

# **Estrategias para favorecer la gestión de las emociones en la comunidad escolar**

**PARA TRABAJAR CON:**

MULTIGRADO

2°y 3°, grupo “A”

ESC. OFTV. No. 0472 “LÁZARO CÁRDENAS”

**PRESENTADA POR:**

PROFR. JACOBO LÓPEZ GARDUÑO.

CICLO ESCOLAR: 2020 – 2021

## Justificación

Potenciar el conocimiento de las emociones en la formación escolar permite que el proceso de aprendizaje sea más efectivo, despierta la curiosidad, estimula la atención y mejora la memoria.

Los aprendizajes generados en la vida cotidiana o dentro de un aula que se encuentran asociados a sentimientos ya sean positivos (como la alegría o el orgullo) o negativos (como el miedo o la tristeza) son los que permanecerán en nuestra memoria.

Uno de los principales objetivos de la educación debe ser crear ambientes educativos emocionalmente positivos y de colaboración, algo que ayudará a los niños a recordar más y también fomentará un proceso de enseñanza asociado a la alegría y felicidad.

Las emociones que fundan las acciones de los estudiantes serían determinantes para el curso que sigue su aprendizaje, al favorecer o limitar acciones de una cierta clase según sea la emoción que las sustente.

Por lo que se considera necesario que en este tiempo de pandemia por Covid-19 en donde el confinamiento en los hogares se ha vuelto tedioso, aburrido y hasta frustrante para las familias en general se busquen alternativas que permitan a Profesores, alumnos y familiares reforzar sus emociones para terminar con éxito la recta final del aislamiento mundial.

“De acuerdo con Schartz y Pines, la clave para que la parte adulta pueda calmar a la infantil se encuentra en la **inteligencia emocional**. En situaciones atípicas o extremas que estamos experimentando todos ante la pandemia del coronavirus, es necesario aprender a saber cómo actuar ante la incertidumbre para no dejarse llevar por noticias falsas o el pánico. Tony y Emily describen esta etapa como de “supervivencia” y puede ser peligrosa porque no ayuda a resolver problemas complejos ya que lleva al ser humano a ser reactivo, más que deliberador”<sup>1</sup>.

En nuestro diario acontecer, todas las personas estamos expuestas a diversas situaciones que ponen a prueba nuestra capacidad para regular emociones, mantener la calma y actuar con sensatez. Un mal momento puede llevarnos a actuar de forma impulsiva o violenta, lo que nos coloca a nosotros o a las demás personas en situación de grave riesgo.

La presente propuesta está enfocada en la comunidad escolar de la Esc. OFTV. No. 0472 “Lázaro Cárdenas” con CCT. 15ETV0479F, zona escolar V027 de la comunidad de Santiago Huitlapaltepec, municipio de Donato Guerra, Estado de México, que se ha estado aplicando y se continuará con el proceso en el presente ciclo escolar 2020 – 2021 bajo en cronograma que se presenta.

En la cual se presenta la compilación de una serie de fichas, que se han adaptado, del **Fichero de actividades didácticas Promover la cultura de paz en y desde nuestra escuela**, del Programa Nacional de convivencia Escolar y del Fichero de **Herramientas de Soporte Socioemocional para la Educación en Contextos de Emergencia**. Mismas que nos permitan reforzar o mejorar la situación emocional por la que se está atravesando en el presente ciclo escolar. Estrategias sencillas y moldeables al contexto escolar y familiar que le permitan a quienes las pongan en práctica aceptar la realidad de su presente.

