

¡Así como la vida educa  
la educación da vida!

**Recrea**  
Educación para refundar 2040



Educación



# Información sobre esta ficha

Este es un recurso digital que apoya a los Padres de Familia o a los docentes que deseen abordar el área socioemocional con los alumnos, para su aplicación como estrategia complementaria a la modalidad de enseñanza-aprendizaje a distancia; puede utilizar esta ficha didáctica de acuerdo a la temporalidad establecida por el docente, partiendo de los Aprendizajes Sustantivos considerados en su planeación.

**Re**crea  
Educación para refundar 2040



5° y 6° Primaria

**“Mi Autoestima”**

**¡Para iniciar!**



Acércate a un espejo que tengas en casa. Ahora pregúntate:

- ¿Qué opino de mí mismo (a)?
- ¿Conozco realmente cómo soy?
- ¿Qué es lo que me agrada más de mí?
- ¿Conozco todo de lo que soy capaz?

Tal vez te tome un poco de tiempo responder estas preguntas, así que hazlo con calma.

## ¿Qué queremos lograr?

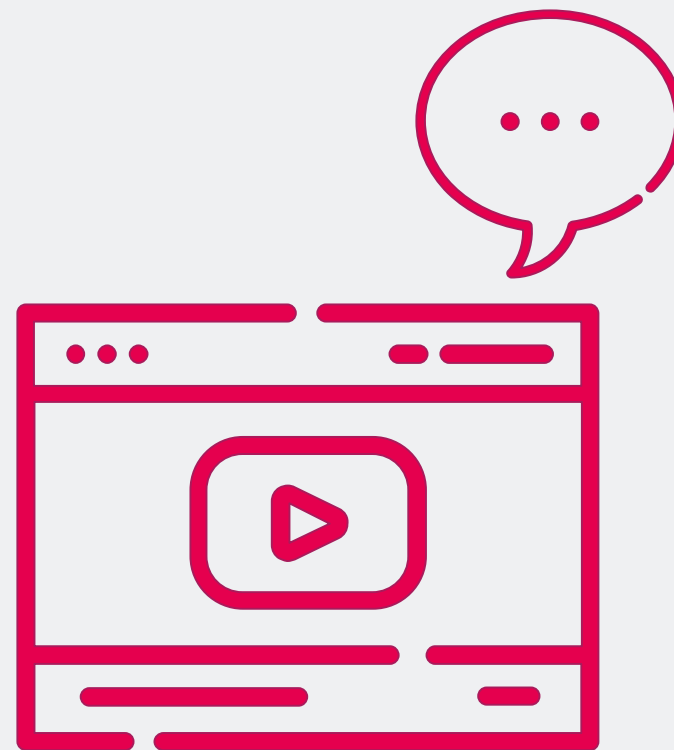
Que el estudiante adquiera elementos para mejorar su autoestima, a través de algunas actividades sencillas y divertidas.

## ¿Qué tema conoceremos?

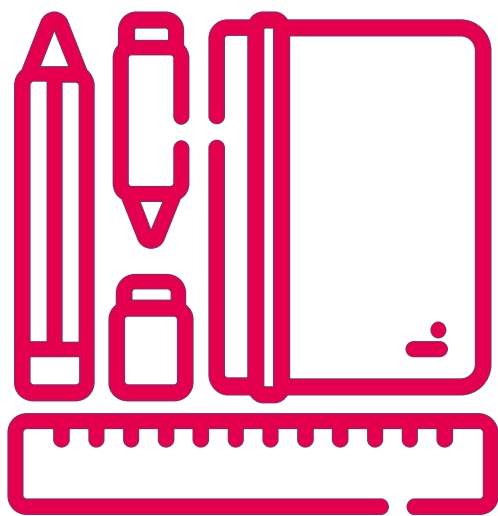
- Educación Socioemocional.

## ¿Qué necesitamos?

- Lápiz
- Hojas blancas o cuaderno



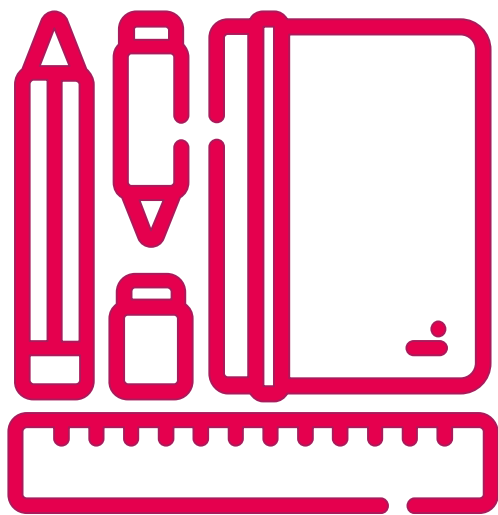
# ¡A trabajar!



