

CUADERNO LAUDES 6º



PROGRAMA HABILIDADES PARA LA VIDA

PROGRAMA HABILIDADES PARA LA VIDA
Cuaderno Laudes
PREVENCIÓN DE CONDUCTAS DE RIESGO A. C.

Coordinación del proyecto:

Laudes A. C.

Mtro. Carlos Alberto Cuéllar Murillo

Director General Laudes A. C.

Autor y Dirección contenidos:

Mtra. Fátima Cuéllar Murillo

AGRADECIMIENTO EN LA COLABORACIÓN.

Colaboradores en el desarrollo de temas:

Lic. Diana Elsa Silva Martínez

Asistente editorial:

Denisse Eirene Ortiz Almendarez

Edición y corrección de estilo:

Lic. Dalia García Gámez

Coordinación Diseño:

Mtra. Alicia Torres Monarca

Diseño editorial:

L. D. G. Daniel Hernán Rangel Vargas

Jesús Angel Castillo Ruiz

Ilustración:

Tomogo Multimedia Infantil

Lic. José Luis Batres Hernández

Director General Tomogo

L. D. G. Mariana Núñez Rodríguez

L. D. G. María Fernanda Soriano Cardoso

GYRHS

**PROGRAMA SOCIOEMOCIONAL
HABILIDADES PARA LA VIDA**

Cuaderno Laudes

Prevención de Conductas de Riesgo A. C.

1ª edición octubre 2018

ISBN en trámite

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su tratamiento informático ni la transmisión de ninguna forma o por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico, por fotocopia, por registro u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito de los titulares del *copyright*.

Índice

Presentación a papás	5
Matriz general	7
Historia Laudes	8
1. Autoconocimiento	
Sesión 1	12
Sesión 2	14
Sesión 3	16
2. Manejo de emociones y sentimientos	
Sesión 1	18
Sesión 2	21
Sesión 3	24
3. Empatía	
Sesión 1	28
Sesión 2	30
Sesión 3	34
4. Comunicación asertiva	
Sesión 1	37
Sesión 2	41
Sesión 3	43
5. Relaciones interpersonales	
Sesión 1	45
Sesión 2	49
Sesión 3	52
6. Pensamiento creativo	
Sesión 1	54
Sesión 2	55
Sesión 3	56



7. Pensamiento Crítico

Sesión 1	57
Sesión 2	59
Sesión 3	61

8. Manejo de problemas y conflictos

Sesión 1	63
Sesión 2	66
Sesión 3	68

9. Manejo de tensiones y estrés

Sesión 1	70
Sesión 2	72
Sesión 3	76

10. Toma de decisiones

Sesión 1	79
Sesión 2	81
Sesión 3	82

Mi universo Laudes	84
--------------------------	----

Sección de recortes	86
---------------------------	----



PRESENTACIÓN

La infancia es la etapa en la que se determinan las pautas de comportamiento de la vida humana. Partiendo de dicha premisa, el Cuaderno Laudes que tiene en sus manos es parte de una metodología novedosa, diseñada para ayudar a su hijo(a) a prevenir situaciones que pongan en riesgo su integridad física, emocional y psicológica.

Es el resultado de un largo proceso de trabajo reflexivo que incluye dos etapas principales: la recolección y observación de datos a partir del trabajo clínico con infantes y adultos, y la investigación documental.

Este proyecto no pudo haberse gestado sino a través del cuestionamiento de las distintas realidades infantiles que enfrentamos como sociedad. Sin duda, hemos advertido la imperante necesidad de generar una nueva educación que dote a las y los niños de habilidades que no sólo les sirvan para afrontar los retos de este mundo cambiante, sino también para el disfrute y el goce de la vida misma.

El eje central del programa es la violencia -tanto física, emocional y psicológica- ejercida sobre el sector infantil de nuestra población: que el infante la reconozca y la distinga, para después protegerse de ella. Para ello, se muestran los diversos escenarios en los que puede ocurrir la violencia (escuela, familia, calle, etcétera) y sus posibles soluciones, procurando siempre que, a través del cuestionamiento, el infante genere sus propias herramientas y las lleve a la práctica en el presente libro, mismo que usted podrá revisar sesión a sesión para apoyar el fortalecimiento de lo aprendido.

Es importante señalar que este manual está diseñado a partir de las conductas de riesgo que más apremian a la población, las cuales están revisadas y distribuidas de acuerdo a la edad de los infantes. Así, al finalizar la totalidad del programa, el infante tendrá herramientas para prevenir la violencia física, emocional, psicológica y sexual. De igual modo, desarrollará conductas prosociales y de ciudadanía que fortalecerán su convivencia escolar y su autoestima, así como el desarrollo de una inteligencia emocional, resiliencia y liderazgo.

El programa se desarrolla a través de las diez Habilidades para la vida propuestas por la Organización Mundial de la Salud; estas son:

- Autoconocimiento
- Manejo de emociones y sentimientos
- Empatía
- Comunicación asertiva
- Relaciones interpersonales
- Pensamiento creativo
- Pensamiento crítico

- Manejo de problemas y conflictos
- Manejo de estrés
- Toma de decisiones

Cada una ha sido desglosada cuidadosamente para abarcarse en tres sesiones dentro del aula, y así cumplir el objetivo propuesto. Es necesario señalar que las sesiones serán trabajadas en dos aspectos: positivo o negativo. En el positivo se busca que los participantes conozcan y desarrollen habilidades individuales que fortalezcan su capacidad de acción para prevenir posibles riesgos; mientras que en el negativo se busca disminuir acciones, conductas, o situaciones que pongan en riesgo su bienestar.

Las habilidades que se desarrollarán durante el ciclo escolar pueden observarse detenidamente en el siguiente anexo que encontrará al finalizar esta presentación, al cual llamamos Matriz General al final de este Cuaderno Laudes.

Tenemos la certeza de que las conductas de riesgo pueden ser prevenidas a partir de la información y la formación dentro de la escuela y la familia.

Este programa educativo apuesta a la idea de que es mucho más sencillo construir infancias fuertes que reparar adultos rotos. Creemos que una sociedad mejor se construye entre todos, todos los días y de tiempo completo.

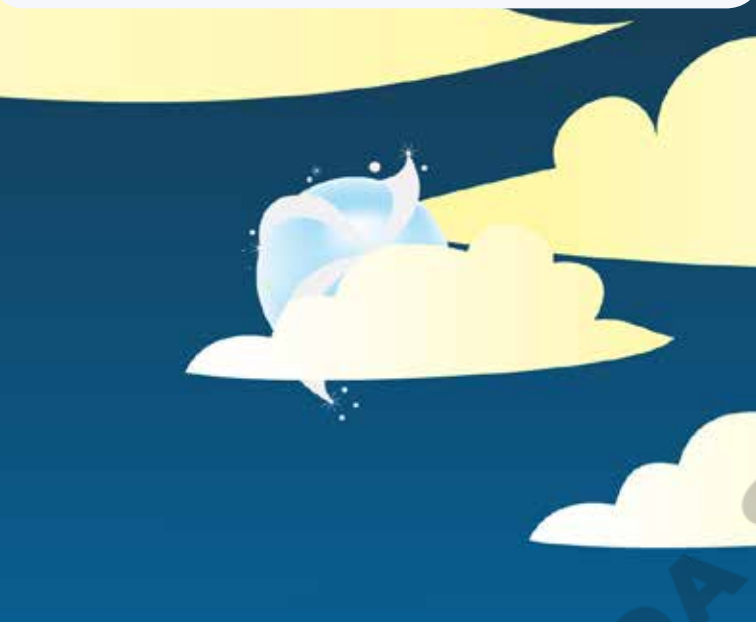
Nos alienta que usted pueda ser testigo y edificador de una nueva cultura, una cultura de paz: ¡gracias!

Fátima Cuéllar Murillo
Autora

Matriz general

Auto Conocimiento	Manejo de las emociones y sentimientos	Empatía	Comunicación Asertiva	Relaciones Interpersonales	Pensamiento creativo	Pensamiento crítico	Manejo de problemas y conflictos	Manejo de tensiones y estrés	Toma de decisiones
1º Autopercepción	1º Reconocimiento de emociones	1º Lealtad a sí mismo	1º Diálogo interno	1º Formas de relación	1º Capacidad perceptiva	1º Capacidad de análisis	1º Identificación del problema	1º Tolerancia a la frustración	1º Decisiones auto protectoras
2º Autocuidado	2º Diferenciar las emociones y sentimientos	2º Escucha atenta	2º Formas de comunicación	2º Reciprocidad	2º Curiosidad	2º Síntesis	2º Análisis del problema	2º Autorregulación de estrés	2º Criterio
3º Autoeficacia	3º Autorregulación emocional	3º Toma de perspectiva	3º Expresión asertiva	3º Relaciones tóxicas	3º La imaginación	3º Juicio	3º Mediación	3º Manejo de la culpa	3º Integridad personal
4º Autovalidación	4º Emociones y sentimientos ecológicos	4º Comprensión interpersonal	4º Escucha inteligente	4º Relaciones inteligentes	4º Generación y maduración de ideas	4º Comparación	4º Negociación	4º Manejo de la agresividad	4º Generación de alternativas
5º Autoestima	5º Resiliencia	5º Armonía	5º Persuasión	5º Relaciones ecológicas	5º Creatividad	5º Razonamiento inductivo	5º Prevención del conflicto	5º Manejo de la ansiedad	5º Determinación
6º Autoconcepto	6º Inteligencia emocional	6º Conciencia social	6º Conducta Pro social	6º Liderazgo	6º Emprendimiento	6º Razonamiento deductivo	6º Cultura de paz	6º Meditación	6º Gestión del cambio

En un lugar del firmamento se encuentra un sitio iluminado y habitado por un gran número de estrellas.



Estas son conocidas como laudes, y cada una de ellas custodia un valor para que los seres humanos alcancen la plenitud.



La esencia de cada una de las laudes es enviada a la Tierra por medio de una luz en el interior de cada niño que nace.

Su misión es acompañarlos en la vida y su luz se mantiene encendida con los actos buenos y positivos que realizan.



Su laudes fue muriendo y se transformó en...



¡un univan!



Sin embargo, no se sabe cómo comenzó, pero la luz de un niño se fue apagando poco a poco hasta que perdió su brillo, esto ocasionado por su comportamiento y actitud (burlas, desobediencia, mentiras...).



Cada vez más laudes se transformaban en univanes, quienes tomaban forma, contagiaban y poseían a más personas.