## CRONOGRAMA DE APLICACIÓN

| N.P | NOMBRE DE LA ACTIVIDAD               | PERÍODO DE APLICACIÓN |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-----|--------------------------------------|-----------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|     |                                      | SEP                   | OCT | NOV | DIC | ENE | FEB | MAR | ABR | MAY | JUN |
| 1   | Acéptate tal y como eres             | √                     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 2   | Un viaje por sí mismo                |                       | √   |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 3   | El árbol de mis cualidades y logros  |                       |     | √   |     |     |     |     |     |     |     |
| 4   | El diario de emociones               |                       |     |     | √   |     |     |     |     |     |     |
| 5   | De amor y libertad                   |                       |     |     |     | √   |     |     |     |     |     |
| 6   | El cofre de la felicidad             |                       |     |     |     |     | √   |     |     |     |     |
| 7   | Secretos de muchos                   |                       |     |     |     |     |     | √   |     |     |     |
| 8   | Merecemos que nos traten bien        |                       |     |     |     |     |     |     | √   |     |     |
| 9   | #Seamos asertivos                    |                       |     |     |     |     |     |     |     | √   |     |
| 10  | Convertir la crisis en oportunidades |                       |     |     |     |     |     |     |     |     | √   |

|   |   |                          |                              |
|---|---|--------------------------|------------------------------|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>   |   | Acéptate tal y como eres | <b>Periodo de aplicación</b> |
|   |   |                          | Septiembre                   |
| <b>Objetivo:</b>  | Lograr el descubrimiento personal y aceptar aspectos de tu vida que no te gustan o que te cuesta ver como positivos. Aceptarte tal y como eres. Las emociones son normales y todos los sentimientos. Todos podemos equivocarnos porque es parte de la vida. |                          |                              |
| <b>Actividades</b>  |   |                          |                              |
| <p>Obsérvate en un espejo.</p> <p>Platica contigo mismo y coméntate que aspectos de tu vida no te gustan.</p> <p>Pídate perdón por esas acciones que hayas realizado y que no te gusten.</p> <p>Coméntate que serás mejor y que cada día trataras de corregir esos errores.</p> <p>Abrázate a ti mismo.</p> |   |                          |                              |
| <b>Recursos</b>   |   | Espejo                   |                              |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b>  | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>   |                          |                              |

|  |  |                              |                              |
|--|--|------------------------------|------------------------------|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>  |  | <b>Un viaje por sí mismo</b> | <b>Periodo de aplicación</b> |
|  |  |                              | Octubre                      |
| <b>Objetivo:</b>   | Que las y los jóvenes: Reconozcan la forma de expresar sus emociones, sus características, por medio de la autorreflexión y de los comentarios de personas cercanas a ellas y ellos. |                              |                              |
| <b>Actividades</b>   |  |                              |                              |
| <p>En una hoja blanca escribe sobre ti mismo teniendo como guía las siguientes preguntas: ¿Quién eres? ¿Qué te gusta? ¿Qué te desagrada? ¿Con cuál animal te identificas? ¿Por qué?</p> <p>Pensando en las emociones, ¿cómo reaccionas ante los problemas cotidianos?</p> <p>¿Tienes control de tus emociones o se desbordan y haces cosas de las que después te arrepientes?</p> <p>Dobla la hoja y guárdala para usarla posteriormente.</p> <p>Describe a una compañera o compañero de tu escuela, teniendo como guía lo siguiente: Escribe acerca de una compañera o compañero: ¿Quién es? ¿Qué le gusta? ¿Qué le desagrada? ¿Con qué animal lo identificas? ¿Por qué?</p> <p>Que vean las similitudes y diferencias con respecto al conocimiento que cada quien tiene de sí mismo y que reflexionen sobre cómo la percepción de los otros también les ayuda a conocerse más, sobre todo en el tema de las emociones.</p> <p>Escriban en la primera hoja, algunas posibilidades de mejora personal en la expresión de sus emociones, por ejemplo, si alguien escribió: “Me molesta que hablen muy fuerte”, recomendarle que escriba de forma asertiva “Les pido, por favor, no hablar fuerte porque me lastima el ruido”.</p> |  |                              |                              |
| <b>Recursos</b>  |  | Hojas blancas                |                              |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b>   | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>                              |                              |                              |

