son los valores que he aprendido de mi núcleo familiar?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- ¿Cuáles son los 5 valores que he aprendido de mi colegio?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- ¿Cuáles son los 5 valores que he aprendido de mi grupo de amigos?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

- ¿Cuáles son los 5 valores que he aprendido de los medios de comunicación?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

5. _____

- ¿Cuáles son los 5 valores que he aprendido de la Institución en la cual trabajo?

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

AUTOESTIMA

Taller: ¿Qué tan alta está su autoestima?

INSTRUCCIONES

Escriba el número que mejor describe cómo se percibe a usted mismo en su vida diaria. Tenga en cuenta la siguiente escala para contestar cada pregunta:

5. Muy alto
4. Moderadamente alto
3. Promedio
2. Moderadamente bajo
1. Muy bajo

PREGUNTA	CALIFICACIÓN
Me siento exitoso en lo que hago	
Me siento satisfecho con lo que hago	
Siento que aprender cosas nuevas es importante	
Conscientemente miro las cosas buenas en otros	
Me siento a gusto en nuevas situaciones	
Aprecio los halagos que vienen de otros	
Me siento a gusto hablando en frente de otros	
Disfruto hablando a otros de mis logros	
Soy una persona optimista	
Tengo claras mis metas	
Estoy en buena condición física	
Soy respetado por los otros por lo que soy yo	
Proyecto una imagen positiva	
Escucho activamente a los demás	
Me gusta ser responsable de asumir proyectos	
Disfruto mantener conversaciones donde se tengan diferentes puntos de opinión	
Acepto sin temor los cambios en mi vida	
Soy capaz de pedir ayuda sin sentirme avergonzado	
Disfruto de mis responsabilidades	

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Soy responsable por mis pensamientos y acciones	
Soy director cuando expreso mis pensamientos	

PREGUNTA	CALIFICACIÓN
Llevo una vida balanceada	
Soy una persona entusiasta	
Mantengo contacto directo a los ojos cuando hablo con otras personas	
Me gusta lo que soy	
Hago ejercicio diario	
Siento que es importante prepararse para el éxito	
Me valoro en una posición alta independientemente de lo que otros piensan de mi	
Cuido mi aspecto físico	
Evito las personas que no me gustan	

RESULTADOS:

- **Si obtuvo más de 110 puntos**, felicitaciones, usted tiene una alta autoestima. Recuerde que tiene muchas potencialidades que puede seguir desarrollando. Continúe por ese camino, logrará cosas muy importantes.
- **Si obtuvo entre 70 y 109**, no se alarma, su nivel de autoestima está en el promedio, sin embargo, es importante no descuidarse. Es probable que necesite evaluar un poco más sobre sus fortalezas y debilidades para tomar acciones que le permitan continuar por un camino ascendente de mejoramiento.
- **Si obtuvo entre 41 y 69 puntos** preste atención a esta señal de alarma, su autoestima está en un nivel bajo. Es importante hacer un alto y revisar qué puede estar pasando. Apóyese firmemente en sus valores, reconozca sus grandes fortalezas y cualidades, descubra de qué es capaz y tome impulso. Aún es tiempo de mejorar y seguir adelante.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- Si obtuvo entre 0 y 40 puntos**, es crítico; su nivel de autoestima está muy bajo, es probable que necesite ayuda. Apóyese en las personas en las que confía, busque espacios para reflexionar, cambie sus hábitos de vida y trate de buscar cosas que le produzcan satisfacción.

Recuerde que una baja autoestima a veces no nos deja ver las múltiples oportunidades de la vida. Prepárese para comenzar una nueva etapa. Crea que **USTED ES CAPAZ, CONFÍE EN SÍ MISMO Y VALORE SUS LOGROS.**

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Reflexione

Analice las fortalezas y debilidades de acuerdo con los roles más importantes que desempeña:

- ¿Cuáles son mis mayores cualidades o fortalezas como Padre de Familia:

- ¿Cuáles son mis mayores defectos/debilidades como Padre de Familia:

- ¿Cuáles son mis mayores cualidades/ fortalezas como Docente:

- ¿Cuáles son mis mayores defectos/ debilidades como Docente:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

conocimientos para desarrollar bien mi trabajo.										
24. Tengo metas y planes financieros claramente definidos.										
25. Me gusta asistir a fiestas y reuniones.										
26. Hago deporte con frecuencia.										
27. Soy un profesional en mi trabajo.										
28. Me gustan las reuniones familiares.										
29. Soy bueno en mi trabajo y lo disfruto.										
30. Tengo formas alternativas de aumentar mis ingresos.										