1. En el anexo 1, encontrarás un listado de frases incompletas, las cuales utilizarás para realizar lo siguiente:

- En una hoja tamaño carta de manera horizontal, escribe cada una de las frases, procurando hacerlo con letra un poco grande, para que se puedan ver de lejos.
- Recorta cada una de las frases, para que te queden 6 tiras.

**¡A trabajar!**



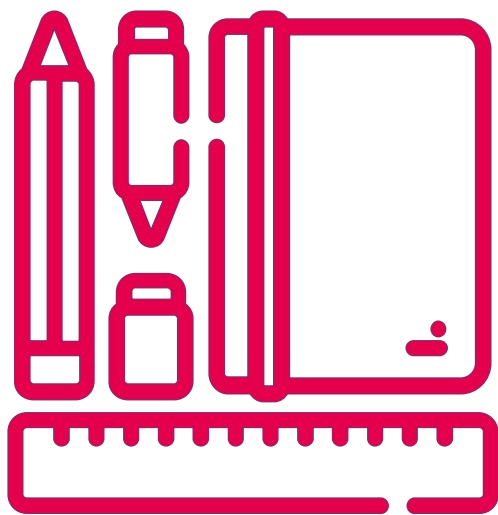
**2. Si es posible, invita a los miembros de tu familia que viven contigo a participar de lo siguiente:**

- **Coloquen boca abajo cada una de las frases que haz recordado.**
- **Respetando turnos, cada uno tome una tira distinta.**
- **Muestren la frase incompleta que tomaron y complementen cada uno desde su sentir en voz alta.**

**Pueden repetir esta dinámica las veces que crean necesarias, para que cada uno complementen varias frases.**



**¡A trabajar!**



Cada vez que alguien comparta lo que piensa de sí mismo, pueden apoyarlo enriqueciendo los aspectos positivos que ven en él/ella.

Al finalizar, compartan:

- Cómo se sintieron al expresar lo que piensan de sí mismos.
- Cómo se sintieron al escuchar lo que otros piensan de ustedes.

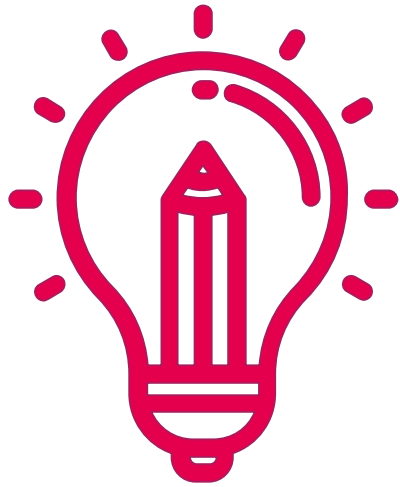
Concluyan agradeciendo entre todos haber compartido ese momento como familia y pueden proponer realizar esta dinámica en otro momento.

Frases Incompletas. Termínalas expresando sentimientos positivos.

1. Considero que se me facilita...
2. Yo soy muy...
3. Mi mayor virtud es...
4. Agradezco a cada persona cuando...
5. Me pongo alegre cuando...
6. Me entusiasmo cuando...



**¿Qué nos gustó de lo que aprendí?**



**Platica con tu familia lo nuevo que aprendiste, y expresa cómo te sentiste al realizar estas actividades, sobre todo cuando ellos se participaron.**

## Ideas para la familia

La importancia de esta actividad reside en que tanto los niños y niñas, como sus padres y demás integrantes de la familia, fomenten los aspectos positivos de su personalidad, así irán mejorando su autoestima.

Propicien en casa, una comunicación basada en el respeto, de manera abierta y flexible.



# DIRECTORIO

Enrique Alfaro Ramírez

**Gobernador Constitucional del Estado de Jalisco**

Juan Carlos Flores Miramontes

**Secretario de Educación del Gobierno del Estado de Jalisco**

Pedro Díaz Arias

**Subsecretaría de Educación Básica**

María del Rocío González Sánchez

**Encargada del Despacho de la Dirección de Educación Especial**

**Autora:**

**Laura Carranza Leal**

