

Sentir, pensar y actuar

Sentir pensar y actuar es un proyecto de educación socioemocional para que tus alumnos logren identificar sus emociones y pongan en práctica estrategias para calmar y enfocar la mente.



METODOLOGÍA

A través de **Sentir, pensar y actuar** podrás trabajar de manera sencilla con los contenidos aprobados por la SEP en este campo. Cada lección cuenta con una sección que recupera las experiencias previas de tus estudiantes a través de narrativas cortas, un gráfico sobre el tema y para finalizar, un apartado para poner en práctica lo aprendido con iniciativas y reflexiones individuales y colectivas.

Este proyecto también propone múltiples herramientas de evaluación que ayudarán a que tus estudiantes entiendan que el desarrollo emocional no se reduce a un número o a una calificación.

Dispondrás de **ejercicios de autoevaluación** para que tus alumnos observen su proceso de aprendizaje, **ejercicios de coevaluación** para que puedan verse a través de lo que les reporta un compañero y **ejercicios de heteroevaluación** que están incluidos en el libro del maestro y que corresponderán a 3 evaluaciones anuales, una por trimestre.

BENEFICIOS

REFLEXIONAR SOBRE LA VIDA Y LA IMPORTANCIA DE ENTRENARSE PARA VIVIRLA

A través de recursos informativos y de experiencia ajena tus alumnos ampliarán sus fronteras cognitivas y emocionales a través de los videos sugeridos y el intercambio entre pares, aprenderán de sus compañeros a integrar estrategias de afrontamiento socioemocional que pueden aplicar a su propia experiencia personal.

PROPUESTA DE EVALUACIÓN DIVERSAS

Utiliza instrumentos como: Rúbricas, Listas de cotejo, Escalas de valoración, Evidencias de portafolio, Evaluaciones FODRE.

UN PROYECTO PARA LA PRÁCTICA EXPERIENCIAL

Se plantean ejercicios que buscan concientizar a los estudiantes a través de lo que sienten, viven y procesan emocionalmente, por ejemplo, dramatizaciones, expresiones artísticas, juegos, reflexiones, ejercicios que utilizan el pensamiento crítico, análisis de casos, dilemas y aprendizaje situado.



RECURSOS

PROFESOR

■ **Guía didáctica tangible** con sugerencias y orientaciones didácticas para el desarrollo de las sesiones.

ALUMNO

■ **Libro del alumno** con 30 sesiones de trabajo divididas en 3 periodos: inicio, desarrollo y cierre.

