



*Autoestima:
¿Cómo me veo a mi mismo?*

RELIGIÓN
Martes 30 de marzo
5° básico

El Autoestima es la valoración personal que hacemos de nosotros mismos

Debemos evaluarla para saber si estamos valorando quien somos





¿Qué podemos hacer para
desarrollar
una autoestima positiva?

La Flor de la Autoestima



1. Te invitamos a dibujar la siguiente flor de 5 pétalos en tu cuaderno.

2. En cada pétalo escribe una acción que te agrada que ayude para cultivar la actitud propuesta

Por ejemplo: Me quiero practicando el talento o actividad que me gusta.

Me cuido durmiendo temprano cuando al otro día tengo clases.

Guardar este gran tesoro que has
creado.

No olvides lo valioso que eres...



Háblate con cariño

Muchas veces nos
etiquetamos de forma
negativa a nosotros
mismos, criticándonos y
frustrándonos

Lo mejor para la
autoestima es el té.

quiére - te
perdóna - te
áma - te
sonríe - te
regála - te
consiénte - te
edúca - te
cuída - te
supéra - te
valóra - te





NUMANCIA

¡Seguimos Juntos!