Vida Equilibrada

Para cada área coloque el puntaje asignado a las preguntas que se indican en el cuadro y la suma de los puntajes le dará el total.

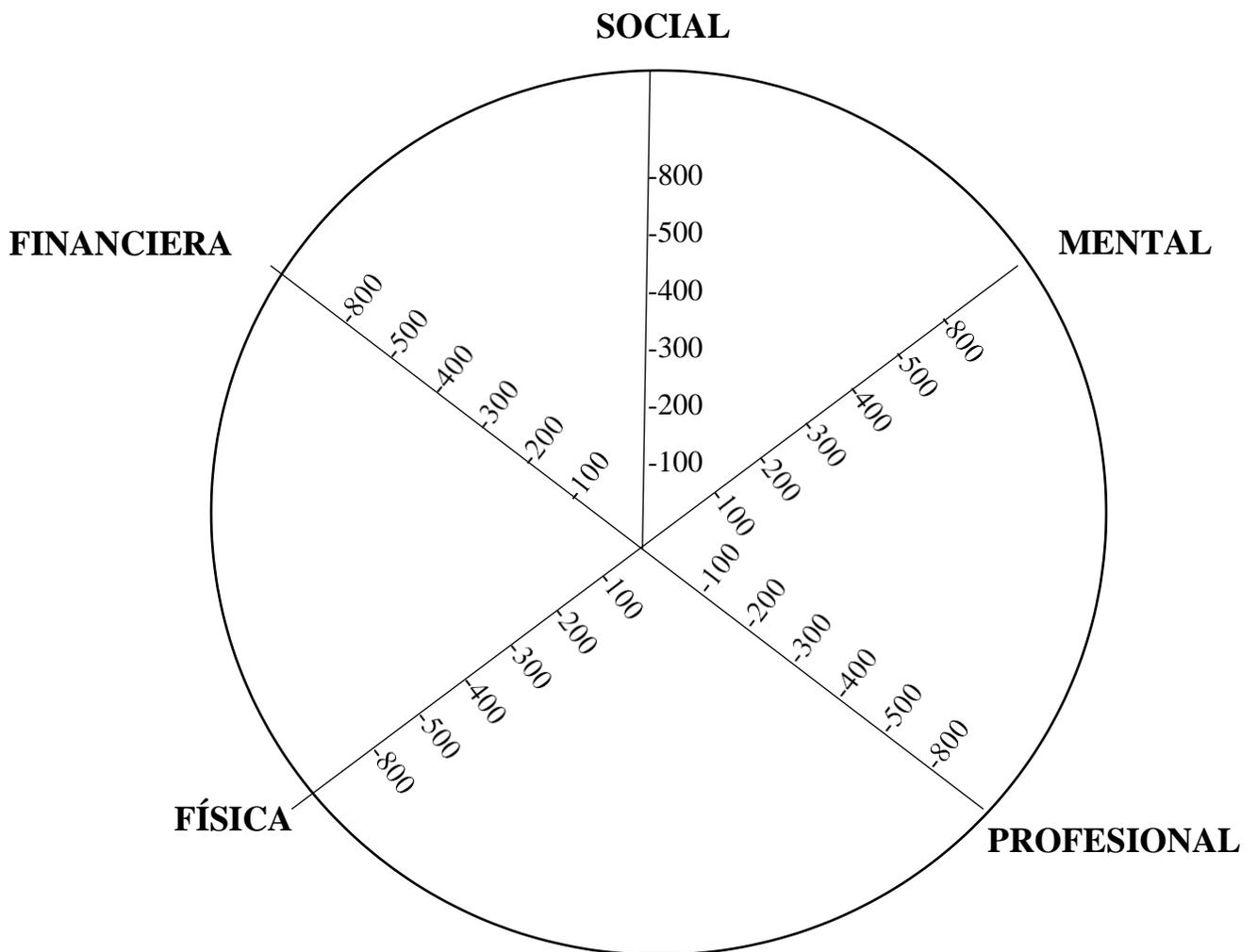
ÁREA	NÚMERO DE PREGUNTA						TOTAL
Mental	2.	4.	8.	12.	17.	21.	
Social y familiar	1.	5.	10.	15.	25.	18.	
Financiera	7.	13.	18.	22.	24.	30.	
Física	3.	9.	11.	14.	19.	26.	
Profesional	6.	16.	20.	23.	27	29.	

