

PROGRAMA DE VIRTUDES

De 1ero a 5to grado

NO ES NECESARIO IMPRIMIR.

Lo importante será ejercitarse, en la tarea que se proponga.

SI SON VARIOS HERMANOS EN PRIMARIA, REALIZAR ESTA GUÍA JUNTOS☺

SEMANA N°34
DEL 17 DE AGOSTO



¡VIVA LO BUENO!

CLASE 8: La carrera sigue☺



¡Hola Chicos! ¿Cómo están? ¡Esperamos que muy bien! Nos encontramos para continuar con la "carrera interna" de la virtud de la **CONSTANCIA**, la virtud que nos ayuda llegar a la meta; y que nos invita a "concernos". Porque, conociéndonos, podremos correr mejor la carrera. ¿Listos para continuar?

Para correr la carrera es necesario "CONCERNOS"

META



¿Quién soy?

¿Qué me gusta?

¿Qué me disgusta?

¿Qué me contenta?

¿Qué me enoja?

El **"conocerse"** (autoconocimiento), nos ayuda a **"entendernos"**: entender nuestros sentimientos, pensamientos, modos de ser, lo que nos motiva, porque, según los mismos, nos comportaremos.



Por ejemplo, si no me gusta la **espinaca** y de comida me sirven **tarta de espinaca**, lo más probable será que, la primera reacción que tenga interiormente, sea de disgusto... ¡Pua! Ahora, "si me conozco", sabré sobrellevar esa reacción:

- No poniendo mala cara...
- Sabiendo valorar la dedicación que han puesto en prepararla y cocinarla.
- Recordando que actualmente, muchas familias y niños en el mundo padecen el drama del hambre, de no tener para comer.
- Y podré auto-recordarme, el dicho de las abuelas: "**algunas cosas me gustan más, otras me gustan menos, me las como igual, porque, no son veneno**"😊



POPEYE

El **autoconocimiento** está compuesto de cuatro elementos:

- **Auto-concepto:** Lo que creemos de nosotros mismos,
- **Auto-imagen:** Cómo nos percibimos.
- **Auto-aceptación:** Reconocer lo que somos.
- **Auto-respeto:** Atender y satisfacer nuestras propias necesidades y valores.

El término auto-conocimiento significa:

AUTO ⇒ "lo que es propio", "lo de uno mismo".

CONOCIMIENTO ⇒ nos habla de la acción de conocer.

Entonces, cuando decimos auto-conocimiento, estamos hablando del **conocimiento que tiene una persona de sí misma**.

Es muy importante, a medida que vamos creciendo, con la ayuda de la familia y de quienes nos quieren, trabajar en "conocernos". Te dejamos algunas preguntas que nos colaboran en conocernos mejor:

- ¿Qué te gusta hacer para divertirti?
- ¿Qué es lo que te preocupa?
- ¿En qué momento o situación te sientes más seguro?
- Cuando tienes miedo, ¿qué haces?
- ¿Qué crees que tienes de diferente de los demás?
- ¿Qué frase de los adultos nunca se te olvida?
- ¿Qué puedes decir de bueno sobre Ti?
- ¿Cuál es tu recuerdo más feliz?



Veamos unos videos que nos hablan del "conocerse".

📺 Entremos en el siguiente enlace:

(Realiza click sobre la oración azul o copia la oración y pégala en el buscador)

<https://www.youtube.com/watch?v=HBoLH2My54Q>

<https://www.youtube.com/watch?v=LV39O5liQLs>

https://www.youtube.com/watch?v=kD_HgxvXrR4

¡Quiero CONOCERME,
Señorita!



¡Buenísimo!

Hoy aprendimos que conocernos es una "gran carrera".

➡ Realicemos unas tareas😊

1. Escribe en tu cuaderno de virtudes (cuaderno naranja) o en una hoja, la siguiente tarea, usando lápiz negro y lápiz color naranja, según se indique:

Martes, 18 de agosto de 2020

→ Dejo un reglón vacío

"UNA GRAN CARRERA"

→ Dejo un reglón vacío

→ Lo dibujo



AUTO-CONOCERSE

ES MUY BUENO😊

2. "Queremos que sigas conociéndote". Pídele a Mamá o Papá que te imprimen los adjuntos que enviamos junto con esta guía, para que puedas continuar esta gran carrera. Como esta tarea es muy personal, no es necesario enviarla en la plataforma, confiamos en que la realizarás 😊 ¡Manos a la obra!

EJERCICIO DE LA SEMANA



En esta semana continuaré ejercitando en "mis rutinas":

- En el horario diario para acostarme y levantarme.
- Tendiendo la cama todos los días, luego de levantarme.
- Las rutinas para realizar las tareas.



¡TÚ PUEDES!

¡HASTA LA SEMANA QUE VIENE!

Y SEAN CONSTANTES 😊