

## PROPÓSITO:

Guía N. 03

Comprender que puede adquirir actitudes de autonomía en mi diario vivir para ser un emprendedor

## MOTIVACIÓN:

LA CIGARRA Y LA HORMIGA



Llegó el verano y una hormiga recogía con afán granos para guardarlos y alimentarse durante el invierno. La cigarra, que pasaba el día cantando, se sorprendió de ver a la hormiga trabajar tan arduamente en época en que los animales se entregaban a la diversión. Cuando llegó el invierno, la cigarra estuvo hambrienta y fue a pedirle a la hormiga unos cuantos granos. La hormiga le dijo: “Si hubieras trabajado en el momento oportuno, hoy no tendrías escasez de alimento. Ahora canta, mientras yo como”.

Lección: Planea, anticipa y organízate. Nunca permitas que el ocio se inserte en tu vida y dejar para mañana lo que puedes hacer hoy. Aprende a ser un emprendedor eficiente que tiene anticipados cómo serán los meses “flojos” y cómo serán los “ocupados”. Distribuye tu carga laboral diaria de manera que no desperdices el tiempo hoy para arrepentirte mañana. Sólo la autodisciplina te permitirá crear hábitos positivos que te conviertan en una persona productiva y de alto desempeño. Además, de esta manera podrás disminuir el estrés y equilibrar mejor tu vida personal y profesional.

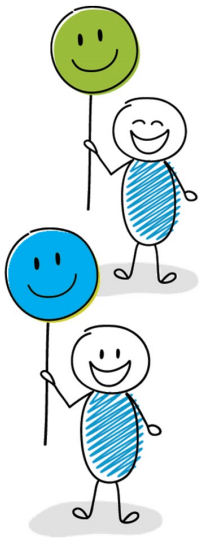
## EXPLICACIÓN:

La autoestima

es la valoración que hace una persona de sí misma. Puede ser una valoración negativa, o positiva en función del valor que da a sus ideas, y pensamientos.

La autoestima es un término muy ligado al [autoconcepto](#). Pero en este caso está más relacionada con la valoración subjetiva que tiene alguien sobre sí mismo.

# LAS 4 CARAS DE LA AUTOESTIMA

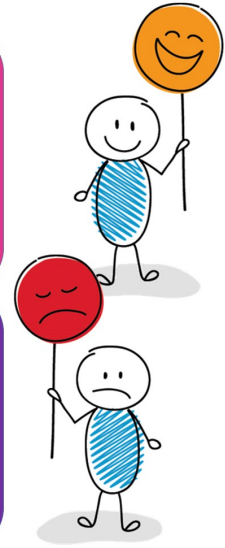


**FÍSICA:** es necesario cuidar de nuestro cuerpo para preservar y fortalecer nuestra capacidad de vivir, adaptarnos y disfrutar.

**MENTAL:** está relacionada con el funcionamiento de nuestras capacidades mentales, promoviendo la comprensión y el aprendizaje para tener claridad y exactitud.

**ESPIRITUAL:** muy relacionada con el compromiso con nuestro sistema de valores personales, nos sirve para reforzar el liderazgo de nuestra propia vida, y nos permite tener inspiración y evolucionar.

**EMOCIONAL/SOCIAL:** es importante cuidar las relaciones con las demás personas reforzando el liderazgo interpersonal para mejorar, a su vez, habilidades como la empatía y la cooperación.



ImágenesEducativas.com

## EJERCICIOS:

1. completo la siguiente imagen

Dibuja a alguien que quieras mucho.

Contesta autapt.org

¿Quién es? \_\_\_\_\_

¿Por qué le quieres tanto? \_\_\_\_\_

¿Cómo le demuestras que le quieres? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué pasa cuando os enfadáis? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Qué cosas hacéis juntos? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. defino con mis propias palabras la autoestima
3. realizo un listado de las acciones que nos permiten adquirir autoestima
4. realizo un dibujo donde exprese su autoestima

## EVALUACIÓN:

el estudiante presentan la información como quieran fotos, video, cuadros. En forma creativa y lo envía al grupo de WhatsApp de emprendimiento , Quienes asisten a clase y sustentan su nota puede llegar a 5.0

**BIBLIOGRAFÍA:**

<https://www.google.com/url?sa=i&url=https://...>

<https://gminotta2018.wordpress.com/componentes-de-...>

<https://alternativaemprender.com/empreendedor-inici...> pequeños científicos, editores Ibagué 2014