

**ANTONIO VALLÉS ARÁNDIGA
CONSOL VALLÉS TORTOSA**

AUTOESTIMA

2º CICLO EDUCACIÓN PRIMARIA



Edita: Editorial Marfil, S.A.
San Eloy, 17 - Tel.: 96 552 33 11
Fax: 96 552 34 96
E-mail: editorialmarfil@editorialmarfil.com
03804 ALCOY

© Antonio Vallés Arándiga
Consol Vallés Tortosa
EDITORIAL MARFIL, S.A.

Ilustraciones: Amparo Lázaro Laporta

PRINTED IN SPAIN
IMPRESO EN ESPAÑA

I.S.B.N.: 978-84-268-0814-1
Depósito Legal: A-86-2009

Fotocomposición, Artes Gráficas Alcoy, S.A.U.
maquetación, San Eloy, 17 - 03804 ALCOY
fotomecánica Tels. 96 652 07 61
e impresión: Fax: 96 552 34 96

Papel

Producto
Ecológico


FOTOCOPIAR LIBROS
NO ES LEGAL

AUTOESTIMA

2º CICLO EDUCACIÓN
PRIMARIA

CONTENIDO

1.

¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?



7

2.

ASÍ ME VEO YO ...



14

3.

ASÍ SOY YO.



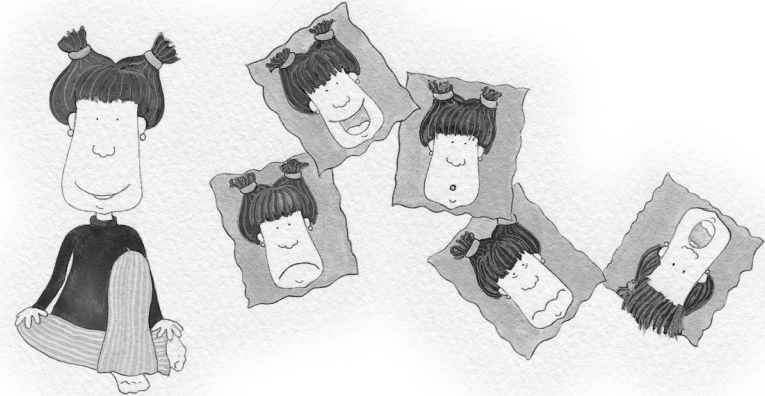
24

4. COMPARTIR, AYUDAR.



34

5. ¿CÓMO TE SIENTES?



41

6. APRENDO A SER AMABLE.



51

7. PENSAR BIEN.

61



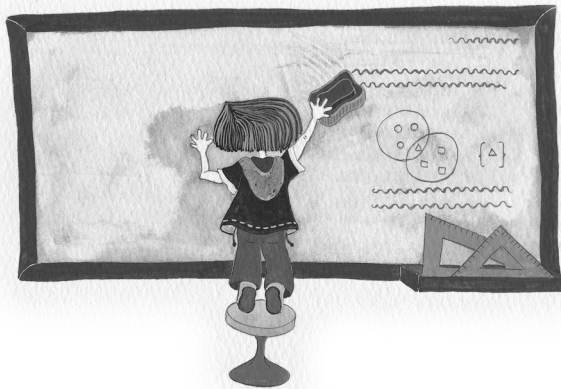
9. APRENDO A SER MÁS FELIZ.

80



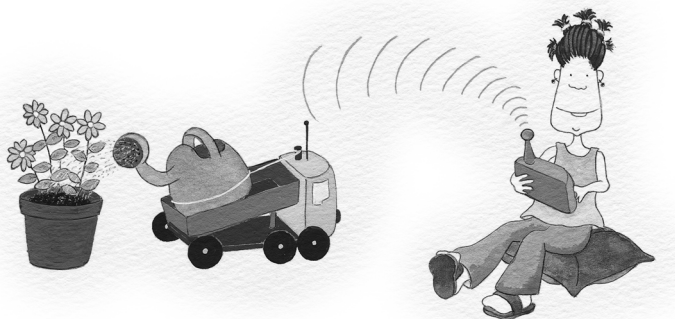
8. YO SOY EL ENCARGADO DE...

69



10. SI ME EQUIVOCO LO SOLUCIONO.

87



11. INVENTO COSAS.

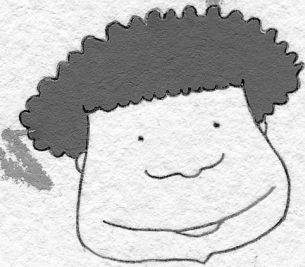
95

12. YO Y MI FAMILIA.

102



1. ¿Qué es la Autoestima?



