



RES

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA MUNICIPAL LICEO INTEGRADO
PESCC, AÑO 2017**

RESPONSABLES: : LIC. AMPARO ESTHER BELTRAN VELÁSQUEZ, ANA HERMINIA NIETO VELASQUEZ, CARLOS ALBERTO CAMARGO NAVARRO, CESAR OSWALDO RODRIGUEZ ALARCON, ERIKA SOFIA GONZALEZ, AIDA YELITZA MARTINEZ, LUZ MARY MARGARITA CHIQUIZA VALBUENA, MAGDA PAOLA BARRANTES GOMEZ, MARIA OLGA GALINDO ROJAS, MARTHA ISABEL GOMEZ CARO,

VALOR DEL AÑO: RESPETO

La palabra Respeto procede etimológicamente del latín *respectus*, que significa “acción de mirar atrás”, “consideración, atención”; sugiere entonces como una **mirada atenta, tomar algo en consideración**.

El respeto es reconocer el derecho ajeno; es el **reconocimiento, consideración, atención o deferencia, que se deben a las otras personas**. Es una condición para saber vivir y alcanzar la paz y la tranquilidad. El respeto es un **valor basado en la ética y en la moral**. Una persona cuando es respetuosa acepta y comprende las maneras de pensar y actuar distintas a las de ella, también trata con sumo cuidado todo aquello que lo rodea.

El respeto abarca todas las esferas de la vida, comenzando por el que nos debemos a **nosotros mismos y a nuestros semejantes**, hasta el que le debemos al medio **ambiente, a los seres vivos y a la naturaleza** en general, sin olvidar el **respeto a las leyes, a las normas sociales, a la memoria de los antepasados, y al lugar en que nacimos**

MES	MI VALOR DEL MES	QUÉ SE DEL VALOR	COMO DEMUESTRO LO QUE APLICO
Febrero	<p>RESPONSABILIDAD</p> <p>Por tanto, hermanos, escoged de entre vosotros siete hombres de buena reputación, llenos del Espíritu {Santo} y de sabiduría, a quienes podamos encargar esta tarea.</p> <p>HECHOS 6: 3</p>	<p>La responsabilidad es un <u>valor</u> que está en la <u>conciencia</u> de la persona que estudia la Ética en base a la moral.</p> <p>Puesto en práctica, se establece la magnitud de dichas acciones y de cómo afrontarlas de la manera más positiva e integral para ayudar en un futuro.</p> <p>Una persona se caracteriza por su responsabilidad porque tiene la virtud no sólo de tomar una serie de decisiones de manera consciente, sino también de asumir las consecuencias que tengan las citadas decisiones y de responder de las mismas ante quien corresponda en cada momento.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Percatarnos de que todo cuanto hagamos, todo compromiso, tiene una consecuencia que depende de nosotros mismos. Nosotros somos quienes decidimos2. Lograr de manera estable, habitual, que nuestros actos correspondan a nuestras promesas. Si prometemos “hacer lo correcto” y no lo hacemos, entonces no hay responsabilidad.3. Tener y hacer un uso adecuado de la libertad, del sentido del deber.4. Tener un compromiso en el cumplimiento de las principales actividades y por sus resultados. (Tareas escolares, labores, familiares y sociales.)5. Cumplimiento con las normas de disciplina y de comportamiento individual y colectivo.
Marzo	<p>AUTOESTIMA</p> <p>Y el segundo es semejante a este: Amarás a tu prójimo como a ti mismo.</p> <p>MATEO 22:39</p>	<p>La autoestima es un <u>conjunto de percepciones</u>, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de nosotros mismos.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Saca la basura: esto significa que cualquier cosa que te hayan dicho y te haya hecho daño y que sea poco constructiva debe tomarse con un grano de sal.2. Escribe todas las cosas negativas que piensas de ti: soy demasiado viejo, gordo, nadie me quiere, nunca soy lo suficientemente bueno, etc. Ríete de ese trozo de papel que acabas de escribir sobre y luego rómpelo y pasa a la siguiente estrategia3. Puedes haber oído la frase: “Es de bien nacidos ser agradecidos”. Escribe las cosas por las que tienes que estar



