

# VALORES ÉTICOS

## Cuaderno de actividades

# 2<sup>º</sup> ESO

*Antonio Vallés Arándiga  
Alfred Vallés Tortosa  
Consol Vallés Tortosa*



Este **Cuaderno de actividades** es complementario al libro de texto **VALORES ÉTICOS 2º ESO**. En el cuaderno se realizan las actividades que corresponden a los contenidos de cada una de las unidades del libro.

Maquetación: Antonio Vallés Arándiga

© Tabarca Llibres S.L.

© Antonio Vallés Arándiga  
Alfred Vallés Tortosa  
Consol Vallés Tortosa

I.S.B.N.: 978-84-8025-363-5

Depósito Legal: V-3048-2015

**Edita:**

Tabarca Llibres S.L.  
Avgda. Ausiàs March, 184  
Tel.: 963 186 007  
[www.tabarcallibres.com](http://www.tabarcallibres.com)  
46026 - VALÈNCIA

Impresión: Impresa

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra sólo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Dirijase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.



# CONTENIDOS



## Unidad 1. LA PERSONALIDAD Y SUS VALORES

Pág.

4



## Unidad 2. LA VOLUNTAD Y LA AUTOESTIMA

7



## Unidad 3. SENTIMIENTOS Y VIRTUDES ÉTICAS

10



## Unidad 4. VIDA PÚBLICA Y PRIVADA. LÍMITES DE LA LIBERTAD

14



## Unidad 5. EMPATÍA, ALTRUISMO Y PROSOCIALIDAD

17



## Unidad 6. LA INTELIGENCIA SOCIAL

20



## Unidad 7. LOS VALORES

24



## Unidad 8. NORMAS ÉTICAS Y MORALES

27



## Unidad 9. CONVIVENCIA, RESPECTO Y MORALIDAD

30



## Unidad 10. LA PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Pág.

34



## Unidad 11. LA CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA. PRINCIPIOS Y VALORES ÉTICOS

37



## Unidad 12. SOCIEDAD, POLÍTICA, JUSTICIA Y FELICIDAD

40



## Unidad 13. LA ONU Y LOS DERECHOS HUMANOS

44



## Unidad 14. EL CÓDIGO ÉTICO DE LA DUDH

47



## Unidad 15. LA DEFENSA DE LOS DERECHOS HUMANOS

50



## Unidad 16. LAS TICs Y SUS RIESGOS

54



## Unidad 17. LOS VALORES ÉTICOS E INVESTIGACIÓN

57



## Unidad 18. SALVAR AL PLANETA

60

# LA PERSONALIDAD Y SUS VALORES



Comprueba tu... **INFORMACIÓN Y CONOCIMIENTO**

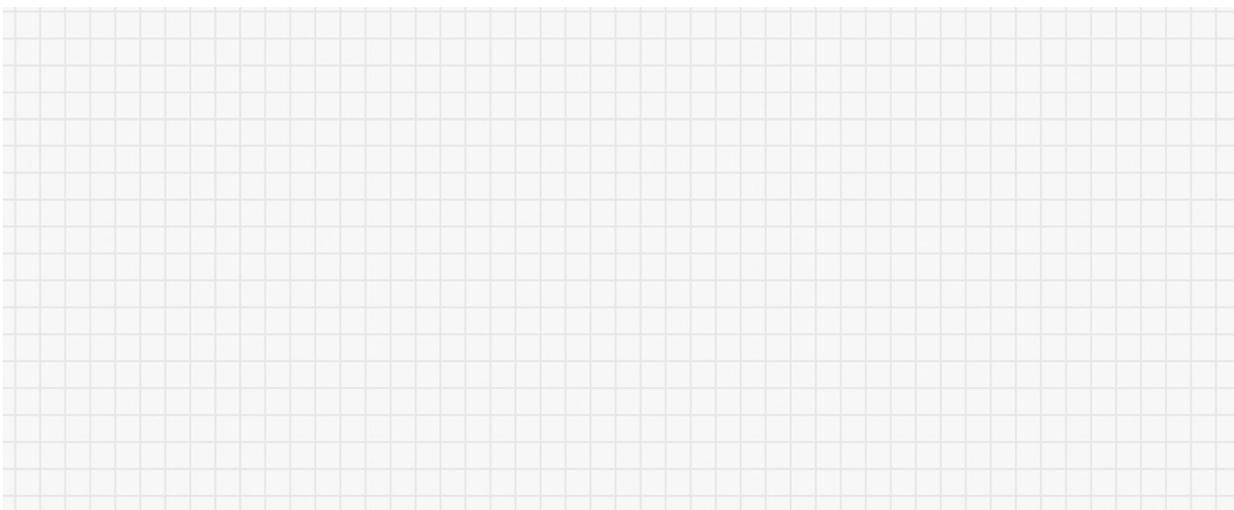
1. **Elabora un cuadro-esquema que ilustre las ventajas que tiene para el bienestar personal y social cada uno de los rasgos positivos de la personalidad.**

2. **¿Te consideras una persona... emocionalmente estable, extrovertida, introvertida, responsable, amable, abierta a la curiosidad intelectual? ¿Por qué?**

