PROPÓSITO:

- Lograr seguridad, participación y creatividad mediante sus capacidades individuales, familiares y sociales colocando en práctica sus buenas ideas, llevarlas a cabo con un único fin. Lograr lo que se propone.

- Comprender que el valor de la autoestima es AMOR propio y único, con la capacidad de resolver problemas, socializar y reflexionar sobre ellos con facilidad.

- Reconoce y acepta diferentes sentimientos y estados de ánimo, tanto positivos como negativos, y está dispuesta a revelárselos a otra persona, si le parece que vale la pena y así lo desea.

MOTIVACIÓN:

- Es importante que el estudiante participe activamente de las actividades y haga uso de ellos mediante la interacción con docentes, plataformas, link y guías. Este material es elaborado con mucho amor y

dedicación para los estudiantes, esperando que hagan uso de ello y sea aprovechado al máximo. Esto con el fin de obtener un aprendizaje flexible y significativo.

En los siguientes links encontraras información valiosa e importante sobre el valor de la autoestima, como fortalecer tus debilidades o inseguridades.

Explora tu personalidad.

¿Reconoce cuando está enojado o enojada?

¿Reconoce cuando está feliz?

¿Reconoce las cosas que le molestan?

Autoconocimiento

https://www.youtube.com/watch?v=Bc-a-fawJVw

Soy diferente a los demás.

5 consejos para mejorar el autoestima

https://www.youtube.com/watch?v=HSYhZ9CcLMU

La autoestima significa sentirse bien con una mismo, aceptarnos tal cual somos, creer en nosotros y aceptar que cometemos errores, no sentirnos mal por eso. Mejor volverlo a intentar y así darme cuenta que lo puedo lograr. En el mundo existen muchas personas y nadie es igual que otro.

EXPLICACIÓN:

¿Qué es la autoestima?

La autoestima es la valoración que hace una persona de sí misma.

Está basada en el autoconcepto, es decir; lo que pensamos de nosotros mismos cómo nos vemos o nos sentimos (simpáticos, felices, callados altos, bajos) entre otros. También se relaciona como nos ven los demás.

En este valor influyen algunos factores como:

1. Como nos comportamos.
2. Como nos valoramos.
3. Como nos sentimos.
4. Como nos relacionamos con los demás.
5. Como pensamos, aprendemos y creamos.

Características de un niño o niña con alta autoestima.

- 1.Confiar en si mismo y es su propia capacidad de solucionar dificultades.

- 2.Ser responsable de sus propios actos.

- 3.Manifestar una actitud amable hacia los demás.

- 4.Ganas de intentar algo nuevo, de aprender, de probar nuevas habilidades.

- 5.Autocrítica; aprender de los errores.

EJERCICIOS:

Actividad 1.

AUTORETRATO

En esta actividad, pediremos a los niños y niñas que se dibujen y nos cuenten como son, que les gusta o no les gusta de ellos mismos, lo bonito que vean en ellos, sus cualidades. El niño o niña debe decir una cosa bonita o buena de sí mismo, lo que hace bien.

El objetivo de la actividad es propiciar la construcción de la imagen propia, estimular la identidad y sentimientos de aceptación y autoestima.

Actividad 2.

YO SOY

A: Para esta actividad, pediremos a los niños y niñas que escriban en una hoja lo que deseen de sí mismos, por ejemplo: Me llamo Mateo, mi deporte favorito es bicicrós, me gusta el helado. Me gusta mucho salir de paseo con mis papás. Soy fuerte y veloz.

Decora la hoja.

B: Luego harán lo mismo con una persona de la casa hermanos, padres de familia o amigos. Deben socializar lo que han escrito de la otra persona.

Con esta actividad, los niños y las niñas podrán ser conscientes de todas las cualidades que poseen; podrán auto valorarse, reconocer sus características positivas y expresarlas de forma adecuada.

Actividad 3.

COLLAGE

Los niños y las niñas han de hacer un collage sobre si mismos, pueden incluir lo que quieran: dibujos, palabras, fotos, etc. Para ello han de tomarse su tiempo y elegir cada elemento que quieren poner en el collage. Luego deberán explicar cada elemento del mismo.

