

SECRETARIA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA SECUNDARIA OFICIAL "PROFR. JOSÉ CIRIACO CRUZ"
ACTIVIDADES PARA REALIZAR
Aprende en casa II

Materia: Tutoría y Educación Socioemocional	Turno: Matutino	Grado: 3°	Grupo: "A, B,C,D,E,F,"	Trimestre: 1
Dimensión: Empatía	Habilidad asociada: Bienestar y trato digno hacia otras personas.			Ficha proyecto: Lección 9
Propósito: Actúa como mediador busca llegar acuerdos justos y respetuosos.			Ambito de impacto: personal y familiar	
Indicaciones:				

Fecha de emisión:	15 de noviembre de 2020
Fecha límite de entrega:	30 de noviembre de 2020
Hora límite de entrega:	11:59pm
Forma de trabajo:	Individual a distancia (incluir ambas lecciones en un mismo correo electrónico)

Actividades	Producto para portafolio	Material de apoyo																						
<p>Lección 9: Como adolescente enfrentas conflictos, algunos con las personas que te rodean o contigo mismo. Desde la falta de comunicación con tus padres, debido a las normas de familia o sociales, como los de carácter interpersonal, como timidez sensación de soledad o diferencias que surgen en tu grupo de pertenencia.</p> <p>Los conflictos pueden contener aspectos positivos cómo estimular un estado de alerta impulsar la creatividad o enriquecer la toma de decisiones.</p> <p>Transcribe en tu libreta los elementos para solucionar conflictos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reglas: claras y objetivas que las personas seguimos para evitarnos un conflicto • Negociación: a través de las cual las personas tratan de alcanzar un acuerdo en común • Mediación: si la comunicación entre las partes en conflicto no es fluida puede involucrarse una tercera persona de forma neutral que facilita la discusión, sin dar una opinión ni ponerse del lado de alguna de las partes . • Conciliación: persona que se involucra proponiendo alternativas, opciones, soluciones o dando la retroalimentación a las partes en conflicto. • Arbitraje: tercera persona que con el permiso explícito de las partes involucradas en el conflicto, toma la decisión definitiva pasión solucionar el conflicto. 	<p>Elabora en tu libreta la siguiente las siguientes actividades:</p> <p>1.-Contesta la tabla, e indica un conflicto que se haya presentado, como te sentiste, que solución le diste, que harías para ya no volverlo a cometer.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Descripción del conflicto</th> <th>Sentimientos que te genero</th> <th>Solución le diste.</th> <th>Que aprendiste del conflicto</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Padres</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Interpersonal</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Amigos.</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>2.- Los seres humanos desarrollamos competencia socio emocionales, sin embargo, cuando enfrentamos un conflicto a veces el manejo de nuestras emociones no es tan sencillo describe qué es lo que haces y cómo podrías mejorar dichas acciones y actitudes:</p> <table border="1"> <tbody> <tr> <td>Cuando alguien está de acuerdo conmigo, yo...</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Si alguien me agrede físicamente y sin causa alguna, yo</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Si alguien me agrede</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	Descripción del conflicto	Sentimientos que te genero	Solución le diste.	Que aprendiste del conflicto	Padres				Interpersonal				Amigos.				Cuando alguien está de acuerdo conmigo, yo...		Si alguien me agrede físicamente y sin causa alguna, yo		Si alguien me agrede		<p>https://psicologiafacil.wordpress.com/2012/11/06/como-manejar-los-conflictos-interpersonales/</p>
Descripción del conflicto	Sentimientos que te genero	Solución le diste.	Que aprendiste del conflicto																					
Padres																								
Interpersonal																								
Amigos.																								
Cuando alguien está de acuerdo conmigo, yo...																								
Si alguien me agrede físicamente y sin causa alguna, yo																								
Si alguien me agrede																								



SECRETARIA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA SECUNDARIA OFICIAL "PROFR. JOSÉ CIRIACO CRUZ"
ACTIVIDADES PARA REALIZAR
Aprende en casa II



	verbalmente, yo	
	Cuando una persona no me cae bien, yo	
	Cuando algo no me sale bien, yo	
	3. Responde a las siguientes preguntas: <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué habilidades desarrolle para resolver conflictos?• ¿Qué otras estrategias además del diálogo son útiles para resolver situaciones de desacuerdo o conflicto?• ¿Cuáles son mis debilidades en la resolución de acuerdos o conflictos?• ¿en qué situaciones de mi vida cotidiana puedo aplicar lo que ha aprendido?	

SECRETARIA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA SECUNDARIA OFICIAL "PROFR. JOSÉ CIRIACO CRUZ"
ACTIVIDADES PARA REALIZAR
Aprende en casa II

Materia: Tutoría y Educación Socioemocional	Turno: Matutino	Grado: 3°	Grupo: "A,B,C,D,E,F,"	Trimestre: 1
Dimensión: Empatía.	Habilidad asociada: Toma de perspectiva en situaciones de desacuerdo o conflicto.			Fichaproyecto: Lección 10
Propósito: Manejar de manera constructiva los conflictos a través de escuchar, de la comprensión y de distintos puntos de vista en diversas situaciones personales familiares de pareja y en la escuela.			Ámbito de impacto: personal y familiar	
Indicaciones:				

