



DESARROLLO HUMANO

UNIDAD I

1.1 Teorías del Desarrollo Humano.

*Explica con tus palabras que es el Desarrollo Humano, que expresa, que manifiesta y las dimensiones que lo componen.

1.2 Raíces del Comportamiento.

*Realiza un mapa conceptual donde explique la Motivación, incluyendo la motivación intrínseca y la motivación extrínseca.

1.3 Teoría de las necesidades.

*Realiza el dibujo de la pirámide de la teoría de las necesidades de Maslow, y en cada nivel realiza dibujos que representen a cada una de las necesidades. (Puedes investigar en internet, para obtener mayor información).

1.4 Las potencialidades del ser humano y factores que afectan su desarrollo.

1.5 Recursos naturales del individuo.

1.6 Identificación de la realidad personal.

* Realiza una infografía, donde expongas tus capacidades, habilidades, cualidades, aptitudes y actitudes. (La información será personal, realizando una reflexión sobre tus propios recursos humanos).

UNIDAD II

II.7 Autoconocimiento.

*Realiza un cuadro comparativo sobre las capacidades más comunes en el ser humano.

II.8 El yo Biopsicosocial.

*Describe que es el; **EL YO BIOPSIICOSOCIAL, EL YO FÍSICO, EL YO PSÍQUICO.**

II.9 Cualidades y defectos.

*Realiza una lista con 10 cualidades y 10 defectos que tu identifiques en ti, si lo crees necesario puedes preguntarle a alguna persona cercana a ti, que tu creas que verdaderamente te conoce.



II.10 Motivaciones.

II.10 Autoconcepto.

*En base a la información del mapa conceptual que realizaste, ahora identificarás tus motivaciones, realiza una lista con tus motivaciones intrínsecas y otra con tus motivaciones extrínsecas.

II.12 Autoestima.

II.13 Desarrollo de la Autoestima.

II.14 Reconstrucción del Autoestima.

II.15 La Autoestima en las Relaciones Interpersonales.

II.16 Adaptación.

II.17 La Confianza en sí mismo.

II.18 Entusiasmo.

II.19 La Coherencia.

*Con la información de los temas anteriores realiza un tríptico, utilizando también imágenes.

UNIDAD III VALORES HUMANOS.

*Redacta un ensayo que contenga PORTADA, INTRODUCCIÓN, DESARROLLO Y CONCLUSIÓN. El ensayo lo realizarás con la información que se te proporciona en la unidad III. (Tu ensayo debe contener la información de cada uno de los puntos).

UNIDAD IV SUPERACIÓN PERSONAL.

*Realiza un esquema de llaves donde incluyas que es la superación personal, y los aspectos de la superación personal.

UNIDAD V Autorrealización.

*Elabora un autorretrato donde expliques cada uno de los puntos de la pág. 25 de tu libro explica cuales si tienes y los que no incluyendo que puedes hacer para poder lograrlo.

*Realiza un proyecto de vida a corto(2 meses), mediano (1 a 2 años) y largo plazo(5 años) en el que incluyas: QUE DESEAS LOGRAR Y COMO LO VAS A LOGRAR, EN LOS ASPECTOS, PERSONAL, SOCIAL, FAMILIAR Y LABORAL.



UNIDAD VI Recursos para mantener armonía y equilibrio personal.

*Lee el siguiente cuento.

«Érase una vez la hija de un viejo hortelano que se quejaba constantemente sobre su vida y sobre lo difícil que le resultaba ir avanzando. **Estaba cansada de luchar y no tenía ganas de nada; cuando un problema se solucionaba otro nuevo aparecía** y eso le hacía resignarse y sentirse vencida.

El hortelano le pidió a su hija que se acercara a la cocina de su cabaña y que tomara asiento. Después, **llenó tres recipientes con agua y los colocó sobre fuego. Cuando el agua comenzó a hervir colocó en un recipiente una zanahoria, en otro un huevo y en el último vertió unos granos de café.** Los dejó hervir sin decir palabra mientras su hija esperaba impacientemente sin comprender qué era lo que su padre hacía. A los veinte minutos el padre apagó el fuego. Sacó las zanahorias y las colocó en un tazón. Sacó los huevos y los colocó en otro plato. Finalmente, coló el café.

Miró a su hija y le dijo: «**¿Qué ves?**». «Zanahorias, huevos y café», fue su respuesta. La hizo acercarse y le pidió que tocara las zanahorias. Ella lo hizo y notó que estaban blandas. Luego le pidió que tomara un huevo y lo rompiera. Le quitó la cáscara y observó el huevo duro. Luego le pidió que probara el café. Ella sonrió mientras disfrutaba de su dulce aroma. Humildemente la hija preguntó: «**¿Qué significa esto, papá?**»

Él le explicó que **los tres elementos habían enfrentado la misma adversidad: agua hirviendo. Pero habían reaccionado en forma muy diferente.** La zanahoria llegó al agua fuerte, dura; pero después de pasar por el agua hirviendo se había vuelto débil, fácil de deshacer. El huevo había llegado al agua frágil, su cáscara fina protegía su interior líquido; pero después de estar en agua hirviendo, su interior se había endurecido. El café sin embargo era único; después de estar en agua hirviendo, había cambiado el agua.

«¿Cuál eres tú?», le preguntó a su hija. «**Cuando la adversidad llama a tu puerta, ¿Cómo respondes?** ¿Eres una zanahoria que parece fuerte pero que cuando la adversidad y el dolor te tocan, te vuelves débil y pierdes tu fortaleza? ¿Eres un huevo, que comienza con un corazón maleable? ¿Poseías un espíritu fluido, pero después de una muerte, una separación, o un despido, te has vuelto dura y rígida? Por fuera eres igual pero, ¿cómo te has transformado por dentro?

¿O eres como el café? El café cambia el agua, el elemento que le causa dolor. Cuando el **agua** llega al punto de ebullición el café alcanza su mejor sabor. **Si eres como el grano**



de café, cuando las cosas se ponen peor tú reaccionas mejor y haces que las cosas a tu alrededor mejoren.

Y tú, ¿cuál de los tres eres?”.

Sin duda, esta historia nos transmite un profundo mensaje. **Ser un huevo o una zanahoria solo te perjudica a ti, así que: ¡levántate y sigue!** No te pares. Lucha. Porque cuando no vas a tener fuerzas es mañana si lo dejas pasar hoy. Sé fuerte y confía en ti. Aprende a manejar la **adversidad**.

*Ahora describe el conflicto, después menciona que recursos tiene la protagonista para resolverlo para llegar al equilibrio y finalmente has tu propio concepto de lo que es la resiliencia.

UNIDAD VII COMUNICACIÓN.

*Realiza un mapa mental sobre la comunicación utilizando la información que se te proporciona en las págs. 42 a 47 de tu libro.

UNIDAD VII ASERTIVIDAD.

*Describe lo que es la asertividad, y menciona tres ocasiones en las que has sido asertivo y tres en las que no.

Maestra Lizbeth

Teléfono: 3481055816