

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

ACTIVIDAD No. 4. AUTOCONOCIMIENTO.

INSTRUCCIONES.

Realización y entrega de actividad.

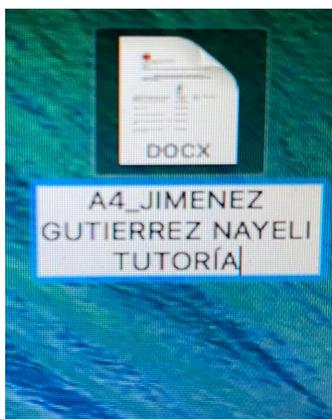
A. Puedes realizar la actividad en un documento de Microsoft Word y posteriormente guardarlo en un documento PDF con la siguientes iniciales

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

Realización de actividad

1. Revisa el video: El cuento abrigo de Jana

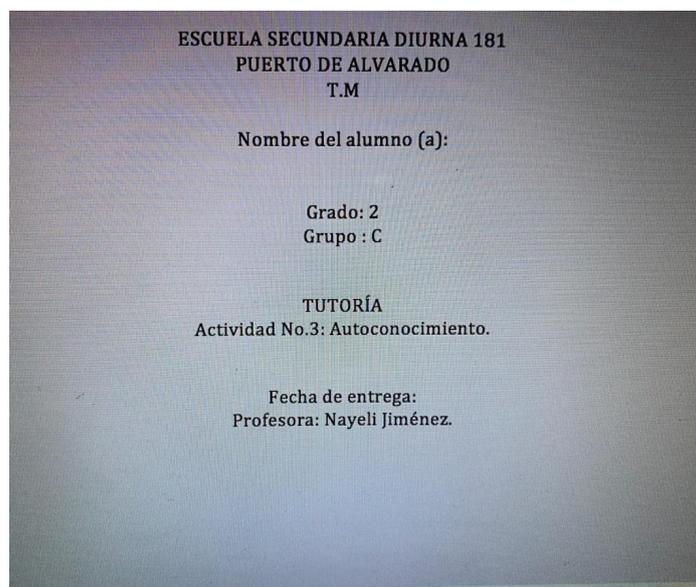
<https://www.youtube.com/watch?v=S7NLI6VmQug>

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:



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 consciente del rumbo que vamos a ir formando en nuestra vida como adultos.

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

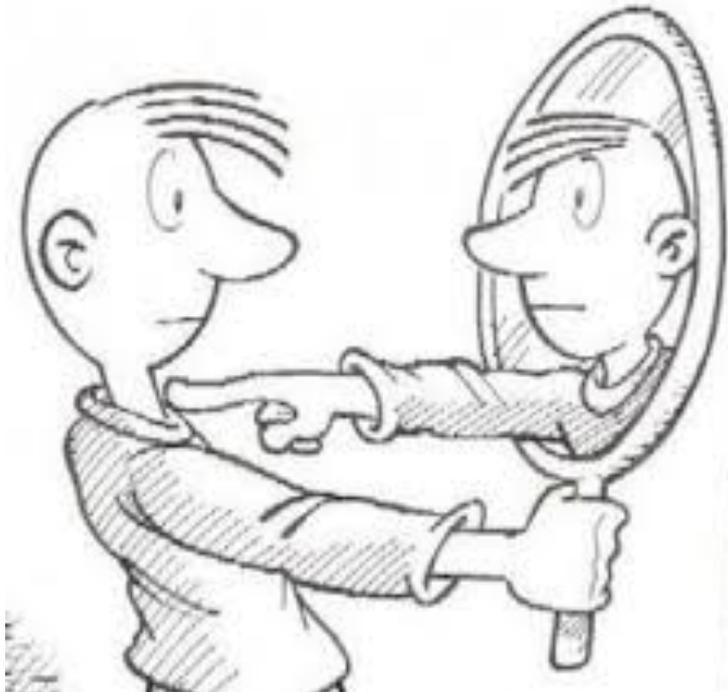


TABLA : Autoconocimiento.

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.

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

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

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