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

La rueda de la vida

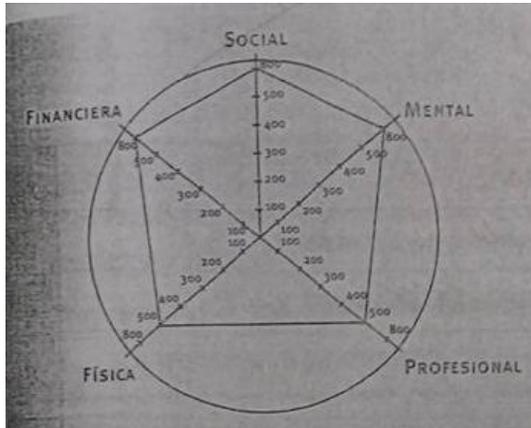
La rueda de la vida está dividida en 5 áreas de la vida que fueron calificadas anteriormente. Marque el puntaje obtenido en cada área. Una los puntos para visualizar la forma de su propia rueda. ¿Qué tan proporcionado es? ¿Qué áreas de su vida le gustaría desarrollar más?

Esta es tu rueda, ubica los puntajes que obtuviste para cada área y traza una línea uniendo los puntos de cada área.



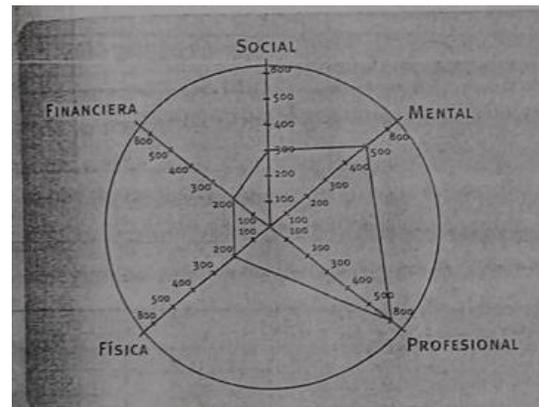
	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Analice la gráfica obtenida

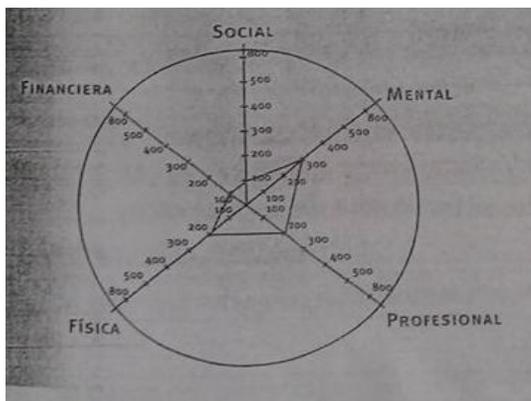


Si usted obtuvo algo así: Muy bien, está usted trabajando en todas las dimensiones de su vida. Muy pocas personas logran hacerlo.

Si usted obtuvo algo así: Debe empezar a ponerle más cuidado a algunas áreas que tiene descuidadas, sin embargo mírelo el lado positivo, usted tiene grandes posibilidades de mejora. ¡Trabaje en ellas!



por



Si usted obtuvo algo así: Usted está descuidando muchos aspectos de su vida. Póngase metas, haga planes de mejoramiento. Tiene un gran camino por recorrer.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Cuando cada persona piensa en el desarrollo balanceado de su vida, debe ocuparse por fortalecer cada una de las áreas mencionadas, definiendo actividades y planes de acción que le ayuden a desarrollarlas.

AREAS DE DESARROLLO PERSONAL

Área Física

¿Llevo una vida sana?

