

**Miércoles  
01  
de diciembre**

## **Quinto de Primaria Formación Cívica y Ética**

*Mi proyecto personal*

**Aprendizaje esperado:** *Analiza necesidades, intereses y motivaciones individuales, de otras personas o grupos al plantearse metas para el bienestar personal y colectivo.*

**Énfasis:** *Identifica, compara y valora necesidades, intereses y motivaciones individuales y de otras personas para plantear metas personales.*

### **¿Qué vamos a aprender?**

Identificarás, compararás y valorarás necesidades, intereses y motivaciones individuales y de otras personas para plantear metas personales.

El día de hoy quiero platicarles un asunto que me tiene muy angustiada, estoy preocupada porque me he dado cuenta que algunas personas no están siguiendo las medidas de seguridad ante la propagación de la enfermedad COVID-19, por ejemplo, el uso de cubrebocas, el lavado continuo de manos y la sana distancia: algunos no aplican las medidas cuando tienen que salir a la calle a trabajar o a hacer las compras del mandado o hay otras que, aunque usan el cubrebocas no lo portan de manera adecuada.

Todas y todos sabemos que aplicar las medidas preventivas como el uso de cubrebocas, el lavado continuo de manos y la sana distancia son indispensables para reducir las posibilidades de transmisión del virus, pero pese a eso muchas personas no están respetando o simplemente eligen no aplicar las medidas preventivas.

No aplicar esas medidas tienen consecuencias, si tenemos la COVID-19 podemos transmitir los virus en nuestra saliva.

Eso me recuerda lo que aprendimos en la clase pasada, acerca de las ventajas y desventajas antes de tomar una decisión con libertad.

Además de informarnos sobre eso antes de tomar una decisión, también debemos de pensar en las consecuencias para nosotros y para las otras personas y en nuestras responsabilidades.

También es muy importante analizar si la decisión que elegimos favorece o afecta nuestra dignidad o nuestros derechos y bienestar, así como a las demás personas.

La situación que se acaba de plantear. Yo creo que afecta, porque al no usar cubrebocas sabemos que el virus puede transmitirse más rápido y fácil.

Al usar el cubrebocas protegemos a otras personas, porque el cubrebocas es una barrera que evita que expulsemos nuestra saliva y si estamos infectados con COVID-19, diseminamos menos virus al aire cuando salimos de casa.

Usar cubrebocas es una medida muy importante para reducir la posibilidad de transmisión del virus SARS-CoV-2. Por ello es que todas las personas debemos seguir las recomendaciones que nos brinda el sector salud, en este caso para prevenir el contagio de la COVID-19, como mantener una sana distancia con otras personas; lavarnos las manos con jabón; no tocarse los ojos, nariz, ni boca, si no tenemos las manos limpias; y al toser o estornudar, tapar la nariz y la boca con el brazo o un pañuelo desechable. Este tipo de medidas y muchas y otras son indispensables para mantener nuestra salud y llevar una vida digna y feliz.

## **¿Qué hacemos?**

Para conocer otras necesidades vamos a realizar la siguiente actividad:

Vamos a construir “la pirámide de las necesidades humanas”.

En otras clases ya la hemos visto, recuerda que cada nivel explica esas necesidades vamos a ver hoy de qué se trata.



En el primer nivel son dos niños que están comiendo. Alimentarnos es parte de las necesidades físicas que son indispensables para vivir también encontramos otras como respirar, dormir, te imaginas que pasaría si no dormimos o respiramos.

En este nivel se incluyen algunos de los derechos que tenemos en nuestro paraguas. ¿Cuáles entrarían aquí? Es el derecho al descanso y a tener una vida saludable.

Recuerda comer saludablemente para evitar enfermarnos.

En el segundo nivel, es una mamá que está protegiendo a su hijo en la calle.

La protección que observamos se relaciona con las necesidades DE SEGURIDAD, se refiere a que todas y todos tenemos derecho a un hogar, salud, protección y recursos económicos para sentirnos seguras y seguros, ¿qué derecho se relaciona con este nivel?

Es del derecho a ser protegido y protegida y el derecho a la salud. Aquí entraría lo que te comenté de las personas que no aplican correctamente las medidas preventivas para evitar la propagación del COVID-19; ellas no contribuyen a su seguridad, ni a las de las personas que les rodean.