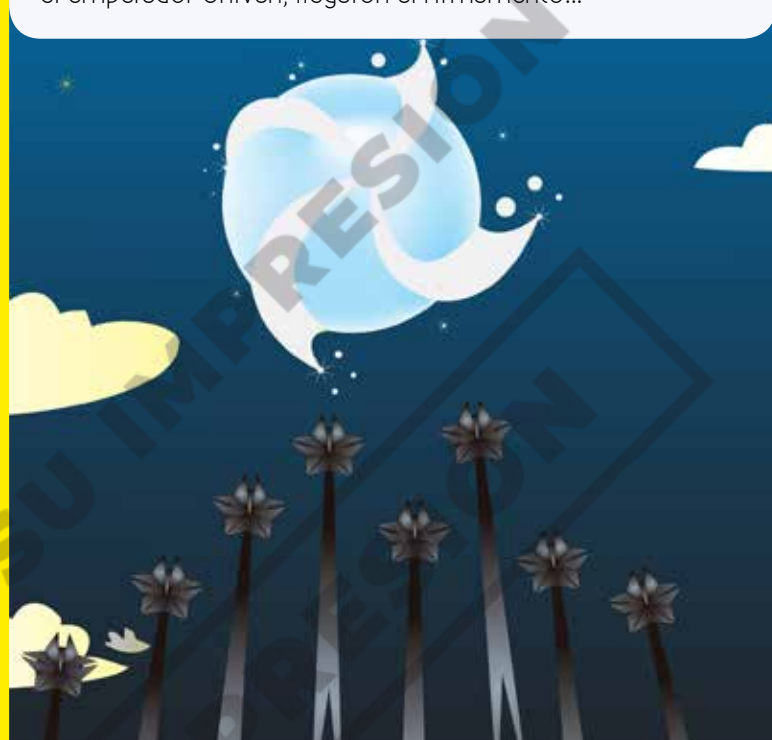


¡Los univanes se estaban apoderando del mundo!

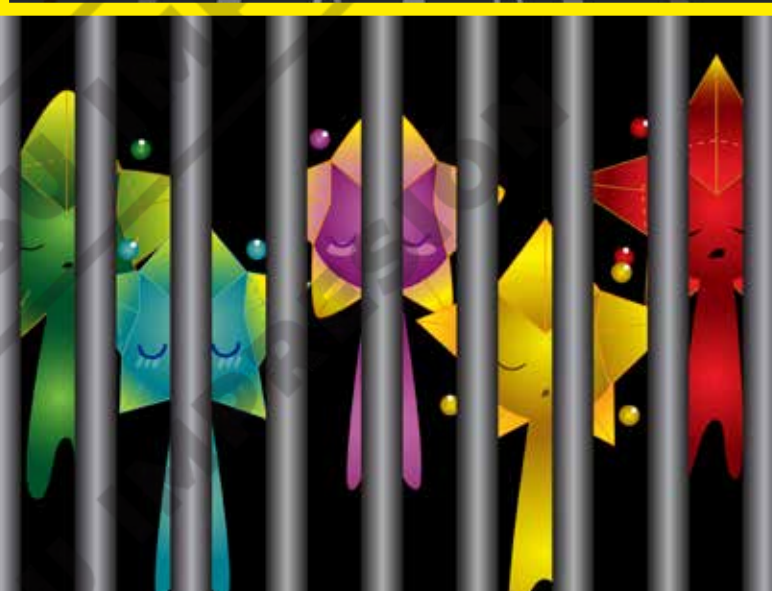
La tristeza, la ira, el odio, las guerras y la muerte eran cada vez más frecuentes. ¡Era todo un caos!



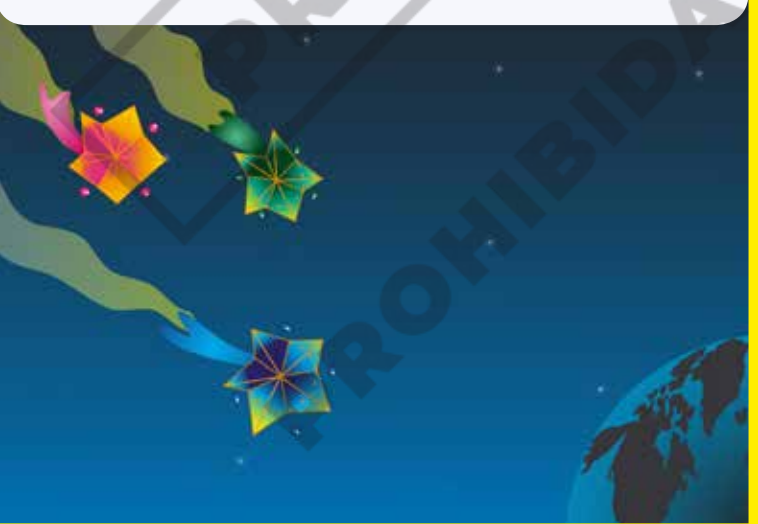
Con su nueva fuerza los univanes acompañados de su líder, el emperador Univan, llegaron al firmamento...



y secuestraron a cada uno de los laudes que no pudieron hacer mucho ante tal oscuridad.



Algunos laudes malheridos pudieron escapar y bajaron a la Tierra...



donde escogieron a un niño llamado Pisky y a una niña de nombre Luna...

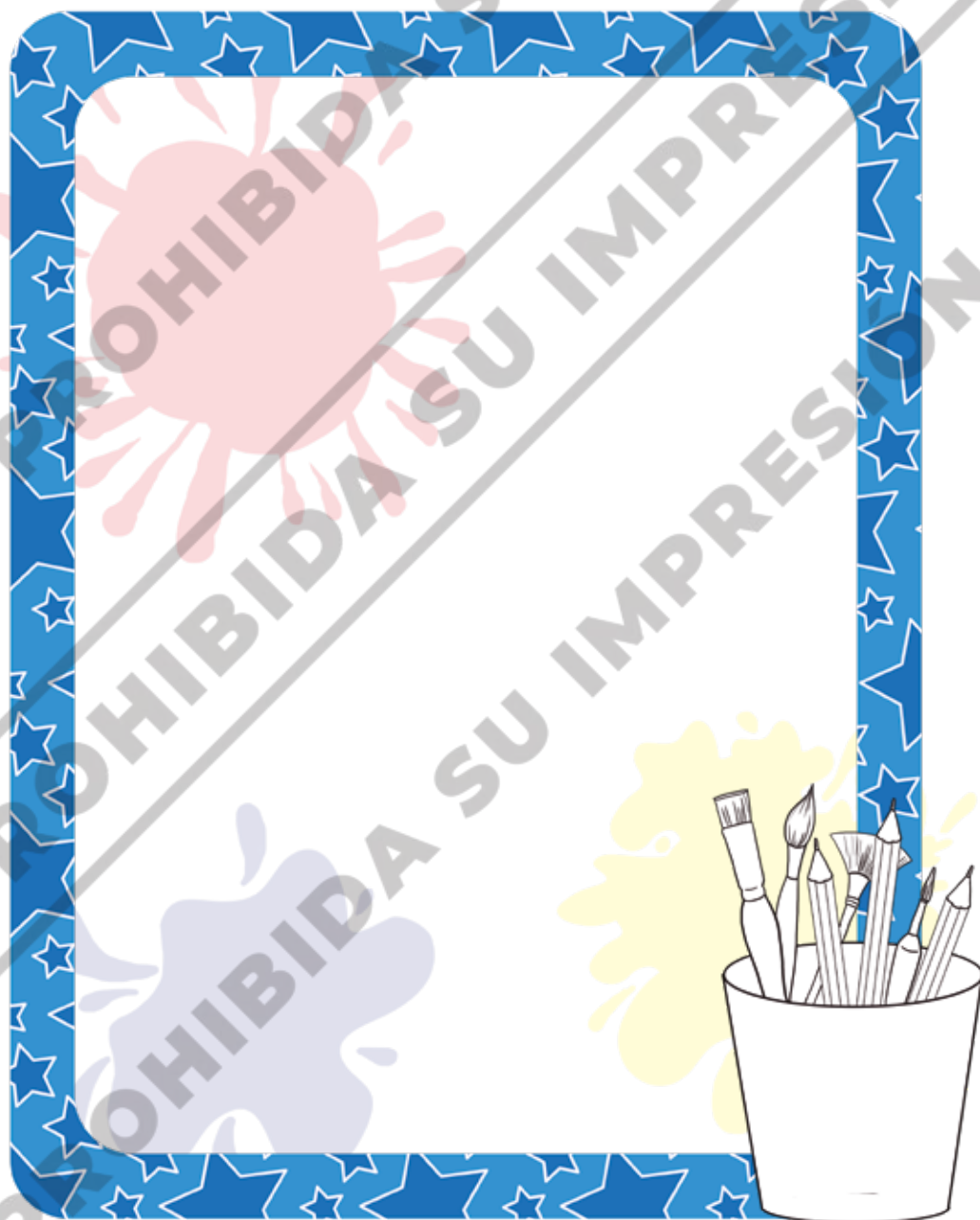


Su misión sería transformar nuevamente a los univanes en laudes y regresar la paz al corazón de la Tierra.

Sesión 1 Mi identidad

Conquistando galaxias

- 1 Dibuja un árbol con la forma, textura y color que estén en armonía con tu vida. Toma en cuenta los siguientes aspectos:
 - Las raíces simbolizan el pasado: experiencias, anécdotas importantes.
 - El tronco del árbol significa el presente: pasatiempos y gustos.
 - Las ramas y hojas aluden al futuro: intereses y metas por alcanzar.



Construyendo mi constelación

2 Mi identificación

(Tu foto aquí)

Yo soy: _____

Vivo en: _____

Mi fecha de nacimiento es: _____

Mi sexo es: _____

Mi nacionalidad es: _____

Estudio en : _____

Mi huella: _____

Firma: _____

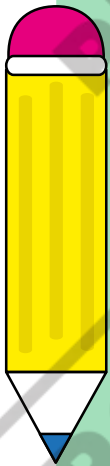
Sesión 2 Mi metamorfosis

Conquistando galaxias

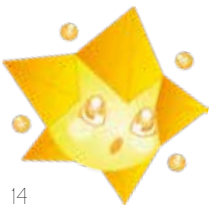
- 1 Haz un dibujo de ti mismo(a). En la primera columna te representarás como eras en el pasado, y en la segunda como eres en la actualidad. Haz notar los cambios físicos, emocionales y sociales que experimentas actualmente; puedes agregar pasatiempos, gustos, intereses y anécdotas.

