



ORGANIZADOR GRÁFICO DE UNIDAD DIDÁCTICA

Asignatura: PDH
Profesor: Mariana Serratos Beltrán

Unidad No. 4
Fecha: SEPTIEMBRE 12-2022

Grado: Décimo

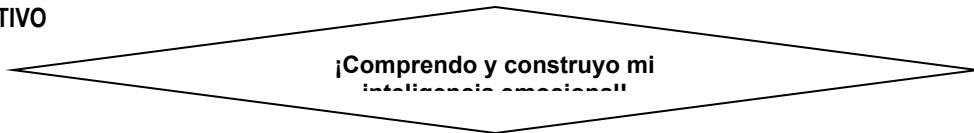
TITLE:

EL AMOR HACIA UNO MISMO, LA MEJOR FORMA DE SENTIRSE BIEN Y TRAZAR SUS SUEÑOS.

HILOS CONDUCTORES:

- ¿Qué es el bienestar emocional?
- ¿Qué son las emociones y porque es importante utilizar la inteligencia emocional??
- ¿Es importante la gestión emocional para fortalecer mi seguridad y confianza??
- ¿Cuáles son las estrategias necesarias para aprender a controlar mi estado emocional y toma asertiva de decisiones??

TÓPICO GENERATIVO



METAS DE COMPRENSIÓN:

<p>1. Comprenderá el concepto de inteligencia emocional, así como el bienestar anímico. Identificará las fortalezas y debilidades personales como elementos importantes de la inteligencia emocional. Utilizará la autogestión como herramienta de vida para el desarrollo asertivo del proceso personales, así como el desarrollo asertivo de las habilidades sociales para el desarrollo personal y académico de los mismos.</p>	<p>2. Entenderá las funciones de la comprensión de lo que son las emociones y definirá como una experiencia multidimensional, en cierta medida agradable o desagradable y dispondrá para la acción en base a tres sistemas de respuesta: cognitivo/subjetivo, conductual/expresivo y fisiológico/adaptativo. Influirá en sus acciones, por lo que saber reaccionar ante ellas, reconocerlas y analizarlas es la forma de ajustar su proyecto anímico.</p>
--	---

	DESEMPEÑOS DE COMPRENSIÓN	TIE MP O	VALORACIÓN CONTINUA	
	ACCIONES REFLEXIONADAS		FORMAS	CRITERIOS DEL ÁREA
ETAPA EXPLORATORIA	<ul style="list-style-type: none"> • Definirá y comprenderá el concepto de emociones y gestión emocional. • Describirá cuáles son las fortalezas y debilidades que orientan y guían para la autocomprensión, autoconcepto y asertividad. 	2 E M A N A S	<p>Participando y argumentando con relación al video https://www.youtube.com/watch?v=0noAwrWY78U analizando los elementos de la comprensión de la inteligencia emocional y la neurociencia de las mismas.</p> <p>Realizando la actividad el árbol de la vida, en la cual identificará todas las características para la autocomprensión emocional.</p>	PARTICIPACIÓN ARGUMENTACIÓN
ETAPA GUIADA	<ul style="list-style-type: none"> • Conocerá el significado del autoconcepto y su relación con la inteligencia emocional y la importancia de conocer los criterios para la toma asertiva de decisiones • Comprenderá cuáles son los factores que intervienen en la inteligencia emocional. 	3 S E M A N A S	<p>Socializando y reflexionando con relación a la actividad de ¿Quién soy? En la que se identificará lo que pienso de ellos, lo que ama, etc.</p> <p>Presentando actividad “YO SOY LO MÁS” en dónde se realizará una autorreflexión de la autocomprensión personal.</p>	CREATIVIDAD PARTICIPACIÓN

<p>PROYECTO DE SÍNTESIS</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Diseñará y elaborará una postal llamada: LA SORPRESA. En la cual colocará toda la información de comprensión de lo que es la inteligencia emocional en su vida. 	<p>3 SEMANAS</p>	<p>Reafirmando mi conocimiento en la presentación y exposición de mis intereses, gustos, momentos de vida que me hacen ser único.</p> <p>Dinamizando mi aula realizando la evidencia de mi postal. Generando comentarios constructivos de todos mis compañeros</p>	<p>PARTICIPACIÓN</p> <p>HABILIDADES COMUNICATIVAS</p>
------------------------------------	---	-------------------------	--	---