



# MIS CUALIDADES PERSONALES

Nombre y apellidos	Curso	Fecha

1. Soy un buen amigo o amiga
2. Escribo bien
3. Tengo buena memoria
4. Pienso antes de actuar
5. Soy constante en las cosas que empiezo
6. Soy deportista
7. Soy buen compañero o compañera
8. Soy colaborador o colaboradora
9. Escucho los demás
10. Sé guardar un secreto
11. Comparto con los demás
12. Me esfuerzo
13. Bailo bien
14. Soy limpio o limpia
15. Tengo unos ojos bonitos
16. Canto bien
17. Soy bueno o buena en algunos juegos
18. Leo bien
19. Tengo buenas ideas
20. Se me dan bien las Matemáticas
21. Aprendo canciones con facilidad
22. Soy ordenado u ordenada
23. Se me da bien el Inglés
24. Dibujo bien
25. Tengo un pelo bonito
26. Cuido mi salud
27. Caigo bien a los demás
28. Soy guapo o guapa
29. Me porto bien en casa
30. Soy fuerte
31. Me relaciono con la gente con facilidad
32. Tengo buen humor
33. Soy cuidadoso o cuidadosa con las cosas
34. Soy comprensivo o comprensiva con los demás
35. Me gusta ayudar a los demás
36. Soy responsable
37. Me concentro con facilidad
38. Soy trabajador o trabajadora
39. Hablo bien en público
40. Las dificultades no me desaniman
41. Me acepto como soy
42. Defiendo mis ideas
43. Tengo buena imaginación
44. Es difícil que me desanime
45. Me gusta mi aspecto físico
46. Me intereso por las noticias
47. Soy educado o educada
48. Aprendo con facilidad
49. Consigo lo que me propongo
50. Reconozco mis errores
51. Me entretengo con facilidad
52. Aprendo de los errores
53. Intento resolver mis propios problemas
54. Tengo capacidad de motivarme
55. Soy alegre
56. Suelo defenderme de las injusticias
57. No me dejo llevar por los demás
58. Me gusta aprender cosas nuevas
59. Ayudo en casa
60. Soy buena persona

Con este documento se pueden realizar diferentes actividades. Les propongo las dos siguientes:

### Actividad 1: Mis cualidades personales

Esta actividad sirve para que el alumno o alumna tome conciencia de sus propias cualidades personales. Se entrega el documento a cada uno de los alumnos y se siguen los siguientes pasos:

1º. Cada uno lee personalmente la lista de cualidades personales. Cada vez que encuentre una que en alguna medida posee, le pondrá un pequeño guión a la izquierda del número.

2º. Ahora leerá solo las cualidades que ha señalado con un guión y rodeará los guiones de **un máximo de siete** cualidades que considere más destacables en su propia persona.

3º. De las siete que ha destacado como máximo, rodeará **las tres** cualidades que para él son más importantes. Para ello, rodeará el número de estas cualidades.

### Actividad 2: Las cualidades que los demás ven en mí

Esta actividad sirve para que el alumno o alumna tome conciencia de las cualidades que ven en él sus amistades o personas significativas. Se seguirán los siguientes pasos:

1º. El alumno o alumna completará su nombre en la hoja y se la entregará a algún compañero o compañera con el que tenga cierto nivel de amistad y que le gustaría que completara la actividad.

2º. El compañero leerá la lista de cualidades personales y señalará aquellas que considera que su amigo posee en alguna medida. Lo hará poniendo un pequeño guión a la derecha del número.

3º. Ahora leerá solo las cualidades que ha señalado con un guión y rodeará los guiones de **un máximo de siete** que considere más destacables en su amigo o amiga.

4º. De las siete que ha destacado como máximo, rodeará **las tres** cualidades que para él son más importantes. Para ello, rodeará los números de las cualidades.

5º. Más tarde, comentará la ficha con su amigo o amiga.