




Mi mapa de la identidad

Autor: Remigio Hernández Hernández
Esc. Sec. Of. No 0700 “Ignacio López Rayón” 15EES1047S
Chimalhuacán, México
11 de Noviembre 2023



ÍNDICE

		Acervo Digital Educativo	
1. Presentación			3
2. Introducción			4
4. Propósitos de la educación socioemocional secundaria			5
5. Desarrollo del proyecto			6
6. Indicadores de logros			6
7. Dimensión			6
8. Habilidad			6
9. Tema			6
10. Aprendizaje esperado			6
11. Modalidad			6
12. Evaluación			6
13. Duración			6
14. Secuencia didáctica			7
15. Infografía			8
16. Mapa mental			9
17. Conclusión			10
18. Bibliografía			11

Presentación

El presente proyecto fue creado con el único fin de fortalecer algunas de las habilidades socioemocionales tan esenciales en este regreso a clases presenciales ya que la mayoría de los alumnos presentan muchos trastornos emocionales a consecuencia de la pandemia, claro está que desde muchos años como humanos hemos formulado varias preguntas sobre nuestra naturaleza, como, ¿Quiénes somos?, ¿Por qué estamos aquí?, ¿hacia dónde vamos?, cuestionamientos que quizás seguirán como interrogantes ya que grandes pensadores y filósofos no han podido definir y comprender la verdadera esencia del ser humano y a mi consideración seguirá siendo una incógnita y un reto para los grandes científicos contemporáneos para descubrir la conducta y el pensamiento humano.

Además, se pretende lograr que los alumnos reconozcan su propia forma de ser a identificar su actuar cotidiano, que les ayude a delimitar la conducta, así como descubrir sus cualidades, áreas de oportunidad, pensamientos, sentimientos, sensaciones y características propias, que hacen de nosotros las personas que somos.

Así mismo, de manera implícita a la signatura de educación socioemocional, se procura contribuir a que los alumnos alcancen sus metas personales; establezcan relaciones sanas entre ellos, así como con su familia y la comunidad y a trabajar de manera colaborativa para logro de los objetivos planteados en el currículo escolar, sean empáticas con sus semejantes, sean incluyentes y lograr fortalecer las habilidades intrapersonales e interpersonales; autoestima, autoconcepto, autorregulación y auto confianza; asertividad, empatía, escucha activa y resolución de conflictos respectivamente, así como la toma de decisiones firmes, libres y responsables.

Para finalizar, se espera que, con este proyecto, logre contribuir a que los alumnos fortalezcan las competencias y habilidades socioemocionales (atención, conciencia de las propias emociones, autoestima, aprecio y gratitud y bienestar) mismas que son necesarias para la adquisición de los conocimientos en las diferentes áreas.

Introducción

La educación socioemocional es fundamental en el desarrollo humano y el aprendizaje que, a través de actividades y rutinas diarias, los alumnos aprenden a lidiar de forma asertiva en los diferentes estados emocionales, impulsivos o aflitivos y hace que la vida emocional y sus relaciones interpersonales sean aún más un elemento esencial de motivación intrínseca en los aprendizajes diarias para la vida.

Toda intervención en este ámbito educativo precisa de la evaluación para optimizar y constatar los resultados, sin embargo, esto implica una dificultad severa por la falta del control emocional en los adolescentes.

Mas ahora con esta situación de la emergencia sanitaria que se convirtió en un desafío emocional para la mayoría de la sociedad debido al confinamiento y distanciamiento social, la situación laboral y económica, así como el duelo ante la pérdida de seres queridos. A fin de contribuir y guiar a los alumnos en la procuración de su salud mental. Para que sean más solidarios, colaborativos, incluyentes, transformadores de su vida.



