



MANUAL ESCOLAR · 1º DE PRIMARIA

10 Valores para la Vida

¡Vamos a crecer juntos!

Autoestima

Orden

Empatía

Solidaridad

Responsabilidad

Amistad

Perseverancia

Respeto

Honestidad

Tolerancia

"Instruye al niño en su camino,
y aun cuando fuere viejo,
no se apartará de él."

— Proverbios 22:6



¡Hola, soy Estrellita!

Tu amiga en este manual ✨

Yo te voy a acompañar en un viaje muy especial. Vamos a descubrir juntos **10 valores** que Dios quiere que vivamos cada día en la **escuela**, en **casa** y con nuestros **amigos**.

Cada valor tiene **2 páginas**: una para **aprender** y otra para **vivirlo**. ¡Prepárate, va a ser una aventura increíble!



Mi ficha personal

Escribe tus datos con tu mejor letra



Nombre:

.....

Tengo:

.....

Grupo:

.....

Maestra(o):

.....

Mi escuela:

.....

♥ Lo que más me gusta hacer:

.....

.....

👨👩 Mi familia son:

.....

.....

Los 10 valores

que vamos a aprender juntos



VALOR 01
Autoestima



VALOR 02
Orden



VALOR 03
Empatía



VALOR 04
Solidaridad



VALOR 05
Responsabilidad



VALOR 06
Amistad



VALOR 07
Perseverancia



VALOR 08
Respeto



VALOR 09
Honestidad



VALOR 10
Tolerancia



Autoestima

¡Yo soy valioso porque Dios me hizo!

”

Ama a tu prójimo como a ti mismo.

— Mateo 22:39

● ¿Qué es autoestima?

Autoestima es saber que soy una persona valiosa e importante, tal como Dios me hizo. Antes de amar a los demás, aprendo a quererme a mí mismo, aceptar cómo soy y sentirme orgulloso de mis logros.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando me miro al espejo y sonrío.
- ✓ Cuando digo algo bonito de mí.
- ✓ Cuando no me comparo con los demás.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Autoestima.

Autoestima

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Frente a un espejo, di en voz alta 3 cosas bonitas de ti (algo que sabes hacer bien y algo de tu forma de ser).



Mi reto en casa

Pide a tu familia que te digan una cualidad bonita que ven en ti, y agrádeceles con un abrazo.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

✍ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Autoestima.



Orden

Cuido mis cosas y mi espacio

''

Hágase todo decentemente y con orden.

— 1 Corintios 14:40

● ¿Qué es orden?

El orden me ayuda a encontrar mis cosas más rápido, a cuidar mis útiles y a sentirme tranquilo en mi espacio. Cuando guardo cada cosa en su lugar, cuido lo que Dios me ha dado.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando guardo mis juguetes al terminar de jugar.
- ✓ Cuando organizo mi mochila cada mañana.
- ✓ Cuando tiendo mi cama antes de salir.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Orden.

Orden

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Ordena tu mochila y tu lonchera al final del día. ¡Compíte contigo mismo para hacerlo cada vez más rápido!



Mi reto en casa

Elige un rincón (tu cuarto, tus juguetes o tu escritorio) y ordénalo antes de dormir.



¿Viví este valor esta semana?

LUN



MAR



MIÉ



JUE



VIE



👉 Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Orden.



Empatía

Sentir lo que siente el otro

''

Gocen con los que están alegres; lloren con los que lloran.

— Romanos 12:15

● ¿Qué es empatía?

Empatía es ponerme en el lugar de otra persona y entender cómo se siente. Cuando un compañero está triste, lo acompaño; cuando está feliz, me alegro con él. Así cuido los sentimientos de los demás.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando un amigo llora, le pregunto qué le pasa.
- ✓ Cuando alguien está solo, lo invito a jugar.
- ✓ Cuando mi mamá está cansada, le doy un abrazo.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Empatía.

VALOR 03 · VIVO

Empatía

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Observa a tus compañeros en el recreo. Si alguien está solo o triste, acércate y pregúntale: '¿Cómo te sientes? ¿Quieres jugar conmigo?'