¿CUÁL ES SU NIVEL DE SALUD?	Si	No
1. ¿Los alimentos que consumo resultan beneficiosos para mi salud?		
2. ¿Me abstengo de fumar y busco la compañía de no fumadores?		
3. ¿Tengo tiempo, cada día, para tomarme un pequeño descanso o para sentarme y relajarme?		
4. ¿Tengo el peso correcto para mi edad, estatura y sexo?		
5. ¿Han sido vacunados adecuadamente los miembros de mi familia?		
6. ¿Cuándo experimento algún síntoma extraño, tal como una sensación de mareo o de agotamiento, solicito siempre el consejo del médico?		

- Si su respuesta a la mayoría de las preguntas fue “No”, quiere decir que se está descuidando su nivel de salud y necesita saber más sobre cómo cuidarse mejor.

¿MANTENGO UNA DIETA EQUILIBRADA?	Si	No
1. ¿Como muchos alimentos procesados?		
2. ¿Me gustan las golosinas, las galletas y el chocolate?		
3. ¿Me salto alguna comida?		
4. ¿Después de haber hecho un régimen determinado, vuelvo a engordar en pocas semanas?		
5. ¿Prefiero el pan blanco y la pasta a los productos fabricados a partir de harina integral?		
6. ¿Como fuera de la casa más de tres veces a la semana?		
7. ¿Necesito algún complemento dietético?		
8. ¿Compro comida rápida con frecuencia porque tengo prisa?		

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

- Si su respuesta a la mayoría de las preguntas fue “Si”, quiere decir que está alimentándose de forma incorrecta y que necesita saber más sobre la nutrición.

¿PRACTICO SUFICIENTE EJERCICIO FÍSICO?	Si	No
1. ¿Soy capaz de subir tres pisos de escaleras sin que me falte el aliento y sin que me sienta agotado?		
2. ¿Voy caminando, o en bicicleta, en lugar de coger el carro, o el autobús?		
3. ¿Practico algún deporte tres veces por semana?		
4. ¿Antes de hacer ejercicio, realizo el calentamiento adecuado?		
5. ¿Me pongo el equipo adecuado cuando me dedico a la actividad deportiva?		

- Si su respuesta a las tres primeras preguntas es “No”, quiere decir que su condición física es deficiente. Para mantenerse en forma debe practicar un ejercicio vigoroso durante 20 minutos, tres veces por semana.
- Si ha respondido “No” a las dos últimas preguntas, no está teniendo en cuenta las medidas de seguridad precisa y corre el riesgo de sufrir un accidente.

¿ESTOY ABUSANDO DE MI CUERPO?	Si	No
1. ¿Fumo cigarrillos?		
2. ¿Fumo puros o pipa?		
3. ¿He intentado dejar de fumar sin conseguirlo?		
4. ¿Tomo bebidas alcohólicas en una proporción superior a los límites recomendados?		
5. ¿Bebo cuando estoy solo?		

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

6. ¿Tengo dificultades para recordar lo ocurrido la noche anterior cuando me he ido de copas?		
---	--	--

- Si una de sus dos primeras respuestas fue **“Si”**, debería dejar de fumar.
- Si ha contestado **“Si”** a cualquiera de las tres últimas, debería reducir el consumo de bebidas alcohólicas.

- Si su respuesta a cualquiera de las preguntas es **“Si”** no sabe liberarse del estrés. Trate de controlarlo, tan pronto descubra en usted algún síntoma del mismo, averigüe cómo puede incluso contraer alguna enfermedad a causa del estrés, y aprenda lo que puede hacer si llega a sufrir estados depresivos o de ansiedad.

Una vida sana está relacionada con:

- Cuidado del cuerpo
- Dieta sana
- Control de peso
- Chequeo rutinario por médicos y odontólogos
- Ejercicio rutinario
- Buen uso del tiempo libre
- Disminución del estrés
- Eliminación de hábitos nocivos (fumar, beber, etc.)

Actividad sugerida para trabajar con grupos

Para trabajar el área de salud tenga en cuenta lo siguiente:

Se puede invitar a un médico nutricionista que pueda dar una charla sobre los tipos de alimentos y su función en el organismo. Esta persona podrá aclarar dudas que tengan los asistentes frente a su estado y salud física. Se pueden conseguir las tablas de peso y talla para hombres y mujeres y permitir al grupo que se mida y tome su peso, para compararse con dicha tabla. Para eso es necesario ubicar una báscula y un metro en el salón donde se realice la sesión de trabajo.

