

## Orientación y Tutoría II

### Bloque I, II y III

Maestra: Rita Landero Paredes

APRENDIZAJE ESPERADO	CONTENIDO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica que el proceso de regular la atención requiere tomar conciencia de los propios pensamientos y sensaciones corporales, y elaborar un plan para el logro de las metas.</li> <li>• Describe las características fisiológicas de las emociones, y emplea estrategias que le permiten tener una visión más amplia y objetiva de su personalidad y patrones habituales.</li> <li>• Reconoce cuando tiene actitudes y relaciones destructivas, emplea estrategias que le permiten superarlas y pide ayuda.</li> <li>• Desarrollará un proceso de introspección, para el reconocimiento de su autoconcepto.</li> <li>• Aprenderá las diferentes estrategias para resolver conflictos de manera pacífica y llevar a cabo un diálogo asertivo.</li> <li>• Conocerá algunas competencias que le permitan activar las estrategias de aprendizaje necesarias para alcanzar los objetivos establecidos.</li> <li>• Generará habilidades de comunicación asertiva, que permitan prevenir, mediar y resolver conflictos en relaciones interpersonales.</li> <li>• Fortalecerá estrategias para la expresión y regulación de las emociones.</li> <li>• Tomará conciencia de sí mismo y del entorno como base de una sana autoestima.</li> </ul>	<p><b>Bloque I : Autoconocimiento</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Atención</b></li> <li>• <b>Auto conciencia</b></li> <li>• <b>Autoestima</b></li> <li>• <b>Autoconocimiento</b></li> </ul> <p><b>Bloque II: Autorregulación</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Reconocimiento de las emociones</b></li> <li>• <b>Inteligencia Emocional</b></li> <li>• <b>Comunicación Asertiva</b></li> </ul> <p><b>Bloque III: Empatía</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Empatía</b></li> <li>• <b>Noviazgo</b></li> <li>• <b>Cooperación</b></li> </ul>
CUADRO DE EVALUACIÓN	OBSERVACIONES
<p><b>Libro</b>  <b>Cuaderno</b>  <b>Desarrollo de Proyectos</b>  <b>Trabajo en Clase</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En su mayoría el libro se trabajará en casa.</li> <li>• Es importante cumplir con los materiales solicitados con la finalidad de trabajar de manera satisfactoria en el aula.</li> </ul>