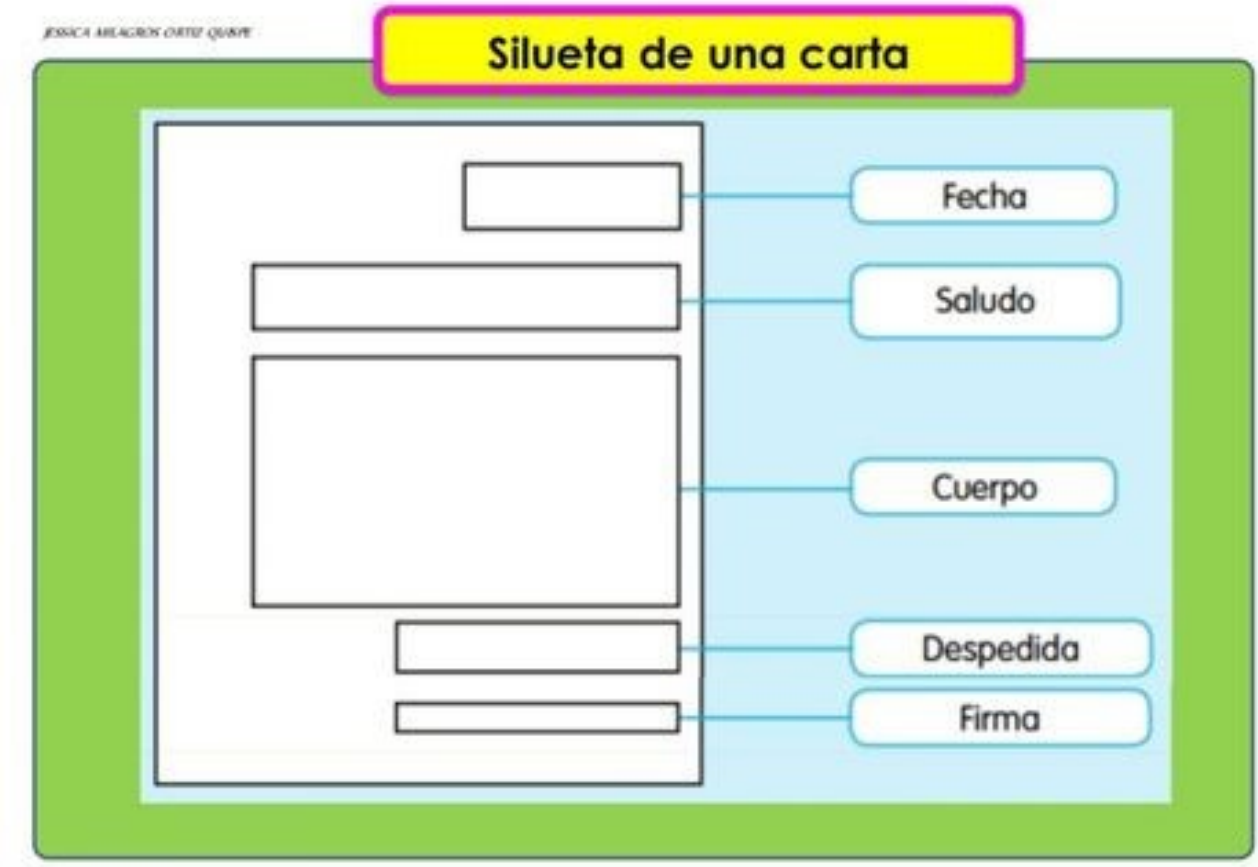
Esta actividad es una buena manera de centrar la atención del niño o la niña en aquellas características que lo hacen especial, en los aspectos positivos de personalidad y sueños que tiene. Este será un recordatorio positivo de todas las cosas que lo hacen único y las razones por las debe sentirse bien consigo mismo.

Actividad 4.

CARTA ASÍ MISMO

Esta actividad ayuda a los niños y niñas a ponerse en contacto con sus sentimientos y cualidades. Esta carta puede ser elabora con ayuda de una persona que genere mucha confianza en el o ella. Esto con el fin que sean lo más abiertos y honestos.

Esta actividad es con el fin de descubrir todo lo que han logrado, sus propósitos y deseos.



EVALUACIÓN:

- 1. Observa el video por primera vez, la segunda vez quítale el sonido y realiza la lectura.

- Realiza la lectura YO SOY UNICA Y ESPECIAL, envía a la profesora la evidencia, utiliza un video o un audio.

YO SOY UNICA Y ESPECIAL

BIBLIOGRAFÍA:

- Plan anual.