

**ESCUELA SECUNDARIA DIURNA 181**  
**“Puerto de Alvarado” T.M**

**ASIGNATURA:** Tutoría

**Profesora:** Nayeli Jiménez

**Grado:** 2º

**Grupo:** C

**Semanas :** Lunes 26 de octubre al Viernes 6 de noviembre 2020.

**Fecha de entrega de actividad No 4:** Jueves 5 de noviembre 2020.

**Medio de entrega:** Classroom Danza o a través del correo electrónico a la profesora Nayeli Jiménez.

[nayeli.jimenez@aefcm.gob.mx](mailto:nayeli.jimenez@aefcm.gob.mx)

**ACTIVIDAD No. 4. AUTOCONOCIMIENTO.**

**INSTRUCCIONES.**

**Realización y entrega de actividad.**

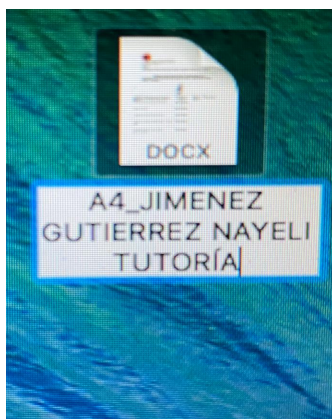
A. Puedes realizar la actividad en un documento de Microsoft Word y posteriormente guardarlo en un documento PDF con la siguientes iniciales

A4\_apellido paterno del alumno o alumna\_apellido materno del alumno o alumna\_nombre del alumno o alumna, grado y grupo.

**Ejemplo: A4\_JIMENEZ\_GUTIERREZ\_NAYELI TUTORÍA**

B. También puedes realizarlo en tu cuaderno de danza tomar fotografías o escanear el cuaderno unirlo todo en un solo documento y renombrarlo.

**Ejemplo: A4\_JIMENEZ\_GUTIERREZ\_NAYELI TUTORÍA**



C. Al finalizar la actividad mándala en un formato PDF o Word como indica el inciso “A” tienes 2 opciones para enviarlas, selecciona sólo 1 y si eres alumno o alumna ya en classroom danza tendrás que enviarla por favor por la opción A:

**Opción A : Clase de Danza por Classroom**

**Opción B: Por correo electrónico : [nayeli.jimenez@aefcm.gob.mx](mailto:nayeli.jimenez@aefcm.gob.mx)**

### Realización de actividad

1. Revisa el video: El cuento abrigo de Jana

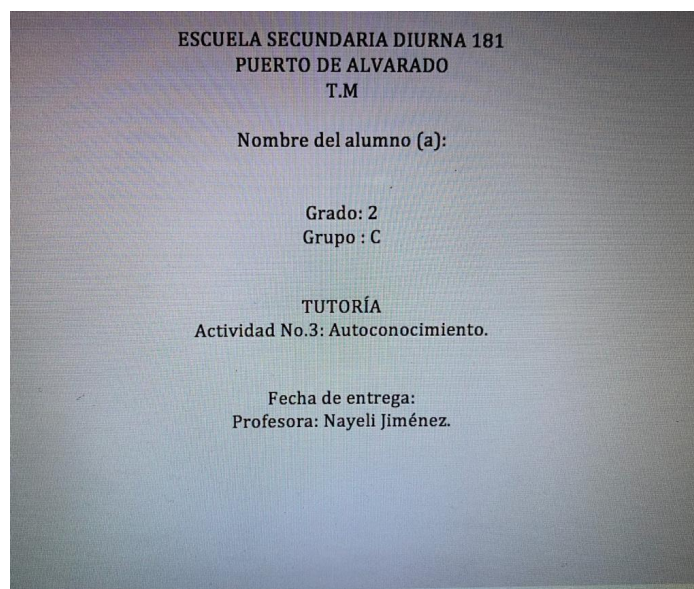
<https://www.youtube.com/watch?v=S7NLI6VmQug>

2. Realiza la lectura “Autoconocimiento” de la página No. 3 que se encuentra en este mismo documento.

3. **Página No.1 Portada de datos generales creativas al gusto del alumno y alumna :** Nombre de la escuela, nombre del alumno o alumna , grado, grupo, asignatura (Tutoría), nombre y número de la actividad (Actividad No 4:Autoconocimiento) fecha de entrega y nombre de la profesora (Nayeli Jiménez).

**Nota: la portada tiene que estar presente en todas las actividad realizada en cuadernos o a computadora.**

### EJEMPLO:



ESCUELA SECUNDARIA DIURNA 181  
PUERTO DE ALVARADO  
T.M

Nombre del alumno (a):

Grado: 2  
Grupo : C

TUTORÍA  
Actividad No.3: Autoconocimiento.

Fecha de entrega:  
Profesora: Nayeli Jiménez.