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Área financiera

Para definir las metas financieras es necesario ejecutar un plan, pero antes de iniciarlo, es importante determinar el estado financiero de cada uno.

Lea detenidamente el siguiente cuestionario y conteste sí o no ante cada situación.

¿ESTOY ABUSANDO DE MI CUERPO?	Si	No
1. Tengo un presupuesto mensual de gastos		
2. Tengo definidas mis metas financieras.		
3. Ahorro dinero regularmente.		
4. Utilizo los planes de ahorro que me ofrece el fondo de empleados.		
5. Tengo planes de retiro.		
6. Tengo seguro de vida.		
7. Tengo asegurada mi vivienda		
8. Tengo planeado lo que necesito gastar, para el estudio de mis hijos.		
9. Realizo algunas inversiones.		
10. Tengo un plan de retiro o pensión bien definido.		
11. Tengo un presupuesto designado para cuando mis hijos entren a la universidad.		
12. Generalmente gasto menos de lo que gano.		
13. Conozco cuánto vale mi patrimonio.		
14. Tengo ahorros o inversiones para lograr mis objetivos a largo plazo.		
15. Reviso mis objetivos financieros mínimo una vez al año y mido mis progresos.		

En el ejercicio anterior sume el número de preguntas en las que contestó “Si”.

- Si obtuvo de 15 a 9 respuestas positivas:
Usted está en la vía de una buena salud o estado financiero.

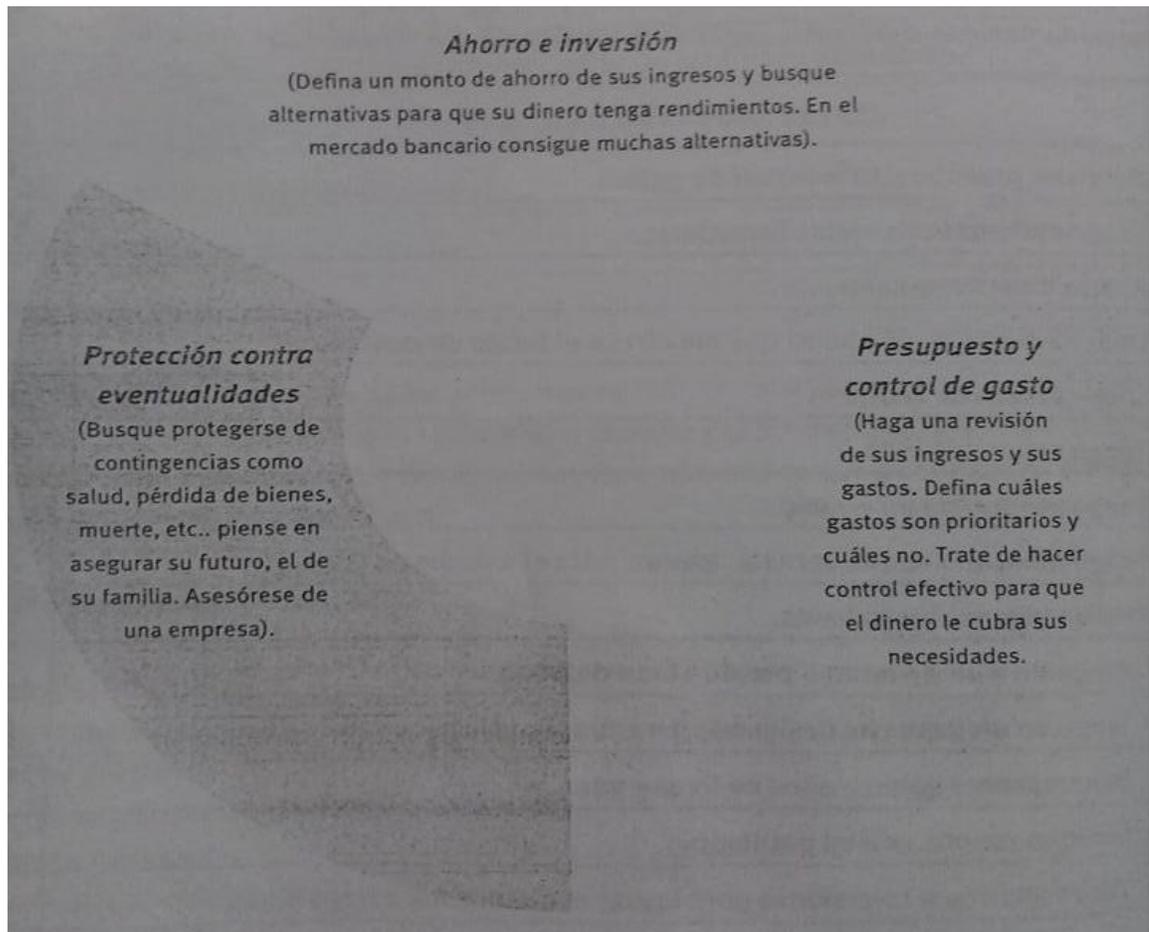
- Si obtuvo entre 9 y 5:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Es tiempo de revisar sus metas financieras y establecer acciones en aquellos puntos donde no las tenga.

