
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENEDIKTA ZUR NIEDEN	
	Gestión Pedagógica y Académica	
	Proceso de Diseño Curricular	
	GUÍA DE ACTIVIDAD ACADÉMICA	

FECHA:	Página 1 de 3
--------	---------------

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD:	LA AUTOESTIMA MI AMOR PROPIO Y MIS VALORES.		
ELABORADO POR:	SANTIAGO AGUILAR ZULUAGA		
ÁREA:	GRADO:	PERIODO:	
ETICA	CUARTO	2	
COMPETENCIAS DEL ÁREA			
Capacidad creativa y propositiva. Sentido crítico. Conciencia de sus derechos y responsabilidades			
ESTÁNDARES			
Determino los efectos que las relaciones interpersonales e intrapersonales producen en la sociedad reconozco mi ser con las cualidades y debilidades.			
APRENDIZAJES			
Identificación y clasificación de los materiales reciclables y no reciclables según las características que poseen y su clasificación en el utensilio contenedor (caneca color azul, verde..)			
EVIDENCIAS			
Desarrollo de las actividades en el cuaderno y se envía la información de forma digital por medio de Word o por medio archivos, trabajos, de videos y fotos.			
PLATAFORMA VIRTUAL			
BLOG santiagoaguilarzuluaga.jimdofree.com			
SUGERENCIA METODOLÓGICA (MOMENTOS)			
MOTIVACIÓN	Tema la autoestima y mis valores <ol style="list-style-type: none"> 1. Tema de la autoestima para lo cual se describen los estudiantes a partir de su ser, reconociendo los valores que se tienen como persona, se realiza un dialogo en familia para fortalecer los vínculos e identificar las fortalezas que se tienen como hijo y como miembro de la familia 2. Se realiza un dibujo de los integrantes de la familia y se describen los valores que posee cada uno y como aportan en la formación de mi ser. 3. Se realiza un listado de 7 valores familiares y se busca el significado de cada uno de ellos. 4. Crear el árbol de la autoestima como lo indica el video https://www.youtube.com/watch?v=baBVCMepi_k 		
DESARROLLO	<p>¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?</p> <p>Es la percepción evaluativa de uno mismo. Nadie puede dejar de pensar en sí mismo y de evaluarse. Todos desarrollamos una autoestima suficiente o deficiente, positiva o negativa, alta o baja..., aunque nos demos cuenta. Importa desarrollarla de la manera más REALISTA y POSITIVA posible y que nos permita descubrir nuestros recursos personales, para apreciarlos y utilizarlos debidamente, así como nuestras deficiencias, para aceptarlas y superarlas en la medida de nuestras posibilidades.</p> <p>¿CUÁLES SON LAS BASES DE LA AUTOESTIMA?</p> <p>El autoconcepto (imagen que una persona tiene acerca de sí misma y de su mundo personal) en dos áreas: como una persona hábil (capaz de valerse por sí misma) y como una persona sexual (capaz de relacionarse sexualmente con otras personas).</p>		

	INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENEDIKTA ZUR NIEDEN	
	Gestión Pedagógica y Académica Proceso de Diseño Curricular	
	GUÍA DE ACTIVIDAD ACADÉMICA	

La autoaceptación (sentimiento de poseer un yo del que uno no tiene que avergonzarse ni ocultarse; implica una disposición a rechazar la negación o desestimación sistemática de cualquier aspecto del sí-mismo).

EFECTO PYGMALIÓN

Es un modelo de relaciones interpersonales SEGÚN el cual las expectativas, positivas o negativas, de una persona influyen realmente en otra persona con la que aquella se relaciona.

La clave del efecto es la autoestima, pues las expectativas positivas o negativas del pygmalión emisor se comunican al receptor, el cual, si las acepta, puede y suele experimentar un refuerzo positivo o negativo de su autoconcepto o autoestima, que, a su vez, constituye una poderosa fuerza en el desarrollo de la persona.

¿CÓMO INFLUYE LA AUTOESTIMA EN LA VIDA COTIDIANA?

En todos los pensamientos, sentimientos y actos que llevamos a cabo.

Sobre el comportamiento.

En el aprendizaje.

En las relaciones y recibe también la influencia de éstas.

En la creación y la experimentación.

Trabajar las siguientes reflexiones en casa y realizar un apunte de cada una de ellas una enseñanza.