Yo antes

Yo ahora

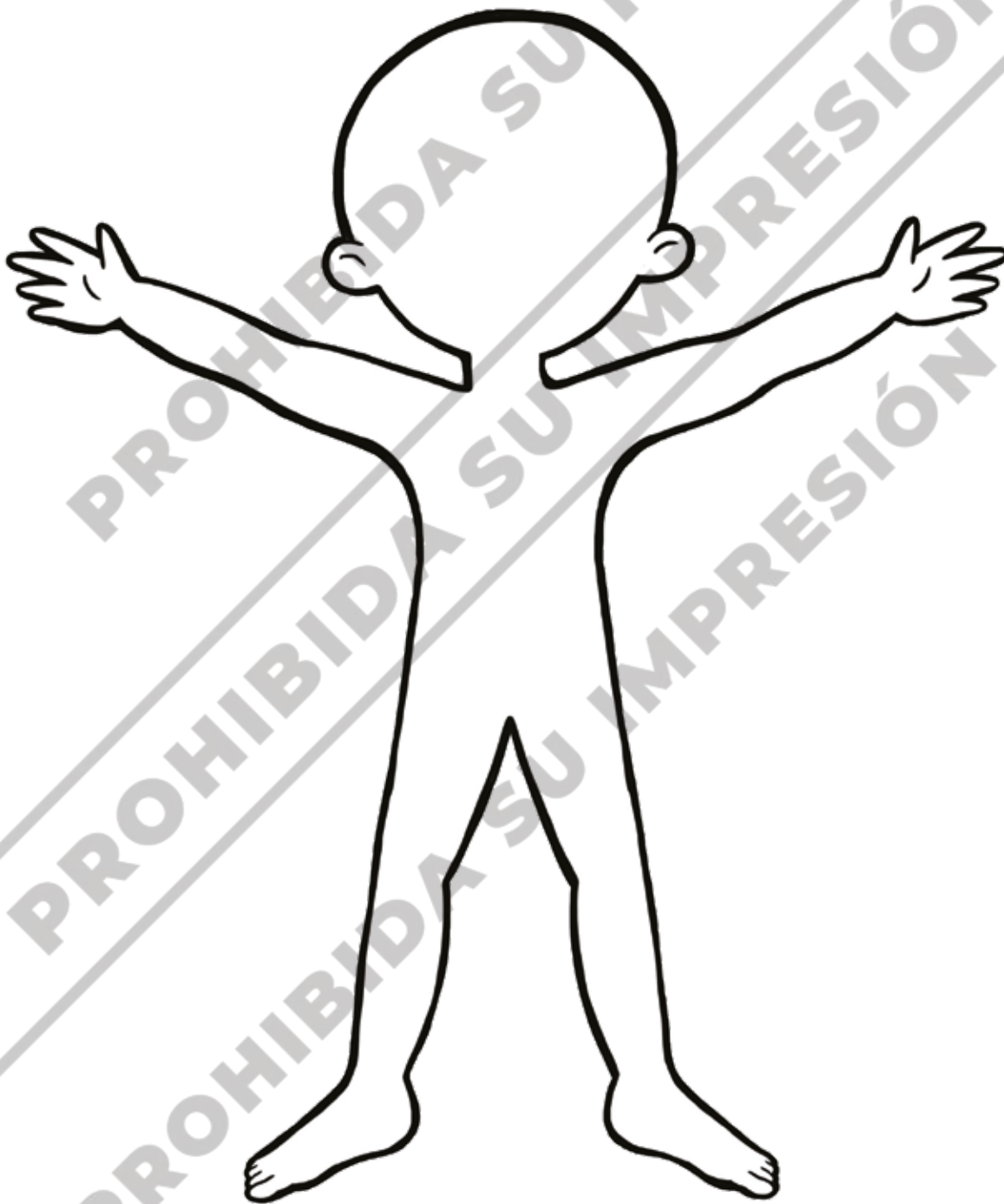


Autoconocimiento



Construyendo mi constelación

- 2 Escribe o dibuja dentro de la silueta los elementos que construyen tu identidad personal (por ejemplo, los valores, sentimientos, emociones, ideales, visión del mundo, etc.); y por fuera los elementos que construyen tu identidad social (por ejemplo, el contexto, la familia, las creencias, la escuela, los medios de comunicación, las redes sociales, etc.).



Sesión 3

Autoconcepto

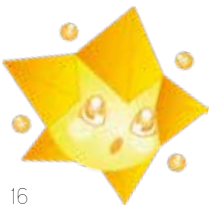
Mi transición

Explorando mi universo

- 1 Elabora en el siguiente espacio una carta para el (la) niño(a) que llevas dentro.

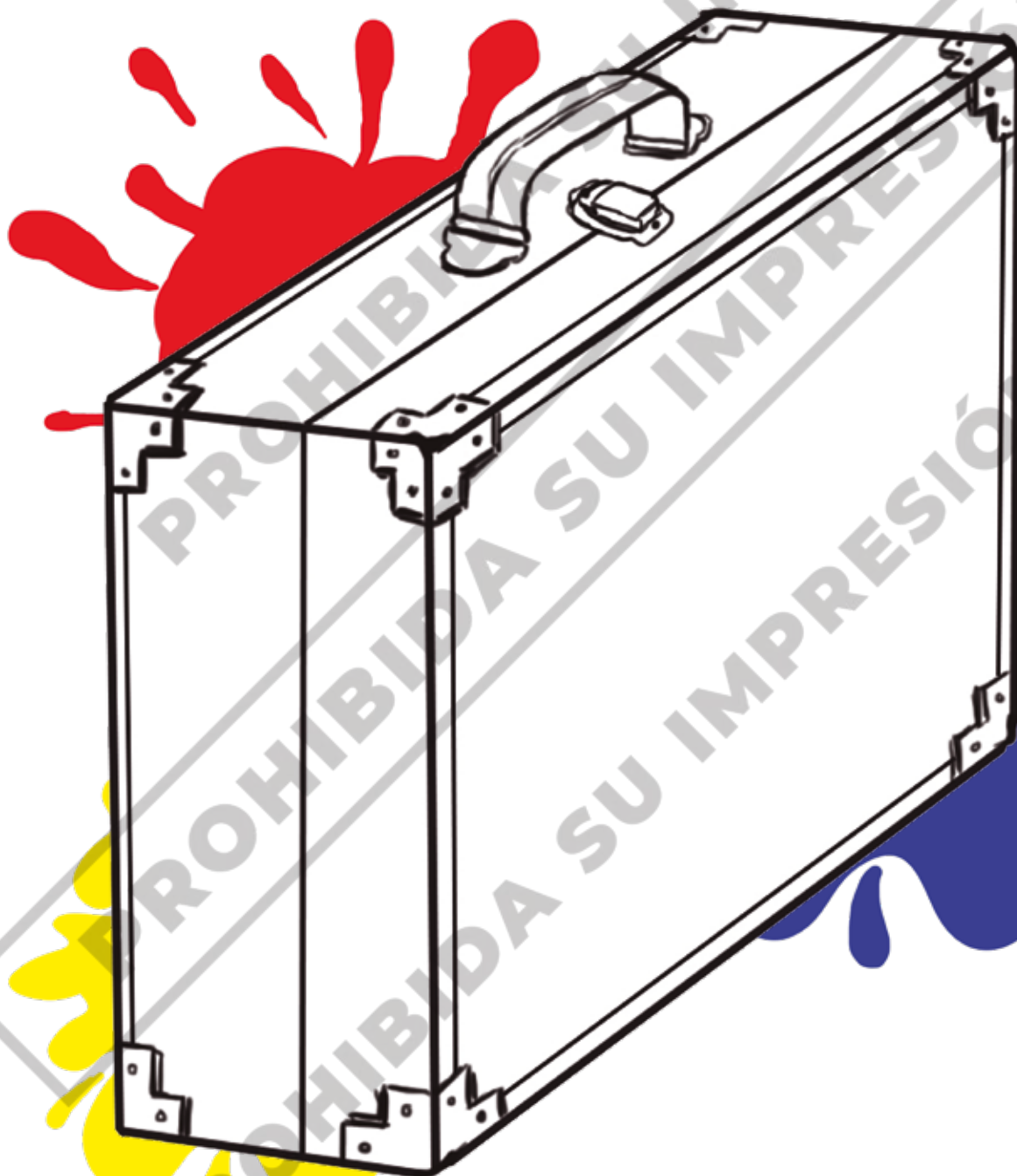
A large blue spiral-bound notebook with a yellow pencil on the right side, intended for writing a letter. The notebook has a blue cover and a yellow spiral binding. The page is white with horizontal lines. The pencil is yellow with a pink eraser and a blue band.

Autoconocimiento



Conquistando galaxias

- 2 ¿Qué aprendizajes de tu infancia te gustaría llevar en la maleta para emprender esta nueva travesía? Anótalos en tu maleta.



Sesión 1 Cuando soy impulsivo(a)

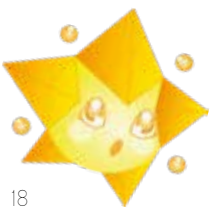
Explorando mi universo

1 Ayuda a Luna y a Pisky a indagar...

1. ¿Qué pasa con Luis?

2. ¿Qué estaba sintiendo?

3. ¿Qué crees que pensaba?



Explorando mi universo

2 La historieta del impulso. Crea y dibuja tu historieta.

¿Qué estaba pasando?	¿Qué situación detonó el impulso del emperador?	¿Qué reacciones tuvo tu cuerpo?
¿Qué acciones tuviste?	¿Cómo reaccionaron las otras personas?	¿Cómo terminó?

Conquistando galaxias

3 Coloca en la parte correspondiente del carruaje las siguientes emociones y acciones.

Enojo

Autocontrol

Palabrotas

Patadas

Escapar

Rabia

Impulsividad

Inteligencia emocional

Berrinches

Acciones asertivas

Miedo

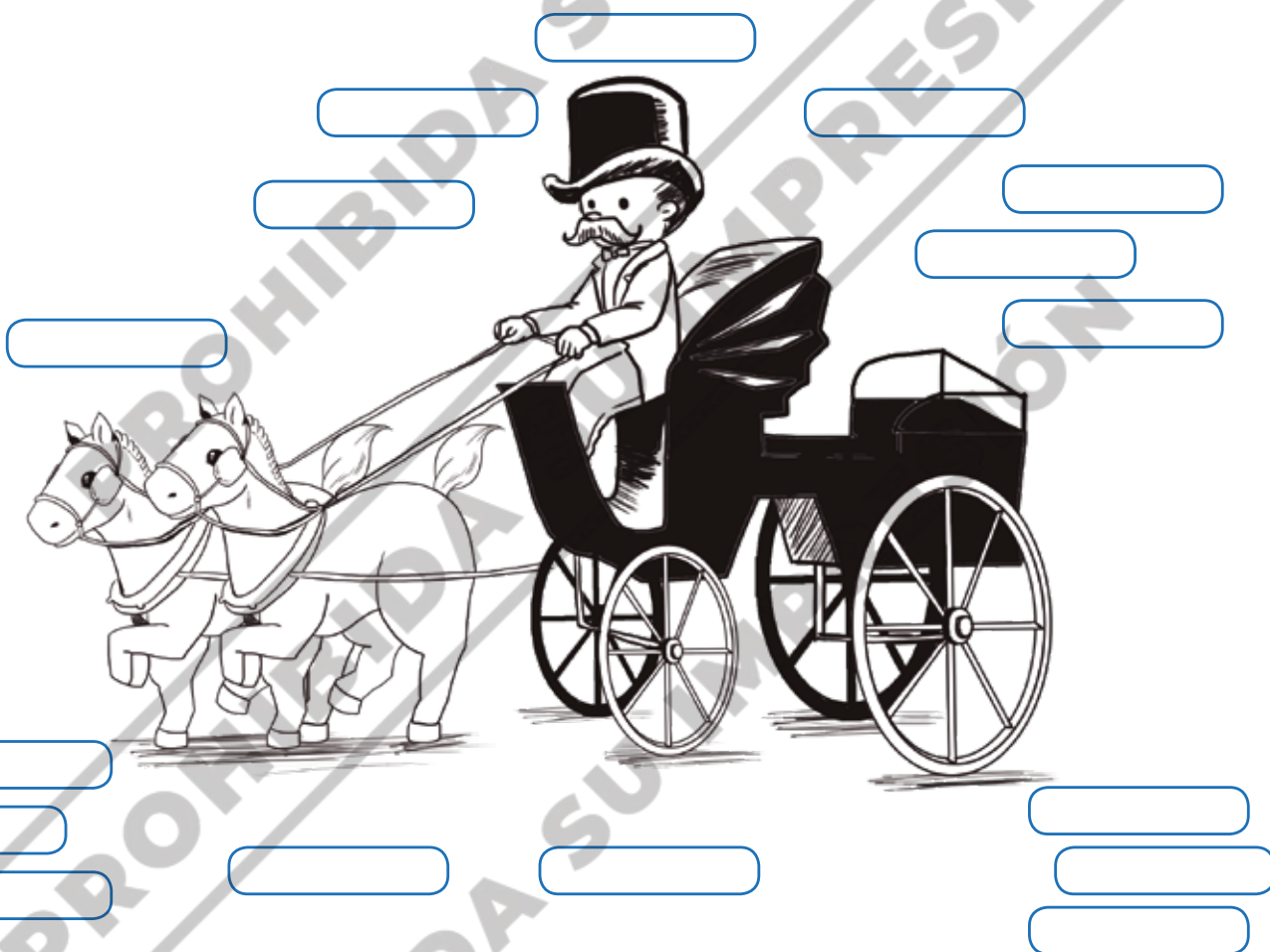
Lastimar

Golpes

Evadir

Ira

Palabras asertivas



Inteligencia emocional

Sesión 2 La inteligencia emocional

Explorando mi universo

- 1 Busca tu memorama en la sección de recortes (páginas 87), recorta las tarjetas ¡diviértete y juega!



