



<b>Nombre del Docente: Diana Patricia Torres Parada</b>		
<b>Curso: 903°</b>	<b>Asignatura: Religión</b>	<b>Sede: A Jornada Mañana</b>
<b>Título o Tema: Mi mundo Emocional</b>		

**Actividad 1:**

PIENSA POSITIVO Cambio mi forma de pensar, de negativa a realista. Completa las casillas con los pensamientos positivos y negativos. En la casilla de mi propio ejemplo escribe una situación desde tu experiencia emocional.

## De carga negativa a carga positiva

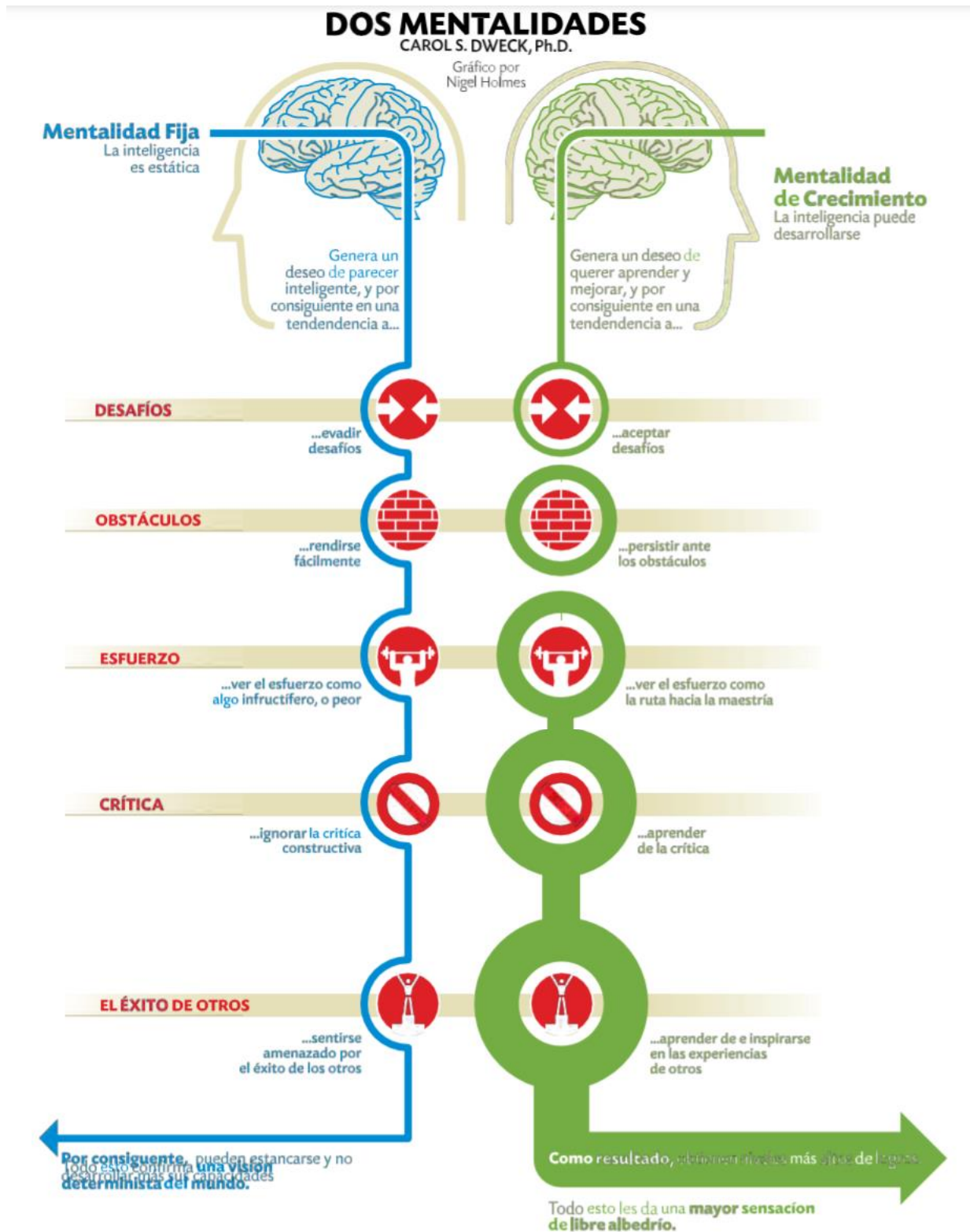
● → Carga negativa a positiva → \*

SITUACIÓN	PENSAMIENTO NEGATIVO	PENSAMIENTO POSITIVO
Un amigo no quiso hablarme hoy.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguramente me lo merezco.</li> <li>• Debe ser que la gente no quiere hablar conmigo.</li> <li>• Nunca volverá a hablarme.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Puede estar teniendo un mal día.</li> <li>• Le daré tiempo y mañana le preguntaré qué ocurre.</li> </ul>
Todos mis amigos pasaron el examen menos yo.	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
Un estudiante de un grado mayor me llamó tonto.	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
<b>Mi propio ejemplo:</b> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>



**Actividad 2:**

MI MENTE CRECE Enfrentar los desafíos académicos sabiendo que me haré más inteligente al superarlos.





¿Cómo puedo utilizar la mentalidad de crecimiento en mi rendimiento académico?

¿En el aprendizaje de las áreas académicas has pensado que puedes desarrollar cualquier habilidad o has creído que algunas áreas sobrepasan tus habilidades? ¿Por qué?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Cuáles son algunos obstáculos que necesitas enfrentar para tener un mejor rendimiento académico?

Enumera dos cosas específicas que puedes hacer para enfrentar cada uno de los obstáculos que has identificado.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Piensas que hasta ahora te has esforzado lo suficiente? ¿Por qué?  
¿Qué puedes hacer para esforzarte más?



¿Has tenido en cuenta las críticas como una forma de mejorar tus habilidades en cada área? ¿Qué habilidades consideras que necesitas mejorar?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

¿Qué puedes aprender de tus compañeros o amigos a los que les va muy bien académicamente?

**Actividad 3:**

Desarrolla el cuadernillo adjunto: PIENSO, SIENTO Y ACTÚO y MI VOZ INTERIOR

Recuerda enviar las evidencias del desarrollo de tu trabajo a classroom. Gracias por tu compromiso.