



## COLEGIO JACKELINE IED

NIVELES PREESCOLAR – BASICA PRIMARIA – BASICA SECUNDARIA - MEDIA

Resolución de Aprobación 08-031 de 15 de Febrero de 2019

DANE SEDE A. 111001029114 - SEDE B. 111001800465 - NIT 830055296-0

### SEGUNDO PERIODO

#### ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE No. 02- ESTRATEGIA APRENDE EN CASA

Curso o grado: Quinto	Dimensión, área o Asignatura: Ética y Valores
Docente (s): Odry Millar-Caterine Bernal	Semana de desarrollo: 3 al 14 de mayo
Semana de revisión, seguimiento DOCENTE y retroalimentación	18 al 21 de mayo
Temática u objeto de aprendizaje: La asertividad y las buenas relaciones intrafamiliares.	
Al finalizar la actividad el estudiante estará en capacidad de: Fortalecer la asertividad y las buenas relaciones intrafamiliares en niños y niñas en época de pandemia.	
<b>Estrategia de comunicación para su seguimiento y revisión:</b> Esta guía de aprendizaje se reportará de manera virtual en la página web: <a href="https://odrymillar.jimdofree.com/">https://odrymillar.jimdofree.com/</a> ,las evidencias se deben enviar únicamente por correo, al de la docente: <a href="mailto:odrymillar75@gmail.com">odrymillar75@gmail.com</a>	
<b>Se recomienda:</b>	
*Ir enviando el taller que van terminando al correo de la docente, no esperar a realizar el envío el último día.	
*Leer primero toda la guía, entrar a los link para reforzar el tema con los tutoriales y finalmente desarrollar las actividades propuestas.	
<b>*LOS FINES DE SEMANA LOS DOCENTES NO ESTARÁN DISPONIBLES POR NINGÚN MEDIO TECNOLÓGICO (WHATSAPP, CORREOS, PLATAFORMAS...ETC)</b>	
<b>"AGRADECEMOS ESTOS DÍAS NO COMUNICARSE, NI REALIZAR ENVÍOS DE TRABAJOS"</b>	
Tienen plazo para enviar estas evidencias hasta el viernes <b>14 de mayo, antes del mediodía.</b>	
<b>¡Muchos éxitos!</b>	

#### 1) Contextualización:



#### ¿QUÉ ES LA ASERTIVIDAD?

La asertividad es la habilidad o capacidad que tiene una persona para expresar, decir o mostrar lo que siente, cree o necesita de forma respetuosa, clara y sincera, y siempre sin molestar, agredir o hacer daño a nadie.

#### ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE SER ASERTIVO?

Porque la asertividad nos coloca en el punto medio entre ser demasiado pasivo o ser demasiado agresivo. Si no somos asertivos nos pasará que seremos pasivos (nos sometemos a los demás, no sabemos defendernos y no tenemos fuerza para expresar lo que sentimos, pensamos o necesitamos) o bien seremos agresivos (al expresarnos herimos física, verbal y/o emocionalmente a los demás, pues no les respetamos, ni somos empáticos ni tolerantes con ellos).

#### COMO SER ASERTIVOS:

- Expresar nuestras ideas, opiniones y emociones sin agredir ni ser agredidos
- Defender nuestros derechos respetando los de los demás
- Ser capaces de decir "no" y no dejarnos influir por los demás
- Dar nuestras opiniones (y aceptar las de los demás) sin sentirnos culpables
- Ser más amables, respetuosos y tolerantes sin llegar a ser personas pasivas o sumisas
- No dejarnos manipular, pero tampoco ser manipuladores
- Sentir mayor bienestar personal, porque lo que hacemos está alineado con nuestros valores e ideas
- Potenciar nuestra conciencia emocional y la autorregulación





## COLEGIO JACKELINE IED

NIVELES PREESCOLAR – BÁSICA PRIMARIA – BÁSICA SECUNDARIA - MEDIA

Resolución de Aprobación 08-031 de 15 de Febrero de 2019

DANE SEDE A. 111001029114 - SEDE B. 111001800465 - NIT 830055296-0

Cada familia es única, y el tipo de relaciones que se establecen entre las personas que la forman pueden ser muy diversas. La familia es la base de nuestra educación pues allí se enseñan valores fortalecer los vínculos y tener buenas relaciones entre nuestros familiares son la base para salir adelante juntos en esta etapa de pandemia, es por eso que es importante:

- Tener una buena comunicación, siendo asertivos.
- Ser respetuosos, no gritarnos ni agredirnos verbal o físicamente.
- Comprender a los demás miembros de la familia siendo empáticos, sin manipular.



Nota para Padres: Es importante no confundir el “tener una buena relación” con el “consentimiento”. Es decir, en ocasiones se piensa que la mejor forma de mantener una buena relación con los/a hijos/as es mediante la permisividad y dando todo lo que los niños o niñas quieren. Esto puede conllevar a problemas en cuanto a los límites y normas familiares, desarrollando posteriores conflictos, especialmente durante la

adolescencia.

### 2) Links u otras estrategias de apoyo para el trabajo autónomo supervisado por adulto.

Para los niños:

<https://www.youtube.com/watch?v=0nLyn2HPLic>

Para ampliar la lectura del tema por los padres de familia:

[http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-](http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.)

[infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.](http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.)

<https://psicologiaymente.com/social/como-favorecer-buenas-relaciones-familiares>

### 3) Actividades para copiar y desarrollaren el cuaderno

- a. Escribe un cuento con tres personajes (uno agresivo, otro pasivo y otro asertivo) donde se narre un problema familiar y luego haya un feliz desenlace.
- b. Responde: ¿Qué es asertividad?
- c. Escribe que te falta para ser asertivo.
- d. Escribe como se resuelven los conflictos en tu familia.

Bibliografía

[http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-](http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.)

[infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.](http://www.clubpequeslectores.com/2019/07/como-trabajar-desarrollar-asertividad-infantil.html#:~:text=La%20asertividad%20es%20una%20habilidad,y%20positiva%20con%20los%20dem%C3%A1s.)

<https://psicologiaymente.com/social/como-favorecer-buenas-relaciones-familiares>



## **COLEGIO JACKELINE IED**

NIVELES PREESCOLAR – BASICA PRIMARIA – BASICA SECUNDARIA - MEDIA

Resolución de Aprobación 08-031 de 15 de Febrero de 2019

DANE SEDE A. 111001029114 - SEDE B. 111001800465 - NIT 830055296-0



Cr 77 Q N° 45 A – 21 Sur, Sede A- Cr 77 P Bis A N° 47 A- 31 Sur, Sede B  
cedjackeline8@educacionbogota.edu.co  
Teléfono: 452 4113 – 4524042 - 3002072730