			<p>agradecido; puedes incluir cosas que la gente damos por sentado, tales como alimentos y vivienda , el acceso a un ordenador, etc.</p> <p>4. Escribe una lista de atributos positivos y talentos que tengas. Piensa. Haz un esfuerzo. Todos somos buenos en algo. Piensa en la gente que ha pasado por tu vida y te han dicho algo bueno.</p> <p>5. Rodéate de personas positivas: las ONGs u otro tipo de voluntariado están llenas de gente positiva. Rodéate de gente que tenga tus mismos intereses</p>
Abril	<p>TOLERANCIA</p> <p>Un mandamiento nuevo os doy: Que os améis unos a otros; como yo os he amado, que también os améis unos a otros.</p> <p>JUAN 13:34</p>	<p>Tolerancia se refiere a la acción y efecto de tolerar. Como tal, la tolerancia se basa en el respeto hacia lo otro o lo que es diferente de lo propio, y puede manifestarse como un acto de indulgencia ante algo que no se quiere o no se puede impedir, o como el hecho de soportar o aguantar a alguien o algo. La tolerancia es un valor moral que implica el respeto íntegro hacia el otro, hacia sus ideas, prácticas o creencias, independientemente de que choquen o sean diferentes de las nuestras.</p>	<p>1.No te juzgues. Normalmente los juicios negativos y las críticas que haces a los demás surgen de tus pensamientos más internos ; suelen esconder que no aceptas a los otros porque no te aceptas a ti.</p> <p>2.Obsérvate. En ocasiones, es más sencillo ver la intolerancia en los demás que en ti. Puede que no seas racista, sexista o clasista, pero buscando en tu interior puedes encontrar algún lugar en el que discriminas, quizá comparando tu trabajo con el de otro compañero o manifestando que tu eres más inteligente que otra persona.</p> <p>3.Deja de luchar. Cuando peleas defendiendo una opinión demasiado extrema, estás creando una mini-batalla. Intenta ser tolerante con otras opiniones contrarias.</p> <p>4.Desecha las opiniones ajenas. Muchas de tus convicciones son heredadas de tu entorno; valora si realmente expresan tus opiniones y creencias.</p> <p>5.Ábrete a lo distinto. A veces, deshechas cambiar ideas o cosas que se salen de tu estructura habitual, pero para incrementar tu tolerancia tienes que entender que tus creencias son ideas que has ido modelando a lo largo de tu vida, pero existen otras perspectivas que pueden ser igual de buenas o mejores que las que ya tienes establecidas</p>
Mayo	<p>DISCIPLINA</p> <p>Es verdad que ninguna disciplina al presente parece ser causa de gozo, sino de tristeza; pero después da fruto apacible de justicia a los que en ella han sido ejercitados.</p> <p>HEBREOS 12:11</p>	<p>Disciplina es la coordinación de actitudes, con las cuales se instruye para desarrollar habilidades más rápido, o para seguir un determinado código de conducta u "orden".</p>	<p>1. La disciplina (auto disciplina en este caso) es un músculo. Hay que ejercitarlo con constancia, con la carga adecuada de peso e ir incrementando el esfuerzo poco a poco. Como todo músculo si no se ejercita se atrofia, así que no te espantes por tener una disciplina atrofiada y no te sorprendas si la pierdes cuando no la ejercitas.</p> <p>2. Acostúmbrate a definir bien lo que quieres. Parece que sabemos lo que queremos pero en realidad estamos muy confundidos. Fijate en todas las cosas que has logrado y</p>