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>                                | <b>El árbol de mis cualidades y logros</b>  | <b>Periodo de aplicación</b><br>Noviembre |
| <b>Propósito:</b>  | Reflexionen sobre sus cualidades y valoren cómo influyen para conseguir sus logros.   |   |
| <b>Actividades</b>   | <p>Realizar de manera individual, en una hoja o en su cuaderno, una lista de sus cualidades; por ejemplo, si se habla de cualidades personales (valentía, organización, autocuidado), sociales (saber escuchar, respetar, conversar), físicas (fuerza, rapidez), intelectuales (creatividad, pensamiento crítico). La lista debe ser tan amplia como pueda realizarse.</p> <p>Una vez que concluyan la lista, escriban a un lado de cada cualidad lo que han conseguido por medio de su esfuerzo e interés; deberán pensar en situaciones de las cuales se sientan satisfechos, aunque parezcan pequeñas, por ejemplo, aprobar un examen, ganar un partido de futbol, etc. Esta lista deberá ser tan amplia como ellos quieran.</p> <p>Dibujen un árbol con raíces, ramas y tronco de la siguiente manera: en las raíces colocarán los aspectos de la primera lista, cada raíz será una de las cualidades escritas.</p> <p>En las ramas se escribirá cada aspecto de la segunda lista, como en el caso de las raíces, cada rama principal corresponderá a un gran logro y las ramas medianas o pequeñas a uno menor.</p> <p>Pueden darle la mejor presentación a su árbol y en un espacio platíquenlo con sus familiares.</p> |   |
| <b>Recursos</b>  | Hojas de rotafolio, gises o marcadores, cinta adhesiva y hojas blancas.   |   |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en: <a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>  |   |

|  |   |  |
|--|---|--|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>  | El diario de emociones  | <b>Periodo de aplicación</b>   |
| <b>Objetivo:</b>   | Conocer tus propias emociones y saber el efecto que éstas tienen sobre tu comportamiento. |  |
| <b>Actividades</b>   | <b>Recursos</b>   | <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b>   |
| <p>Toma una libreta y apunta la fecha.</p> <p>30 minutos antes de acostarte realiza un balance de tu día.</p> <p>Anota aquellas emociones que has surgido durante el día.</p> <p>Registra cómo te has sentido y cómo ha afectado esta emoción a tu comportamiento.</p> <p>Escribe si actuaste correctamente o como tenías que haber actuado ante esas emociones.</p> <p>Recuerda que el autoconocimiento emocional es el comienzo de la correcta gestión de las emociones. Sin saber qué sentimos y cómo nos afectan no podremos regular nuestras emociones.</p> | <p>Cuaderno</p> <p>Lápiz o lapicero.</p>  | <p>Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:</p> <p><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a></p> |



| Nombre de la estrategia:                                       | De amor y libertad   | Periodo de aplicación |
|--|--|-----------------------|
|  |  | Enero                 |
| <b>Objetivo:</b>   | Reconozcan la necesidad de establecer relaciones respetuosas, equitativas y libres de violencia que favorezcan su desarrollo personal.   |                       |
| <b>Actividades</b>   | <p>Leer la sinopsis del cuento Arturo y Clementina.<br/> Analicen el cuento a partir de las siguientes preguntas:</p> <p>a) ¿Qué hace distintos a Arturo y a Clementina?<br/> b) ¿Se valoraban mutuamente?<br/> c) ¿Por qué Clementina rechaza los esfuerzos de Arturo?<br/> d) ¿Qué opina y cómo trata Arturo a Clementina?<br/> e) ¿Por qué se va Clementina?<br/> f) ¿Qué debieron hacer Arturo y Clementina para convivir en armonía, al mismo tiempo de tener su propio desarrollo individual?</p> <p>Si se te dificulta responder pide a tu papá y mamá que te apoyen. escriban una historieta o un cuento que tenga un final distinto, donde pongan de manifiesto los valores y actitudes necesarios para lograr una convivencia equitativa e igualitaria entre mujeres y hombres.</p>  |                       |
| <b>Recursos</b>  | <p>Sinopsis del cuento Arturo y Clementina.<br/> "Arturo y Clementina son dos tortugas enamoradas que viven a la orilla de un estanque. Clementina es alegre, vivaz y soñadora. Arturo carga sobre su caparazón la responsabilidad de ofrecerle todo lo que él considera valioso. Arturo valora la cultura, y se ríe de la "ingenuidad" de su compañera al querer desarrollar distintas actividades artísticas. Clementina carga los prejuicios e inseguridades de su marido. Lo que le interesa a Clementina es ver mundo, tener una vida de aventuras y llena de descubrimientos. Arturo, sin embargo, quiere una vida tranquila y sin sorpresas y no entiende cómo ella rechaza sus esfuerzos por brindarle una vida llena de objetos valiosos. Un día, Clementina decide vivir a su manera, elegir por sí misma, y tomar sus propias decisiones. Cuando Arturo no la encuentra en su casa no entiende nada".</p> |                       |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>  |                       |