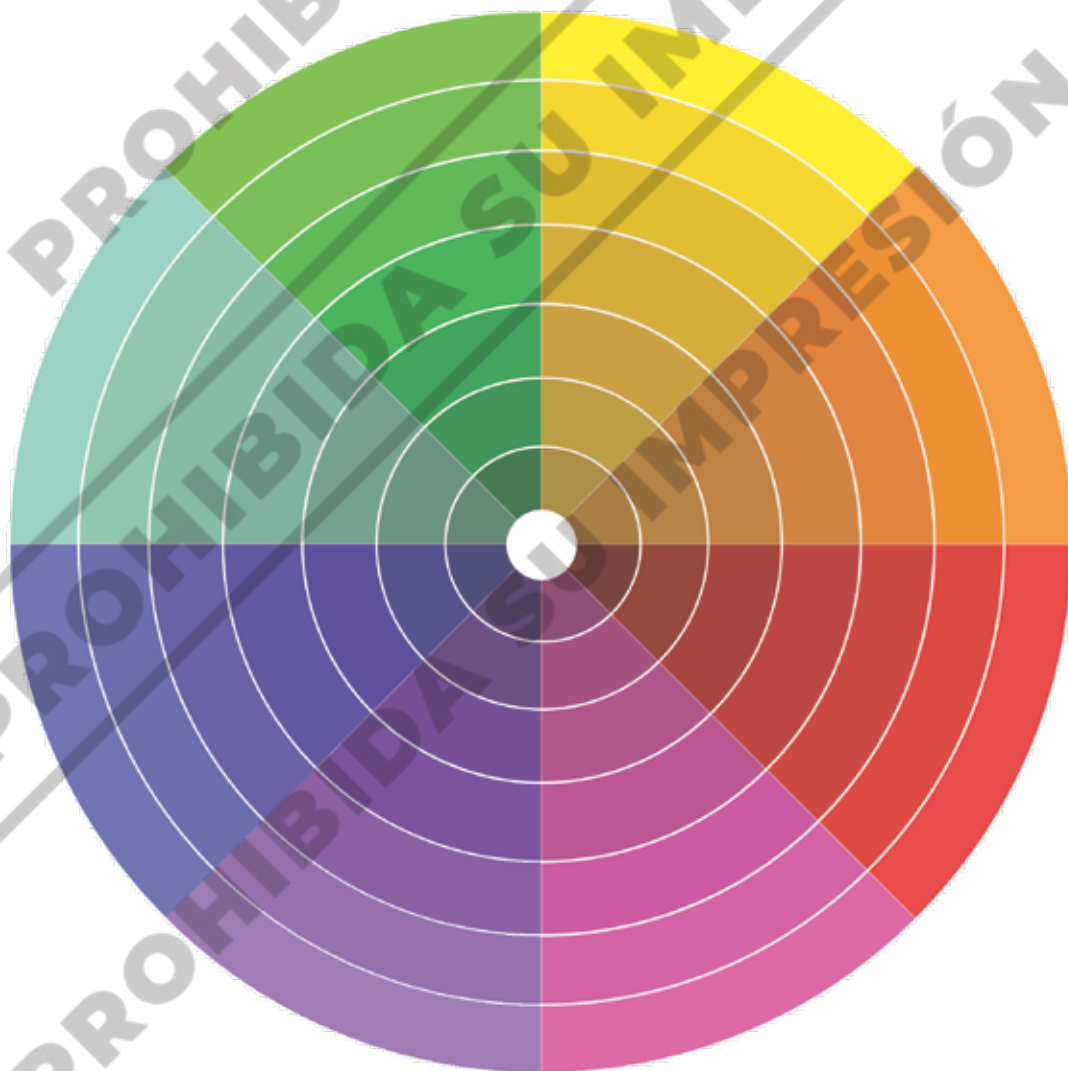
Manejo de emociones y sentimientos



Conquistando galaxias

- 2 Observa el listado de emociones y colócalas en la paleta de colores según su grado de intensidad.

Ternura Amor Odio Ira Irritación Tensión Alivio Serenidad Felicidad Alegria Tristeza	Compasión Remordimiento Culpa Vergüenza Inseguridad Timidez Confusión Miedo Asombro Asco Hostilidad	Aceptación Incomprensión Desamparo Soledad Nostalgia Melancolía Aburrimiento Ilusión Entusiasmo Euforia Desaliento	Decepción Frustración Admiración Envidia y Celos Deseo Satisfacción Orgullo Placer Gratitud
---	--	---	--



Construyendo mi constelación

3 Completa la tabla.

¿Cómo reacciona mi cuerpo ante un impulso?
¡Dibújalo!

¿Qué palabras, frases o conductas activan o provocan mi impulso?



Sesión 3 Practicando mi inteligencia emocional

Conquistando galaxias

- 1 Lee con atención el siguiente esquema de la inteligencia emocional y escribe un ejemplo de respuesta impulsiva que hayas experimentado.

Experimentar la emoción



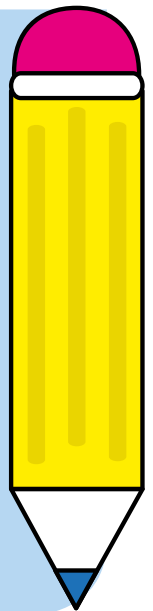
Reconocer las señales en el cuerpo



Respuesta inhibida o explosiva



Ejemplo



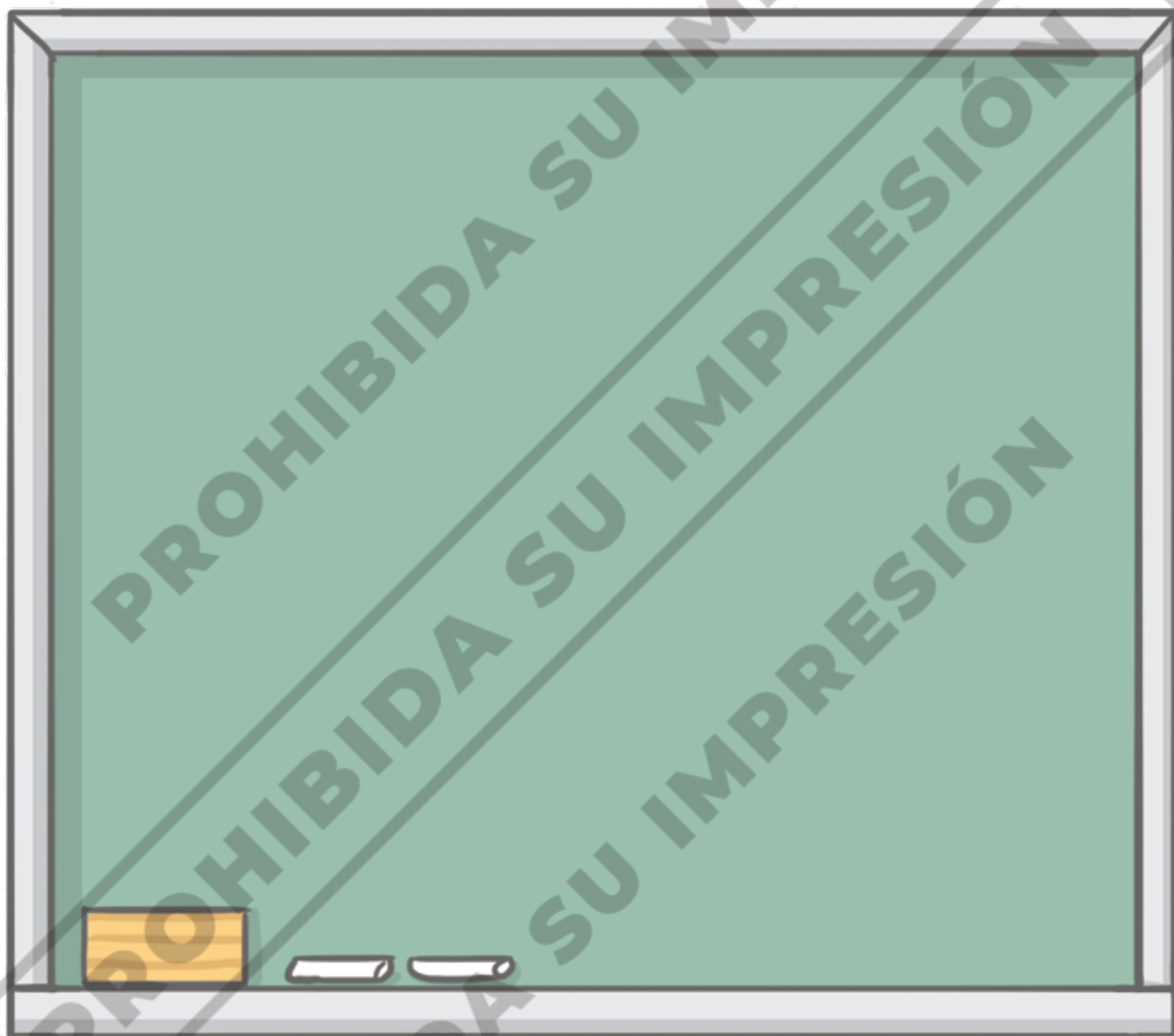
Conquistando galaxias

- 2 Completa el siguiente esquema: dibuja y escribe las respuestas de tus impulsos ante alguna emoción.

¿Qué advierto en mi cuerpo?	¿Qué pienso?	¿Qué hago?
		

Construyendo mi constelación

- 3 Tablero de autocontrol. Escribe en el tablero la técnica de autocontrol que practicarás.

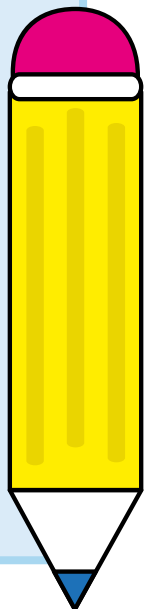


Sumando estrellas

- 4 Completa tu Diario de la observación registrando el manejo y control de tus emociones.