			<p>piensa en lo que hiciste para lograrla. Verás la clara diferencia entre tus logros y fracasos: sabías lo que querías y entonces te decidiste.</p> <p>3. Arma un plan. ¿cuántas veces decimos que queremos bajar de peso pero solo queda en palabras o peor, pensamientos? arma un plan realista y ¡síguelo! Por ejemplo, para eliminar las deudas tenemos ESTE fabuloso plan.</p> <p>4. Visualiza. Imagínate logrando tu objetivo con detalle. Como se siente, que palabras dices, que sucede a tu alrededor y hasta como huele el ambiente. Aprende a visualizar todo. Es de gran ayuda.</p> <p>5. La auto disciplina te ayuda a concentrarte más. Al ignorar las cosas que te alejan de tu trabajo, puedes enfocarte en lo que es más importante. No puedes decirle “sí” a todo y a todos; debes ser capaz de concentrarte en una cosa a la vez y hacerlo bien</p>
Junio /Julio	<p style="text-align: center;">SOLIDARIDAD</p> <p>Benedicid a los que os persiguen, no maldigáis. Alegraos con los que se alegran; llorad con los que lloran. Tened un mismo sentir los unos para con los otros; sin complaceros en la altivez; atraídos más bien por lo humilde; no os complazcáis en vuestra propia sabiduría. Sin devolver a nadie mal por mal; procurando el bien ante todos los hombres: en lo posible, y en cuanto de vosotros dependa, en paz con todos los hombres; no tomando la justicia por cuenta vuestra, queridos míos, dejad lugar a la Cólera, pues dice la Escritura: Mía es la venganza: yo daré el pago merecido, dice el Señor .Antes al contrario: si tu enemigo tiene hambre, dale de comer; y si tiene sed, dale de beber; haciéndolo así, amontonarás ascuas sobre su cabeza. No te dejes vencer por el mal; antes bien, vence al mal con el bien.</p> <p style="text-align: center;">Romanos 12, 14-21</p>	<p>La Solidaridad: Como virtud humana y democrática que se expresa en la concurrencia y cooperación entre los seres humanos, en la contribución de sus aptitudes y potencialidades, en la aportación recíproca de esfuerzos y voluntades tanto para lograr fines individuales y sociales como para superar El trabajo es el eje en torno al cual giran la organización y el progreso de la humanidad. Ofrece a cada hombre la oportunidad de crecer, desarrollar sus capacidades, realizarse como persona. No solo expresa la dignidad del hombre, sino hace que la vida humana sea más humana.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Compartir con los ancianos necesitados llevando algún alimento, colaborando en un hogar geriátrico2. Regalar algún juguete a otros niños que carecen de recursos.3. Compartir algún alimento que le guste mucho con una persona indigente que se encuentre en la calle.4. Cuidar de animales y plantas. Respetar y valorar las plantas y el mobiliario de parques y jardines de la ciudad.5. Desarrollar hábitos de ahorro de energía.6. Ser solidario con vosotros ayudando en las tareas domésticas y cuidando los elementos del hogar, la ropa, etc



Agosto	<p style="text-align: center;">AMOR</p> <p>El amor es paciente, es bondadoso. El amor no es envidioso ni jactancioso ni orgulloso. ⁵No se comporta con rudeza, no es egoísta, no se enoja fácilmente, no guarda rencor.</p> <p style="text-align: center;">CORINTIOS 13: 4-5</p>	<p>El amor como valor es el único que considera la esencia del bien y del mal. El amor como valor es la fuerza para impulsarnos hacia cualquier cosa de bien. El amor es intangible que induce fuerza, paz, tranquilidad, alegría y por ende un bienestar en el ser humano.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. La importancia de los detalles: para mantener el amor encendido es necesario cuidarlo constantemente como al fuego, lo importante es lo pequeño, los detalles que alegran la convivencia2. Huir de las discusiones estériles: es necesario aceptar las diferencias de criterio, saber ceder, poder zanjar los temas sin retornar a ellos de manera compulsiva, con lo que se evitan las discusiones estériles que no llevan más que a conflictos.3. Evitar los agravios: es mejor callar antes de utilizar agravios contra la pareja. Tanto los agravios, como las recriminaciones no hacen otra cosa que minar la relación4. Cultivar la autoestima: para amar sanamente a otro es necesario estar bien con uno mismo, conforme con la manera de ser. Esto nos permite un compromiso genuino e íntegro5. Buscar maneras de fortalecer el amor a su familia por medio del servicio. Esto podría ser tan sencillo como preparar una comida, ayudar a un hermano con su tarea o simplemente escuchar. Pídeles que compartan sus experiencias la próxima semana.
Septiembre	<p style="text-align: center;">PAZ</p> <p>Por nada estéis afanosos; antes bien, en todo, mediante oración y súplica con acción de gracias, sean dadas a conocer vuestras peticiones delante de Dios. Y la paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento, guardará vuestros corazones y vuestras mentes en Cristo Jesús.</p> <p style="text-align: center;">Filipenses 4: 7</p>	<p>Es la capacidad de generar una convivencia con las personas que nos rodean de manera respetuosa y agradable. Este es un <i>pilar básico de las relaciones sociales</i> y un valor que también se encuentra ligado a los valores éticos y morales, por lo que se considera uno de los valores fundamentales para la humanidad.</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Favorecer el desarrollo de un espíritu crítico que facilite el ejercicio de libertad personal que todos y todas poseemos2. Generar la crítica de los modelos violentos en los medios de comunicación, y reivindicar su no reproducción así como la producción de programas educativos de calidad.3. La paz es el resultado de muchas actitudes, todas estas fundamentadas precisamente en la caridad, no entendida como limosna, sino como amor.4. No respondas de manera agresiva si alguien te acosa en la escuela; mejor pide ayuda5. Desarrollar la capacidad colectiva de tomar decisiones y resolver conflictos. Fomentar la necesidad de cooperar. <p>Desarrollar la confianza y paz del grupo</p>
Octubre		<p>La perseverancia es el valor humano fundamental que permite al individuo no rendirse y continuar hacia adelante a pesar de las dificultades, los obstáculos, la frustración, el desánimo, el aburrimiento, o la tendencia o los deseos de rendirse o abandonar</p>	<ol style="list-style-type: none">1. No te compares con otras personas. Hacerlo te conducirá inevitablemente a dudar de ti mismo. Tienes el poder para perseverar usando tus habilidades y talentos únicos y tu proceso será diferente del de otras personas.2. Si hay cosas en tu vida que dañan tu confianza, libérate de