En el tercer nivel encontramos las necesidades sociales, como pertenecer a una familia y relacionarte con otras personas para recibir apoyo, como en la escuela, por ejemplo: si no comprendes algún tema, tus maestras y maestros siempre están dispuestas y dispuestos a apoyarte.

En el cuarto nivel están unas personas graduadas, ¿qué necesidad se cumple?

Es la necesidad de autorrealización, es decir, ser capaz de cumplir metas, ya sean escolares, deportivas, artísticas, recreativas, familiares, profesionales, laborales, entre otras.

Cuando logres terminar la universidad podrás cumplir tu necesidad de autorrealización, porque lograrás ser lo que ahora es una expectativa de tu plan de vida a futuro.

Te invito a conocer la historia de Juanita, una niña que desde muy pequeña tuvo muy clara su meta personal: las letras. Vamos a conocerla.

*¡Hola! Niñas y niños, soy Juanita, bueno así me decían cuando era pequeña, mi nombre real es Juana Inés Ramírez de Asbaje, me apodaron la décima musa mexicana (una musa es como una inspiración).*

*Nací en San Miguel Nepantla, por ahí de noviembre del año 1648; aprendí a leer a los tres años, algo muy raro para la época que me tocó vivir. Mi lugar favorito era la biblioteca del abuelo, aún recuerdo aquellas tardes donde me sentaba a leer debajo de un árbol teniendo como paisaje los volcanes: Popocatepetl e Iztaccíhuatl. Cuando llegué a mi adolescencia, me enviaron a la Ciudad de México, con la tía María, donde aprendería “las labores que hace una mujer”, sinceramente eso no me gustaba mucho que digamos.*

*Lo que realmente me apasionaba era la literatura. Yo amaba leer y conocer de tantos temas que existieran en las hojas de los libros, pero para mi época que una mujer estudiara era mal visto, las mujeres eran para estar en la casa, cuidar a los hijos y al marido. Lo cual a mí jamás me llamó la atención. Solo había dos opciones para las mujeres: casarse o ir al convento. En la universidad de mi época no se aceptaban mujeres.*

*Y ¿qué creen que elegí? Bueno, basta solo verme y sabrán lo que preferí.*

*Logré entrar a la corte de los virreyes pues me caracterizaba mi inteligencia y sobre todo lo que me apasionaba escribir. Entré a dos conventos: en uno no me sentía feliz por muchos motivos que en otro momento les platicaré.*

*Muchas personas no me aceptaban, y me gané muchos enemigos, pues cuestionaba todo lo que sucedía. Aunque me arrebataron en el fuego mi tesoro más preciado: mis libros; eso no me detuvo seguí escribiendo poemas y más poemas.*

*En esas líneas defendía la inteligencia de las mujeres y mis pensamientos sobre lo que vivía; sin embargo, en la época que viví no lo comprendían y antes de que las llamas del fuego consumieran mis pensamientos.; mi gran amiga la virreina María Luisa, los protegió al llevárselos a España.*

*Pese a todo lo que se puso en mi camino, logré alcanzar mis sueños y traducirlos en las líneas que relataba lo que pensaba, sin miedo a las consecuencias que trajo expresar mis pensamientos y defender el valor de las mujeres frente a una sociedad que no creía que una mujer pudiera pensar.*

*Por eso, hasta estos días aún puedes encontrarme en los libros e infinidad de poemas, como el que me inmortalizó:*

*“Hombres necios, que acusáis a la mujer sin razón, sin ver que sois la ocasión de lo mismo que culpáis”.*

*Defendí mis ideales hasta mi último suspiro en 1695, contagiada por la peste que azotaba a todo el país.*

- ¿Qué te pareció la historia de Sor Juana Inés de la Cruz?

A mí me inspiró mucho, ella luchó incansablemente por sus ideales pese a todos los obstáculos que se presentaron, ella logró su meta: escribir y refugiarse en sus libros.

Sor Juana fue una gran poetisa que dejó su huella en la literatura mexicana, pese a todos los obstáculos logró la autorrealización, logró su meta de vida.

La historia de Sor Juana es muy bonita, me inspira a luchar por mis metas y estudiar mucho.

Tú puedes llegar tan alto como te lo propongas, recuerda que la libertad te permite precisamente eso: elegir cómo vivir feliz, digna y plenamente. Es por eso que la pirámide de las necesidades humanas, la vamos cubriendo en todo momento, a lo largo de toda nuestra vida.