Diario de la observación:

Fecha	¿Qué sucedió? (Situación)	¿Cómo reaccioné? (Técnica que utilice)	¿Logré controlarme? Sí/No



Sesión 1

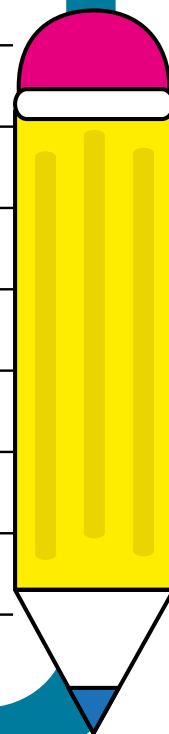
Conciencia social

Caras vemos, historias no sabemos

Explorando mi universo

- 1 Escribe lo que piensas al leer el siguiente dicho.

Caras vemos,
corazones
no sabemos...



Empatía



Construyendo mi constelación

- 2 Escribe los acuerdos de cómo se organizarán en la isla, ¡no olvides pensar en todos y poner en práctica tu conciencia social!

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

Sesión 2 Reflejándome en el otro

Explorando mi universo

- 1 Escribe las características que todos tenemos en común.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

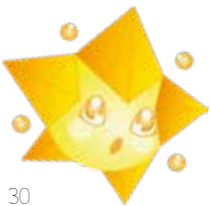
7.

8.

9.

10.

Empatía



Conquistando galaxias

2 Observa las siguientes imágenes y contesta las preguntas.



1. ¿Qué pasó?

2. ¿Qué sientes al ver las imágenes?

3. ¿Qué crees que sentían las personas que ves en las imágenes?

4. ¿Qué piensas al respecto?



1. ¿Qué pasó? _____

2. ¿Qué sientes al ver las imágenes? _____

3. ¿Qué crees que sentían las personas que ves en las imágenes? _____

4. ¿Qué piensas al respecto? _____

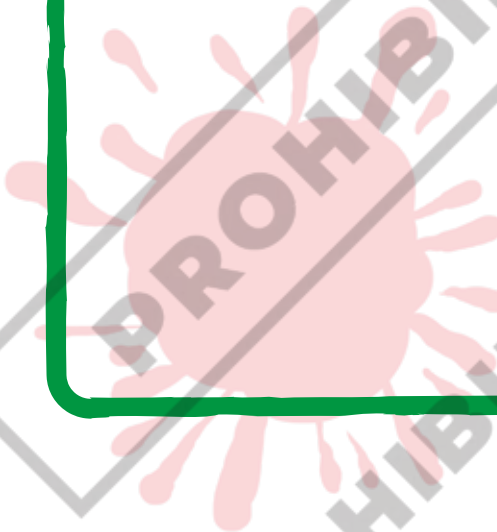
Construyendo mi constelación

3 Escribe dos noticias de lo que se indica en el recuadro.

El mejor momento de mi vida



El momento más difícil de mi vida



Sesión 3 La empatía despierta mi acción social

Big bang

- 1 Observa la imagen y contesta las siguientes preguntas.



1. ¿Qué observas en la imagen?



2. ¿Qué crees que le pasa al mundo?



Empatía



Conquistando galaxias

- 2 Realiza una historieta que represente tu acción social; menciona su origen, sus consecuencias, alcances y posibles soluciones.

Construyendo mi constelación

3 Elabora el plan de acción de tu equipo.

[illegible]

Firmas de compromiso de los integrantes:

Sesión 1

Conducta prosocial

Tengo derecho a expresarme

Big bang

1 Completa tu Ficha de identificación.

Nombre:	Autorretrato
Edad:	
Fecha de nacimiento:	
Lugar de nacimiento:	
Dirección:	
Color favorito:	
Pasatiempo:	
Fortalezas:	
Logros:	

Comunicación asertiva



Explorando mi universo

2 ¿Cómo sería un día sin los derechos de la infancia? Dibújalo.



Conquistando galaxias

3 Contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Cuáles son las consecuencias de que los niños y niñas no tengan derechos?



2. Haz un dibujo que represente tu respuesta a la pregunta anterior.



Construyendo mi constelación

- 4 Escribe la ley que instaurarías para solucionar un problema que afecte a los niños y niñas.

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

Sesión 2 Soy un agente prosocial

Conquistando galaxias

- 1 Escribe diez acciones que se puedan realizar cotidianamente en tu casa, colonia y escuela para promover la conducta prosocial de tu equipo.

Conducta prosocial: _____

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Comunicación asertiva



Construyendo mi constelación

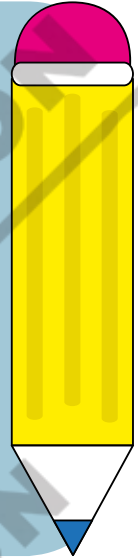
- 1 Identifica tres problemas de tu colonia, escuela o casa, y plantea alternativas que promuevan la conducta prosocial en dichos contextos.

Problemas:

1. _____

2. _____

3. _____

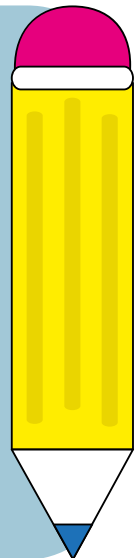


Soluciones:

1. _____

2. _____

3. _____

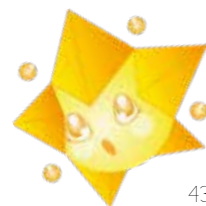


Sesión 3 Conciencia social La silla de la expresión

Explorando mi universo

- 1 Haz un cómic cuya historia promueva la conducta prosocial.

Comunicación asertiva



Construyendo mi constelación

2 Escribe diez normas para evitar conflictos en el salón de clases.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Sesión 1

Liderazgo

¿Qué es un líder?

Conquistando galaxias

- 1 ¡Juguemos adivina quien!, busca tus tarjetas de líderes en la sección de recortes (página 89) de tu cuaderno Laudes y pégalas sobre cartón para que tengan mayor rigidez.



Madre Teresa de Calcuta.

Fue una monja católica de origen albanés. Fundadora de las Misioneras de la caridad, cuya función fue dar hogar y atención a huérfanos, enfermos y pobres de todo el mundo.

Habilidades principales: comprensión interpersonal, paciencia, ética.



Martin Luther King Jr.

Nació en Estados Unidos. Dedicó su vida a la lucha contra la discriminación racial. Su lucha y defensa las llevó a cabo a través de un discurso pacífico. Es recordado por su famoso discurso "Yo tengo un sueño".

Habilidades principales: comunicación asertiva, comprensión interpersonal, sentido de justicia, empatía.



Malala

Mujer pakistaní de 17 años de edad. Recibió el Premio Nobel de la Paz por su defensa a los derechos de las mujeres, lo que la convierte en el personaje más joven en recibir este premio.

Habilidades principales: credibilidad, proactividad, empatía, claridad, habilidades comunicativas.



Sor Juana Inés de la Cruz

Escritora mexicana, la mayor figura de las letras hispanoamericanas del siglo XVII. La influencia del barroco español, visible en su producción lírica y dramática, no llegó a oscurecer la profunda originalidad de su obra. Su espíritu inquieto y su afán de saber la llevaron a enfrentarse a los convencionalismos de su tiempo, que no veía con buenos ojos que una mujer manifestara curiosidad intelectual e independencia de pensamiento.



**Ernesto "Che" Guevara**

Fue médico, político, militar, escritor, periodista y revolucionario argentino-cubano. Fue también comandante de la Revolución Cubana.

Habilidades principales: previsión, consciencia social, perseverancia, manejo de crisis, empatía.

**Adolf Hitler**

Fue un líder alemán, militar y político, que llevó al poder al Partido Nacionalsocialista Obrero Alemán o Partido Nazi. Dirigió a Alemania durante la Segunda Guerra Mundial, misma que inició con el propósito principal de cumplir sus planes expansionistas en Europa.

Habilidades principales: persuasión, planificación estratégica, comunicación verbal.

**Marie Curie**

Científica polaca destacada por haber obtenido dos premios Nobel en dos campos diferentes: Química y Física. Para lograrlo, tuvo que estudiar clandestinamente durante su juventud.

Habilidades principales: perseverancia, razonamiento lógico, disciplina, amor al conocimiento.

**Lenin**

Fue un líder comunista ruso que provocó la caída del imperio ruso. Dedicó su vida a pensar en las formas para mejorar la vida de la clase más pobre de Rusia, de ahí el éxito de su revolución.

Habilidades principales: persuasión, empatía, habilidades comunicativas, asertividad, consciencia social.

**Donald Trump**

Presidente electo de los Estados Unidos y uno de los empresarios más influyente del continente americano.

Habilidades principales: persuasión, autodisciplina, autoconfianza, habilidades comunicativas.

**Rigoberta Menchú**

Es una líder indígena guatemalteca que ha destacado por su liderazgo al frente de las luchas sociales por la comunidad indígena en el ámbito nacional e internacional.

Habilidades principales: comprensión interpersonal, empatía, persuasión, habilidades comunicativas, sentido de justicia.

**Nelson Mandela**

Fue un activista y político sudafricano que lideró los movimientos contra el apartheid y que, tras una larga lucha y 27 años de cárcel, presidió en 1994 el primer gobierno que ponía fin al régimen racista.

El siglo XX dejó dos guerras mundiales, los campos de exterminio y el terror atómico, pero también grandes campeones de la lucha contra la injusticia.

Habilidades principales: empatía, sentido de justicia, habilidades comunicativas.

**Mahatma Gandhi**

Nació en la India. Fue dirigente del movimiento contra el Raj británico, para lo que practicó la desobediencia civil no violenta, además de pacifista, político, pensador y abogado hinduista indio.

Habilidades principales: ética, credibilidad, sensibilidad, comprensión interpersonal.

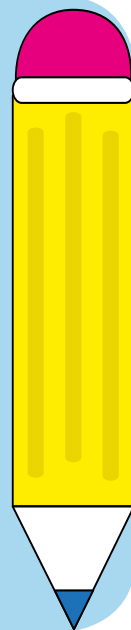
Conquistando galaxias

- 2 En el siguiente espacio pega la imagen del líder con el que te identificas y después escribe el porqué. Busca las imágenes de los líderes en la sección de recortes (página 91) de tu cuaderno Laudes.

Me identifico con:



¿Por qué?



Sesión 2 Encendamos nuestro buscador de líderes

Conquistando galaxias

- 1 Mi radar detector de líderes ¿Conoces personas de la escuela, de tu casa, colonia o municipio que tengan cualidades de líder? ¡Escribe su nombre!



Casa:

Escuela:

Colonia:

Municipio

Relaciones interpersonales



Construyendo mi constelación

2 ¡Dibuja en este espacio al líder que te inspira o consigue una foto suya!



Es para mí un gran líder porque...



Sumando estrellas

- 3 Busca tu reconocimiento en la sección de recortes (página 93) de tu cuaderno Laudes, escribe en el nombre de la persona a la que elegiste como líder, recórtalo y entrégaselo.



Sesión 3 Yo soy un líder

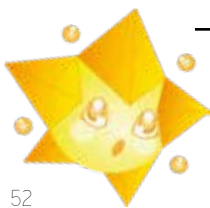
Conquistando galaxias

- 1 Yo soy un líder. Colorea el siguiente dibujo y después contesta las preguntas.



2. ¿Qué estoy dispuesto(a) a hacer con mis habilidades y características para fortalecerlas?

1. ¿Qué habilidades y características tengo para ser líder?

