

CAMPO	ASIGNATURA	GRADO	CURSOS
HISTÓRICO	ÉTICA Y VALORES	6º	SEXTO JM - JT

OBJETIVOS / PROPÓSITOS	<ul style="list-style-type: none"> Trabajar en acciones encaminadas a desarrollar la autoestima como por ejemplo: elementos y pilares, auto-concepto, auto-imagen, auto-confianza, baja autoestima; sus causas y consecuencias.
APRENDIZAJES / CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> Actualidades Investigativas en Educación Actitudes habituales que indican una alta autoestima Actitudes habituales que indican una baja autoestima
EVALUACIÓN Y DESEMPEÑOS ESPERADOS	<ul style="list-style-type: none"> ORDEN en la entrega de las imágenes y archivos Criterios de lectura, redacción, orden y claridad en la actividad
RECURSOS DIDÁCTICOS	<ul style="list-style-type: none"> Cuaderno Guía de trabajo. Lápices de Colores
TIEMPO ESTABLECIDO	Actividades: 20 al 24 de abril - Fecha de entrega: 24 abril
FORMA DE ENVÍO	<ol style="list-style-type: none"> Envía fotos nítidas de tu trabajo, debes numerar cada página. Marcar cada página con tu nombre, curso y jornada. En el asunto del correo coloca curso + jornada + apellidos y nombre ejemplo: 601_JM_Pérez_Juan Envía a los correos: JM: 601 – 602 – 603 (Carmen Paola Chamorro): carpaochasal@gmail.com 604 – 605 – 606 (Ricardo Sarasty): florisaty@gmail.com JT: 601 – 603 – 605 (Camila Mosquera): camilamosquerahernandez@gmail.com 602 – 604 – 606 (Ricardo Sarasty): florisaty@gmail.com

ACTIVIDADES

- Realizar una lectura del siguiente texto tomado de la Revista Electrónica “Actualidades Investigativas en Educación” Volumen 7, Número 3, Año 2007, ISSN 1409-, en el cual se encuentran las características de las personas con alta autoestima y de una con baja autoestima.

El resultado de ser una persona con una alta autoestima y responsable de su propia vida, es ser una persona actualizadora de sí misma y autotranscendente. Al respecto García (2005), señala las siguientes características de una persona con una alta autoestima:

- Cree firmemente en ciertos valores y principios, está dispuesta a defenderlos aun cuando encuentre fuertes oposiciones y se siente lo suficientemente segura como para modificar esos valores y principios si nuevas experiencias indican que estaba equivocada.
- Es capaz de obrar según crea más acertado, confiando en su propio juicio, y sin sentirse culpable cuando a otras personas les parece mal lo que ha hecho.
- No emplea demasiado tiempo preocupándose por lo que haya ocurrido en el pasado, ni por lo que pueda ocurrir en el futuro.
- Tiene confianza en su capacidad para resolver sus propios problemas, sin dejarse acobardar por los fracasos y dificultades que experimente.
- Se considera y realmente se siente igual, como persona, a cualquier otra, aunque reconoce diferencias en talentos específicos, prestigio profesional o posición económica.
- Da por supuesto que es una persona interesante y valiosa para otras, por lo menos para aquellas con quienes se relaciona.
- No se deja manipular por las demás personas, aunque está dispuesta a colaborar si le parece apropiado y conveniente.
- Reconoce y acepta en sí misma una variedad de sentimientos e inclinaciones tanto positivas como negativas y está dispuesta a revelarlas a otra persona si le parece que vale la pena.
- Es capaz de disfrutar diversas actividades como estudiar, jugar, trabajar, descansar, estar con amistades.
- Es sensible a las necesidades de otras personas, respeta las normas de convivencia generalmente aceptadas y reconoce sinceramente que no tiene derecho a mejorar o divertirse a costa de las demás personas

Algunas actitudes habituales que indican una baja autoestima, de acuerdo con García (2005) son:

- Autocrítica severa y excesiva que mantiene a la persona en un estado de insatisfacción consigo misma.
- Hipersensibilidad ante la crítica, por lo que se siente exageradamente atacada o herida; descarga la culpa de sus fracasos a las demás personas o a las situaciones y cultiva resentimientos persistentes contra sus críticos.
- Indecisión crónica, no por falta de información, sino por temor exagerado a equivocarse.
- Deseo innecesario por complacer, por lo que no se atreve a decir que no, por miedo a desagradar y a perder la buena opinión de otras personas.
- Perfeccionismo, autoexigencia esclavizadora de hacer perfectamente todo lo que intenta, que conduce a un desmoronamiento interior cuando las cosas no salen con la perfección exigida.
- Culpabilidad neurótica, por la que se acusa y se condena por conductas que siempre son objetivamente incorrectas.

- G. Exagera la magnitud de sus errores o los lamenta indefinidamente, sin llegar nunca a perdonarse por completo.
 - H. Hostilidad o irritabilidad, siempre a punto de explotar aún por asuntos de poca importancia, propia de la persona supercrítica a quien todo la disgusta, la decepciona y nada le satisface.
 - I. Tendencias defensivas, un negativismo generalizado y una incompetencia hacia el gozo de vivir y de la vida misma.
2. Representar con dibujos en el cuaderno 5 características que te identifican como una persona con alta autoestima
 3. Indicar con ejemplos cómo se pueden mejorar 5 actitudes de una persona con baja autoestima