

De lo Humano y lo Comunitario

Cuidado de sí, del otro y de la naturaleza

Narrativa: Has ingresado a "VitaNova", un mundo donde el bienestar personal, el trabajo en equipo y el cuidado del entorno son esenciales para mantener el equilibrio. Como Guardián del Bienestar, deberás demostrar lo que sabes sobre el cuerpo, las emociones, la técnica y la convivencia. ¡Prepárate para completar los desafíos que te esperan en esta aventura hacia una vida saludable y consciente!



Bloque 1: "Exploradores del bienestar interior"

Instrucción: Completa las siguientes oraciones con las palabras que mejor se adapten. Recuerda que estás fortaleciendo tu papel como explorador de tu propio cuerpo, emociones y relaciones. Al terminar, realiza un dibujo o esquema de tu "Mapa del Bienestar" señalando una meta personal, una práctica para prevenir riesgos y una emoción que quieres cultivar.

Sentimientos	Potencial	Necesidades	Planear	Autocuidado
--------------	-----------	-------------	---------	-------------



1. Las metas a corto, mediano y largo plazo nos ayudan a _____ nuestro crecimiento personal y colectivo.
2. Los _____ nos permiten expresar lo que sentimos y construir relaciones saludables.
3. Al conocer nuestras habilidades físicas, ampliamos nuestro _____.
4. Las herramientas y máquinas surgen para satisfacer _____ humanas.
5. Para prevenir situaciones de riesgo es importante incorporar prácticas de _____.

Bloque 2: "Guardianes del cuerpo en movimiento"

Instrucción: Subraya la opción correcta en cada pregunta para demostrar tu comprensión sobre la colaboración, el cuerpo en movimiento y las soluciones técnicas. Al finalizar, escribe una breve propuesta para mejorar el bienestar en tu escuela, ya sea mediante el deporte, una técnica útil o una meta compartida.

6. En un juego de equipo, lo más importante es:

- a) Ganar sin importar los medios
- b) Colaborar y disfrutar el proceso
- c) Evitar hablar con los compañeros



7. La condición física se refiere a:

- a) Leer muchos libros
- b) Estar en silencio
- c) Tener resistencia, fuerza y flexibilidad

8. Un sistema técnico se compone de:

- a) Ideas sueltas
- b) Herramientas, materiales, energía y organización
- c) Juguetes y manualidades

9. Para resolver un problema técnico en tu comunidad debes:

- a) Esperar a que lo resuelvan otros
- b) Elegir una solución sin analizar
- c) Plantearlo, investigar opciones y seleccionar la más adecuada

10. Valorar nuestras metas y las de otras personas nos ayuda a:

- a) Competir constantemente
- b) Ignorar diferencias
- c) Fortalecer el bienestar colectivo

¡Misión cumplida, exploradores del saber!

Han recorrido con valentía los reinos del conocimiento, enfrentado desafíos, resuelto enigmas y demostrado todo lo que llevan dentro: curiosidad, esfuerzo y sabiduría.

Cada respuesta fue un paso hacia su crecimiento y cada desafío, una oportunidad para brillar.

Recuerden que esto no termina aquí: el verdadero viaje del aprendizaje apenas comienza.

¡Gracias por dejar su huella en esta aventura! El conocimiento los espera con nuevos retos. ¡Hasta la próxima travesía, Guardianes del Saber!

