



Cristina es la mejor amiga de Samuel. Es una chica muy simpática y siempre ayuda a sus amigos.

A Cristina le gusta mucho jugar a fútbol y desearía ser delantera en el equipo de su clase.

Sin embargo, Cristina no se atreve a pedir que la acepten en el equipo porque cree que no juega bien al fútbol. Además, le da miedo que los chicos se rían de ella.

Samuel la anima a que juegue en el equipo. Él sabe que Cristina es muy buena futbolista y que todo el mundo estará encantado de jugar con ella.

1 Samuel cree que Cristina no se da cuenta de que tiene muchas cualidades. Piensa en cómo es Cristina y elige las respuestas:

¿Qué piensa Cristina sobre el equipo de fútbol de su clase?

- No le interesa en absoluto.
- Le gustaría jugar en el equipo pero no se atreve a pedirlo.

¿Cómo dirías que es Cristina?

- Se conoce y se valora muy bien.
- No aprecia algunas de sus cualidades.

2 Cristina se está desanimando. Piensa que para ser buen futbolista hay que esforzarse mucho y está empezando a pensar en no jugar más a este deporte ¿Qué debería hacer Cristina?

- A Preguntar a su madre y hacer lo que le manden.
- B Empezar a jugar a fútbol y dejarlo si lo ve complicado.
- C Dejar el fútbol y dedicarse a otro deporte más sencillo.
- D Valorar sus cualidades, confiar en sí misma y jugar a fútbol.

3 Samuel habla con el entrenador del equipo de las cualidades de Cristina. Marca con una X la frase que describe sus cualidades:

- Cristina es morena y tiene el pelo largo.
- Cristina estudia tercero de Primaria y vive en una ciudad.
- Cristina es simpática, amable y siempre ayuda a los demás.
- Cristina es una muchacha tímida y habla poco con los demás.



Cristina ha entrado en el equipo y está muy contenta. La semana que viene jugarán un partido contra el ganador de la liga del año pasado.

Los niños y las niñas del equipo están desanimados porque piensan que van a perder.

Hoy el entrenador se reúne con ellos para animarles. Cree que sus jugadores no se valoran lo suficiente. Para que aprendan a conocerse les va a proponer algunas actividades.

4 El entrenador le explica a sus jugadores que deben mejorar su autoestima. Sus jugadores le preguntan: ¿qué es la autoestima?

- A Quererse mucho y saber que eres mejor que los demás.
- B Tener confianza y saber que eres el mejor en lo que haces.
- C Pensar mucho sobre lo que haces y dudar si lo haces bien.
- D Valorar las propias cualidades y saber superar las limitaciones.

5 Los jugadores deberán ahora anotar sus cualidades y explicar qué pueden hacer para mejorar como personas. Haz tú lo mismo:

– Mis mejores cualidades son:

.....

.....

– Para mejorar puedo:

.....

.....

.....