**Institución educativa Panebianco americano**

**área formación humana y emprendimiento**

**Docente: Carolina Restrepo Bocanegra**

**Actividad complemento primer periodo**

**Taller Virtual de acuerdo a los lineamientos emitidos por el Ministerio de Educación por la situación sanitaria de coronavirus en Colombia**

**Marzo de 2020**

Las actividades que se contemplarán en la siguiente guía son de desarrollo de los estudiantes de grado 6/1, y 6/2, 6/3 a los cuales se les dicta dos horas de clase semanal y están contempladas para 6/2, desarrollarlas durante 2 semanas de clase. Es decir 4 horas de clase.

**Objetivo de clase: concluir sobre la importancia de conocernos y que aspectos debo mejorar a nivel individual teniendo como base todas mis fortalezas.**

**INSTRUCCIONES:**

Después de las clases en las que has trabajado el tema de identidad y autoestima profundizar en la importancia de conocerse a sí mismo; ya en esta fecha debes haber terminado tu escalera de la autoestima y debe estar en la pared de tu cuarto **RECUERDA** **DEBES TOMAR LA FOTO Y ENVIAR EVIDENCIA AL CORREO** [careboca@hotmail.com](mailto:careboca@hotmail.com)

Para continuar nuestro proceso debes realizar la lectura que se encuentra en este mensaje y con ella realizar en familia las preguntas de autoestima para observar lo que otros piensan de mí y que debo mejorar.



**Realiza este dibujo en tu cuaderno para resaltar estos conceptos.**

**Estudia cómo te hablas a tí mismo:**

La autoestima se manifiesta sobre todo en nuestro**lenguaje interno**, en la **manera en la que nos "hablamos a nosotros mismos."**

Suele suceder que en nuestro día a día damos más importancia a los mensajes negativos, a la crítica, a la frustración que a lo positivo. Los elogios y la motivación de superación y los mensajes de autoconfianza quedan eclipsados ante las frustraciones o mensajes negativos. es **como si "lo malo" pesara más en nuestra balanza interna-**

1. **Analiza y con la ayuda de tus padres responde estas preguntas en computador y envíalas al siguiente correo cuando en su totalidad estén resueltas,** [**careboca@hotmail.com**](mailto:careboca@hotmail.com)

* Siento o pienso cosas negativas de mí mismo o misma.
* Si pienso negativo, ¿De dónde vienen las creencias o valoraciones negativas que tengo de mí mismo?
* ¿Cuándo fue la primera vez que escuchaste o te dijiste eso? Negativo
* ¿Qué "me dice" mi autoestima?
* ¿Qué inseguridades o miedos me crea?, considero que debo mejorar en: ------------------------------------------------------

1. elabora un folleto creativo que ya debe estar adelantado, pero debes enviar con lo siguiente sobre autoestima:

a. Qué es autoestima

b. como alcanzamos a tener una autoestima alta

c. cuáles son los pasos para llegar a tener una autoestima alta

d. que consejos le darías a otros niños para que tengan una autoestima alta

e. que aprendiste con el tema de identidad y autoestima escribe 5 puntos.

**NOTA: PARA ENVIAR EVIDENCIA QUE SE ELABORO EL FOLLETO Y ACTIVIDADES DEBE SCANEAR O TOMAR FOTO EN DONDE APAREZCA NOMBRE Y GRADO PARA PODER EVIDENCIAR LA NOTA MIL GRACIAS AL CORREO YA DADO.**