
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA HECTOR ABAD GOMEZ		
	Proceso: GESTIÓN CURRICULAR	Código	
Nombre del Documento: Actividades presenciales		Versión 01	Página 1 de 4

INSTITUCIÓN EDUCATIVA HÉCTOR ABAD GÓMEZ			
DOCENTES: Gonzalo Cortés Sierra		NÚCLEO DE FORMACIÓN: Desarrollo Humano	
CLEI: VI	GRUPOS: 6.3- 6.4- 6.5- 6.6- 6.7-6.8- 6.9	PERIODO: 2	SEMANA: 17
NÚMERO DE SESIONES: 1	FECHA DE INICIO: 01 de Noviembre de 2025	FECHA DE FINALIZACIÓN: 07 de Noviembre de 2025	

PROPÓSITO

Al terminar la guía, el estudiante comprenderá la importancia que tiene identificar, conocer y mejorar las competencias para el desarrollo de las actividades cotidianas, ya que esto permite relacionarnos mejor con los demás, facilita la consecución de metas y objetivos y, en definitiva, permite el progreso, el bienestar y el crecimiento personal.

ACTIVIDAD 1 (INDAGACIÓN)

HABILIDADES PARA LA VIDA PRIMERA PARTE

El propósito principal del conocimiento de las competencias es la contribución al mejoramiento de la calidad de vida, mediante el auto reconocimiento de estas.

El conocimiento pleno de las competencias, además permiten a la persona comprender la importancia que tienen para el afianzamiento de habilidades para la vida.

Indaga o consulta

- ¿Qué significa la frase habilidades para la vida?

ACTIVIDAD 2 (CONCEPTUALIZACIÓN)

Habilidades para la Vida

El Autoconocimiento me permite saber quién soy, que vida quiero y como puedo lograrla permitiéndonos dar sentido a la existencia propia, nos permite perfilar el futuro, desarrollar autonomía y autoestima, por lo tanto, conocerse y saber qué se quiere de la vida son aspectos que le permiten a una persona construir su proyecto de vida que quiere emprender y por lo tanto identifica las competencias que necesita para poder lograrlo.

La Inteligencia Intrapersonal consiste, según la definición de Howard Gardner, en el conjunto de capacidades que nos permiten formar un modelo preciso y verídico de nosotros mismos, así como utilizar dicho modelo para desenvolvernos de manera eficiente en la vida.

HABILIDADES PARA LA VIDA



Habilidades sociales	Habilidades cognitivas	Emociones
<p>Son las capacidades que tiene una persona para relacionarse con otros, de forma clara y respetuosa.</p> <p>Estas habilidades son necesarias para convivir en armonía con los demás. Algunos ejemplos son: la empatía (Capacidad de ponerse en el lugar del otro) y la asertividad (relación interpersonal).</p>	<p>Estas habilidades nos ayudan a ampliar nuestros conocimientos. Por ejemplo: leer y escribir bien nos ayuda a comprender mejor los libros y documentos.</p>	<p>Son sentimientos que nos proporciona la energía para resolver un problema o para realizar una actividad nueva. Por ejemplo: El miedo, la sorpresa, la ira, la alegría y tristeza.</p> <p>Conocer nuestras emociones nos ayuda a comprender cómo nos sentimos ante las situaciones, cómo reaccionamos y a relacionarnos con otros de forma positiva</p>

ACTIVIDAD 3 (APLICACIÓN Y EVALUACIÓN)

1. Sobre el tema de las emociones plantea tres preguntas discriminadas así:
 - a. Una interpretativa
 - b. Una argumentativa
 - c. Una propositiva

Aprender a vivir con los demás requiere de las siguientes competencias: convivencia, cooperación y trabajo en equipo, sobre esto responde

2. ¿Cómo proyecta estas competencias en la vida cotidiana y de acuerdo con los siguientes espacios:

- Casa
- Escuela
- Trabajo

FUENTES DE CONSULTA:

Bibliografía

Talleres de Habilidades para la Vida - Nacatsi

<http://ppectinduccion.blogspot.com/2017/01/habilidades-para-la-vida-y-cultura.html>