**Escuela Normal de Educación Preescolar**

Licenciatura en educación preescolar

Sexto semestre

Ciclo escolar

2020-2021



TERCER GRADO

**Curso.** Tutoría grupal

**Dra**. Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**Unidad II**

**Tema**

La importancia de expresar la emoción y la autorregulación

**Presentado por la alumna**

Vannessa Jannette Solis Aldape

**Grado y sección**

3º B

Saltillo, Coah. 02 de mayo del 2021

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Escala de disposición al estudio | | | | | | | | |
| ÍTEM | En una escala del 1 al 7 donde 1 es nunca y 7 es siempre, responda. Con que frecuencia, antes de empezar a estudiar o realizar una tarea académica. | | | | | | | |
| 1 | Establezco objetivos académicos a corto plazo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Establezco objetivos académicos a largo plazo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Ordeno los materiales para el estudio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Hago un horario para organizar mi tiempo de estudio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Planifico el tiempo que voy a dedicar en cada actividad. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Tengo una lista con las tareas académicas por hacer. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Identifico que tareas académicas realizare primero. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Escala de ejecución o desempeño | | | | | | | | |
| ÍTEM | Cuando estoy estudiando una tarea académica | | | | | | | |
| 1 | Lo hago en un horario establecido por mi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Evalúo si estoy aprendiendo durante el estudio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Repaso los apuntes en clases | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Tengo claro a que compañeros pedirles ayuda en caso de ser necesario | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Si no comprendo lo que leo, busco una forma de solucionarlo. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Se donde encontrar a personas que me pueden ayudar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Identifico los contenidos que no entiendo bien | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | Memorizo palabras clave para recordar cosas importantes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9 | Anoto las dudas para preguntar al profesor | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10 | Cumplo con los objetivos de estudio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11 | Reviso el proceso de mi estudio | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12 | Hago resúmenes de ideas principales | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13 | Reviso si mi planeación de estudio requiere planificación | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14 | Reviso si mi planeación de estudio es efectiva para aprender | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 15 | Repito las ideas claves para memorizarlas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 16 | Si no estoy seguro de algún material o contenido pregunto a mis compañeros | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 17 | Cuando estudio reúno información de diferentes fuentes | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Escala de autoevaluación de la planificación del estudio y del aprendizaje | | | | | | | | |
| ÍTEM | En una escala donde 1 es nunca y 7 siempre responda  Con que frecuencia cuando termino mi estudio o una tarea académica reviso si | | | | | | | |
| 1 | Cumplí con mis objetivos propuestos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2 | Evaluó si complete mis desafíos personales de aprendizaje | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3 | Realice las tareas en los horarios establecidos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4 | Evalúo si alcance exigencias académicas establecidas por el profesor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5 | Complete mi lista de tareas académicas por hacer | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6 | Reviso si logre los aprendizajes esperados por el profesor | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7 | Mi planificación fue efectiva | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | Reviso si logre mis objetivos personales de aprendizaje | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9 | Termine el estudio en el espacio planificado | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10 | Reviso si cumplí los conceptos claves | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11 | Identifica la estrategia que no me ayuda a aprender para no usarla en el futuro | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12 | Evalúo si aprendí los contenidos centrales | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 13 | Requiero aumentar mi tiempo de estudio la próxima vez | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 14 | Reviso si avance en relación con mi conocimiento previo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

**Conclusión de la actividad**

Esta actividad me permitió analizar la manera en que organizo mis tiempos al momento de realizar mis tareas diarias de la escuela. Es en este momento en donde me doy cuenta de que realmente no soy una persona tan desorganizada al momento de acomodar mis tiempos para realizar mis tareas y cumplir con mis responsabilidades en tiempo y forma, es una buena reflexión que permite adentrarnos a nuestra mente e identificar si realmente acomodamos nuestros tiempo para ofrecer buenos trabajos y no perder nuestra paz mental.

|  |  |
| --- | --- |
| **Tema** | **La importancia de expresar la emoción y la autorregulación** |
| **Propósito** | **El estudiante conocerá e identificará emociones en lo que lo rodean. Esto le puede ayudar a incrementar la capacidad de empatía con los demás, a desarrollar habilidades sociales y a aumentar la interacción efectiva y asertiva con y entre los demás** |
| **Actividad** | **Realizar la actividad que se presentan a continuación respondiendo del 1 al 7 cada uno de los cuestionamientos expuestos** |
| **Rúbrica** | **Realizar de manera consiente cada una de las actividades y entregarlas a tiempo o por correo**  **Trasladar la información a documento Word en donde puedas colocar la portada el contenido y la conclusión de la actividad** |
| **Fecha de entrega** | **Miércoles 26 de mayo del 2021.** |