4. **Página No.2.** Contesta la tabla Autoconocimiento , encontraras la actividad e instrucciones precisas en la **página No.4**

**Nota: se anexa un documento Word titulado “Ejercicios Actividad No 4”. Para que puedas realizar los ejercicios en el documento ya establecido, recuerda que también puedes realizarlo en tu cuaderno.**

**Recuerda consultar tu rúbrica de evaluación para visualizar lo que se te evaluará en tu actividad en la **página No. 5.****

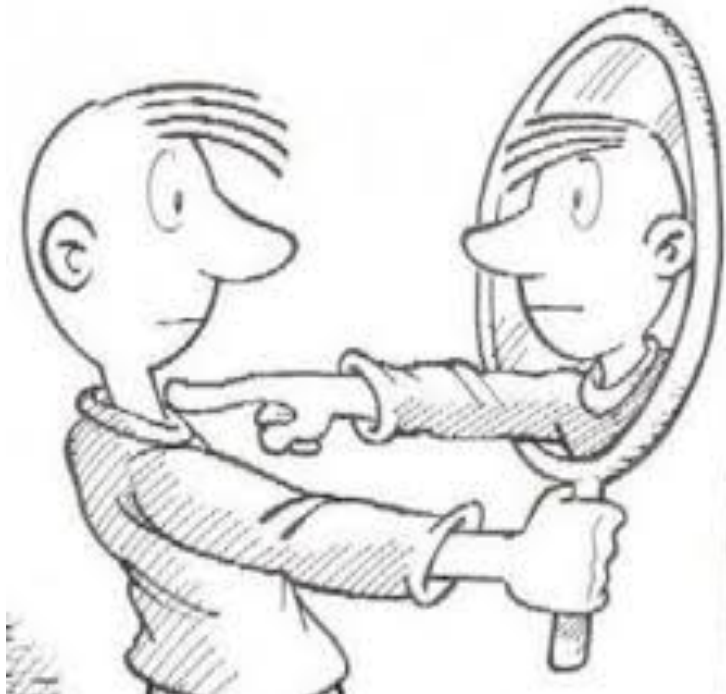
## **AUTOCONOCIMIENTO.**

Cada persona tiene diferentes cualidades y limitaciones, es cuestión de conocerse a sí mismo y saber cuáles son los deseos y metas de nuestro corazón.

El autoconocimiento implica conocerse y comprenderse a sí mismo, tomar conciencia de las motivaciones, necesidades, pensamientos y emociones propias, así como su efecto en la conducta y en los vínculos que se establecen con otros y con el entorno. También implica reconocer en uno mismo fortalezas, limitaciones y potencialidades, adquirir la capacidad de apreciar y agradecer, e identificar condiciones internas y externas que promueven el propio bienestar.

El autoconocimiento requiere que explícitamente se desarrollen los procesos de atender, ser conscientes, identificar, almacenar, recordar y analizar información sobre uno mismo. Todos estos procesos nos permiten ser conscientes del rumbo que vamos a ir formando en nuestra vida como adultos.

**Planes y programas de estudio 2011 “Educación socioemocional” , Secretaria de educación pública.**



## TABLA : Autoconocimiento.

### Actividad 4 Instrucciones:

- a) Coloca en la **columna número 1** una fotografía tuya, un dibujo que te represente o crea tu propio avatar (te recomiendo la aplicación ZEPETO) , tendras que seleccionar sólo 1 opción de las 3.
- b) En la **columna 2 "Datos del alumno(a)"** Escribe tu nombre completo, iniciando por apellidos , fecha de nacimiento y edad.
- c) En la **columna 3** Escribe una acción o persona que te motive para ser feliz y alcanzar tus metas.
- d) En la columna 4 Escribe 1 deseo que quieras para tu vida.

<b>1. Fotografía, dibujo o avatar.</b>	<b>2. Datos del alumno</b>	<b>3. Acción o persona que te motive para ser feliz o alcanzar tus metas.</b>	<b>4. Deseo para tu vida.</b>
	Nombre: Fecha de nacimiento: Edad:		

**RÚBRICA DE EVALUACIÓN ACTIVIDAD No 4.  
AUTOCONOCIMIENTO.**

<b>Actividad 4 : Autoconocimiento.</b>	<b>Porcentaje en puntos</b>	<b>Total de puntos</b>	<b>Observaciones</b>
1. Integra una fotografía, dibujo o avatar.	<b>Valor 2 punto</b>		
2. Escribe sus datos como nombre , fecha de nacimiento y edad.	<b>Valor 2 punto</b>		
3. Escribe una acción o el nombre de una persona que lo motiva para alcanzar sus metas.	<b>Valor 2 punto</b>		
4. Escribe 1 deseo para su vida	<b>Valor 2 puntos</b>		
5. Entrega de trabajo con portada de datos.	<b>Valor 1 punto</b>		
6. Entrega de trabajo en la fecha señalada.	<b>Valor 1 punto</b>		