

ACTIVIDADES 5° PRIMARIA

5.2 Cuento UNA VERDADERA HISTORIA DE ESFUERZO

**Material para 5 semanas*

Ingresa al **Libro 5 Para Ser Feliz** (material de apoyo)

El libro contiene 8 Lecciones:

- *Cada una con un cuento y 4 actividades*
- *En una clase se lee el cuento y posteriormente se realiza una actividad cada semana*

1er Clase: **Lee el cuento UNA VERDADERA HISTORIA DE ESFUERZO** **pág.20-23**, reflexiona previamente con tus alumnos las preguntas de la **pág.20**

Las próximas 4 clases: **Realiza las actividades que encuentras a continuación** (una cada semana)

**Las pueden responder en grupo o imprimirlas para trabajo individual*

En cada clase:

- Comenta con tus alumnos lo que han aprendido y cómo se relaciona la actividad con el valor y meta que están viviendo
- Escoge la razón de esa semana (puede ser la que está al final de la actividad)
- Anima a seguir viviendo la meta
- Recuerda que al vivir un valor refuerzas todos y llevan al autocontrol, que es el objetivo principal



Primero, después, por último...

Ordena la historia. Escribe en los círculos el número del 1 al 5 que corresponde de acuerdo con los sucesos que leíste de *Una verdadera historia de esfuerzo*.



- ☐ Filípides corrió más de 42 km para dar la buena noticia a la ciudad de Atenas. Cuando llegó, antes de caer extenuado, alcanzó a decir "El triunfo es nuestro".
- ☐ Los gobernantes de Esparta dijeron a Filípides que su ejército no estaba preparado. Entonces, Filípides se dirigió a Maratón con la noticia de que sólo contaban con sus recursos.
- ☐ Darío, el gobernante Persa decidió invadir Atenas; se dirigió a las costas de Maratón. Por su lado, los atenienses mandaron a Filípides a pedir ayuda al pueblo vecino de Esparta.
- ☐ El ejército ateniense viajó a la ciudad de Maratón para tratar de detener a los persas. Por su parte, Filípides recorrió el camino hacia Esparta en dos días y dos noches, nadando en los ríos y escalando montañas.
- ☐ Aunque estaba agotado, Filípides luchó contra los persas. Y aunque los atenienses eran menos en número los vencieron.

Comenta con tus compañeros y maestro(a) las siguientes preguntas:

1. ¿Qué opinas del esfuerzo de Filípides?
2. ¿Qué opinas de las personas que se esfuerzan para lograr sus metas?
3. ¿En qué actividades pones todo tu esfuerzo?



Sólo se triunfa con esfuerzo



¿Eres buen ciudadano(a)?

Contesta la siguiente autoencuesta. Sé sincero(a).

Usa la siguiente escala:

Siempre = 3
Casi nunca = 1

Casi siempre = 2
Nunca = 0

	Siempre	Casi siempre	Casi nunca	Nunca
¿Depositas la basura en los botes?				
¿Ahorras agua y luz?				
¿Cuidas a las plantas y a los animales?				
¿Aceptas a los demás, aunque sean diferentes a ti?				
¿Cruzas calles y avenidas en las esquinas o pasos peatonales?				
¿Cuando viajas en transporte público, ofreces tu asiento a las personas mayores?				
¿Te cuidas para no enfermarte?				

Suma tu puntuación. Si tienes 21 puntos, ¡gracias!, eres un(a) buen(a) ciudadano(a). Si tu resultado es entre 15 y 20 puntos, trabaja en los aspectos débiles. Si sumaste entre 8 y 14, esfuerzate más y ¡lo lograrás!; si tienes menos de 8 puntos eres sincero(a), pero necesitas hacer un esfuerzo mayor, ¡tú puedes!, es en beneficio de todos.



Maratón

Recorre la carrera de Filípides. Participan cuatro jugadores o equipos. Necesitan dos dados y una ficha de diferente color para cada jugador o equipo.