Mi cara

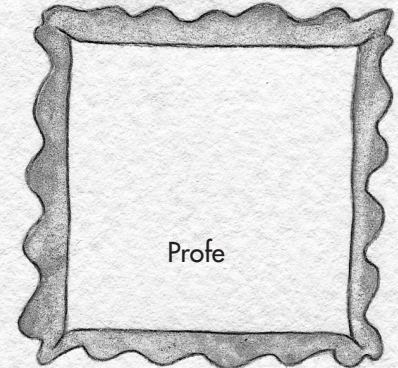
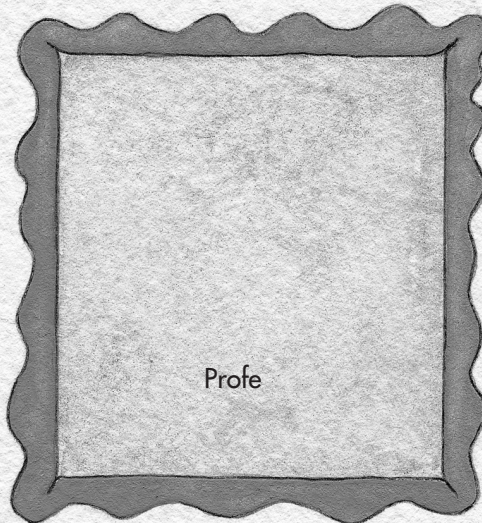
Pega aquí
tu foto

- ¿Cómo te llamas? _____
- ¿Cuántos años tienes? _____ ¿En qué curso estás? _____
- Tu "cole" se llama: _____

Se llama _____

Éstos son mis profes

Se llama _____



- Completa la frase:

Yo creo que la autoestima es

Ir en un auto

Estimarse a uno mismo

¿Tú sabes lo que es eso de la ...AUTOESTIMA?

Yo creo que algo sé.

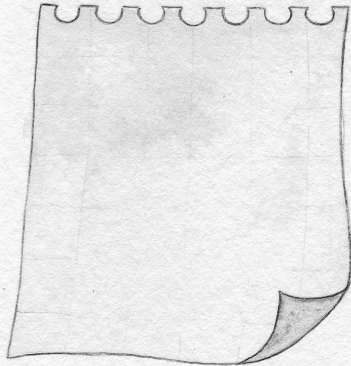


LA AUTOESTIMA ES...

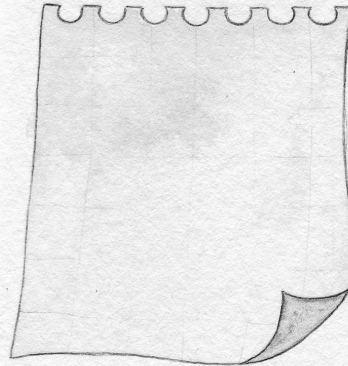
1. Estar a gusto contigo mismo.
2. Sentirse importante.
3. Estar contento/a por las cosas buenas que haces, piensas y sientes.
4. Quererse a sí mismo.
5. Tener ilusión por hacer las cosas y aprender.
6. Tener buenas relaciones con los amigos y compañeros.
7. No enfadarse cuando las cosas salen mal.

LO QUE MÁS TE GUSTA DE TI ES...

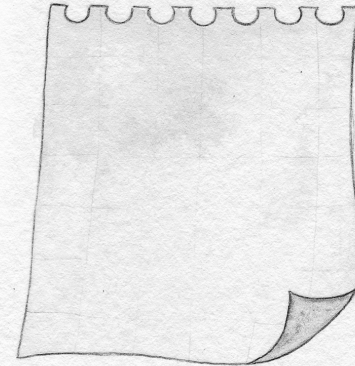
- Dibuja y colorea lo que más te guste de ti. (Puedes colorearlo todo si lo prefieres).



mi cara



mis ojos



mi simpatía

¿Por qué? _____

¿Por qué? _____

¿Por qué? _____



...y también me gusta de mí mismo...

- Escribe "cosas buenas" de ti mismo/a.

• Contesta.



SEGURO QUE TÚ ERES IMPORTANTE PARA TUS AMIGOS.



pues porque... _____



SEGURO QUE TÚ ERES IMPORTANTE PARA TU FAMILIA.



¿Por qué? _____



SEGURO QUE TÚ ERES IMPORTANTE PARA TU PROFE.

¿Por qué? _____

Nos podemos sentir importantes porque...

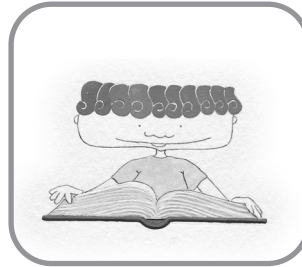
Practicamos algún deporte.