Mi reto en casa

Cuando alguien de tu familia esté triste o cansado, dale un abrazo y pregúntale cómo se siente.



¿Viví este valor esta semana?

LUN



MAR



MIÉ



JUE



VIE



✎ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Empatía.



Solidaridad

Ayudo a quien lo necesita

"Traten a los demás como quieren que ellos los traten a ustedes."

— Mateo 7:12

¿Qué es solidaridad?

Ser solidario es ayudar a otras personas cuando lo necesitan, sin que me lo pidan. Puedo prestar un lápiz, ayudar a levantar algo o defender a un compañero. Trato a los demás como me gustaría que me trataran a mí.

¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando presto un color a un compañero.
- ✓ Cuando ayudo a levantar algo que se cayó.
- ✓ Cuando defiendo a un amigo que necesita apoyo.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Solidaridad.

Solidaridad

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Esta semana, ayuda a un compañero que se le haya caído algo, que no entienda una tarea o que necesite un color prestado.



Mi reto en casa

En casa, ayuda a poner o levantar la mesa sin que te lo pidan, pensando en cómo se sentirá tu familia.



¿Viví este valor esta semana?

LUN



MAR



MIÉ



JUE



VIE



✎ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Solidaridad.



Responsabilidad

Cumplo lo que me toca hacer



El que es fiel en lo poco, también en lo mucho es fiel.

— Lucas 16:10

● ¿Qué es responsabilidad?

Ser responsable es cumplir con mis tareas y compromisos, aunque sean pequeños: hacer la tarea, cuidar mis cosas o llegar a tiempo. Cuando cumplo bien las cosas pequeñas, aprendo a ser responsable en las grandes.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando hago mi tarea sin que me lo recuerden.
- ✓ Cuando dejo mi mochila lista para el otro día.
- ✓ Cuando llego puntual a la escuela.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Responsabilidad.

VALOR 05 · VIVO

Responsabilidad

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Con ayuda de tu maestra, haz una lista de 3 responsabilidades que tienes en el salón (repartir hojas, cuidar el material) y cúmplelas toda la semana.



Mi reto en casa

En casa, cumple una tarea que te toque (tender tu cama, dar de comer a tu mascota) sin que te lo recuerden.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

✎ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Responsabilidad.



Amistad

Cuido y quiero a mis amigos

”

En todo tiempo ama el amigo, y es como un hermano en tiempo de angustia.

— Proverbios 17:17

● ¿Qué es amistad?

Un buen amigo está presente en los momentos felices y también en los difíciles. La amistad se construye compartiendo, siendo honestos, perdonando y cuidando a nuestros amigos como cuidaríamos a un hermano.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando comparto mi merienda con un amigo.
- ✓ Cuando pido perdón después de una pelea.
- ✓ Cuando escucho a mi amigo cuando está triste.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Amistad.

VALOR 06 · VIVO

Amistad

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Haz una tarjeta o dibujo para un amigo del salón, agradeciéndole algo bonito que haya hecho por ti.



Mi reto en casa

Llama o visita a un amigo o familiar esta semana solo para preguntarle cómo está.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

👉 Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Amistad.



Perseverancia

No me rindo y me esfuerzo siempre

"Ve a la hormiga, oh perezoso, mira sus caminos, y sé sabio.

— Proverbios 6:6

● ¿Qué es perseverancia?

La hormiga trabaja poquito a poco, sin rendirse, hasta lograr lo que necesita. Yo también: cuando algo me cuesta trabajo (aprender a leer, amarrarme las agujetas o resolver un problema), sigo intentando con paciencia.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando practico leer aunque me cueste.
- ✓ Cuando vuelvo a intentar algo que salió mal.
- ✓ Cuando termino una tarea difícil sin rendirme.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Perseverancia.

VALOR 07 · VIVO

Perseverancia

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Elige algo que se te dificulte (un ejercicio, un trabalenguas o amarrar tus agujetas) y practícalo 3 veces esta semana hasta mejorar.



Mi reto en casa

Cuando algo te salga mal en casa, respira, recuerda a la hormiga y vuelve a intentarlo.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

👉 Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Perseverancia.



