



Formación Cívica y Ética

Tercer grado



Reconozco mis capacidades y potencialidades para actuar

Observamos

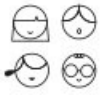
SESIÓN 1

Lo que sabemos hacer muy bien



En un mismo grupo de personas podemos **reconocer** quiénes son **hábiles** para las matemáticas, saben pintar o dibujar, son buenos cuando practican deportes, escriben historias, narran cuentos, enseñan a otros o bailan muy bien.

La capacidad es lo que permite a una persona realizar con éxito una tarea. Si cada uno **identifica** para qué es bueno y lo que le gusta hacer, esas capacidades pueden aprovecharse para el bien de todos. Así, podemos sumar **habilidades** para lograr más metas que cuando actuamos solos.



1. Observen la imagen. Él es Ángel y esto es algo que hace muy bien.



2. Comenten:

- a) ¿Qué está haciendo Ángel?, ¿cómo piensan que se **siente**?
- b) Mira a las niñas y a los niños del público. ¿Cómo crees que se sienten?
- c) Piensa en tu **familia** y en tu **escuela**:
¿a qué persona **admiras** por lo que sabe hacer?,
¿por que?
- d) ¿Por qué es importante **reconocer** lo que hacemos bien? ●

Identifiquemos nuestras capacidades

Así como Ángel, tú también sabes hacer muchas cosas; algunas las has **aprendido** de tus familiares, amigos, maestros y compañeros de escuela. Otras las has **descubierto** por ti mismo. Es importante **identificar** en qué eres bueno para compartirlo con los demás.



1. En una hoja o cartón de reúso, traza el contorno de tu mano y recórtalo. Escribe tu nombre.
2. Piensa en **actividades** que sabes hacer muy bien. Escríbelas en cada dedo de la mano. Esas son algunas capacidades que te hacen diferente a los demás.



Leer



Dibujar



Contar un chiste



Cantar



Preguntar

► Las niñas y los niños **desarrollan** capacidades y aprenden cosas nuevas al preguntar, jugar y dialogar con otros, así como al fijarse **metas** y buscar la manera de alcanzarlas.



3. ¿Te gustaría aprender a hacer algo más? Completa esta frase en tu cuaderno: Me gustaría aprender a...
4. Con una compañera o un compañero comenten las capacidades que escribieron en su mano. Traten de elegir a alguien con quien **conviven** poco. Escuchen con atención lo que les dice.
5. Guarden la mano que dibujaron porque volverán a utilizarla en otro momento ●

SESIÓN 2

Valoramos las capacidades de nuestro grupo

Ya identificaste tus capacidades. Sin embargo, en ocasiones desconocemos otras cosas que podemos hacer: a esas posibles capacidades les llamamos *potencialidades*.

Tal vez nunca has tocado un instrumento, pero es probable que tengas la potencialidad de hacerlo y quieras descubrirlo.

Las *cualidades* de cada persona la hacen única y singular. Es interesante y *divertido* descubrir las que poseen las personas que te rodean, como los integrantes de tu familia o tus compañeros de grupo.

Para conocer mejor de qué son capaces, realicen una "feria de capacidades", donde cada quien muestre lo que sabe hacer.



1. Organizados en equipos, cada integrante muestre o cuelgue en su pecho el dibujo de la mano en la que escribieron sus capacidades.
2. Formen un círculo con su equipo y, por turnos, cada uno pase al centro a presentar lo escrito en la mano.



3. El resto del equipo mencione otras capacidades que **identifique** en la compañera o el compañero que se encuentre en el centro.
4. Quien esté al centro, elija la **capacidad** que más le gusta de las que escribió en su mano, dígala en voz alta y muestre brevemente a sus compañeros de equipo cómo lo hace.
5. Al terminar de presentar sus capacidades, compartan su **experiencia**:

- ¿Cómo te sentiste al presentar lo que sabes hacer?
- ¿Qué sentiste cuando te dijeron lo que haces muy bien?
- ¿Te gustaría aprender algo de lo que tus compañeros saben hacer?
- ¿En qué momento has utilizado tus capacidades? ●



➤ Todos tenemos capacidades que se **enriquecen** con las **experiencias** que vivimos al crecer y convivir con otras personas. Tus capacidades te hacen una persona **única**.

Aprovechamos nuestras potencialidades

No es suficiente tener **capacidades**, hay que usarlas **positivamente** para ayudar a los demás y resolver problemas.



1. En equipos pequeños, lean la siguiente fábula y reflexionen cómo los personajes utilizan sus capacidades para **ayudarse** mutuamente.



La paloma y la hormiga



Obligada por la sed, una hormiga bajó a un manantial, y arrastrada por la corriente, estaba a punto de ahogarse. Viéndola en esta emergencia, una paloma desprendió de un árbol una ramita y la arrojó a la corriente, montó encima a la hormiga salvándola.

