

# Formación Cívica y Ética

Cuarto grado



# Soy **valioso** y merezco un trato **digno**

Observamos

SESIÓN 1

## ¿Cómo nos tratamos?

Inicias un nuevo ciclo escolar y has conocido nuevos compañeros o encontrado a tus antiguos **amigos** del salón. ¿Cómo te sientes al **convivir** con ellos?, ¿cómo se tratan entre ustedes?



1. Lee las siguientes acciones que describen un trato digno. Marca con una **✓** las que has recibido y con un **✗** las que no.



2. Comenten las opciones que eligieron y reflexionen cómo es el trato que se dan entre ustedes ●

## Dignidad humana y trato digno

La dignidad humana es el **derecho** que todos tenemos a ser respetados y **valorados** por el simple hecho de ser personas, sin importar condiciones como lugar de nacimiento, edad, sexo, lengua, cultura, religión, condición física o de salud.

Tratar de manera digna es **respetar** el derecho de cada uno para decidir **libremente** sobre su vida, participar en su comunidad, tener las mismas condiciones para **desarrollarse** plenamente y ser tomado en cuenta.



1. Observa el siguiente ejemplo donde se expone una situación de trato digno en el salón de clases:

Cuando **participé** en clase, la maestra y mis compañeros me escucharon con **atención** y sin interrumpir. Me sentí valorada y respetada, y eso me dio **seguridad** para expresar mi opinión.

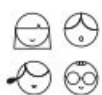


¿Quieres conocer un personaje especial?

Ve este video.

<https://bit.ly/2xmr3jY>

2. En tu cuaderno describe tres situaciones en las que hayas sentido que recibiste un trato digno: una en la escuela, otra en la familia y otra en tu comunidad. En los tres casos indica de quién recibiste ese trato y cómo te sentiste.
3. Escribe en tu cuaderno, con tus propias palabras, qué son la dignidad humana y el **trato** digno. Agrega un ejemplo para que todos entiendan.



4. Compartan sus ejemplos y definiciones ●

En un país tan **diverso** como México, en el que se hablan distintas lenguas y hay diferentes formas de **ser** y de **pensar**, es muy importante recordar el artículo 1º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, el cual garantiza el derecho de todos a recibir un trato digno y respetuoso en cualquier momento y circunstancia.



# Soy valioso

Eres una persona **digna** y valiosa, aunque quizá a veces te cueste trabajo reconocerlo.

Para **cuidarte** y valorarte, necesitas identificar tus cualidades. Te valoras positivamente cuando estás contento de ser tú mismo y sientes **orgullo** de lo que haces y piensas.

La **autoestima** es el aprecio y valoración de ti mismo. Una autoestima es sana cuando muestra **equilibrio**, es decir, no engrandece ni desprecia lo que eres o puedes llegar a ser. Tener estima hacia ti mismo también es aceptar los aspectos que debes **mejorar**.

1. ¿Qué necesitas para desarrollar una autoestima sana? Para saberlo analiza esta información:

**AUTOESTIMA**

Atrévete a aprender cosas nuevas.

Valora aquello que haces bien y acepta como un reto lo que todavía no has aprendido.

Reconoce cómo influyen tus ideas y sentimientos en lo que piensas de ti mismo.

Acéptate a ti mismo y a los demás como personas valiosas.

Evita acciones, pensamientos y emociones que puedan dañarte o a los demás.





2. Formen equipos para discutir las siguientes preguntas:

- a) ¿Qué situaciones en su casa, escuela o comunidad pueden ayudar a **desarrollar** su autoestima?
- b) ¿Qué situaciones en su casa, escuela o comunidad pueden frenar o limitar su autoestima?
- c) ¿Consideran que las recomendaciones de la página anterior son válidas para todas las personas?
- d) ¿Qué necesita cada persona para desarrollar su autoestima?

► Conforme te conoces a ti mismo, logras **identificar** tus capacidades, desarrollar tus potencialidades y **fortalecer** tu autoestima.



3. Redacta en tu cuaderno una carta dirigida a ti mismo, donde **reconozcas** que eres una persona valiosa y afirmes tus **cualidades**; no es necesario que la compartas, su contenido puede ser sólo para ti ●

# Todos somos **valiosos**

Un experimento sobre la empatía demostró que desde pequeños apreciamos la **generosidad**. Científicos mostraban dos marionetas a bebés de seis meses; una se comportaba de forma egoísta y la otra era **amable** y generosa. El 99% de los bebés prefirió a la marioneta generosa.



1. Para analizar cómo pueden reconocer el valor de los demás y tratarlos con **dignidad**, realicen lo siguiente:
  - a) Cada quien escriba su nombre en un papelito. Doblen todos los papelitos, colóquenlos en un recipiente y revuélvanlos.
  - b) Cada uno tome un nombre. Si les tocó el de ustedes mismos, tomen otro.



2. Dobra en cuatro partes una hoja tamaño carta y en cada apartado escribe acerca de la persona que te tocó:

- › Una **cualidad**.
- › Una **acción** positiva que recuerdes.
- › Un **momento** agradable que hayan pasado juntos.
- › Algo que puedes hacer para **mejorar** tu relación con esa persona.



3. Doblen sus hojas, colóquenlas en el recipiente y revuélvanlas.
4. Saquen una por una y descubran de quién se trata. Digan a cada persona por qué es valiosa para el grupo.
5. Peguen las hojas en la pared para que puedan leerlas cuando quieran. Así conocerán cómo los perciben los demás y lo que están dispuestos a hacer para mejorar el trato hacia ustedes.





