

ESCUELA: EPETN°8

DOCENTES: IRMA BUSTAMANTE –JORGE ESQUIVEL

AÑO: 1º1º y 1º2º

TURNO: MAÑANA Y TARDE

AREA CURRICULAR: FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA

TITULO DE LA PROPUESTA: PROYECTO DE VIDA EN CUARENTENA

ELABORAMOS UN PROYECTO DE VIDA EN CUARENTENA.-

Un proyecto de vida es aquello que nos ayuda a crear todo tipo de objetivos que sostengan nuestro desarrollo personal.



A pesar de que en nuestras vidas hay cosas que no controlamos, como lo es la pandemia que estamos viviendo, tener una noción de continuidad es importante para poder experimentar plenamente lo que el mundo nos depara.

Puede que resulte extraño, pero muchas veces creemos tener muy claras todas nuestras opiniones acerca de todo tipo de temas, pero no tenemos ni idea acerca de lo que haremos con nuestras propias vidas.

Justamente por eso, desarrollar y aplicar un proyecto de vida es interesante: nos permite encontrar un camino a seguir con el que casi siempre nos podemos identificar.



En estos periodos de incertidumbre tener objetivos y estrategias para continuar nos permite hallar un camino que nos dé seguridad y confianza.

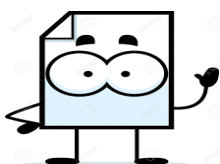
Muchos encontraron tiempo de relajación, de ocio, momentos para explorar, mirar películas, escuchar música, hacer Tik Tok, etc.

Pero para otros la ansiedad, la angustia y el estrés son sensaciones que atormentan estos días de aislamiento social.

La rutina es un factor importante en el estado de ánimo que pueden sentir les jóvenes: cambiar todas las cosas que solíamos hacer de un día para otro suele ser complicado. Sin embargo, hay muchas cosas que se pueden seguir haciendo.

Es por esto que queremos transmitirles que **el proyecto de vida dura cada instante de la misma**, lo podemos pensar para un día, para un año o para el resto de nuestras vidas.

Es por eso que te proponemos lo siguiente



ACTIVIDADES

1-**Pensar** un **proyecto de vida** para los 15 días siguientes de cuarentena, que te haga sentir bien a vos y a tu familia.

Tiene que ser una **actividad** que implique **colaborar en el hogar**: ordenar un lugar que está desordenado, armar un mueble, pintar un objeto en desuso, arreglar algo que está roto y puede servir; o bien puede ser relacionado con el comportamiento: proponerse ser gentil, acompañar a alguien, ayudar en algo, etc.

Ejemplos

A continuación se dará un **ejemplo** (se pide que se realice otro proyecto distinto)

Proyecto de vida: arreglar un mueble viejo que está en el fondo de mi casa. Y que no lo usan y alguien de mi familia puede reutilizarlo. Se debe realizar solo con lo que tenemos en casa. Evitando comprar algún producto. Tengo que saber:

- A. **¿Qué quiero hacer?** Arreglar un mueble
- B. **¿Con qué lo voy a hacer?** Tengo varios tarros de pintura sin uso
- C. **¿Cuáles son las herramientas que necesito?** Pincel, tinner y pintura
- D. **¿Qué insumos tengo?** Algunos tarros de pintura
- E. **¿Cuándo lo voy a hacer?** jueves y viernes
- F. **¿Cómo lo voy a hacer?** con un diseño que hice las puertas de un color el techo de otro las patas de otro .etc.
- G. **¿Cuál es el beneficio de hacer este proyecto para mi vida?** Me siento mejor. Estoy orgullosa de haberlo hecho y eso constituye parte de mi vida, por lo menos 15 días de la misma.

2-Confeccionar un proyecto para hacerlo en 15 días contestando las preguntas que están remarcadas en el ejemplo.

- A. **¿Qué quiero hacer?**
- B. **¿Con qué lo voy a hacer?**
- C. **¿Cuáles son las herramientas que necesito?**
- D. **¿Qué insumos tengo?**
- E. **¿Cuándo lo voy a hacer?**
- F. **¿Cómo lo voy a hacer?**
- G. **¿Cuál es el beneficio de hacer este proyecto para mi vida?**

3- Enviar fotos del proyecto al grupo para compartirlo con los compañeros y por supuesto con los profes.

Si tienen alguna duda



irmadelvalle13@hotmail.com (1°2°)

jorgeesquivelprof@gmail.com(1°1°)

Directora: Prof. Elvira González