Propósitos de la educación socioemocional secundaria:

- ❖ Fortalecer estrategias para el autoconocimiento y la autorregulación, de manera que favorezcan la atención, necesaria para el desarrollo de funciones ejecutivas consideradas esenciales para la cognición.
- ❖ Reforzar la toma de conciencia sobre las propias motivaciones, fortalezas, impulsos, limitaciones; y el sentido de que puede auto dirigirse, lo cual es la base de la autonomía y la toma de decisiones libre y responsable.
- ❖ Adquirir habilidades y estrategias asociadas a las dimensiones de autoconocimiento, autorregulación y autonomía, que les permitan identificar, manejar, valorar y actuar conforme a sus propios criterios, intereses y estados emocionales.
- ❖ Enfatizar las habilidades y estrategias para lograr una sana convivencia, que permita la colaboración a través de la empatía, el respeto y la gratitud, a fin de alcanzar metas comunes en la escuela, familia y sociedad.
- ❖ Desarrollar y poner en práctica la capacidad de actuar hacia quienes exhiben sentimientos y conductas empáticas, o contrarias a las propias valoraciones éticas y morales.
- ❖ Afirmar la autoestima y acrecentar la capacidad para tomar decisiones conscientes y responsables, a fin de visualizar las consecuencias a largo plazo de las decisiones inmediatas o impulsivas.
- ❖ Valorar el ser personas de bien, éticas y respetuosas, empáticas y colaborativas, resilientes, capaces de mantener la calma y de perseverar a pesar de la adversidad.
- ❖ Contribuir a construir una comunidad en la cual sus integrantes reconozcan vínculos emocionales de interacción social y de reciprocidad.

Desarrollo del proyecto.

En esta etapa de la reincorporación de las actividades escolares de manera presencial, cuesta trabajo volver a retomar la dinámica de trabajo con los alumnos y las alumnas, sin duda se verá reflejado en el autocontrol emocional de cada uno de los estudiantes, claro está que como docente se practicará de manera esencial la tolerancia, la empatía, confianza y motivación extrínseca hacia los estudiantes para la estimulación de ser autodidactas y puedan expresar sus emociones para la resolución de problemas cotidianos de manera autónoma.

La incorporación de un aprendizaje más inclusivo e igualitario para todos y todas donde los alumnos con mayor control emocional apoyaran a los compañeros y las compañeras para el fomento del trabajo colaborativo.

Con respecto a la actividad desarrollada hubo la necesidad de retroalimentar a los alumnos sobre la elaboración de una infografía y mapa mental, referente a la dimensión de autoconocimiento.

Indicadores de logro

- Dimensión:** Autoconocimiento
- Habilidad:** Aprecio y gratitud.
- Tema:** Mi mapa de la identidad.
- Indicador de logro:** Aprecia las cualidades y oportunidades que tiene para aprender, cambiar, crecer y mejorar.
- Modalidad de trabajo:** Situación de aprendizaje.
- Evaluación:** observación, desempeño de los alumnos, análisis del desempeño, interrogatorio.
- Duración:** 2 sesiones.

"2022. Año del Quincentenario de la Fundación de Toluca de Lerdo, Capital del Estado de México".

ESC SEC OFIC NO 0700 "IGNACIO LÓPEZ RAYÓN" TURNO: MATUTINO OCT. 15EE510475

PLANEACIÓN DIDÁCTICA

Periodo: I Número de sesiones: 2

Asignatura: Tutoría y Educación Socioemocional

Periodo: 07 al 11 noviembre de 2022 Grado: 1º Grupo(S): "A" y "B"