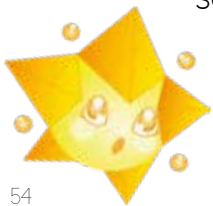


Conquistando galaxias

2 ¿Quiénes serán tus guías en el proceso de aprender a ser líder?



A blue spiral-bound notebook with a yellow pencil resting on it. The notebook has a blue cover and a white page with horizontal lines. The pencil is yellow with a pink eraser and a blue band. A large, diagonal watermark reading "PROHIBIDA SU IMPRESIÓN" is overlaid across the page.



Sesión 1

Emprendimiento

El emprendimiento

Explorando mi universo

- 1 Escribe o dibuja las herramientas que debe tener un emprendedor antes de iniciar su proyecto.



Contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Por qué crees que te faltan esas cualidades para ser una persona emprendedora? _____

2. Una vez que hayas desarrollado las habilidades que te faltan, ¿cómo las aplicarás para ser una persona emprendedora? _____

3. ¿Alguna vez has pensado en emprender un proyecto o negocio? ¿Cómo sería? _____

Sesión 2 Emprendimiento Incubando ideas

Conquistando galaxias

- 1 Describe el proyecto que quieres emprender.



Construyendo mi constelación

Contesta las siguientes preguntas respecto a tu proyecto de emprendimiento:

¿Qué venderé?

¿Cómo lo venderé?

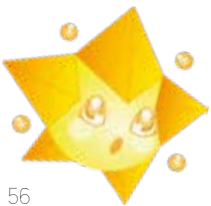
¿Cuándo lo venderé?

¿A quién se lo venderé?

¿En dónde lo venderé?

Pensamiento creativo





Sesión 3 Feria de emprendedores

Construyendo mi constelación

1 Contesta las siguientes preguntas.

1. ¿Cómo te sentiste en la Feria del emprendimiento?



2. ¿Cómo le fue a tu equipo con su proyecto?



3. ¿Te gustaría hacerlo realidad?, ¿por qué?



4. ¿Qué aprendiste de este ejercicio?



Sesión 1

Razonamiento deductivo

¿Qué le pasa al mundo?

Conquistando galaxias

- 1 Escribe cinco ejemplos de cada tipo de violencia

Violencia directa

Visible



Violencia indirecta

Invisible



Pensamiento crítico



Conquistando galaxias

2 Mi razonamiento deductivo sobre la violencia es:

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

1 Escribe una noticia reciente, o una situación, referente a la violencia que haya sucedido en tu Estado.

This image shows a blank sheet of graph paper with a light gray grid. A prominent diagonal watermark across the center reads "PROHIBIDA SU IMPRESIÓN". On the left side, there is a vertical yellow bar with a pink semi-circle at its top edge. The page is otherwise empty of text or markings.

Pensamiento crítico



Esplorando mi universo

2

Observa la siguiente información para el diseño de tu periódico.

Las ideas principales de tu nota periodística se generarán a partir de la pregunta "¿Cuál es la situación de violencia que se vive en tu Estado?"



Sesión 3 Mi postura ante la violencia

Explorando mi universo

- 1 Escribe la conclusión de tu equipo respecto a la nota periodística que analizaron en clase.



Pensamiento crítico



Conquistando galaxias

- 2** ¿Cuál es tu postura ante la violencia? Escríbela en el globo y completa los apartados de opinión.

No olvides retomar todo lo que has aprendido en el programa Laudes.

La violencia es, para mí: _____

Por lo tanto pienso que: _____

Entonces yo actúo: _____

Y soy: _____

Sumando estrellas

- 3** Completa la frase

Ante la violencia, yo decido cuidarme a mí y a los demás; por eso _____

Sesión 1

Cultura de paz

Manejando pacíficamente los conflictos

Big bang

1 Contesta la pregunta:

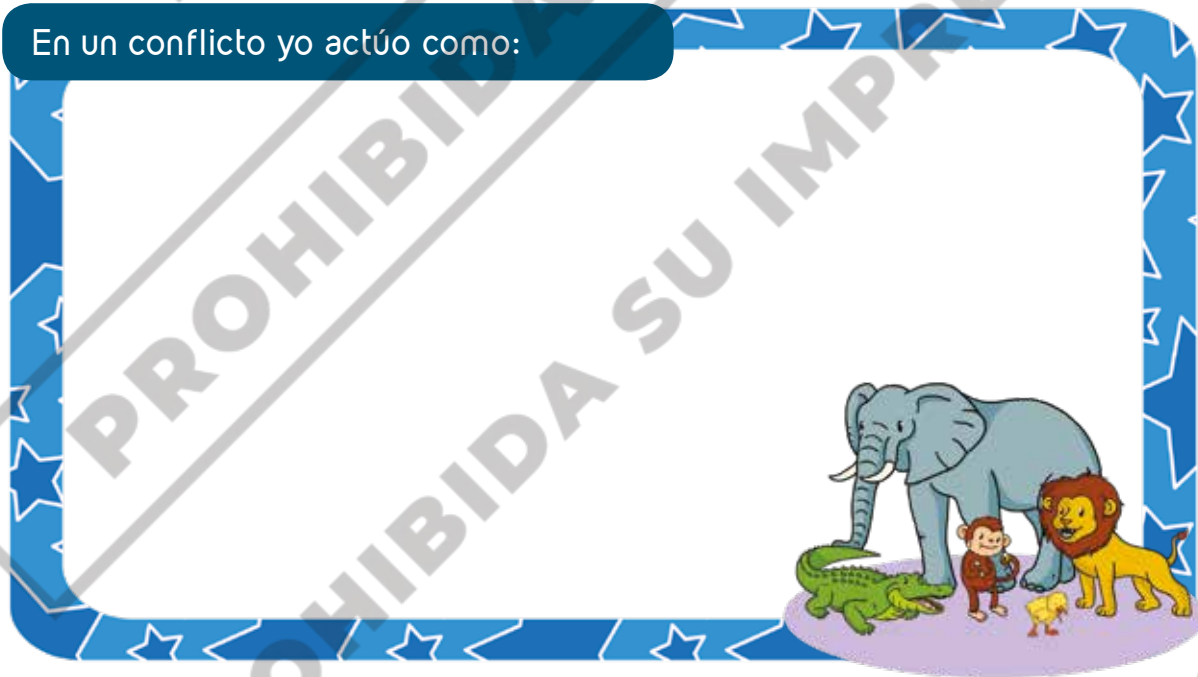
¿En qué eres fuerte?



Conquistando galaxias

2 Dibuja a tu animal.

En un conflicto yo actúo como:



Manejo de problemas y conflictos



Conquistando galaxias

- 3 ¿Qué acciones realizas en cada fase del conflicto? Escríbelas donde corresponda.

Preconflicto

Entrada

En marcha

Confrontación

Crisis

Estancamiento

Desestancamiento

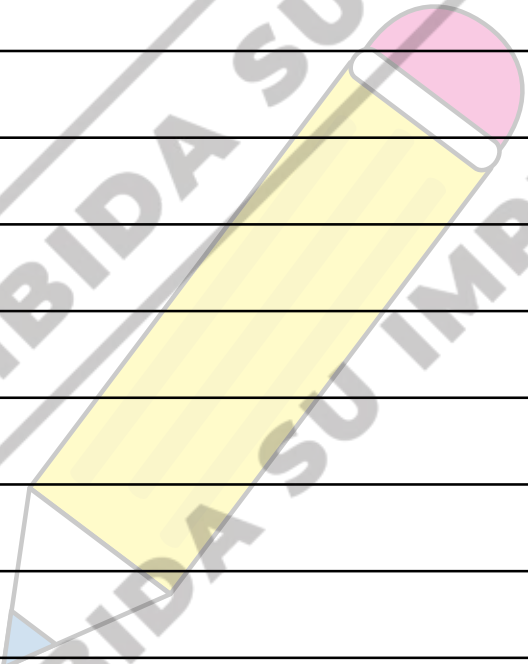
Postconflicto

Construyendo mi constelación

- 3 Escribe la solución al conflicto que presentaste en el ejercicio anterior.

Resolución

pacífica



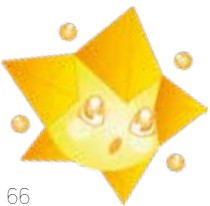
A notebook with a blue cover and a white page with horizontal lines. The page is titled 'Resolución pacífica' in large, bold, yellow letters with a blue outline. A yellow pencil with a pink eraser and a blue band is positioned diagonally across the page, pointing towards the bottom left. The page is partially covered by a large, diagonal watermark that reads 'PROHIBIDA SU IMPRESIÓN'.

Sesión 2 Yo soy un promotor de paz

Conquistando galaxias

- 1 Mesas de café ciudadano. Escribe las ideas principales de cada mesa de café ciudadano.

