**ESCUELA PRIMARIA**

 **FRANCISCO I MADERO**

 **C.C.T 10DPR1748X**

**CONSEJO TÉCNICO ESCOLAR**

**Sesión 7**

|  |
| --- |
| **ACTIVIDADES PARA LA REGULACIÓN DE EMOCIONES** |

**Objetivo**: *Apoyar a padres de familia y a niños a identificar las emociones con las que reaccionan habitualmente y a brindar posibilidades amplias de expresión de sus emociones y resolución de conflictos con la finalidad de favorecer el desarrollo de un ambiente positivo en la familia.*

|  |
| --- |
| **ESTRATEGIA SOCIOEMOCIONAL** |
| **NOMBRE DE LA ESTRATEGIA** | **PROPÓSITO** | **TIEMPO**  |
| Aplicación de fichas socioemocionales(Elaboración de un diario de emociones) | Proporcionar actividades socioemocionales mediante fichas de trabajo para que el(la) alumno(a) conjuntamente con el padre de familia establezcan relaciones positivas, tomendecisiones responsables y manejen situaciones de resiliencia en ésta época de pandemia. | Semana del 31 de Mayo al 04 de Junio |
| **INDICACIONES GENERALES** |
| **Día**  | **Ficha (as)** | **Actividad**  |
| **Lunes**  |  | \*\*Proporcionar las fichas a los padres de familia.\*\*pedir que realicen la actividad descrita en la ficha\*\*Realizar un escrito en el cuaderno de los resultados obtenidos con la actividad |
| **Martes**  |  | \*\*Proporcionar las fichas a los padres de familia.\*\*pedir que realicen la actividad descrita en la ficha\*\*Realizar un escrito en el cuaderno de los resultados obtenidos con la actividad |
| **Miércoles**  |  | \*\*Proporcionar las fichas a los padres de familia.\*\*pedir que realicen la actividad descrita en la ficha\*\*Realizar un escrito en el cuaderno de los resultados obtenidos con la actividad |
| **Jueves**  |   | \*\*Proporcionar las fichas a los padres de familia.\*\*pedir que realicen la actividad descrita en la ficha\*\*Realizar un escrito en el cuaderno de los resultados obtenidos con la actividad |
| **Viernes**  |  | \*\*Proporcionar las fichas a los padres de familia.\*\*pedir que realicen la actividad descrita en la ficha\*\*Realizar un escrito en el cuaderno de los resultados obtenidos con la actividad |
| **Consideraciones generales:** *Al terminar la semana de trabajo con las fichas socioemocionales, se propone que se reúna toda la familia, en un horario accesible para todos, y que un elemento de la familia (puede ser madre, padre, alumno(a) o hermano(a)) dé lectura al “diario de las emociones” y analicen lo escrito en la semana y opinen sobre el trabajo realizado.* |
| **Evaluación:** *Se recomienda que diariamente el alumno o la alumna mande el texto de lo escrito y lo lea, ya sea mediante un audio o videollamada, para que el maestro o la maestra lo vaya registrando o hagan las observaciones pertinentes y hagan la valoración adecuada* |

|  |
| --- |
| **ESTRATEGIA SOCIOEMOCIONAL** |
| **NOMBRE DE LA ESTRATEGIA** | **PROPÓSITO** | **TIEMPO**  |
| El Secreto del bienestar | Proponer herramientas educativas a distancia que propicien estados emocionales positivos en el entorno familiar que conlleve a mejorar las relaciones Padre/madre -alumno/alumna | Semana del 07 al 11 de Junio |
| **INDICACIONES GENERALES** |
| **Día**  | **Herramienta / Estrategia emocional** | **Actividad**  |
| **Lunes**  | **Educación Socioemocional**“**El árbol regulador de las emociones “****Emoción del asco (video)****https://www.youtube.com/watch?v=Cc4CLaxUKyI&t=5s** | Escribe 3 cosas o situaciones que te producen asco y escribe una forma donde puedas regular tu asco en cada caso **Situación que me produce asco** **¿Cómo puedo regular mi asco?*****Ejemplo:“Tener los dientes sucios “Cepillarme los dientes 3 veces al día*****1.-****2.-****3.-** |
| **Martes**  | **Educación Socioemocional****”** **La intensidad del miedo.”****Emoción del miedo (video)****https://youtu.be/VuJnMJIWzi0** | Investiga las palabras y escríbelas en tu cuaderno\*Miedo\*TemorRealiza un dibujo donde hayas experimentado miedo y otro donde hayas sentido temor. |
| **Miércoles**  | **Educación Socioemocional****Emoción de la tristeza (video)****https://www.youtube.com/watch?v=m1p-Lw5NEuw&t=484s** | Responde las preguntas en tu cuaderno:\*¿Qué es la tristeza?\*¿Qué nos causa la tristeza?\*¿Qué acciones te provocan la tristeza? |
| **Jueves**  | **Educación Socioemocional****Emoción del enojo (video)****https://youtu.be/fGc8wqBb0-w** | Escribe en tu cuaderno una acción que te provoque a cada sentimiento1.-Molestia2.-Furia3.-Frustración4.-Ira5.-Fastidio |
| **Viernes**  | **Educación Socioemocional****Empatía (video)****https://youtu.be/QSuVRptSMWQ** | \*Investiga el concepto de empatía\*Describe como es el trato de tus papás con todos tus hermanos\*Te has preocupado por alguien en alguna situación familiar?-Descríbela\*Escribe alguna acción o situación que se haya presentado en la escuela donde no se realice la empatía\*Comenta en tu familia como favorecer entre todos ustedes la empatía |
| **Consideraciones generales*:*** *Se propone que en un horario flexible tanto para el (la) alumno(a) como para el padre de familia, vean y analicen el video propuesto, lo comenten y realicen la actividad en el cuaderno del alumno, ahí mismo escriban lo que piensan del video analizado y lo que ellos entendieron.* |
| **Evaluación:** *Se recomienda que diariamente el alumno o la alumna mande el texto de lo escrito y lo lea, ya sea mediante un audio o videollamada, para que el maestro o la maestra lo vaya registrando o hagan las observaciones pertinentes y hagan la valoración adecuada.* |

|  |
| --- |
| **ESTRATEGIA EMOCIONAL** |
| **PROPÓSITO:** | *Manejar los contenidos de Educación socioemocional en la curricula docente para favorecer los entornos familiares que ayuden a mejorar los aprendizajes de todos nuestros alumnos.* |
| **ESTRATEGIA** | **APRENDIZAJES ESPERADOS** | **ENFASIS**  | **¿QUÉ VAMOS A APRENDER?** | **ACTIVIDADES** | **RECURSOS** |
| *Y tú, ¿sabes qué es la empatía?* | *Reconoce acciones que benefician o que dañan a otros y describe los sentimientos y consecuencias que experimentan los demás en situaciones determinadas.* | *Reconoce acciones que benefician o que dañan a otros e infiere emociones que otros pueden sentir en dichas situaciones.* | En la sesión de hoy reflexionarás y aprenderás sobre la empatía.¿Alguna vez te has sentido triste? ¿A ti que te hace sentir triste?Por ejemplo, en este momento que estamos atravesando por la pandemia, tal vez te pone triste no poder visitar a tus abuelitos, o salir a jugar con tus amigas y amigos. Cuando alguien está triste es posible que no quiera decir lo que le pasa y es importante darles un pequeño espacio a las personas cuando no se sienten bien y, sobre todo, entender sus sentimientos y emociones.Pregunta a algunos niñas y niños que puedas contactar, tal vez tus primos, y también a algunos adultos con los que vivas, a ellos ¿qué los pone tristes? | **\*** Lee con atención la siguiente historia que cuenta, Aníbal, un niño como tú, sobre algo que lo puso triste***-Anexo 1*****\***Lee con atención el siguiente ejemplo para comprender lo que es la EMPATÍA.-Lectura de comprensión ***Anexo 2*****\***Realiza la siguiente dinámica para reconocer algunas acciones que pueden beneficiar o afectar a alguien y sobre todo reconocer qué es lo que está sintiendo esa o esas personas*SITUACIÓN 1:* Las personas usamos cubrebocas cuando salimos a la calle.*SITUACIÓN 2:* Tomar las cosas que no son tuyas, sin antes haberlas pedido prestado.*SITUACIÓN 3:* Ayudar a una persona que se les cae un objeto. *SITUACIÓN 4:* Que mi mejor amiga o amigo le cuente todos mis secretos a alguien másSituación 5: Ver que las personas no respetan los señalamientos de tránsito**\***Lee con atención la siguiente situación que cuenta un niño como tú, llamado Raúl: | 1.Creciendo juntos Empatía <https://youtu.be/YbYBp9VCQWU>2. Creciendo juntos - Empatía <https://youtu.be/YbYBp9VCQWU>  |
| Consideraciones generales | *La temática de Educación Socioemocional se trabajará de acuerdo al horario establecido durante la semana y al Programa de “Aprende en casa III”*  |
| Evaluación  | *Se recomienda que diariamente el alumno o la alumna mande el texto de lo escrito y lo lea, ya sea mediante un audio o videollamada, para que el maestro o la maestra lo vaya registrando o hagan las observaciones pertinentes y hagan la valoración adecuada*. |