Como puedes apreciar, cada persona tiene sus propias metas personales, diferentes entre sí pero igual de valiosas. De esta forma llegamos al quinto y último nivel de nuestra pirámide:

Las necesidades de aprecio y afecto, ¿qué imaginas que necesitamos aquí?

Es la necesidad de sentirse queridas y queridos, con plena confianza y respeto hacia las personas con las que convivimos.

Apreciar a las personas con sus diferencias es de gran importancia, pues esas diferencias es lo que nos hace únicos e irrepetibles, respetándolos y respetándolas en todo momento.

Al respetar esas diferencias, convivimos mejor. Observa el siguiente video:

### **1. Conozco, respeto y convivo con los demás.**

[https://www.youtube.com/watch?v=j0WHI7Q7G48&list=PLma1qE9e\\_y01-VvpRtfZMyTnVv5vcE36z&index=3](https://www.youtube.com/watch?v=j0WHI7Q7G48&list=PLma1qE9e_y01-VvpRtfZMyTnVv5vcE36z&index=3)

En el video dijeron, que todos somos diferentes y eso nos hace especiales y debemos respetarnos.

También dijeron que al reconocer que todas las personas tienen gustos e intereses diferentes a los nuestros, convivimos mejor porque podemos aprender cosas de los demás.

Todas y todos aprendemos de las demás personas lo más importante es que respetemos nuestras diferencias.

Alguna vez te has preguntado, ¿cómo quieres verte cuando seas adulto?

Yo siempre soñé con ser maestra, mi hermana también es maestra y ella fue mi inspiración desde muy pequeña, yo soñaba con ser como ella. Siempre ha sido mi ejemplo a seguir.

Pensar en el futuro nos permite saber hacia dónde queremos dirigirnos, establecer nuestras metas personales, por ejemplo, en una carrera de atletismo ¿Cuál es el objetivo?

¡Ser el primero en llegar a la meta en el menor tiempo posible!

Pero ¿qué necesitas hacer para ser el primer lugar?

Entrenar mucho, tal vez llevar hasta una alimentación especial.

El atleta tiene muy claro cuál es el camino que debe seguir para ganar la competencia, para nosotros ¿cuál será nuestra meta? para poder responder esa pregunta vamos a hacer la siguiente actividad, toma una hoja de tu cuaderno o una hoja blanca.

Dóblala en tres partes. En la primera parte te vas a dibujar como eres actualmente, de qué color tienes el cabello, dibuja cómo eres físicamente, alrededor de tu dibujo escribe lo que te gusta hacer, en qué eres buena y bueno.

En la segunda parte de la hoja, dibuja, ¿cómo te ves en tres años? qué estatura podrás tener, si tus gustos cambiaron o siguen siendo los mismos, etc. Incluye todo lo que te gustaría ser en tres años.

En la tercera y última parte, dibuja ¿cómo quieres ser de adulto o adulta? Incluye todo lo que te gustaría ser, por ejemplo: ¿qué profesión u oficio quisieras tener?, a lo mejor si quisieras una familia, una casa o, viajar por todo el mundo.

En esta actividad lograste plasmar tus ideas para una vida futura. Para que esto sea posible necesitas elaborar un plan, con acciones concretas que debes realizar, los pasos que debes seguir, los recursos que necesitas, el apoyo de tus padres o tutores.

Recuerda que este plan es, lo que queremos lograr a lo largo de nuestra vida, es decir, nuestros objetivos; además, es una guía que propone cómo alcanzar tus metas personales, profesionales, económicas y otras más.

Vamos a compartir lo que aprendiste en esta clase.

- Aprendimos que debemos respetar las diferencias de las demás personas y que también podemos aprender de los gustos e intereses de los otros.
- Aprendimos que es muy importante plantearnos metas personales: por ejemplo, Sor Juana desde muy pequeña se interesó en estudiar y pese a todos los obstáculos que se le presentaron ella luchó y defendió su pasión por las letras.

### **El Reto de Hoy:**

Con los materiales que tengas en casa dibuja, moldea o construye lo que te gustaría llegar a ser cuando seas adulto, si te es posible pláticalo con tu maestra o maestro, también con tu familia y explica lo que necesitas para cumplir esa meta.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**

### **Para saber más:**

Consulta los libros de texto en la siguiente liga.  
<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/primaria.html>