**DOCUMENTO GUÍA / REGISTRO DE LA ACTIVIDAD REALIZADA**

**TÍTULO**: “Me quiero como soy”

**ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDA**: Alumnado con NEE

**DESCRIPTOR:** La importancia de una buena autoestima es fundamental para conseguir las metas que nos marquemos en nuestra vida. Si creo en mis capacidades puedo conseguir aquello que me proponga.

**DESCRIPCIÓN** : La práctica ha consistido en repetir a diario, delante del espejo cinco cualidades de sí mismo. “ Yo soy……..”. Es muy fácil deponer en práctica, y es beneficiosa para cualquier tipo de alumnado. Solo se necesita constacia y perseverancia en el día a día.

**EVALUACIÓN:** La evaluación es muy positiva. Mis alumnos han estado encantados con esta práctica. Con una actitud muy positiva y participativa. La realización de esta práctica ha beneficiado mucho a mi alumnado para alcanzar otros objetivos con éxito.

**TEMPORALIZACIÓN:** A diario en cada sesión. Durante todo el curso.

**MATERIALES (RECURSOS) NECESARIOS:** Un espejo de pared.

**ASPECTOS QUE HABRÍA QUE CONSIDERAR:** Hay que prestar atención a la constancia en la realización, para conseguir un resultado optimo de la misma.

VALORACIÓN DE LA FORMACIÓN

**La idea principal de este documento es que cuando esté completo, la buena práctica pueda ser aplicada directamente por alguien de cualquier otro centro sin tener que buscar nada más que lo que aparece en el mismo. Cuando tengamos todos los materiales de todas las formaciones queremos ordenarlos en la web del CEP**