Productos del CTE 7º Pablo Picasso

Estrategia para la regulación de emociones 2do

Ámbito	**Acciones**	**Responsables**	**Recursos**	**Evaluación**
Regulación de emociones	Docentes: Conectar con nuestras emociones.	Cada docente	Música instrumental Velas	Comentario sobre la experiencia
	Alumnos: Diccionario de las emociones	Alumnos, padres y maestros	Hojas Fotos de emociones Estrategias emocionales	Foto del diccionario Video de los alumnos explicando estrategias
	Familias: Estrategias de solución ante conflictos	Padres de familia, educadora	Opciones de estrategias de solución Hoja Material para decorar	Foto acuerdos familiares

Actividad Docentes "Conectar con nuestras emociones"		
Fecha:	Propósito	Que cada docente reconozca y viva sus emociones, aprenda a conectarse con ellas y por consiguiente a regularlas.
Recursos	Música instrumental Vela pequeñita	
Sugerencias de la actividad	Previamente buscar una canción que nos relaje de preferencia que no tenga letra para evitar distracciones. Buscar un momento en el día en donde podamos tener un tiempo para nosotros. Buscar un lugar tranquilo, lejos de ruidos o de distracciones, mentalizarnos que nos estamos regalando tiempo para nosotros. Encender la vela, y realizar 5 respiraciones profundas, en cada una de ellas pensaremos en 1 razón por la que el día de hoy estamos agradecidos con nosotros mismos. Después, nombraremos todas las emociones que sentimos a lo largo del día ya sean positivas o aflictivas, sin juzgarnos por nuestras reacciones únicamente aceptando lo que vivimos e hicimos. Hablar sobre esas emociones aflictivas, ¿cómo reaccionamos? ¿A quién le hicimos daño? ¿Nos sentimos mal por cómo reaccionamos? ¿Necesitamos disculparnos por nuestras acciones? Dejar fluir esas ideas, y pensar en qué pudimos evitar o qué podemos hacer cuando volvamos a sentir estas emociones. Acordar con nosotros mismos, que no nos juzgamos por lo que hicimos, solo nos damos consejos de cómo mejorar y evitar arrepentimientos por nuestras emociones. En todo momento hablar a la vela y dejar que al igual que ella todo lo malo se consuma y solo nos deje luz y calor, dejamos fluir e intentar conectar con nosotros mismos.	
Para medir avances	Comentario individual sobre la experiencia.	

Actividad Alumnos "Diccionario de las emociones"		
Fecha:	Propósito	Que los alumnos reconozcan las emociones aflictivas y buscar soluciones sobre qué hacer con ellas.
Recursos	Hojas Fotos de emociones (pueden ser de ellos o sacadas de internet) Estrategias emocionales	
Sugerencias de la actividad	Explicar a los pequeños qué es una emoción aflictiva Nombrar las emociones que ellos crean aflictivas Buscar fotos o imágenes sobre gestos que hagan referencia a esas emociones. Pegar esas imágenes en una hoja, y establecer juntos qué es para el pequeño esa emoción, cuándo o qué la provoca. Buscar estrategias emocionales para asignarle a cada una de las emociones aflictivas, ejemplo: cuando nos sentimos enojados podemos rayar una hoja con una crayola aplicando demasiada presión o fuerza, o podemos optar por respiraciones profundas. Cuando nos sentimos impacientes podemos escuchar música instrumental. Cuando nos sentimos frustrados podemos hacer una hoja bolita, o correr muy rápido para que la frustración fluya en el cuerpo y se transforme. Cuando nos sentimos celosos podemos optar por dar un abrazo a la persona que queremos. Juntos repasar las emociones que establecimos, platicar cuándo las sentimos y qué podemos hacer para regularlas.	
Para medir avances	Foto del diccionario Video de los alumnos explicando estrategias	

