INSTITUCIÓN EDUCATIVA "EL ROSARIO" PAIPA

PLAN DE APOYO ACADÉMICO 2026

PERIODO: TERCERO ***ÁREA:*** ÉTICA Y VALORES ***GRADO:*** *SÉPTIMO* ***DOCENTE:*** LIDIA JUDITH CEPEDA

APRENDIZAJE	• Prevé las consecuencias a corto y largo plazo de sus acciones y evita aquellas que pueden causarle sufrimiento o hacérselo a otras personas, cercanas o lejanas. • Evita que la mentalidad fija afecte su motivación.
DBA	Se reconoce y se valora por su esfuerzo manteniendo una mentalidad positiva, para evitar estrés, diferenciando hechos, siendo responsable de sus acciones.
PRESENTACIÓN DEL PLAN	Teniendo en cuenta el marco teórico dado en las diferentes guías pedagógicas manejadas durante el tercer periodo, desarrollar de forma clara y ordenada el siguiente plan de apoyo.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR

1. elabora un mapa conceptual sobre los "Pasos claves para responder de forma asertiva ante una ofensa"
2. completa el siguiente cuadro de situaciones teniendo en cuenta las emociones que generaría en la persona y la forma asertiva como podría manifestar sus emociones en dicha situación.

SITUACIÓN	RESPUESTA ASERTIVA
Un compañero te interrumpe constantemente cuando estas hablando con el grupo.	
Un amigo no cumple con una promesa importante que te hizo.	
Tus compañeros te asignan más tareas que a los demás en un trabajo grupal y te parece injusto.	
Un compañero te hace un comentario que te ofende.	
Un amigo toma decisiones por ti sin consultarte. Cita a dos compañeros más en tu casa para hacer la cartelera.	
Tus padres te imponen una regla sin explicarte el motivo; simplemente porque si y ya.	
Alguien toma tus pertenencias sin pedir permiso.	
Un amigo casi siempre cancela los planes en el último minuto. Esto ha sucedido varias veces.	
Un (a) chic@ que te cae muy mal de grado 8-5, se te declara y te pide que seas su novi@.	
Tu mamá no te deja salir con tus amig@s ni tampoco que vayan a tu casa.	
Un profesor te corrige en público y te sientes avergonzado.	
Un familiar te critica constantemente por tus decisiones y tu apariencia física.	
Tus padres comparan tus logros con los de otros constantemente.	
Un amigo te ha mentido sobre algo importante.	
Pierdes un objeto muy valioso que tiene un significado especial para ti en tu salón de clases.	

3. Elabora un cuadro comparativo entre las características de la mentalidad fija y la mentalidad de crecimiento.

4. Cambiando la mentalidad fija a mentalidad de crecimiento. Une con una línea las frases de mentalidad fija con la de mentalidad de crecimiento que corresponda.

MENTALIDAD FIJA	MENTALIDAD DE CRECIMIENTO
"No soy bueno en esto": Digo	"No puedo hacerlo todavía, pero puedo aprender si lo sigo intentando".
"No puedo hacerlo": Digo	"No entiendo esto todavía, pero puedo buscar más información y pedir ayuda para lograrlo".
"Es demasiado difícil": Digo	"Aún no soy bueno en esto, pero con esfuerzo y práctica lo voy a ser".
"No entiendo esto": Digo	"Es difícil, pero puedo dividirlo en pasos más pequeños y superarlo".
"Siempre hago mal esto": Digo "	"He intentado algunas cosas, pero puedo explorar nuevas estrategias para superar este obstáculo".
"No puedo mejorar más": Digo	Estoy dispuesto a intentarlo y aprender, incluso si no tengo éxito, me quedará la satisfacción de haberlo intentado".

"Es mi límite": Digo	"Cada uno tiene su propio camino de aprendizaje, y puedo mejorar si me esfuerzo".
"Ya he intentado todo": Digo	He cometido errores, pero puedo aprender de ellos y hacerlo mejor en el futuro".
"Prefiero no intentarlo": Digo "	"Siempre hay espacio para mejorar y crecer, lo haré".
"No soy tan inteligente como ellos": Digo	"Esto es un desafío, pero puedo expandir mis límites con esfuerzo y paciencia".
"Siempre hago mal esto": Digo	"He cometido errores, pero puedo aprender de ellos y hacerlo mejor en el futuro".

FECHA DE ENTREGA AL DOCENTE	**13 de octubre**	**Vo.Bo Coordinación académica**	

FIRMA DOCENTE	***FIRMA ESTUDIANTE***	***FIRMA DE PADRES DE FAMILIA o ACUDIENTE***