

# Secundaria

## ACTIVIDADES DE SEGUIMIENTO

### Objetivo general de las actividades de seguimiento en Educación Secundaria:

En este documento se ha priorizado el fortalecimiento de la cohesión de grupo, el fomento de la autoestima, las habilidades sociales de comunicación, la flexibilidad cognitiva y la aceptación.

Se proponen dos actividades por cada bloque para que el docente determine cuál es la que se adecua más a las necesidades de su grupo, siendo posible, si el grupo lo precisa, realizarlas todas.

**Advertencia:** En el momento de realizar estas actividades se contemplarán las medidas sanitarias establecidas para la fase de desescalada en que se encuentre cada municipio: distancia social, lavado de manos, uso de material propio, mascarilla...

## C. ACTIVIDADES DESTINADAS AL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA

Este tipo de actividades se realizarán, con las medidas de higiene y seguridad adecuadas y siempre que las instrucciones sanitarias lo permitan.

### ACTIVIDAD 6: "Hay una carta para ti"

#### OBJETIVO

Comprender que cada persona es distinta, con cualidades positivas y otras cualidades que podemos mejorar.

#### DESARROLLO

- Cada alumno/a escribe tres cualidades positivas (virtudes) y tres cualidades a mejorar (defectos) que crea tener en una hoja de papel, y que guardará en un sobre con su nombre.
- El sobre irá pasando por todos los compañeros, que habrán de sumar otras tres cualidades positivas, pero no los posibles defectos.
- Cada alumno/a leerá todas las cualidades positivas (lo bueno) que los demás piensan de él o ella, y que le ayudará a realizar una reflexión personal.
- Como alternativa, si no fuese posible compartir el sobre, se propone que cada alumno/a escriba sus cualidades, las comenta en voz alta. A continuación, los compañeros/as completan con otras cualidades que ellos perciben y el alumno/a las escribe para completar su carta.

#### MATERIALES Y RECURSOS

Lápices y bolígrafos.

#### TIEMPO

50 min.