

MODULO 2

Actividad 11: Los colores de mis emociones

Participación en el Foro

DESARROLLO DE RELACIONES POSITIVAS CON LA COMUNIDAD EDUCATIVA

La educación socioemocional es un proceso que implica reflexión y práctica permanente es lo que fundamentalmente este taller me ha dejado con claridad donde los docentes a través de nuestras metodologías y estrategias aplicadas con los estudiantes relacionados con su contexto nos permite fortalecer el desarrollo de aprendizajes de nuestros estudiantes y sobre todo el ambiente en el aula y a su vez en cas con sus familiares.

Con las actividades realizadas me han favorecido a desarrollar la capacidad al momento de tomar conciencia de sus propias emociones y de las emociones de los demás, así como el dar nombres a dichas emociones favoreciendo su identificación. Tomando como referencia en esta actividad “que las personas sepan manifestar sus opiniones de manera positiva” con la actividad 7 de este modulo reflexionaron sobre cada una de sus emociones logrando identificar el sentimiento y dieron un nombre a las misma.

Como por ejemplo las emociones que en esta actividad identificaron fue la alegría, la tristeza, miedo, enojo y la calma; fue muy interesante pues los alumnos entre todos compartieron sus puntos de vista incluso se logró hacer una discusión donde reflexionaron en que parte del cuerpo experimentaban cada emoción; aportando a la cuarta de las competencias emocionales que es la de “la dimensión social”.

Refiriéndose principalmente a la capacidad para cultivar y mantener buenas relaciones con las personas pues con la realización de la actividad implico poner en practica habilidades básicas, su capacidad para comunicarse con respeto, con buenas actitudes prosociales, permitiéndoles relacionarse de manera positiva con sus demás compañeros.

Como docente también me permitió conectar emocionalmente con mis estudiantes pues además son alumnos de primaria baja con una edad de entre ocho y nueva años, una etapa donde buscan el acercamiento con su maestra y brindan confianza y cariño; por ello fue muy gratificante conectar con mis alumnos en el aula.

Trabajo colaborativo y codiseño

Formación activa para el desarrollo de capacidades emocionales



ACTIVIDAD 11 Los colores de mis emociones

Al igual que en la actividad 7 de este módulo, te pedimos que ahora reflexiones y decidas el color con el que representarías cada una de las emociones básicas.

*Alegria



*Tristeza



*Miedo



*Enojo



*Calma



Dibuja en la siguiente silueta la parte del cuerpo en que experimentas en mayor medida cada emoción. Emplea el color arriba identificado para cada emoción.

