

**INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL DEPARTAMENTAL SIMÓN
BOLÍVAR
LENGUAZAQUE – CUNDINAMARCA
ESCUELA DE PADRES 2023**



TALLER 2

Estilos de vida saludable

Aprovechamiento del tiempo libre

¿Conozco a mis hijos?

OBJETIVO:

Ofrecer elementos para que los padres descubran la importancia de conocer todos los aspectos de la vida de sus hijos.

AMBIENTACIÓN:

Dinámica: *«La novela de mi vida»*

Cada padre de familia escribe la historia de su vida, lo más auténtica posible.

Se dan algunas pautas para su elaboración: Buscar un título sugestivo con relación a los hechos más importantes, comenzar con algunos datos biográficos, una anécdota interesante, los momentos más felices y los mayores disgustos. Definirse a s mismo: dos cualidades, dos defectos, aficiones; qué tiene proyectado para el futuro; como es la relación con sus hijos y con su cónyuge; qué aspectos le preocupan actualmente.

Después de 15 minutos se forman grupos y/o parejas cada uno lee su historia.

- Terminado el ejercicio responden las siguientes preguntas:
- ¿Cómo se sintieron contando la historia de su vida al grupo?
- ¿Que descubre en mis compañeros?