
	INSTITUCIÓN EDUCATIVA LA ESPERANZA	
	ACTIVIDADES DE TRABAJO - 2020	
	SECCIÓN: BACHILLERATO	
NOMBRE DEL ESTUDIANTE:		

Nodo: Científico

Docente: William González L **Grado:** 6º **Fecha:** _____ **Periodo:** _____

<ul style="list-style-type: none"> ESTANDAR DE COMPETENCIA:
<p>EJES TEMATICOS:</p>
<p>INDICADOR DE DESEMPEÑO:</p> <ul style="list-style-type: none"> Lograr que el alumno interiorice la necesidad de estudiar a conciencia y que cuando sea promovido es porque lo merece por su esfuerzo.
<p>METODOLOGIA DE LA EVALUACION: Sin definir</p>
<ul style="list-style-type: none"> RECURSOS: Guía de aprendizaje o plan de actividades de trabajo, diseñada por el docente.

EL RESPETO POR SÍ MISMO

Es fundamental el respeto por sí mismo -quererse, amarse- ¿Cómo se realiza esto? La respuesta es manteniendo una mente positiva, vigilar cada movimiento, cada sentimiento y descubrir cómo influyen en ti. Recuerda que somos el fruto de lo que pensamos y sentimos. Si piensas mal, así te sentirás; si piensas que te va bien en lo que quieras realizar, así será.

El quererse y el amarse producen en ti una serenidad interior en cada momento o situación. ¿Cómo se demuestra que te amas y quieres? Veamos:

Algunos hechos pueden perturbar la calma, ahí está tu trabajo. Mentalmente no te dejes incomodar por la situación. No te identifiques con ella, deja que tal situación o problema sea como es, tú en cambio vive en ti con la serenidad y la calma. Trata de solucionar el problema, pero no te reviertas al problema hasta

que te prive de tu paz interior. Tú eres superior a cualquier dificultad, desidentifícate de él.

Si permites mentalmente que esa situación te desequilibre, así será. Haz entonces el mayor acto de respeto por ti mismo: diciéndote mentalmente, "yo estoy seguro de mí, yo confío en mí, nada ni nadie podrá desestabilizar mi paz interior". Puedes hacer esto muchas veces, puedes no creer, pero realízalo por ti mismo y te convencerás. He ahí el gran secreto, resultará de maravilla si con persistencia lo haces. Esto es vivir tú en ti.

Al mirar las situaciones con sosiego, sin enfados ni ansiedad, demuestras que eres dueño de ti mismo; éste es el gran tesoro escondido dentro de ti.

DIALOGA CON TU FAMILIA

Ahora recuerda hechos de tu vida y responde estas preguntas:

- ¿Has pensado alguna vez por qué existes?
- ¿Has realizado tus trabajos sólo cuando te ordenan? ¿Por qué?
- ¿Estás convencido del gran poder que posees dentro de ti? Escribe alguna situación que lo explique.
- ¿En qué circunstancias te has desequilibrado más?

Elabora en tu cuaderno un mini afiche sobre el respeto de sí mismo.