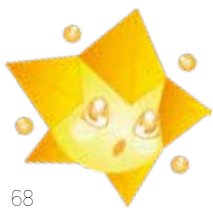
Manejo de problemas y conflictos



Sumando estrellas

2 Escribe las habilidades que tienes.



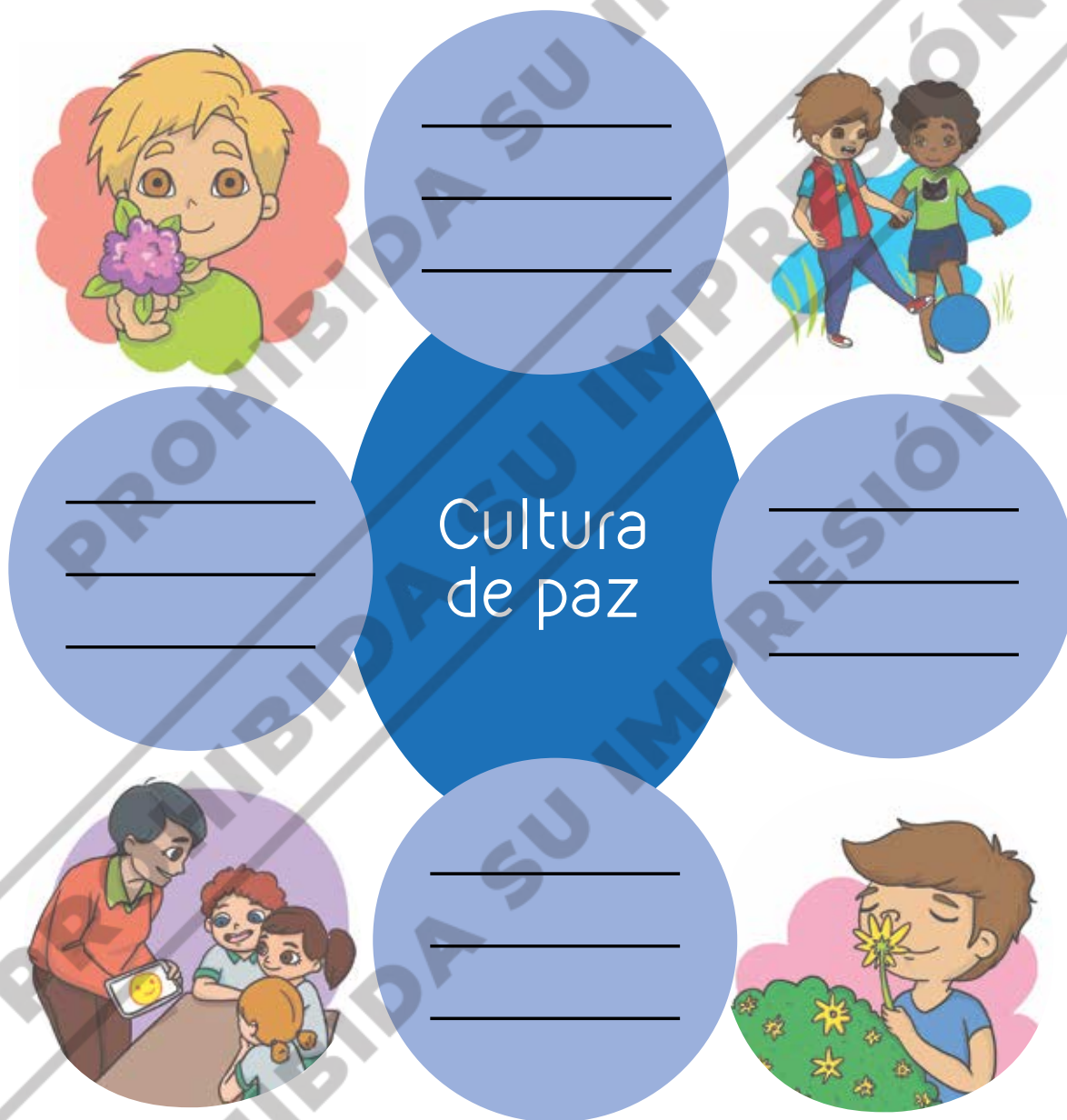


Cultura de paz

Sesión 3 La cultura de paz como forma de vida

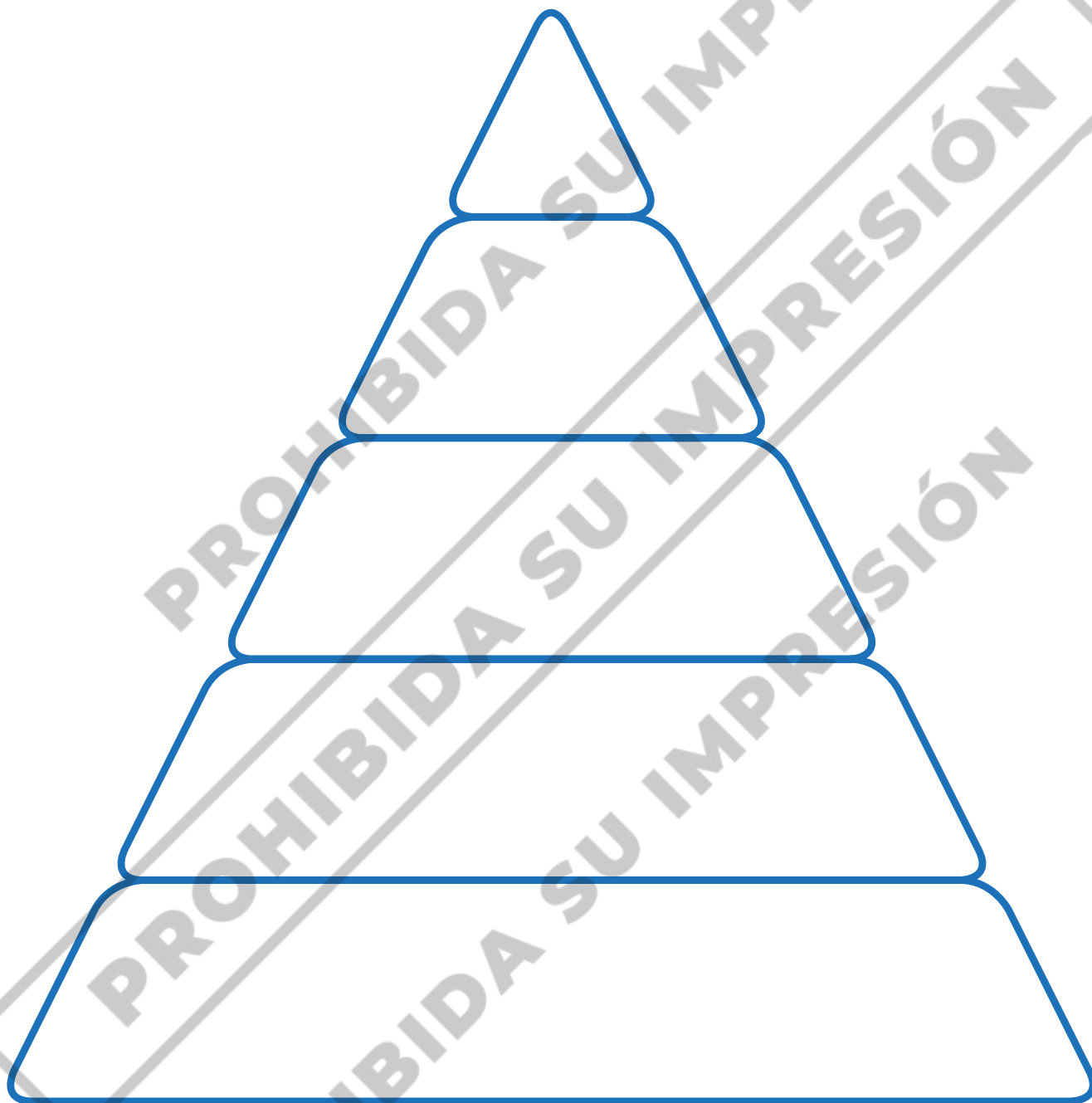
Big Bang

- 1 Escribe, en el siguiente esquema, lo que entiendes por 'cultura de paz'.



Big Bang

- 2 Escribe en el triángulo los valores más importantes para ti.





Meditación

Sesión 1 La meditación, una forma de vivir en paz

Conquistando galaxias

- 1 Escribe las oraciones que, junto con tu equipo, formulaste para responder las siguientes preguntas.

¿Qué sucede cuando la mente está serena?

¿Qué sucede cuando la mente está en calma?

¿Qué sucede cuando la mente está concentrada?



Construyendo mi constelación

2 Contesta la siguiente pregunta.

Respecto a la actividad anterior: ¿las respuestas que generó tu equipo coincidieron con las de tu profesor o profesora?

Sesión 2 Viviendo la meditación

Explorando mi universo

- 1 Con base en lo aprendido en sesiones anteriores, escribe lo que creas que sucede en cada situación mental representada en las imágenes.













Handwriting practice lines with a yellow pencil illustration.



Handwriting practice lines with a yellow pencil illustration.

Handwriting practice lines with a yellow pencil illustration.



Construyendo mi constelación

- 1 Haz un plan de meditación que te ayude a convertir esta práctica en un buen hábito para relajarte. Puedes plasmar qué días de la semana piensas dedicarte a la meditación y cuántos minutos.

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Escribe cuáles son las ventajas que te traerá la meditación y cómo te podría ayudar a controlar tus emociones.

Sesión 3 Otras formas de conectarme conmigo

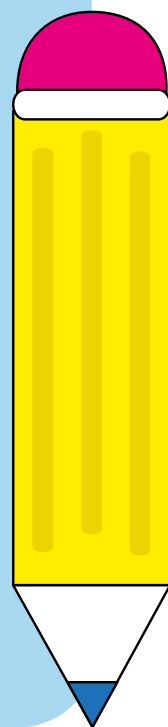
Explorando mi universo

- 1 Escribe qué impresión te causó el ejercicio de armar tus propios pasos de baile, qué se sintió trabajar en equipo, y de qué forma crees que bailar te sirve para expresar tus emociones.

Construyendo mi constelación

- 2 Imagina, crea y escribe un cuento que refleje alguna situación de estrés que hayas vivido.

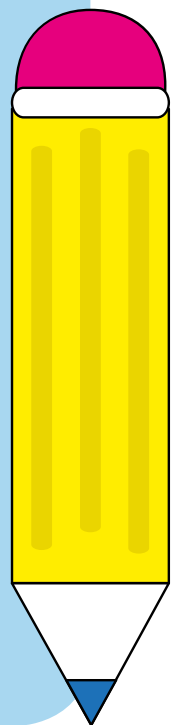




PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN



Sesión 1

Gestión del cambio

¿Qué significa dejar la primaria?

Explorando mi universo

1. Escríbele una carta a tu pasado.



Toma de decisiones



Construyendo mi constelación

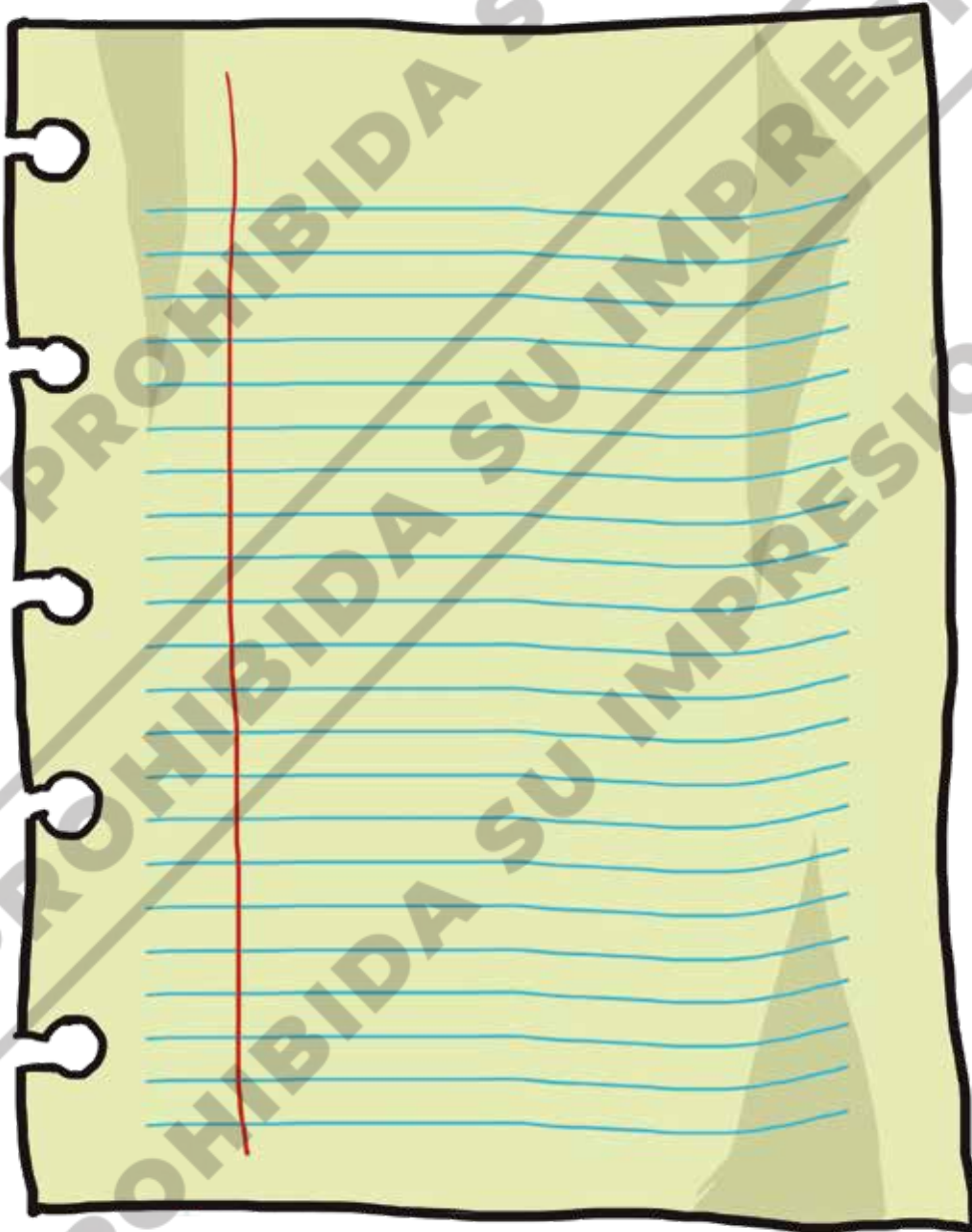
2 ¿Cómo me sentí al ver mis cambios durante la primaria? Escribe tu respuesta.

