

ACTUAMOS EN VALORES

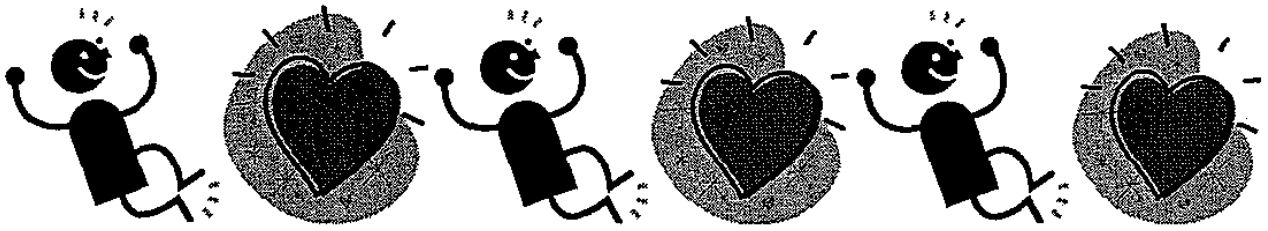
# AUTOESTIMA

Y

# ESFUERZO PERSONAL



# AUTOESTIMA



## 1. IDEAS PREVIAS. COLOQUIO.

¿Qué te sugieren los dibujos anteriores?

¿Crees que eres una persona importante?

¿Conoces bien tus cualidades positivas?

¿Estás contento de cómo eres?

¿Te desanimas pronto?

## 2. LA AUTOESTIMA ES...

😊 Sentirme a gusto  
conmigo mismo.

😊 Saberme importante  
para todo.

😊 Ser responsable.

😊 Intentar superar los  
problemas.

😊 Sentirse un poco especial  
y diferente.

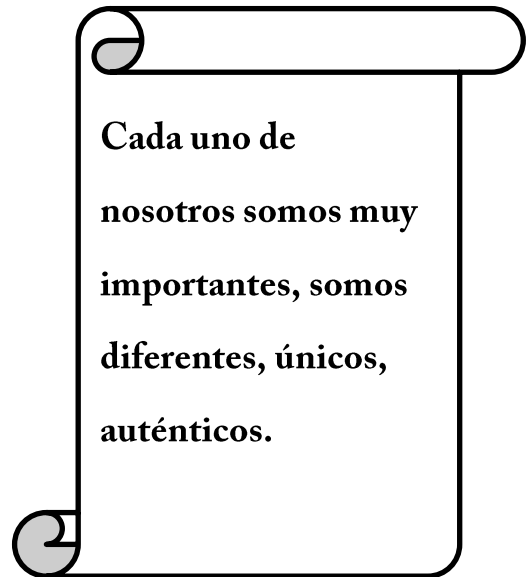
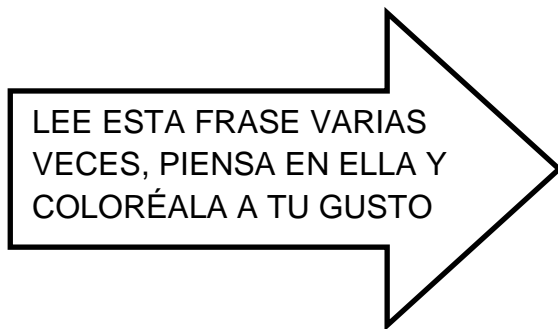
😊 Relacionarse bien con los  
demás.

😊 Poner ilusión en lo que tú  
eres capaz de hacer.

😊 Sentirse querido por los  
demás.

Subraya con colores las frases que más te gusten.

### 3. ¿SABÍAS QUE...?



### 4. PIENSA..

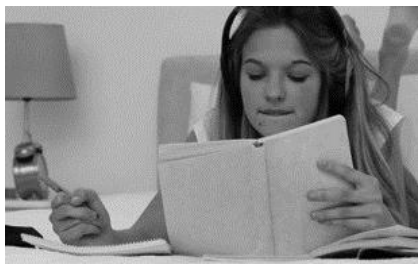
Coloca una cruz en la casilla que corresponda.