|  |   |                              |
|--|---|------------------------------|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>  | <b>EL COFRE DE LA FELICIDAD</b>   | <b>Periodo de aplicación</b> |
|  |   | <b>Febrero</b>               |
| <b>Propósito:</b>  | Nutrir los pensamientos positivos   |                              |
| <b>Actividades</b>   | <p>Elaboren en familia un cofre de la felicidad en el que guardarán objetos que les ayuden a evocar emociones positivas. Busquen una caja de zapatos que ya no usen y decórenla a su gusto.</p> <p>Conversen en familia sobre los momentos que han experimentado, que les hayan hecho sentir:<br/>alegría, asombro, orgullo, amor, calma, felicidad.<br/>Por turnos cada miembro de la familia relata ese momento que experimentó. Por ejemplo: El día en que un hijo recito una poesía en la escuela y la mamá sintió tanto orgullo que lloró y el hijo conserva la poesía escrita.</p> <p>Guarden en su cofre de la felicidad ese objeto que les ayude a evocar la emoción que sintieron. Puede ser la poesía escrita, un juguete, una fotografía, la servilleta o pedazo de papel en el que escribiste el nombre de la canción que bailaste con tu familia.</p> <p>Alimenten su cofre todos los días, reflexionen sobre un momento del día que les hizo experimentar una emoción positiva, elijan un objeto que les recuerde ese momento y guárdenlo en su cofre.</p> <p>Elijan un lugar especial para guardar su cofre.</p> <p>Revisen su cofre de la felicidad siempre que quieran. Saquen los objetos y recuerden los momentos vividos.</p> |                              |
| <b>Recursos</b>  | Caja de cartón, papel para forrar, recortes, Resistol, tijeras.   |                              |
| <b>Programación<br/>Aprende en<br/>Casa<br/>(Educación<br/>Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>   |                              |

|  |  |                              |
|--|--|------------------------------|
| <b>Nombre de la estrategia:</b>                                | <b>SECRETOS DE MUCHOS</b>  | <b>periodo de aplicación</b> |
| <b>Propósito:</b>  | <b>RECONOCERSE A SÍ MISMO</b>  |                              |
| <b>Actividades</b>   | <p>Esta actividad es para hacerse en familia invitando a participar a todos sus miembros.<br/>El papá, la mamá o el tutor solicitara que:<br/>Escriban en una hoja, de manera anónima, dos frese en donde expliquen los sentimientos y emociones que tienen habitualmente en este último tiempo de confinamiento.</p> <p>Pedirles que el papel escrito lo metan en un sobre, y lo introduzcan en una caja previamente seleccionada.</p> <p>Una vez que todos los participantes hayan metido su escrito en la caja el papá, la mamá o el tutor dará lectura a los escritos, mientras que otro participante irá escribiendo en una cartulina, dividida en dos partes, los sentimiento y emociones que vallan detectando en el escrito.</p> <p>Pedirles que comenten sus ideas en base a las palabras escritas en la cartulina.</p> <p>Usted al final, explíqueles que es frecuente en esta edad, tener este tipo de sentimientos y emociones que aparecieron en el ejercicio. Los adultos en general las han tenido. La adolescencia es una etapa de grandes oportunidades para soñar, pensar y avanzar en la construcción de su proyecto de vida e identidad y también es una época compleja que tiene momentos difíciles de sobrellevar.</p> <p>Para finalizar, invítenles a pensar en silencio cuáles son sus cualidades y que ellas les ayudarán a encontrarse a sí mismos y encontrar su proyecto personal.</p> |                              |
| <b>Recursos</b>  | Caja de cartón, hojas blancas o de cuaderno, sobres carta,   |                              |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en: <a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>   |                              |