El respeto a la dignidad humana se favorece con la **empatía**, que es la capacidad de reconocer y valorar las emociones, los sentimientos y las necesidades de otros, así como de comprender su manera de pensar y de actuar. La empatía te motiva a ser **solidario** y **compasivo**.

🗨️ 6. Lee la siguiente historia:

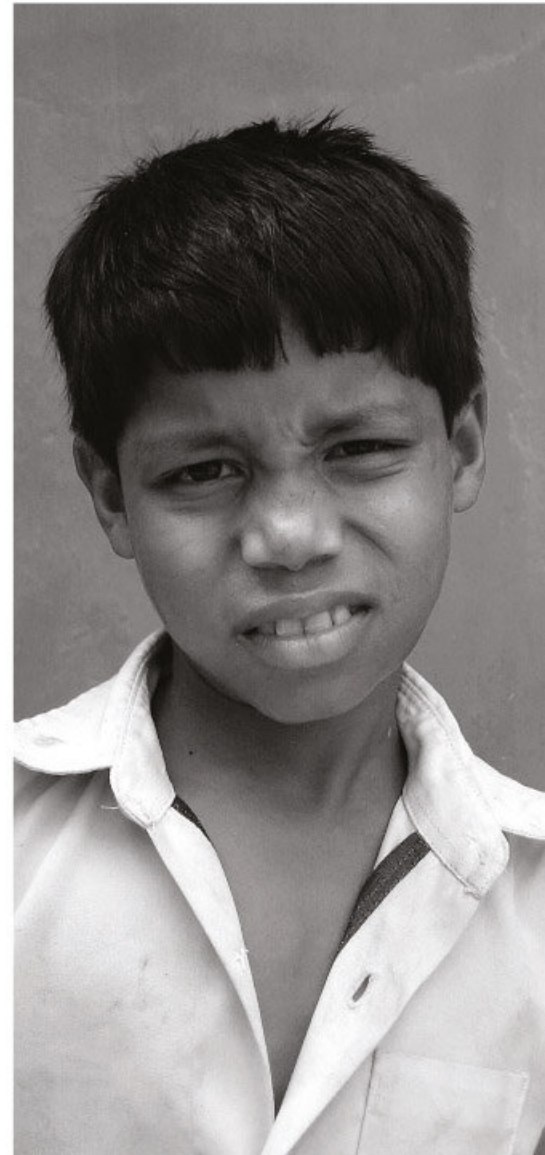
Hoy la maestra nos pidió escribir, en equipos, un cuento de misterio. Luego lo leeríamos en voz alta y por votación **decidiríamos** cuál sería el cuento ganador que, además, se publicaría en el periódico escolar.

Formamos equipos, pero Benjamín se quedó solo. Al verlo, la maestra preguntó: “¿A quién le gustaría integrarlo en su equipo?”. Nadie respondió. Entonces la maestra indicó que trabajaría en el equipo de Jazmín, quien mencionó que Benjamín hablaba muy rápido y con palabras que ella no entendía, porque Benjamín era de otro pueblo, y prefería que se fuera a otro equipo.

La maestra rechazó la propuesta de Jazmín y dijo que le sorprendía nuestra **conducta** y que, por esa razón, ningún cuento sería publicado. Todos nos quejamos porque queríamos ganar. Benjamín estaba confundido y no sabía qué hacer.

🗨️🗨️ 7. Reflexionen: ¿cómo se sentirían si estuvieran en el lugar de Benjamín?, ¿cómo afectó su autoestima esta situación?

8. Organicen una representación breve basada en este relato, pero completen la historia con al menos tres finales diferentes. Luego, discutan: ¿en cuál final se reconoce a Benjamín como una persona valiosa y merecedora de un trato digno? ●



➤ Cuando reconoces que todas las personas somos valiosas, **aceptas** la manera de pensar, de sentir y de ser de los demás; **expresas** respeto y brindas un trato digno.

## SESIÓN 3

# Las niñas y los niños merecemos que nos cuiden

Todo niño merece un trato **digno** y cuidados para crecer y desarrollarse. Hay distintos tipos de cuidados: los que nos mantienen **sanos** o nos permiten recuperarnos de las enfermedades, los que nos **protegen** de riesgos y los que nos hacen sentir **afecto** y seguridad, entre otros.

El cuidado que todos los niños merecemos

Cuidado, salud y afecto



Los carteles son un importante medio de **expresión**; ustedes pueden utilizarlos para difundir sus ideas sobre la **importancia** del trato digno y el cuidado que las niñas y los niños necesitan.



1. Definan entre todos qué es un trato digno hacia niñas y niños.

2. Decidan qué acciones se requieren para **asegurar** un trato digno a niñas y niños.

3. Hagan una lista de los cuidados que ustedes **necesitan** en su familia, en la escuela o en la comunidad.



4. Formen equipos. Elaboren un cartel para **promover** las acciones que cada equipo eligió, las cuales aseguran un trato digno y los cuidados a niñas y niños.

5. Elijan cómo y dónde expondrán sus carteles, para que más personas puedan verlos y conocer sus necesidades ●



Cuidados  
en su crecimiento  
y desarrollo



Afecto



## ● CAPACIDADES EN ACCIÓN

### Tratar bien a los demás

- ▶ Pon atención a todas las personas.
- ▶ Dedícales tiempo y escucha con interés.
- ▶ Expresa tus emociones y demuestra tu afecto.
- ▶ Cultiva la alegría.