Yo soy en...	Mi casa	Mi colegio	Mi pandilla
Simpático/a			
Aburrido/a			
Organizado/a			
Un desastre			
Cabezota			
Amable			
Divertido/a			
Pesado/a			
Trabajador/a			
Un poco vago/a			
Nervioso/a			
Tranquilo/a			

5. LEE, PIENSA Y ESCRIBE. Completa estas frases con los adjetivos del cuadro anterior.

- En el colegio debo ser más \_\_\_\_\_
- Con mis amigos debo ser menos \_\_\_\_\_
- En mi casa debo ser más \_\_\_\_\_
- Tengo que intentar ser menos \_\_\_\_\_ con la gente.
- Prometo ser más \_\_\_\_\_ en el colegio.

# ESFUERZO PERSONAL



## **6. HABLAMOS SOBRE ESTAS IMÁGENES.**

## **7. FÁBULA DE LA CIGARRA Y LA HORMIGA.**

Una hormiga afanosa recogía poco a poco miguitas de pan, troncos de árboles, ramitas, mondas de frutas y otras menudencias una calurosa tarde de verano.

Cerca de allí, una cigarra, alegre, cantaba sin cesar bajo la sombra acogedora de los árboles.

Y así, día tras día, la cigarra, mirando con compasión a la pequeña hormiga, cantaba día tras noche. La cigarra sentía demasiado calor para trabajar.

Entre tanto, la hormiguita seguía infatigable recogiendo y recogiendo para llenar hasta el tope sus graneros, en previsión de los helados días de invierno, en que no se encuentra comida por los caminos.

Pronto terminó el calor, y vino el otoño, y antes de que la despreocupada cigarra se diera cuenta, llegó el invierno, con sus fríos, sus vientos y sus nieves.

Y la cigarra no encontraba nada para llevarse a la boca, por más que buscaba por todos lados. Nada le ayudaba a subsistir.

Muy preocupada por su situación, se fue derecha a casa de su vecina, la hormiga.

-¿Qué quieres, cigarra?

-Por favor, préstame algún alimento, porque me estoy muriendo de hambre. Te prometo que te lo devolveré antes de agosto, y con sus correspondientes intereses.

Pero la hormiga era desconfiada. ¿Y si la cigarra la estaba engañando y luego no se lo devolvía? Además, el reunir el alimento para el invierno le había costado mucho trabajo.

-¿Pero cómo es que no tienes comida? ¿Qué hiciste durante el verano?

-¡Ay! Pues yo estaba a la sombra de los árboles.


-¿Y qué hacías allí?

-Cantaba y cantaba noche y día.

Y al oír estas palabras, la laboriosa hormiga cerró las puertas de su casa a la cigarra perezosa, mientras le decía:

-Pues si durante el verano cantaste, ahora puedes bailar.

## **CHARLAMOS SOBRE ESTA FÁBULA.**

8. LEE, PIENSA Y ESCRIBE. Algunas actividades exigen más voluntad y esfuerzo que otras. Dibuja el signo  en las que te parezcan más fáciles y el signo X en las más difíciles.

	Preparar con tiempo los controles
	Recordar las palabras nuevas de inglés
	Cuidar mis libros y cuadernos
	Hacer las tareas en casa
	Prestar atención en clase
	Portarme bien todos los días

9. PIENSA Y ESCRIBE. Tengo que poner más esfuerzo en:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## AUTOEVALUACIÓN

PIENSA Y PON UNA X DONDE CORRESPONDA

	SÍ	NO	A VECES
Soy un buen niño, una buena niña			
Soy responsable de mis cosas			
Tengo ilusión por aprender			
Me esfuerzo a diario			
Conozco bien en lo que soy bueno/a y en lo que no			
Cuido mis materiales del colegio			
Me siento querido por los demás			
Me cuesta bastante mantener la atención			
Intento cada día ser más organizado/a			
Tengo buenos amigos y amigas en el cole			

¿Crees que gracias a estas actividades te conoces mejor?    SÍ    NO    NO LO SÉ

¿Te comprometes a partir de hoy a poner más esfuerzo en lo que haces?

SÍ    NO    NO LO SÉ

¡ÁNIMO!