Profesor: Remigio Hernández Hernández

Dimensión: Autoconocimiento		Indicador de logro: Aprecia las cualidades y oportunidades que tiene para aprender, cambiar, crecer y mejorar.
Habilidad: Aprecio y gratitud.		
Tema: Mi mapa de la identidad.		
CONTENIDO		
Acciones (¿Qué se hará y con qué finalidad?)	INICIO	
	1. Se cuestiona a los alumnos que tanto se conocen, ¿Quién eres?	
	2. Se distribuye y se analiza una copia para todos los alumnos en referencia al concepto de autoconocimiento.	
	3. Se solicitará que los alumnos y las alumnas, en una hoja blanca, de manera individual, escriban sobre sí mismos teniendo como guía las siguientes preguntas:	
	<input checked="" type="checkbox"/> ¿Quién soy?	
	<input checked="" type="checkbox"/> ¿Que quiero?	
	<input checked="" type="checkbox"/> ¿Cuál es mi misión?	
	<input checked="" type="checkbox"/> ¿Cómo lo quiero lograr?	
<input checked="" type="checkbox"/> ¿A dónde quiero llegar?		
<input checked="" type="checkbox"/> ¿Cuáles son mis metas?		
<input checked="" type="checkbox"/> ¿En que soy bueno?		
Desarrollo		
4. Posteriormente cada uno elabora su mapa de la identidad, se recomienda mostrar el ejemplo como apoyo y guía de su elaboración.		
5. De manera voluntaria se solicitará compartir su mapa de identidad con algún compañero para reflexionar sus similitudes y diferencias.		
Cierre		
6. Se reflexiona con el grupo con la pregunta guía ¿Qué factores conforman nuestra identidad y por qué es importante identificarlos?		
7. Se invita a los alumnos si alguien desea leer su mapa de identidad.		
8. De manera individual se solicita que reflexionen que les deja esta lección.		
Acciones específicas para los estudiantes que requieran mayor apoyo:		Tipo de evaluación: Formativa
<input checked="" type="checkbox"/> Seguimiento personalizado		Recursos de evaluación: Lista de cotejo (Evidencias de las actividades) Rubrica.
<input checked="" type="checkbox"/> Apertura para reforzar algún aspecto que requiera apoyo.		
Observaciones:		

Atentamente: Profesor de grupo	Subdirector Escolar	Vo. Bo. Directora Escolar
Prof. Remigio Hernández Hernández.	Prof. Gerardo Isaías Hernández López	Profa. Idalia García Lucas





AUTO

Me
quier 



CONOCIMIENTO

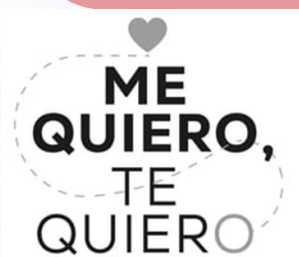
Es la habilidad que tiene una persona para conocerse así mismo, descubrir sus puntos fuertes, cualidades, debilidades, defectos y características propias.

AUTOCONSEPTO

Es el conjunto de información, ideas, percepciones, suposiciones y creencias que una persona tiene en sí, es decir, nos ayuda a entendernos mejor.

Debemos tener en cuenta nuestros:

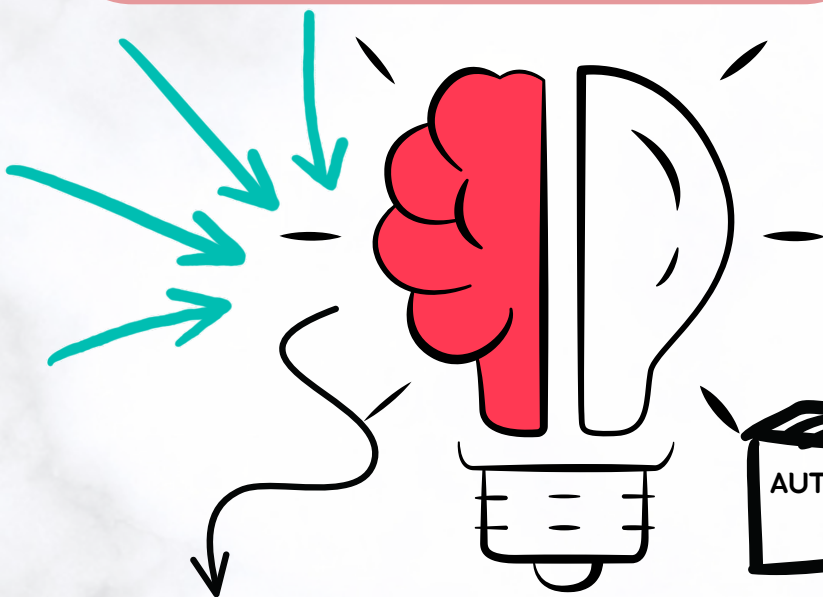
- 1.- Valores
- 2.- Aptitudes
- 3.- Metas
- 4.- Intereses



¿CÓMO FAVORECERLA?