	<p style="text-align: center;">PERSEVERANCIA</p> <p>Precisamente por eso, esfuércense por añadir a su fe, virtud; a su virtud, entendimiento; al entendimiento, dominio propio; al dominio propio, constancia; a la constancia, devoción a Dios; a la devoción a Dios, afecto fraternal; y al afecto fraternal, amor.</p> <p style="text-align: center;">2 Pedro 1:5-7</p>	<p style="text-align: center;">una situación.</p> <p>La perseverancia es un valor positivo que ayuda, o aumenta la probabilidad de alcanzar metas difíciles, que conlleva a apreciar más los logros obtenidos. También la perseverancia aumenta la sensación de auto-eficacia cuando tienes éxito, y ayuda a mejorar las capacidades y las habilidades, a desarrollar nuevas técnicas para superar los obstáculos y a aprender de los errores.</p> <p>La perseverancia le permite al individuo conseguir grandes logros individuales, en cualquier ámbito de su vida, bien sea amorosa, profesión.</p>	<p>ellas. Por ejemplo, si tiendes a recaer en hábitos dañinos como beber, abusar de las drogas o comer solo comida chatarra, esto hará que sea más difícil para ti verte como una persona con la fortaleza mental para perseverar. Da los pasos necesarios para terminar con las conductas adictivas y los malos hábitos.</p> <p>3. Pasa tiempo haciendo cosas en las que eres bueno. Practicar tus habilidades (como hacer algún deporte, hacer arte, cocinar, leer, cocer o hacer jardinería) es una buena manera de fortalecer la confianza. Pasa tiempo haciendo cosas que te hagan sentir satisfecho y tener una actitud positiva hacia la vida.</p> <p>4. Si la meta que tratas de alcanzar es grande, como escalar el monte Everest, encontrarás personas que te digan que no puedes hacerlo. Todo esto es parte del camino. Ten fe en ti mismo y piensa de antemano en el momento en el que podrás probarles que se equivocaban.</p> <p>5. La perseverancia puede significar pasar por incontables horas de trabajo terriblemente difícil o aburrido. Sin embargo, sabiendo que este tiempo servirá para cumplir tus metas, la vida tendrá un tinte predominantemente positivo. No solo <i>enfrentas</i> la vida, sino que la aprovechas al máximo. Si el miedo y el resentimiento se entrometen y ya no disfrutas el reto, tal vez desees cambiar el rumbo</p>
Noviembre	<p style="text-align: center;">HUMILDAD</p> <p>Igualmente, jóvenes, estad sujetos a los ancianos; y todos, sumisos unos a otros, revestíos de humildad; porque: Dios resiste a los soberbios, Y da gracia a los humildes.</p> <p style="text-align: center;">1 Pedro 5:5</p>	<p>La humildad es una virtud moral contraria a la soberbia, que posee el ser humano en reconocer sus habilidades, cualidades y capacidades, y aprovecharlas para obrar en bien de los demás, sin decirlo. La humildad permite a la persona ser digna de confianza, flexible y adaptable, en la medida en que uno se vuelve humilde adquiere grandeza en el corazón de los demás</p>	<ol style="list-style-type: none">1. Valore a los que aprenden algo rápidamente y expréselo2. No alardee sobre sus logros, deje que otros los reconozcan3. Haga observaciones positivas y que den ánimo en vez de criticar.4. Perdone a aquellos quienes lo han herido y siga adelante sin vengarse.5. Reconozca y sepa que usted sabe poco y que siempre hay mucho más por aprender



REPÚBLICA DE COLOMBIA

INSTITUCION EDUCATIVA LICEO INTEGRADO DE ZIPAQUIRA

Resolución No. 5088 de Noviembre de 2005, Secretaria de Educación de Cundinamarca
Preescolar. Básica Primaria, Básica Secundaria y Media Académica, Jornadas Mañana y Tarde

Inscripción DANE No. 125899000657 - NIT. 832004884-0