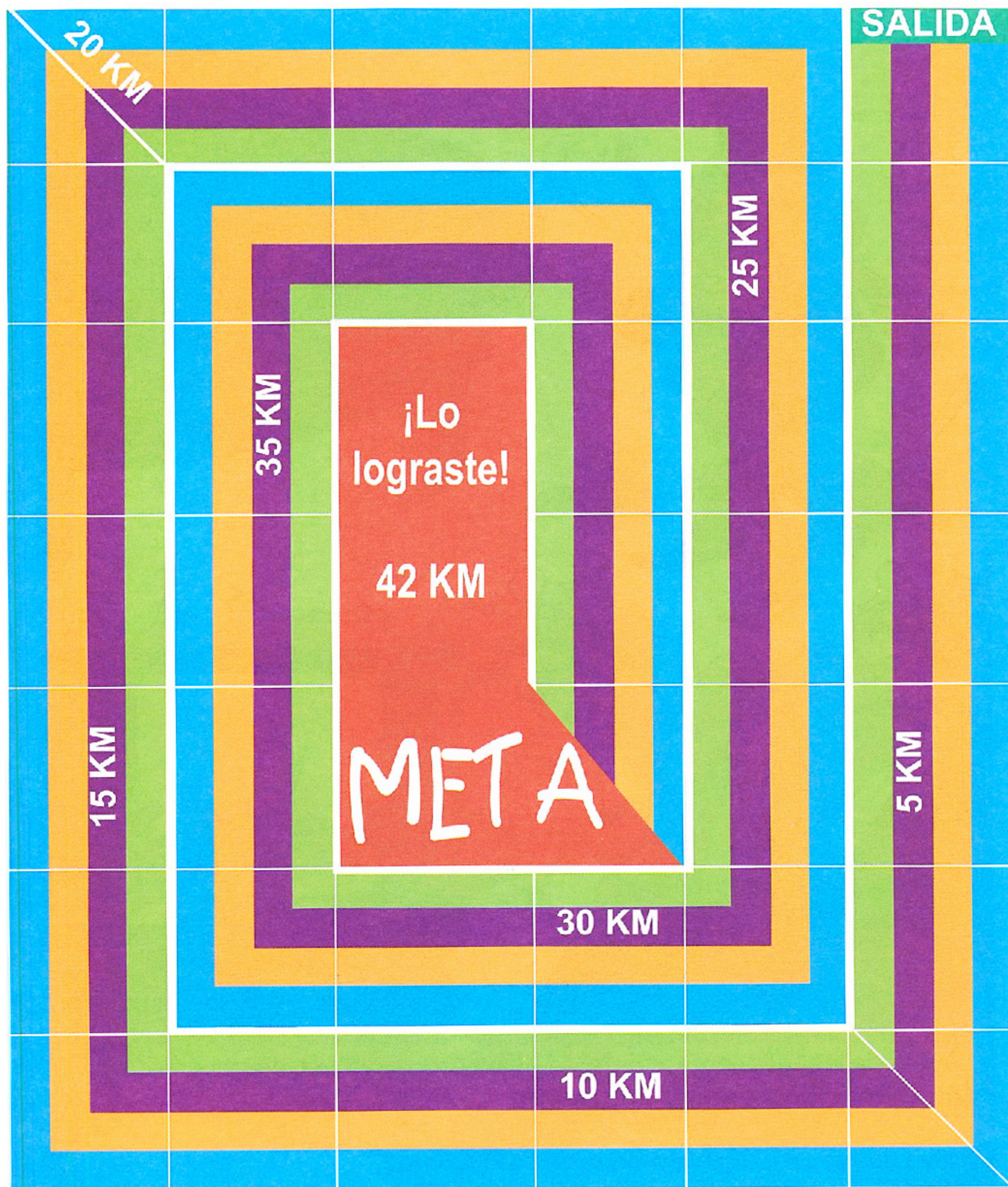
Instrucciones: Cada jugador o equipo tirará los dados, la suma de ambos será el número de la pregunta, que hará un jugador o integrante del equipo adversario. El jugador que tiró los dados deberá dar una respuesta y ejemplos al resto de los participantes para poder recorrer el número de casillas que marcaron los dados. Si no da ejemplos, esperará un turno para volver a tirar.

Preguntas:

2. ¿Por qué no se debe hacer trampa en los juegos? Da dos razones.
3. ¿Qué beneficios tiene ser educado con los demás? Da tres ejemplos.
4. Da tres razones importantes de por qué debemos ser ordenados.
5. Explica qué es la perseverancia. Da tres ejemplos.
6. Explica qué es la constancia. Da dos ejemplos.
7. Explica qué es el esfuerzo. Da dos ejemplos.
8. ¿Qué es para ti ser compartido? Da tres ejemplos.
9. ¿Qué es ser generoso? Da tres ejemplos.
10. ¿Qué es la solidaridad? Da dos ejemplos.
11. ¿Qué es la sinceridad? Da tres ejemplos.
12. ¿Qué es ser moderado? Da dos ejemplos.



Nos hacemos fuertes con pequeños vencimientos
y débiles con pequeñas derrotas



27

Véncete a ti mismo