|                                 |   |                              |
|---------------------------------|---|------------------------------|
| <b>Nombre de la estrategia:</b> | MERECEMOS QUE NOS TRATEN BIEN   | <b>Periodo de aplicación</b> |
| <b>Propósito:</b>               | Reflexionen sobre el derecho que tienen a recibir un buen trato y a ser protegidos contra la violencia, e identificar situaciones y actitudes en la escuela que atentan contra este derecho.  |                              |
| <b>Actividades</b>              | <p>Explique que leerá una oración acerca de la violencia en las escuelas y en el hogar. Cada adolescente debe decidir si está de acuerdo, en desacuerdo o no sabe qué postura tomar ante cada oración. Enseguida, cada uno deberá colocarse junto al letrero que exprese lo que piensa.</p> <p>Lea la primera oración (tome una del recuadro o invente algunas que funcionen mejor con su grupo). Deles tiempo para decidir dónde quieren colocarse.</p> <p>Pida a algunos integrantes de cada grupo que expliquen sus opiniones. Cualquier persona que escuche algo que le haga cambiar de opinión, puede pasar a otro grupo en cualquier momento.</p> <p>Lea la segunda oración; repita el paso 3.</p> <p>Lea la tercera oración; repita el paso 3.</p> <p>Preguntar al grupo:<br/> ¿Cuál fue su reacción ante esta actividad?<br/> ¿Qué aprendieron de ella?<br/> Si cambiaron de opinión, ¿por qué lo hicieron?</p> <p>Trabaje con el grupo sobre la siguiente idea:<br/> Si hablan con alguien que piensa que la violencia en las escuelas no es un problema, ¿qué le dirían para que cambie de opinión?</p> <p>Organice una pequeña representación con alumnas y alumnos voluntarios.</p> |                              |
| <b>Recursos</b>                 | <p>Tres letreros grandes, uno que diga DE ACUERDO, otro EN DESACUERDO y otro NO SABE.<br/> Puede utilizar estas frases o invente otras:<br/> El castigo físico (golpes, cachetadas) puede utilizarse si ayuda a que las niñas, los niños y adolescentes aprendan.</p> <p>Los castigos verbales (insultos, humillación) no dañan tanto a las niñas, los niños y adolescentes como los castigos físicos.</p>  |                              |

|  |   |
|--|---|
|  | Las niñas, los niños y adolescentes intimidados acosados por sus compañeros tienen que aprender a defenderse.   |
| <b>Programación<br/>Aprende en<br/>Casa<br/>(Educación<br/>Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a> |