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

Sesión 2 Mis decisiones, mis cambios... ¿qué significa entrar a la secundaria?

Explorando mi universo

- 1 • Piensa en todas las expectativas que tienes de ti mismo(a) para tu ingreso a la secundaria.
• Escribe una carta expresando lo que esperas de ti, de tus compañeros, de la institución, de los profesores, etc.



Sesión 3 ¿Cómo llegué, qué aprendí, qué me llevo?

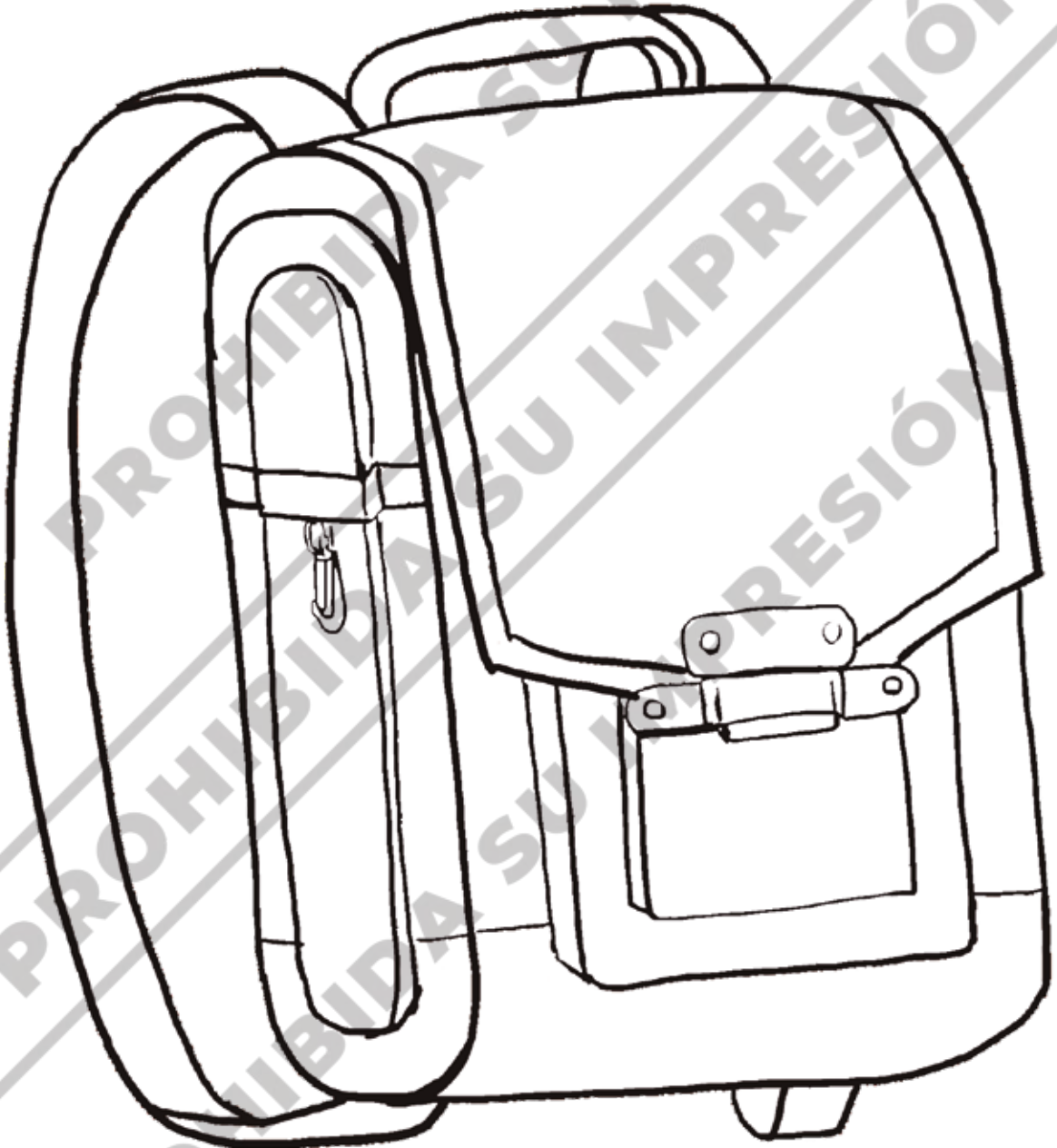
Explorando mi universo

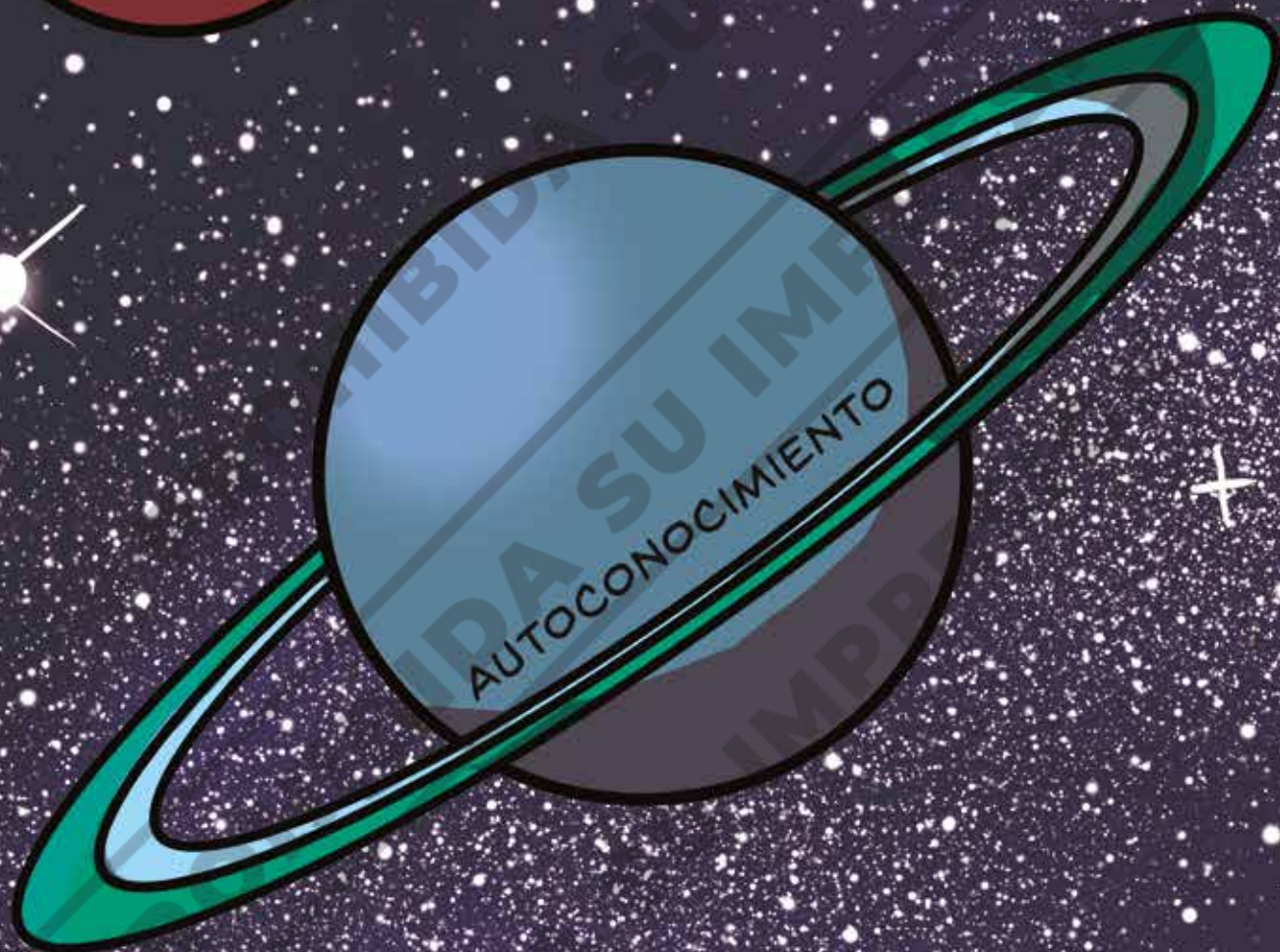
- 1 Piensa en todas las cosas que te gustaría agradecer de tu paso por la primaria y escribe una carta de agradecimiento.



Sumando estrellas

- 2 Escribe, dentro de tu mochila, las herramientas que llevarás a la secundaria para seguir construyéndote como persona. Toma en cuenta las habilidades vistas en el programa Laudes.





PENSAMIENTO
CRÍTICO

PENSAMIENTO
CREATIVO

RELACIONES
INTERPER-
SONALES

MANEJO DE
PROBLEMAS Y
CONFLICTOS

MANEJO DE
ESTRÉS

TOMA DE
DECISIONES

Sección Recortable





Inteligencia lingüística:

Es el tipo de inteligencia que destaca por su capacidad para comprender el orden y el significado de las palabras en la lectura, la escritura, y al hablar y escuchar.

Inteligencia musical:

Es el tipo de inteligencia que destaca por su capacidad para comprender y sentir la música: escuchar, cantar, tocar instrumentos.

Inteligencia lógica matemática:

Es el tipo de inteligencia que destaca por la capacidad de identificar modelos; calcular, formular y verificar hipótesis; utilizar el método científico y los razonamientos inductivo y deductivo.

Inteligencia espacial:

Esta inteligencia la tienen las personas que pueden hacer un modelo mental del mundo en tres dimensiones o, en su defecto, extraer un fragmento de él.

Inteligencia intrapersonal:

Este tipo de inteligencia nos permite formar una imagen precisa de nosotros mismos; nos permite poder entender nuestras necesidades y características, así como nuestras cualidades y defectos.

Inteligencia corporal-kinestésica:

Es la inteligencia que destaca por la capacidad de utilizar el cuerpo para resolver problemas o realizar actividades.

Inteligencia interpersonal:

Se basa en la capacidad de manejar las relaciones humanas: la empatía con las personas y el reconocimiento de las motivaciones, razones y emociones que las mueven.

Inteligencia naturalista:

Este tipo de inteligencia es utilizada al observar y estudiar la naturaleza.

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN



PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN





PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

PROHIBIDA SU IMPRESIÓN

RECONOCIMIENTO

A

POR SER ELEGIDO COMO
EL MEJOR LIDER

FIRMA

FIRMA