Actividades	Producto para portafolio	Material de apoyo																								
<p>Lección 10: La comunicación es la forma cómo se transmite un mensaje entre un emisor y un receptor, Por otro lado la utilizamos asertiva con las personas que nos rodean para expresar de manera adecuada aquello que sentimos , pensamos, necesitamos, nos gusta o nos disgusta, favoreciendo una comunicación eficaz con nuestros interlocutores y en la medida el respeto.</p> <p>Existen formas y medios para comunicarnos desde los sonidos guturales, gestos, ademanes, señales, dibujos, creando sistemas del lenguaje, escritura (libros y periódicos) música hasta llegar a los más satélites, televisores, teléfonos inteligentes y demás aplicaciones cada vez más justificadas y potentes que permite conocer lo que sucede del otro lado del mundo en el mismo instante en que está ocurriendo.</p> <p>Las formas y los medios empleados para comunicarte en este contexto, y lograr ser asertivos se lleva a cabo lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Expresa qué piensas y sientes. • ten en cuenta lo que dicen los demás y respetar su opinión. • trata de evitar conflictos innecesarios. • mira los ojos a tu interlocutor , utiliza una postura recta de tu cuerpo y manos siempre visibles usa gestos sin vacilaciones. 	<p>Elabora en tu libreta la siguiente las siguientes actividades:</p> <p>1.- En el cuadro de abajo selecciona con una 😊 aquellas características que empleas cuando te comunicas con otra persona</p> <p>CUANDO SOSTIENES UNA CONVERSACION</p> <table border="1"> <tr><td>Miras a los ojos a tu interlocutor</td><td></td></tr> <tr><td>Muestras interés por el diálogo que en tablas</td><td></td></tr> <tr><td>Tienes una postura corporal abierta</td><td></td></tr> <tr><td>Utilizas gestos para reforzar los mensajes que quieres transmitir</td><td></td></tr> <tr><td>Modulas tu tono de voz de manera adecuada</td><td></td></tr> <tr><td>En la interacción con el otro escuchas y eres escuchado</td><td></td></tr> <tr><td>Expresas tus opiniones, ideas o pensamientos de manera clara y segura</td><td></td></tr> <tr><td>Te expresas con amabilidad y respeto</td><td></td></tr> <tr><td>Evitas el enfrentamiento y malentendidos a la hora de comunicarte</td><td></td></tr> <tr><td>Expresos con respecto a las otras personas lo que te molesta</td><td></td></tr> <tr><td>Respetas las ideas o pensamientos del interlocutor</td><td></td></tr> <tr><td>Comprendes e interpretas lo que ten pretenden comunicar</td><td></td></tr> </table> <p>2.- En tu vida cotidiana practica la escucha de forma activa intentando comprender el mensaje que interlocutor quiere transmitirte. Sé empático poniéndote en su lugar pero a la vez aprende a decir que no, en caso de que no estar de acuerdo y sin causar conflictos.</p>	Miras a los ojos a tu interlocutor		Muestras interés por el diálogo que en tablas		Tienes una postura corporal abierta		Utilizas gestos para reforzar los mensajes que quieres transmitir		Modulas tu tono de voz de manera adecuada		En la interacción con el otro escuchas y eres escuchado		Expresas tus opiniones, ideas o pensamientos de manera clara y segura		Te expresas con amabilidad y respeto		Evitas el enfrentamiento y malentendidos a la hora de comunicarte		Expresos con respecto a las otras personas lo que te molesta		Respetas las ideas o pensamientos del interlocutor		Comprendes e interpretas lo que ten pretenden comunicar		<p>https://www.fundacioncadah.org/web/articulo/-consejos-para-una-comunicacion-asertiva-y-afectiva-en-familia.html</p>
Miras a los ojos a tu interlocutor																										
Muestras interés por el diálogo que en tablas																										
Tienes una postura corporal abierta																										
Utilizas gestos para reforzar los mensajes que quieres transmitir																										
Modulas tu tono de voz de manera adecuada																										
En la interacción con el otro escuchas y eres escuchado																										
Expresas tus opiniones, ideas o pensamientos de manera clara y segura																										
Te expresas con amabilidad y respeto																										
Evitas el enfrentamiento y malentendidos a la hora de comunicarte																										
Expresos con respecto a las otras personas lo que te molesta																										
Respetas las ideas o pensamientos del interlocutor																										
Comprendes e interpretas lo que ten pretenden comunicar																										

SECRETARIA DE EDUCACIÓN DEL GOBIERNO DEL ESTADO
SISTEMA EDUCATIVO ESTATAL REGULAR
ESCUELA SECUNDARIA OFICIAL "PROFR. JOSÉ CIRIACO CRUZ"
ACTIVIDADES PARA REALIZAR
Aprende en casa II

	<p>Con base a tu experiencia evalúa que tan asertivo eres, contestando las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none">1. ¿Cómo te sientes cuando puedas expresar lo que piensas y sientes?2. ¿qué emociones experimentadas cuando te puedes comunicar de manera asertiva?3. ¿Cuáles consideras que son las problemáticas que tienes al comunicarte con otras personas y que podrías hacer para mejorar tu proceso comunicativo?	
--	--	--

CRITERIOS DE EVALUACION:

- Al inicio de cada actividad realiza una portada alusiva que haga referencia al tema.
- Escribe en tu libreta las actividades del portafolio, en orden, con letra legible, con fecha, con título, etc.
- Responde las preguntas claramente colocando la respuesta en el sitio, se piden argumentadas, no contestar con monosílabos.
- Envía su material vía correo electrónico en orden, con los datos solicitados en tu libreta y escribiendo en el asunto del correo lo solicitado.