GUIA DE TRABAJO N°5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nombre del Estudiante** |   | **Curso:** 7° Básico  |
| **Fecha:** semana del 27/04 al 01/05  |
| **Docente:** |  María Ortega Echague | **Asignatura:** | Religión  |
| **OA** | Comprender y reconocer el valor del respeto | **UNIDAD** | 1reconocer el valor del respeto  |
| **Habilidades**  | Reconocer, identificar, explicar  |
| **Objetivo** | Reconocer el valor del respeto a ti mismo |

Actividad

Instrucciones: Lee con detención y responde

Respetarse a uno mismo es atender y satisfacer las propias necesidades y valores y expresar y manejar de forma conveniente sentimientos y emociones, sin hacerse daño ni culparse. Aunque esta habilidad resulta básica para nuestro bienestar, a menudo vivimos dándole la espalda.

Cuando somos pequeños aprendemos que debemos respetar a los demás para no dañarlos emocional y físicamente. Pero muchas veces no aprendemos que, además de respetar a los demás, es esencial que aprendamos a respetarnos a nosotros mismos, ya que de ello dependen en gran parte tanto nuestra autoestima como nuestra felicidad. Conoce a continuación en este artículo la importancia de respetarse a uno mismo y cómo hacerlo.

Respetarte a ti mismo significa tener una actitud positiva hacia tu derecho de vivir y ser feliz. Es reafirmar tu valía personal, así como tus pensamientos, tus deseos y tus necesidades. Cuando te respetas, sientes que tienes derecho innato a la alegría y la satisfacción.

Actividad

1. ¿Qué significa Amor propio?
2. ¿Qué es el respeto a ti mismo?
3. Escribe lo que más te llamo la atención del texto
4. Que podrías cambiar de tus actitudes