Respeto

Honro y trato bien a los demás

''

Honra a tu padre y a tu madre.

— Efesios 6:2

● ¿Qué es respeto?

Respetar es tratar bien a las personas: escuchar cuando hablan, obedecer a mis papás y maestros, y cuidar las cosas de los demás. Honrar a mi familia es una forma especial de mostrar respeto y agradecimiento.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando levanto la mano para pedir la palabra.
- ✓ Cuando saludo a los mayores con amabilidad.
- ✓ Cuando escucho sin interrumpir.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Respeto.

VALOR 08 • VIVO

Respeto

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Practica levantar la mano y esperar tu turno para hablar en clase, escuchando con atención a tus compañeros y tu maestra.



Mi reto en casa

En casa, da las gracias a tus papás por algo que hacen por ti todos los días.



¿Viví este valor esta semana?

LUN



MAR



MIÉ



JUE



VIE



✎ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Respeto.



Honestidad

Digo siempre la verdad

"Desechando la mentira, hable cada uno a su prójimo con verdad.

— Efesios 4:25

● ¿Qué es honestidad?

Ser honesto es decir siempre la verdad, aunque cueste trabajo. Cuando soy honesto en la escuela y en casa, las personas confían en mí y puedo construir amistades más fuertes y verdaderas.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando digo la verdad aunque me equivoqué.
- ✓ Cuando devuelvo algo que no es mío.
- ✓ Cuando no copio en un examen.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Honestidad.

Honestidad

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Si te equivocas en algo hoy (en un juego, una tarea o una regla), practica decirlo con tus propias palabras en lugar de esconderlo.



Mi reto en casa

En casa, cuenta a tu familia algo que hiciste hoy, bueno o no tan bueno, con toda honestidad.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

☞ Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Honestidad.



Tolerancia

Acepto y respeto las diferencias

”

*Bienaventurados los pacificadores, porque ellos
serán llamados hijos de Dios.*

— Mateo 5:9

● ¿Qué es tolerancia?

Tolerancia es aceptar que todas las personas son diferentes: pensamos distinto, jugamos distinto, o venimos de familias distintas, ¡y eso está bien! Ser tolerantes es buscar la paz, resolver los problemas hablando y no burlarnos de quien es diferente a nosotros.

● ¿Cómo se ve?

- ✓ Cuando invito a jugar a un compañero nuevo.
- ✓ Cuando escucho una opinión diferente sin burlarme.
- ✓ Cuando resuelvo un problema hablando en lugar de pelear.

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Tolerancia.

VALOR 10 · VIVO

Tolerancia

en mi día a día



Mi reto en la escuela

Juega con un compañero con el que casi no convives y descubre algo nuevo e interesante sobre él o ella.



Mi reto en casa

Si tienes una diferencia con alguien de tu familia esta semana, practica hablarlo con calma en lugar de pelear.



¿Viví este valor esta semana?

LUN

☐

MAR

☐

MIÉ

☐

JUE

☐

VIE

☐

👉 Marca con una ✓ cada día que lo viviste



Escribe o dibuja: ¿cuándo viviste hoy este valor?

Actividad creativa: Haz un dibujo o una imagen relacionada con el valor de Tolerancia.

✦ MI PROMESA ✦

Mi compromiso

Yo,

prometo esforzarme **cada día** por vivir la **autoestima**, el **orden**, la **empatía**, la **solidaridad**, la **responsabilidad**, la **amistad**, la **perseverancia**, el **respeto**, la **honestidad** y la **tolerancia**,

porque quiero crecer como un niño que agrada a Dios. 🧡

Firma del alumno(a)

Firma de papá o
mamá

Firma de la maestra



✦ DIPLOMA ✦

Constructor de valores

Se otorga con mucho cariño a:

• • • • • • • • • • • • • •

• • • • • • •

Por haber aprendido y practicado con esfuerzo y alegría los **10 valores** de este manual, y por comprometerse a **vivirlos cada día** en la escuela, en casa y con sus amigos.



¡Felicitaciones, campeón(a) de los valores! 🏆



Firma de la maestra

Firma de la directora