Mientras tanto, un cazador de pájaros se adelantó con su arma preparada para cazar a la paloma. Le vio la hormiga y le picó en el talón, haciendo soltar al cazador su arma. Aprovechó el momento la paloma para alzar el vuelo.

María Lorena Ramírez Hernández es una joven rarámuri o tarahumara que fue finalista en el ultramaratón de Europa en 2018, una carrera de 102 kilómetros con miles de participantes de todo el mundo. Corrió con su tradicional vestido de colores y sus huaraches de cuero. No tuvo un entrenamiento formal, pero cuando era niña, pasaba muchas horas en el monte siguiendo a sus cabras y hacía largas caminatas en la sierra.

2. Organicen una representación de la fábula. Usen sus **potencialidades** para el teatro, ensayen y ayuden a sus compañeros para que su actuación sea la mejor posible.
3. Reflexionen acerca del papel que juega cada personaje. Especialmente, **reconozcan** la importancia de poner al servicio de los demás nuestras capacidades.
4. Comenten, ¿cómo pueden poner al servicio de otras personas sus capacidades? Escriban en su cuaderno un ejemplo ●

SESIÓN 3

Mis capacidades para colaborar con mi familia y comunidad

Colaborar implica sumar las capacidades de todos para lograr un **objetivo** común.



1. Observen en parejas las imágenes de esta página y la siguiente, y dialoguen acerca de lo que ven.
2. A partir de lo que ustedes saben hacer muy bien, ¿cómo se imaginan que podrían colaborar para el desarrollo de estas obras? Realicen un proyecto de “arte colaborativo” donde cada uno haga un aporte, según sus habilidades ●





► Todas las personas, mujeres y hombres, tenemos la posibilidad de lograr objetivos. Cuando **colaboramos**, desarrollamos también nuestras capacidades. Al unirse las capacidades de varias personas, se pueden conseguir grandes metas.

En México existen ejemplos de personas que **cultivaron** sus capacidades para ayudar a los demás, Matilde Montoya fue una de ellas. Siempre **confió** en aprender cosas nuevas y aunque su camino no fue fácil, **enfrentó** los obstáculos y buscó soluciones para hacerlo.

Así logró entrar a la Escuela de Medicina y, después de cuidar a todo tipo de pacientes, se convirtió en la primera mujer mexicana en graduarse como médica. Dedicó su vida a **ayudar** a las mamás a tener a sus bebés, además de atender a muchos enfermos y **apoyar** a otras mujeres a alcanzar sus metas.

Mayo de 1870: se inscribió en la carrera de obstetricia en la Escuela Nacional de Medicina.

Su decisión hizo que algunas personas reconocieran su esfuerzo y dedicación, pero otras no la aceptaban por ser mujer.

Presentó su examen profesional el 24 de agosto de 1887.

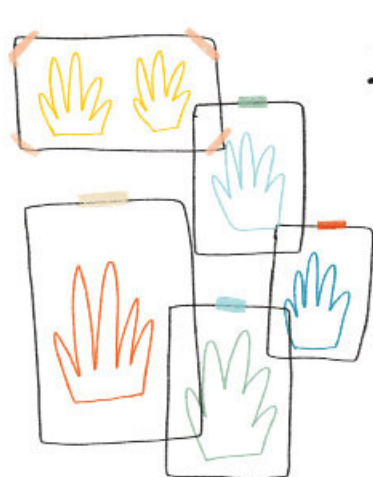
Sus capacidades hicieron posible que ejerciera la obstetricia y ayudara a muchas personas en nuestro país.

México actual: gracias al avance en la igualdad de oportunidades y la equidad, actualmente, 40% del personal médico en México está formado por mujeres.



Uniendo nuestras capacidades

¿Has oído decir que "la unión hace la fuerza"?
¡Unámonos para **cambiar** las cosas!



1. Utilicen de nuevo las manos que hicieron en la actividad de la página 12. Entre todos, péguenlas para dar forma a un árbol. Escojan un lugar visible de su salón o de su escuela.
2. Mientras observan el árbol, reflexionen sobre su capacidad para **mejorar** algunas cosas en su escuela y en su **comunidad**. ¿Qué pueden hacer?
3. Compartan sus ideas de solución y entre todos seleccionen cinco. Escribanlas en el tronco y en las ramas del árbol.
4. Pongan a su árbol un nombre que les guste.
5. Hagan una exposición con sus piezas de "arte colaborativo" •



➔ CAPACIDADES EN ACCIÓN

Cambiar el "No puedo" por el "Sí puedo"

- ▶ Piensa si alguna vez has dicho: "No puedo", "no lo voy a lograr", "no lo sé hacer", "está muy difícil".
- ▶ Mejor trata de decir: "Lo voy a intentar", "voy a hacerlo varias veces hasta que lo logre", "voy a pedir ayuda".
- ▶ Explora distintas opciones y no te rindas a la primera.