- Si obtuvo menos de 5 respuestas positivas:
Tranquilo tómese una aspirina y a través de esta cartilla aprenderá cómo manejar mejor sus finanzas.

Un buen plan financiero comprende:



Plan financiero

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

Actividad sugerida para trabajar con grupos

Para trabajar el área financiera se sugiere tener en cuenta lo siguiente:

- Contactar una persona experta en el tema económico que pueda dar una charla sobre las opciones que hay en la actualidad para ahorrar e invertir teniendo en cuenta las condiciones económicas del país.
- Llevar al grupo a reflexionar sobre el presupuesto anual de gastos y cómo controlarlo. Para ello se sugiere el cuadro que aparece a continuación:

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

METAS PERSONALES

METAS DEL LARGO PLAZO		
QUÉ	CÓMO	CUÁNDO
METAS DEL MEDIO PLAZO		
QUÉ	CÓMO	CUÁNDO
METAS DEL CORTO PLAZO		
QUÉ	CÓMO	CUÁNDO

Sueños del ser, hacer y tener

HACER	TENER	SER

	REPÚBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA MUNICIPIO DE JAMUNDÍ INSTITUCIÓN EDUCATIVA TÉCNICA INDUSTRIAL ESPAÑA Resolución de Reconocimiento Oficial No. 0240 de 12 de Noviembre de 2014	
Fecha de Elaboracion	PROYECTO DE VIDA INSTITUCIONAL ESPAÑA	DO-GC-003
9 DE SEPTIEMBRE DEL 2019		VERSION 01

CORNEJO VILLEGAS, María Elena. 2015. "Elaboración de proyecto de vida basado en valores en estudiantes". Revista de Psicología n.13 La Paz jun. 2015.

DUQUE LINARES, Jorge. Proyecto de vida. Bogotá D.C: ediciones EDUQUE, 2001. Pg. 9.

VARGAS TREPAUD, Ricardo I. 2005. "proyecto de vida y planeamiento estratégico personal". Lima, Perú. Pag 31.

Guía NUTRESA número 6

Presentación del taller de NUTRESA: proyecto de mejoramiento personal 2015

WEBGRAFIA

"las creencias" ver <http://www.galeon.com/gemart/CREENCIAS.htm> visitado: 15/05/17 hora: 22:18

R.P. Reynaldo Iriarte Vicario general de la Arquidiócesis 6 de mayo de 1995. Ver: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-497276> visitado 15/05/17. Hora 22:40

Anzorena, Oscar. "Visión personal y el liderazgo". <http://dpoconsulting.com/vision-personal-y-liderazgo/> visitado: 18/05/17. Hora: 8:17 am

Torné, David. 2017. "¿qué es el propósito de vida?". <http://blog.davidtorne.com/es/2017/01/proposito-vida/> visitado: 23/05/2017. Hora: 9.30 pm

www.colombiaaprende.edu.co , mini sitio del Foro Nacional. Reproducido con autorización de la Comisión Europea.

Definición de Filosofía de Vida. <https://definicion.mx/filosofia-de-vida/> visitado 15/05/17 hora: 21:31