Somos simpáticos.



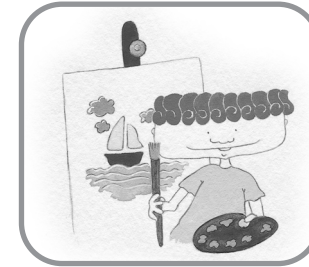
Nos gusta leer.



Tenemos aficiones.



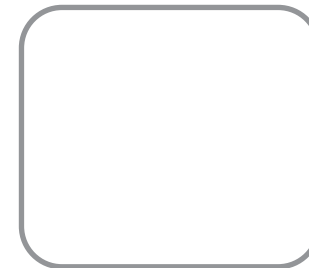
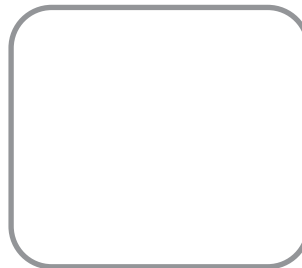
Nos gusta hacer dibujos bonitos.



Aprendemos mucho.



• ¿Por qué otras cosas más nos podemos sentir **importantes**? Dibújalas.



¿Te gusta organizar los juegos en el patio con tus compañeros/as?

SÍ

NO

¿Por qué? _____

Y también me gusta jugar a...



¿Cuáles son tus juegos preferidos?

Pillar

Correr

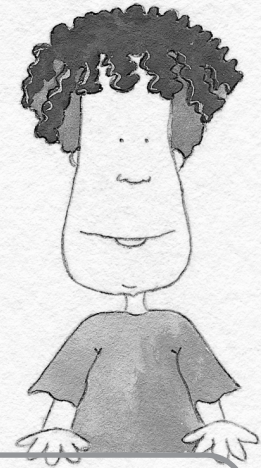
Jugar a la pelota

Saltar



Me encanta organizar juegos.
¿Quieres jugar conmigo?

Yo pienso que sí.



DIVERTIRSE CON LOS/LAS AMIGOS/AS Y
COMPAÑEROS/AS ES MUY IMPORTANTE,
AYUDA A SENTIRNOS FELICES.





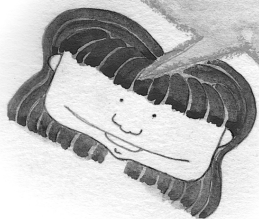
2. Así me veo yo.

- IDEAS PREVIAS: Contesta.

Yo pienso que verse a si mismo significa _____

¿Qué cosas podemos “ver” de nosotros/as mismos/as?

Yo creo que... _____

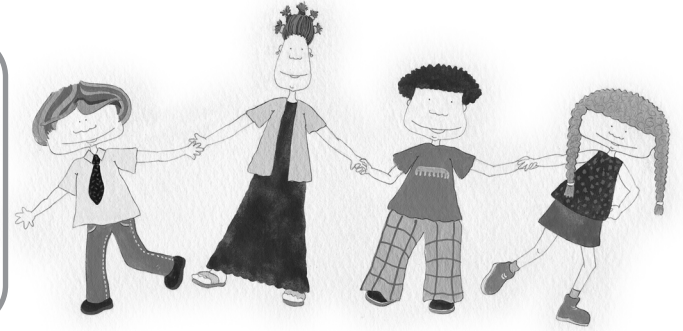


ESTO ES LO QUE PODEMOS VER DE NOSOTROS/AS MISMOS/AS



- ✓ Lo alto o lo bajo.
- ✓ El color del pelo.
- ✓ La cara.
- ✓ ...todo el cuerpo.

- ✓ Cómo vamos peinados.
- ✓ Cómo vamos de limpios.
- ✓ Nuestra sonrisa.
- ✓ Nuestra alegría.



- Escribe una frase sobre cada cosa de ti.



Lo que mides de alto.

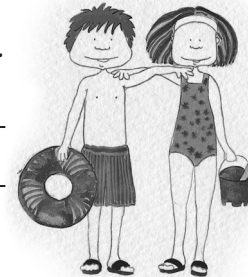
El color de tu pelo.





Tu cara.

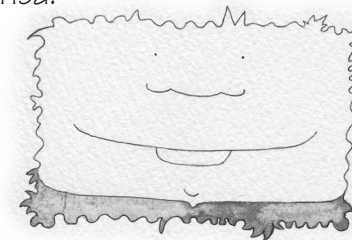
Todo tu cuerpo.





Tu limpieza.

Tu sonrisa.





Tu alegría.