Reflexión 1:

Las personas que cuidan el cuerpo tienen una mejor imagen de sí mismas. Se sienten con más energías, más vivas, más atractivas y más saludables. Y de una mejor imagen corporal surge mayor respeto por uno mismo y una más sana autoestima. Todos los días haz cuando menos una cosa que sea buena para tu cuerpo. Camina o corre un poco, come verduras frescas o fruta, DÚCHATE, lávate el cabello, limpia tus dientes con hilo dental y cepillo, contéplate desnudo frente al espejo y gratifícate disfrutando de ti mismo, ponte en contacto con tu propio cuerpo, explórate y acaricia tu piel, encuentra tu atractivo, relájate y libera tensiones.

Reflexión 2:

En los medios de comunicación nos intentan vender un determinado modelo de figura corporal. Al no poseer esa figura, muchas personas se angustian. No caigas en la trampa. Recuerda que los gustos de las personas son diferentes, por lo que siempre podemos encontrar a alguien que le guste nuestro cuerpo. Todos podemos ser atractivos para los demás y ser queridos.

Reflexión 3:

Recuerda que la figura corporal es importante cuando no se conoce a las personas, pero no lo es tanto cuando se convive con ellas.

Reflexión 4:

Lo importante no es la mera figura corporal, sino la gracia que se le ponga. Haz que tu cuerpo sea expresivo.



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA BENEDIKTA
ZUR NIEDEN**

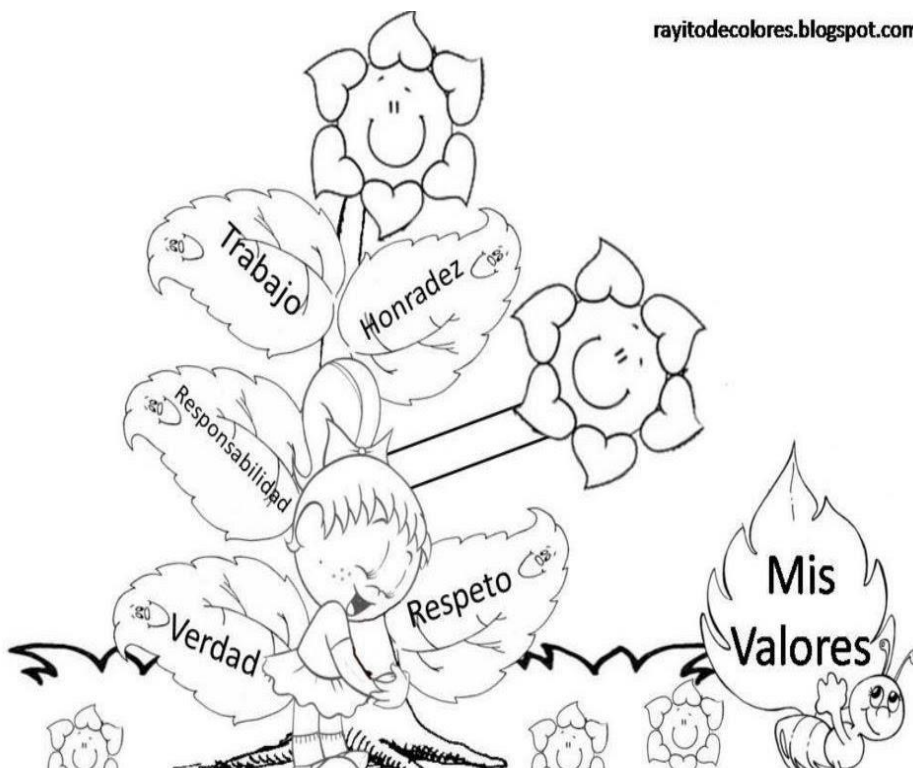
Gestión Pedagógica y Académica

Proceso de Diseño Curricular

GUÍA DE ACTIVIDAD ACADÉMICA

Dibujar y pintar la siguiente ficha

rayitodecolores.blogspot.com



CIERRE

Los estudiantes y padres de familia desarrollan la actividad en el cuaderno o de forma digital en Word y lo envían la correo del profesor o al whatsapp para evaluar el desarrollo y aprendizaje de las actividades.

EVALUACIÓN

Los estudiantes serán evaluados según el desarrollo de las actividades elaboradas durante las clases y la elaboración enviando las evidencias al profesor en videos archivo y trabajos serán entregadas al docente

RECURSOS

Documento, celular, colores lápiz.

TIEMPO ESTIMADO

APRECIACIÓN

GLOSARIO

Autoestima, autocontrol amor alegría felicidad responsabilidad valores

BIBLIOGRAFÍA Y/O CIBERGRAFÍA

<https://www.youtube.com/watch?v=AxqqSa6eE8o>

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