Actividad familias "Estrategias de solución ante conflictos"		
Fecha:	Propósito	Que los padres de familia ayuden a la regulación de las emociones de sus hijos y a su vez trabajen en las propias.
Recursos	Opciones de estrategias de solución Hoja Material para decorar	
Sugerencias de la actividad	Identificar en familia las emociones aflictivas que más experimentan: como el enojo, la ira, la frustración, los celos, etc. En una hoja deberán escribir cinco de esas emociones. (dejar espacio entre las emociones) Platicar sobre lo que hacen cuando experimentan esas emociones, ejemplo: cuando nos enojamos comenzamos a gritarnos y cada vez los gritos suben más de tono, explotamos y en ocasiones nos agredimos de manera física y después nos arrepentimos. Analizar la situación ¿qué sucede cuando hacemos esto? ¿Cómo nos sentimos en el momento? ¿Y cómo nos sentimos después? ¿Podremos hacerlo de otra manera? Juntos pensar en qué podemos hacer ante estas emociones y situaciones, ejemplo: cuando estemos enojados lo mejor es decir que lo estamos, los demás deberemos respetar el espacio de la persona enojada, evitar presionarla, una vez que estemos más tranquilos hablar sobre lo que provocó el enojo y llegar a un acuerdo. Recordar que el amor y el respeto son la base de cualquier relación. Escribir en la hoja el acuerdo familiar para cada emoción aflictiva	
Para medir avances	Foto de los acuerdos familiares.	

Ficha descriptiva

Fortalezas:

• La mayoría de los alumnos participaron en las actividades a distancia, se conectaron en las sesiones que se les solicitó y nos adaptamos a la forma de participar en la sesión en línea.
• El apoyo por parte de los padres de familia fue mayoritario.
• Los alumnos tienen un avance notorio en la comprensión de cuentos, identificación de personajes, situaciones y desenlaces de los cuentos.
• Participan activamente en juegos orales como trabalenguas y adivinanzas.
• Utilizan términos convencionales para la descripción de personas y objetos.
• Tienen dominio del concepto de número, identifican sus usos.
• Resuelven problemas no mayores a una cifra, explican su procedimiento, y comparten sus resultados.
• La mayor parte del grupo identifican las propiedades de las figuras geométricas.
• En su mayoría identifican las acciones que dañan al planeta, y las medidas que pueden hacer en vs de ellas.
• Reconocen su contexto, características de su entorno, su historia personal y familiar básica.
• Los alumnos practican medidas de higiene personal de manera autónoma.
• Ponen en práctica algunas técnicas de pintura.
• El gusto por el baile espontáneo y dirigido ha aumentado, y es una acción que se ha vuelto natural.
• Su participación es más fluida y más segura.
• La mayor parte del grupo reconoce la importancia de realizar las actividades.

Áreas de mejora:

• Los alumnos en comunicación intermitente tienen el riesgo de no alcanzar los aprendizajes que se abordaron.
• Dificultad para realizar la invención de cuentos a partir de sus propias ideas sin utilizar ayuda de otros textos que ha leído.
• Dificultades para trabajar con las figuras, formar objetos con ellas o seguir patrones.
• Se le dificulta apreciar la diversidad cultural del estado o país.
• El algunos alumnos existe la dificulta de identificar las zonas de riesgo en casa y evitar ponerse en peligro.
• Debemos trabajar la interacción en el juego.

• Propiciar actividades en donde los pequeños imaginen más, juego simbólico, dramatizaciones, danzas, expresión corporal.
• Integrar más a los padres de familia a través de proyectos.
• Dar a conocer de manera individual a los padres de familia qué debemos trabajar con sus pequeños y darles orientaciones para fortalecer el trabajo en casa.
• Realizar ejercicios de resolución de problemas con material real y palpable.
• Trabajo con regletas para la resolución de problemas.
• Realizar más ejercicios con el tangram.
• Reforzar los ambientes de educación socioemocional.

Alumnos en riesgo de no alcanzar los aprendizajes fundamentales

ALAN YAHIR
ALEXA GUADALUPE
HAITANA GUADALUPE
IRENE GUADALUPE

EDGAR ISRAEL ALONDRA JOSÉ ÁNGEL SAID
Fuentes de información: • Cartillas de evaluación de los dos periodos anteriores. • Listado de alumnos en riesgo, que requieren apoyo y tipos de comunicación. • Opinión de los alumnos y padres de familia. • Trabajos entregados.