**3.** ¿Se pueden cambiar los rasgos de la personalidad? ¿Cómo?



**4.** ¿Qué aspectos de tu personalidad deberían mejorar? ¿Por qué?



**5.** Escribe una conducta concreta para cada uno de los valores:

*altruismo*

*prosocialidad*

*confianza*

## Estrategias para tu... DESARROLLO PERSONAL

### 6. ¿Qué significa "mostrar una actitud conciliadora"?



### 7. Estas pautas pueden ayudarte a mejorar aspectos de tu personalidad.

- ✓ Valora las cualidades que tienes, no te infravalores pero no muestres superioridad ante los demás.
- ✓ Relacionarte con los demás exige tener habilidades sociales. Practica la sonrisa, la escucha activa, la defensa asertiva mediante el diálogo ante las críticas.
- ✓ Practica la relajación muscular y la respiración lenta y profunda. Te será útil para tus momentos de ansiedad.
- ✓ Sé responsable, cumple compromisos. Reflexiona antes de comprometerte.
- ✓ Piensa en el efecto en ti mismo y en los demás de lo que vas a decir y a hacer antes de llevarlo a cabo.
- ✓ La curiosidad intelectual por aprender es una fuente de agrado y disfrute de la vida. Estar motivado por descubrir nuevos conocimientos aporta bienestar.
- ✓ La sinceridad, el respeto, la lealtad, la honestidad, el compañerismo, la solidaridad, la tranquilidad del ánimo... son valores que enriquecen la personalidad.

# 2

## LA VOLUNTAD Y LA AUTOESTIMA



Comprueba tu... **INFORMACIÓN Y CONOCIMIENTO**

**1.** ¿Qué es la voluntad? ¿Con qué funciones mentales se relaciona?

**2.** ¿Cuáles son tus cualidades personales? Haz una lista y piensa en ellas durante unos minutos.

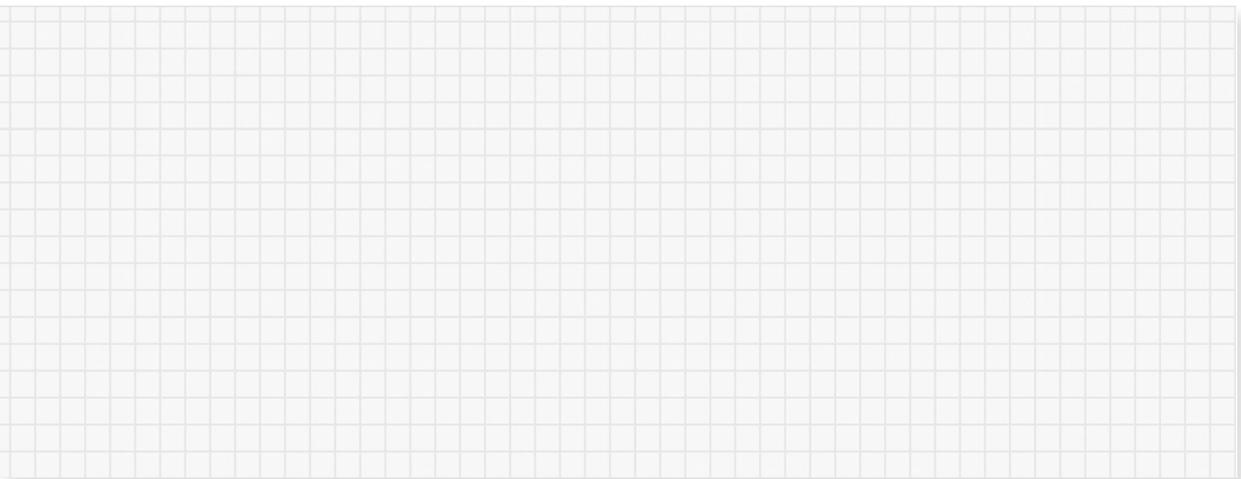
No te compares con los demás para desaprobarte y percibir que puedas tener menos cualidades. Recuerda que cada persona es diferente y tú tienes cualidades a las que prestar atención. Si te comparas con alguien el resultado de dicha comparación debe servir para mejorar alguna característica tuya personal.



**3.** ¿Qué relación existe entre **autoconcepto** y **autoestima**?



**4.** ¿Qué es la **autoimagen**? ¿Qué efectos sociales produce?



**5.** El orgullo es un sentimiento, ¿en qué consiste? ¿Existe un orgullo desmesurado? Describe.



## Estrategias para tu... DESARROLLO PERSONAL

### 6. La voluntad es decisiva para la motivación, el entusiasmo, la actividad, el aprendizaje... Valora cómo es tu voluntad en las diferentes facetas de tu vida.

- En los asuntos relativos al aprendizaje.*
- En mis aficiones.*
- En el cumplimiento de mis deberes y obligaciones.*

### 7. Lee estas orientaciones para mejorar tu autoestima y voluntad.

- Es bueno sentir un sano orgullo de lo que hacemos o somos, sin embargo, al expresarlo hay que considerar no ser soberbio, altanero, arrogante, altivo...*
- Aprende de los errores cometidos para evitarlos en el futuro.*
- Si practicas conductas diarias para conseguir algo adquirirás hábitos. Por ejemplo, estudiar todos los días durante un tiempo razonable a la misma hora y en el mismo lugar. La repetición crea hábitos poco a poco sin que te cueste esfuerzo. Así empieza a consolidarse la voluntad.*
- No dediques ni un solo minuto a pensar cosas negativas sobre ti. Cuando lo hagas que sea brevemente, pero que te sirvan para cambiar aspectos de tu modo de actuar que sean necesarios.*
- Recuerda que la valoración razonable de tus cualidades sirve para tener sana autoestima.*