

Nombre: _____ Grado: _____: Grupo: _____ **06 DE OCTUBRE 2021**

AE. Valora sus aspiraciones, Potencialidades y capacidades personales (para el estudio, el trabajo y la recreación) y se plantea estrategias para desarrollarlas. **SECUENCIA 3. Construyo mi futuro: mis capacidades y aspiraciones.**

Inicio: Observa el siguiente vídeo: **Nuestro potencial humano: somos, hacemos y aspiramos** puedes ingresar dando clic en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=pRFuNTbh4LQ>

Página 38-42

Son diversos los ámbitos en los que los seres humanos pueden desarrollarse y todos son importantes para alcanzar una vida plena y saludable. También son muy variadas las áreas de interés, por eso resulta valioso que dediques tiempo para reconocer tus capacidades y aspiraciones individuales, y para precisar me-tas a corto y mediano plazo que te orienten hacia lo que pretendes lograr

1. En tu cuaderno de trabajo, responde las preguntas previas al tema:

- ¿Cuáles son tus intereses y aspiraciones?

-
- ¿Qué estrategias podrían contribuir a hacerlos realidad?

-
- ¿Qué actitudes son indispensables para alcanzar tus aspiraciones?
-

La construcción de nuestra personalidad inicia desde que nacemos. Durante nuestro desarrollo, los seres humanos contamos con un potencial de crecimiento que no se reduce al aspecto físico. El desarrollo integral está relacionado con la cobertura de una amplia variedad de necesidades básicas, tal como lo viste en la secuencia 1. La satisfacción de todas ellas debe contribuir a la realización personal y colectiva. Sin embargo, para definir qué queremos lograr en la vida, es indispensable reconocer las capacidades propias, reflexionar acerca de nuestras aspiración eso metas y descubrir qué aspectos o rasgos es posible acrecentar, fortalecer o potencializar con el paso del tiempo. Este conocimiento nos permitirá identificar también cuáles son los desafíos u obstáculos que debemos prever para prepararnos y afrontarlos.

■ Manos a las obra

Desarrollo

2. Redacta un texto en el que, mediante la narración, hables acerca de tus intereses y aspiraciones en:

Un futuro inmediato, en el que has concluido tus estudios en la telesecundaria: ¿en qué escuela estudiarías? ¿Qué nuevos lugares conocerías? ¿Qué estarías haciendo?

Un futuro lejano, en el que tienes 24 o 25 años: ¿dónde y con quién vivirías? ¿Qué cambios habría en tu familia? ¿En qué trabajarías? ¿Qué nuevas formas de esparcimiento y diversión tendrías? Si lo deseas, añade un dibujo representativo o palabras clave de los futuros sobre los que has escrito.

3. Piensa en tres ejemplos de tus capacidades y en tres de tus aspiraciones: Este **Producto** corresponde a la **Carpeta de Experiencias**.



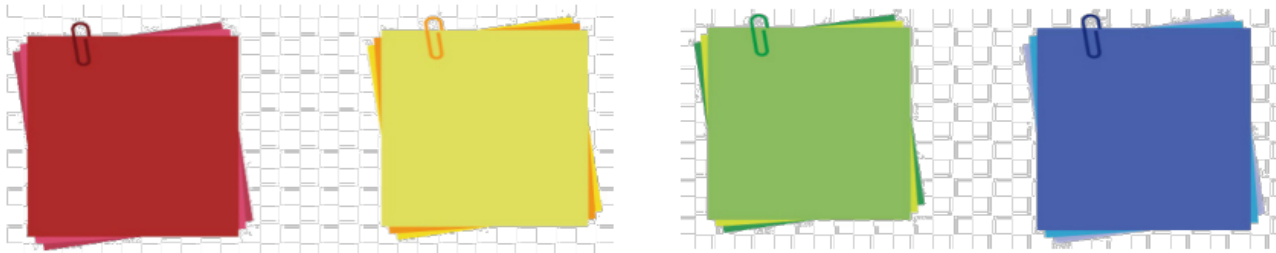
a) En tarjetas separadas escribe con color verde las capacidades y con azul las aspiraciones.

b) Colócalas en una superficie, de manera que puedas leerlas.

c) Establece relaciones entre ellas; es decir, identifica cuáles de tus capacidades podrían contribuir a hacer realidad tus aspiraciones. Escribe con morado cómo potencializarías las capacidades que escribiste.

d) Si identificaste que ninguna de tus capacidades contribuye al logro de tus aspiraciones, responde: ¿qué

capacidades necesitas? Escríbelas en una tarjeta con un color distinto e indica cómo puedes potencializarlas.



Las capacidades y las aspiraciones son aspectos esenciales para el desarrollo; se encuentran conectadas e interactúan entre sí a partir de lo que somos capaces de ser o hacer. Además, ninguno de estos aspectos está determinado de una vez y para siempre: pueden variar conforme se transita por las diversas etapas del desarrollo. Esto es así porque cada ciclo de la vida trae consigo nuevas experiencias, oportunidades y posibilidades de realización. Un ejemplo de esto es la etapa escolar que pronto finalizarán y que les abrirá la oportunidad para plantearse nuevas metas sobre qué hacer después de la telesecundaria.

Cierre

4. Completa las siguientes oraciones:

Descubrí que el ámbito o los ámbitos que más me atraen son:

Considero que el ámbito o los ámbitos en los que nunca he incursionado o explorado son:

El ámbito en el que podría potencializar algunas de mis capacidades es:

Las capacidades que puedo desarrollar son:

Organizar mis capacidades, aspiraciones y potencialidades por ámbitos me permitió identificar que yo puedo:
