Escuela Normal de Educación Preescolar

Licenciatura en Educación Preescolar

Ciclo escolar 2020-2021



Estrategias para el Desarrollo Socioemocional

Docente: Eduarda Maldonado Martínez

**Diagnóstico**

Alumna: María Guadalupe Morales Mendoza NL. 14

4to Semestre Sección: B

Competencias

|  |
| --- |
| * Detecta los procesos de aprendizaje de sus alumnos para favorecer su desarrollo cognitivo y socioemocional. * Integra recursos de la investigación educativa para enriquecer su práctica profesional, expresando su interés por el conocimiento, la ciencia y la mejora de la educación. |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Saltillo Coahuila 08-Marzo-2021

**ACTIVIDAD ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO SOCIOEMOCIONAL**

**DIAGNÓSTICO**

**Propósito: Reconocer los conocimientos previos que posee el alumno acerca de la educación socioemocional.**

1. **Realiza las siguientes actividades:**

* **¿Qué significa la frase?: “No somos responsables de las emociones, pero sí de lo que hacemos con ellas”**

Esta frase nos hace referencia que nosotros debemos de utilizar nuestra inteligencia emocional para que nuestras emociones sean más productivas, no logramos elegir nuestras emociones, no podemos aislarlas o evitarlas, pero si reconducirlas.

* **Completa los enunciados con la emoción correspondiente**
* **Es grata y se expresa con júbilo Felicidad**
* **Provoca angustia, inseguridad o peligro Miedo**
* **Dan ganas de llorar, provoca decaimiento o poco ánimo Tristeza**
* **Se manifiesta con enfado, resentimiento o irritabilidad Ira**
* **Sensación de desagrado que produce alguien o algo y que impulsa a rechazarlo Asco**
* **Relaciona ambas columnas:**

|  |  |
| --- | --- |
| **DIMENSIÓN DEL BIENESTAR** | **SE REFIERE:** |
|  |  |
| **1 AUTOCONOCIMIENTO** | **( 1 ) Capacidad de conocernos, entender cuáles son nuestros pensamientos, la relación con las emociones y acciones, cuáles son nuestras fortalezas, limitaciones y potenciales.** |
| **2 AUTORREGULACIÓN** | **( 3 ) Capacidad para establecer relaciones con otras personas a través de entenderlos, de poder ver sus propias perspectivas y apreciarlas.** |
| **3 EMPATÍA** | **( 5 ) Tomar decisiones con sentido y que te hagan sentir bien, considerando el bienestar de los demás.** |
| **4 COLABORACIÓN** | **( 2) Capacidad de regular nuestras emociones para alcanzar una meta en particular.** |
| **5 AUTONOMÍA** | **( 4 ) Aprender a escuchar a otros, comunicarnos, resolver conflictos para poder lograr metas en común.** |

* **¿Qué pasos debes seguir para regular tus emociones?**

1.- Entender las Emociones

2.- Mantener la calma

3.- Analizar la situación

4.- Pensar antes de actuar o decir algo