



SECUNDARIA

TEMARIO TRIMESTRAL 2022-2023

TUTORÍA Y EDUCACIÓN SOCIOEMOCIONAL I

Temario 1er. Trimestre

Profesora: Yanet Aide Hernández Bazán

Vespertino

APRENDIZAJE ESPERADO		CONTENIDO
<p>AUTOCONOCIMIENTO</p> <p>1.- Identifica cuando está agitado o en calma, y cuando está distraído o enfocado, y practica estrategias para calmar y enfocar la mente. La duración de las prácticas de atención es de 5 a 7 minutos.</p> <p>2.- Expresa motivaciones, necesidades, deseos, emociones y pensamientos característicos de esta etapa de la vida e identifica sus causas y efectos.</p> <p>3.- Aprecia las cualidades y oportunidades que tiene para aprender, cambiar, crecer y mejorar.</p> <p>4.- Expresa qué necesita para estar bien y propone estrategias para lograrlo a partir de distinguir entre el bienestar que depende de condiciones externas y el bienestar que proviene de una mente en balance y de relaciones sanas.</p> <p>AUTORREGULACIÓN</p> <p>5.- Identifica cuáles son las estrategias cognitivas y de regulación emocional que favorecen el aprendizaje.</p> <p>6.- Valora la importancia de expresar las emociones de forma auténtica, sin exagerar o valerse de estas para conseguir algo.</p> <p>7.- Utiliza la reflexión y el lenguaje interno como estrategia para la regulación de las emociones.</p>		<p>AUTOCONOCIMIENTO</p> <p>1.-Conociendo la pista de carreras. Soy atento y aprendo</p> <p>2.- Adelante a pesar de....sí puedes. MATEA</p> <p>3.- ¿Qué hacemos con tus defectos y desventajas? Conocerme me ayuda a ser feliz</p> <p>4.- Introducción para aprecio y gratitud. Reconozco lo que tengo y lo agradezco</p> <p>AUTORREGULACIÓN</p> <p>5.- Realización y bienestar. La cooperación nos hace felices</p> <p>6.- La educación. Pienso y siento</p> <p>7.- Honestidad Soy asertivo al expresarme</p> <p>8.- Consejo de la abuela. Conduzco mis emociones</p>
CUADRO DE EVALUACIÓN		OBSERVACIONES
<p>1.-Evaluación Diagnóstica digital</p> <p>2.- Autobiografía impresa</p> <p>3.-Ficha de identificación impresa</p> <p>4.-Test de VARK impreso</p> <p>Aspectos formativos:</p> <p>5.-Cuaderno forrado en forma de Collage considerando los mejores momentos de su vida. Portada Temario Actividades en el cuaderno.</p> <p>6.-Nearpod</p> <p>7.-Dinámicas de clase</p>	<p>10%</p> <p>10%</p> <p>10%</p> <p>10%</p> <p>20%</p> <p>10%</p> <p>30%</p>	<p><u>Revisar Moodle para estar al tanto de tareas y avisos.</u></p> <p>1.-Las indicaciones para realizar la Evaluación Diagnóstica las encuentran en Moodle.</p> <p>2.-Las indicaciones para realizar la autobiografía, portada y temario, las encontrarás en Moodle.</p> <p>3.-Contar cada clase con el material solicitado en moodle para las dinámicas.</p> <p>4.-Vincularse a Hangouts</p> <p>5.-Cada clase debes hacer alguna anotación, síntesis, reflexión, entre otros recursos para retroalimentar la sesión; datos importantes: fecha, tema (recurso de retroalimentación).</p> <p>6.-Las indicaciones para realizar la ficha de identificación se encuentran en Moodle.</p>