| Nombre de la estrategia: | #SEAMOS ASERTIVOS  | Periodo de aplicación |
|--------------------------|--|-----------------------|
|                          |  | MAYO                  |
| <b>Propósito:</b>        | Desarrollen la capacidad de decir “No” ante la presión externa en situaciones que les ponen en riesgo o a los demás, como una conducta asertiva.   |                       |
| <b>Actividades</b>       | <p>Comience diciéndoles a las y los adolescentes que a veces existe presión de los demás para realizar algo que no se quiere hacer porque perjudica a sí mismo o a los demás. Pregunte:<br/>¿Conocen alguna situación así? Motive al alumnado a comentar algunos ejemplos, si eso no sucede usted puede iniciar con algunos, como los siguientes:<br/><i>Cuando alguien te pide que no le hables a otra compañera o compañero, o cuando te pide que calumnies a una persona en particular...</i></p> <p>Comente que en esos casos y en otros dados por el alumnado, deben decidir por sí mismos lo que deben hacer, por tanto, si no se quiere, se puede decir que no. En caso de insistencia, la negación puede repetirse una y otra vez, de manera tranquila, con palabras que expresan los deseos o pensamientos propios, sin enojo ni levantar la voz.</p> <p>Organice al grupo para que decidan quién quiere participar y quién desea observar; después dé inicio a la actividad.</p> <p>Escriba, con anticipación, en la mitad del pizarrón o en una hoja de rotafolio las siguientes situaciones:<br/>“Una compañera o compañero te dice que participes en un nuevo reto o desafío, que pone en riesgo tu salud”.<br/>“En una fiesta tu amiga o amigo te pide que consumas sustancias adictivas”.<br/>“Tu compañero o compañera te pide que difundas en redes sociales rumores de otro compañero de la escuela”.<br/>“Tu pareja te pide que le mandes fotos íntimas”.<br/>En la otra mitad del pizarrón o en una hoja de rotafolio escriba las siguientes frases:<br/>“No”<br/>“Que no”<br/>“No, no quiero”<br/>“Te digo que no”<br/>“Lo siento, pero ya sabes que no”<br/>“Pues a mí no me gusta...”<br/>“No, no me gusta...”<br/>“Te digo que no me gusta”<br/>“Ni hablar, eso no”</p> <p>Pida al alumnado que pasen al frente en parejas, una persona elige una situación y la otra escoge con qué frase contestará.</p> |                       |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>Después, lo actuarán o representarán frente a los demás. La persona 1 insistirá varias veces para convencer a la persona 2 quien responderá de manera negativa en todas las ocasiones (puede escoger más de una frase de las que se proponen).</p> <p>Ejemplo:<br/>Alumno 1: “Anda, haz este reto. No te va a pasar nada”<br/>Alumno 2: “No, no quiero”.<br/>El alumno 1, insiste y el alumno 2 vuelve a decir que no con la misma frase u otra: “Te digo que no”. Así lo harán dos o tres veces.</p> <p>Cuide que las alumnas y los alumnos no lo hagan de manera mecánica y que su actitud no verbal vaya acorde a su negativa, firmeza en su voz, mirando a la persona a los ojos, tono de voz ni muy alto ni muy bajo.</p> |
| <b>Recursos</b>  | Pizarrón u hojas de rotafolio y marcadores o gises.   |
| <b>Programación<br/>Aprende en<br/>Casa<br/>(Educación<br/>Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en:<br><a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>   |

| Nombre de la estrategia:                                       | CONVERTIR LA CRISIS EN OPORTUNIDADES.   | Periodo de aplicación |
|--|---|-----------------------|
|  |   | JUNIO                 |
| Propósito:   | Contribuir a elaborar la experiencia y convertir las crisis en oportunidades de aprendizaje   |                       |
| <b>Actividades</b>   | <p>Promueva la reflexión con NNA sobre lo que la situación vivida deja en ellas y ellos. Puede utilizar las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué aprendieron de lo vivido durante y después de la suspensión de clases?</p> <p>¿Cómo cambió nuestra vida de todos los días?</p> <p>¿Cuáles de esos cambios nos benefician a largo plazo y seguiremos haciendo?</p> <p>¿Qué pensamos de lo que es distinto ahora?</p> <p>¿Cómo afrontamos mejor la situación? ¿Todos juntos o cada uno por sí mismo?</p> <p>¿Por qué es importante cuidar de uno mismo y de otros?</p> <p>¿Será cierto que, al cuidar de uno mismo, cuidamos de otros? ¿Por qué?</p> <p>¿Qué podemos hacer para cuidar de nosotros mismos? ¿Y para cuidar de otros?</p> <p>Luego de esta reflexión, puede pedir a cada NNA que registren en una hoja el aprendizaje más importante que le deja lo vivido durante y después de la suspensión de clases, puede ser mediante dibujos, textos o como prefieran. Precise que todos los aprendizajes, buenos o malos, nos ayudan a ser mejores personas.</p> <p>Finalmente, elijan un espacio del aula o de la escuela, y hagan un “Mural de los aprendizajes”, a manera de collage y con las contribuciones de todos. Inviten al resto de la comunidad educativa a conocer su mural y conozcan los de otros.</p> |                       |
| <b>Recursos</b>  | Hojas blancas o de color, lápiz, lapicero, recortes, Resistol, tijeras.   |                       |
| <b>Programación Aprende en Casa (Educación Socioemocional)</b> | Utilizar de acuerdo al grado, puedes consultar la programación en: <a href="https://aprendeencasa.sep.gob.mx/">https://aprendeencasa.sep.gob.mx/</a>  |                       |