- Anota tus virtudes y defectos.
- Anota tus pasiones.
- Haz la rueda de la vida.
- Elabora un mapa de la identidad.
- Pídele a alguien una descripción sobre ti.
- Asiste un taller de Inteligencia Emocional.

- ¿Quién soy?
- ¿Qué quiero?
- ¿Cuál es mi misión?
- ¿Cómo lo quiero lograr?
- Adonde quiero llegar?
- ¿Cuáles son mis metas?



AUTOCONOCIMIENTO



1.- Aumenta tu vocabulario emocional.

2.- Reconecta con tu cuerpo.

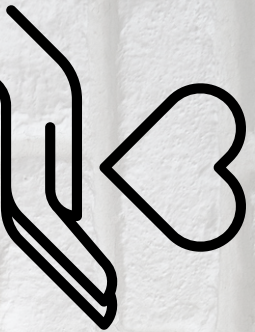
3.- Encuentra el vínculo entre lo que sientes y haces.

4.- Identifica tus detonadores.

5.- Lleva un diario de emociones.

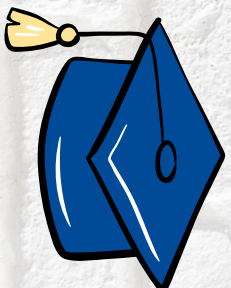
6.- Identifica el efecto de tus emociones en los demás.





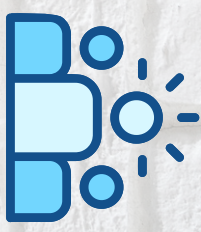
¿Qué quiero?

Estudiar y terminar una carrera profesional, lograr una estabilidad económica y emocional



¿Cuál es mi misión?

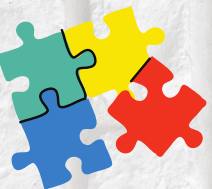
Ser feliz, apoyar a mi comunidad



¿Mis

valores?

Responsable, honrado, libre, solidario y tolerante



¿Mis

aptitudes?

Creativo, resiliente, paciente, empático, organizado y con iniciativa.



¿Quién soy?

¿En que soy

bueno?

Tengo la habilidad de memorizar, organizado, perseverante, detallista, Inteligente.



¿Cuáles son mis metas?

Tener una familia. Estabilidad emocional y económica. Trabajo estable.

¿Cómo lo quiero lograr?

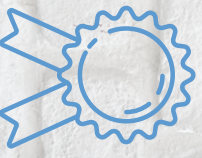
Apoyo familiar y con mucha dedicación y perseverancia



¿A dónde

quiero llegar?

El reconocimiento social y trascender en lo que haga.



Conclusión

La experiencia de la aplicación de la presente secuencia didáctica fue exitosa, debido a que se muestra la comprensión y ejecución de los indicadores de logro el cual las evidencias ejemplifican las características, problemas sociales y correspondencia entre la información textual y los recursos gráficos y visuales.

Existieron algunas dificultades como, la disponibilidad y los tiempos para la ejecución de las actividades.

Así también la persistencia o falta del dominio de algunos alumnos en referencia los organizadores gráficos (infografía y mapa mental) específicamente.

Sin embargo, de manera general se brindó la retroalimentación sobre la elaboración de dichos organizadores gráficos.



Bibliografía:

[RIAS - Materiales de apoyo](#)

Aprendizajes clave educación socioemocional: <https://www.imageneseducativas.com/wp-content/uploads/2018/01/Tutor%C3%ADa-y-Educaci%C3%B3n-Socioemocional.-Secundaria.pdf>

https://www.canva.com/design/DAFdszq5DXk/5jwvMMxLokuN3oDTn1Ba7Q/edit?utm_content=DAFdszq5DXk&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

<https://www.canva.com/design/DAFdxapyvUw/FY4GM4rGihNMuLWKF9wJQA/edit>

Acervo
Digital
Educativo