## EVALUACIÓN

Es importante que en todo proceso de enseñanza-aprendizaje se lleve a cabo una valoración que nos permite conocer la participación de los estudiantes.

“De ahí la importancia de la evaluación curricular que se enfoca principalmente a detectar áreas de oportunidad en las instituciones, esto con la finalidad de mejorar esas áreas y lograr una educación de calidad. Según Verdugo (1994), “La importancia de la evaluación curricular reside en el maestro o personal que trabaja directamente con la institución” Es decir, es el profesional quien debe valorar las necesidades educativas y hacer las propuestas que se enfoquen al currículo. La evaluación curricular “No se reduce sólo a la determinación de los resultados finales de un programa, sino que se centra en su comprensión para orientar las posibles mejoras del mismo” (Mesía, 2004). En otras palabras, la evaluación curricular no solamente se centra en dar resultados, sino que actúa para mejorarlos”<sup>2</sup>

Es por lo que la valoración de las actividades aplicadas será de manera cualitativa; mediante una lista de cotejo, que nos permita ver el cambio de conducta que pueda presentar el estudiante en este tiempo de pandemia.

LISTA DE COTEJO DE ACTIVIDADES CUALITATIVAS.

\_\_\_ GRADO, GRUPO \_\_\_

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: \_\_\_\_\_

OBJETIVO Y/O PROPOSITO: \_\_\_\_\_

FECHA DE APLICACIÓN: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_.

| NP | NOMBRE DEL ALUMN@ | REALIZÓ LA ACTIVIDAD |    | PARTICIPÓ ACTIVAMENTE |    | ENTREGÓ ALGUNA EVIDENCIA |    | ACTIVIDAD SIGNIFICATIVA |    | MOSTRÓ ALGUN CAMBIO DE ACTITUD |    | OBSERVACIONES |
|----|-------------------|----------------------|----|-----------------------|----|--------------------------|----|-------------------------|----|--------------------------------|----|---------------|
|    |                   | SI                   | NO | SI                    | NO | SI                       | NO | SI                      | NO | SI                             | NO |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |
|    |                   |                      |    |                       |    |                          |    |                         |    |                                |    |               |

SANTIAGO HUITLAPALTEPEC, MÉXICO; A \_\_\_\_ DE \_\_\_\_\_ DE 202\_\_.

ELABORÓ

\_\_\_\_\_  
PROFR. JACOBO LÓPEZ GARDUÑO.

## BIBLIOGRAFIA

Delgado, Paulet, marzo 25, 2020, *Inteligencia emocional en tiempo de pandemia*. Recuperado de: <https://observatorio.tec.mx/edu-news/inteligencia-emocional-en-tiempos-de-pandemia>. consultado 22 de marzo de 2021

Fichero de actividades didácticas: Promover la cultura de paz en y desde la escuela, Programa Nacional de Convivencia Escolar. Fichas: 9, 10, 18, 39 y 43.

Fichero: Herramientas de Soporte Socioemocional para la Educación en Contextos de Emergencia. Fichas: 2, pág. 21. Ficha 5 pág. 54 y pág. 61

MESÍA, N.R. (2004). “*¿Estamos Haciendo Evaluación curricular?*”. Extraído el 6 de septiembre del 2008 desde [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv\\_educativa/2004\\_n14/a06.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bibvirtualdata/publicaciones/inv_educativa/2004_n14/a06.pdf)

VERDUGO, M.A. (1994). “*Evaluación Curricular una guía para la intervención psicopedagógica*” España: Siglo veintiuno