

# **TUTORÍA 3°D**



**MTRA. LETICIA YESICA  
TAFOYA YESCAS**

## INSTRUCCIONES GENERALES:

Les pido por favor que entreguen sus trabajos acorde a lo siguiente:

- 1) Los trabajos se pueden entregar en formato digital o bien escritos en el cuaderno.
- 2) Deberás tomar una evidencia Fotográfica por cada producto final.
- 3) En un solo archivo formato Word o PDF colocar las actividades terminadas. Acompañadas de su evidencia fotográfica. (***En caso de que hayas realizado las actividades en el cuaderno, tomar una foto e irlas pegando en orden en un solo documento***)
- 4) Guardar el archivo con el siguiente nombre: A5-apellidos. Sigue el ejemplo para que sepas como guardar el trabajo. **No olvides sustituir mi nombre por el tuyo.**
- 5) Los trabajos se enviarán al correo, [leticia.tafoya@aefcm.gob.mx](mailto:leticia.tafoya@aefcm.gob.mx) en un horario de 8:00 am a 3:00 pm. Cualquier duda me pueden escribir al correo en el horario antes mencionado y con gusto la aclaramos.

### Ejemplos:

A5y 6-TAFOYAYESCAS  
A7-TAFOYAYESCAS

FECHAS DE ENTREGA		
A5 <b>“Horario escolar”</b>		<b>18 de septiembre</b>
A6 <b>“Propósitos del ciclo escolar”</b>		<b>18 de septiembre</b>
A7 <b>“Círculo de las emociones”</b>		<b>25 de septiembre</b>

## ACTIVIDAD 5

### HORARIO ESCOLAR

**INSTRUCCIONES:** Utiliza el cuaderno de tutoría y realiza una portada con todos tus datos, posteriormente realiza un concentrado en donde organices, los distintos horarios para realizar tus actividades de cada asignatura, procura que sea en un horario de 7:00am – 2:00pm.



## **ACTIVIDAD 6**

### **PROPÓSITOS DEL CICLO ESCOLAR 2020- 2021**

**INSTRUCCIONES:** Contesta en tu cuaderno las siguientes preguntas.

- 1.¿Qué esperas lograr en este ciclo escolar?
- 2.¿Cuáles son tus temores en este ciclo escolar, con la modalidad a distancia?
- 3.¿Cómo te has sentido con estas primeras 3 semanas de trabajo, en esta modalidad educativa?
- 4.¿Cuáles son tus propósitos para el primer trimestre?
- 5.¿Cuáles son los retos que consideras enfrentar para poder cumplir tus propósitos?
- 6.Escribe 5 compromisos qué realizarás, para cumplir con todas tus actividades de las diversas asignaturas.

## ACTIVIDAD 7

### CÍRCULO DE LAS EMOCIONES

**INSTRUCCIONES:** Lee la siguiente información, puedes imprimir y pegarlo en tu cuaderno, o bien copiarlo. Posteriormente contesta lo que te solicita en cada una de las emociones, aplica color a las imágenes.

# EL CÍRCULO DE LAS EMOCIONES

## EMOCIONES

Las emociones

- Son procesos fisiológicos primarios, instintivos e involuntarios.
- Sirven para la supervivencia.
- Facilitan el aprendizaje.
- No se procesan.
- Pueden aparecer sin que realmente se noten o se producen antes de que la mente consciente haya tenido tiempo de registrar qué ha motivado la emoción.
- Son temporales.

## SENTIMIENTOS

Un sentimiento es la suma de emoción + pensamiento.

Los sentimientos se deben a las evaluaciones, interpretaciones y atribuciones que hacemos de nuestros sucesos internos y externos.

Los sentimientos son la interpretación de las emociones.



# TRABAJAR LAS EMOCIONES DE MANERA INDIVIDUAL

Lo primero que tenemos que hacer es trabajar cada emoción de manera individual. Para ello os proponemos estas plantillas con las preguntas que los niños y niñas deben completar junto con vuestra ayuda.

Os recomendamos trabajar cada ficha los 5 primeros minutos que estás con el niño o la niña.

Cada día un poco y así de esta manera afianzaremos todo lo que vamos aprendiendo.

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

NOMBRE DE LA EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

---

NOMBRE DE LA EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

---

@psicorienta\_nt

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

---

---

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

---

---

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

---

---

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

---

---

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

@psicorienta\_nt

NOMBRE DE LA  
EMOCIÓN/SENTIMIENTO



¿QUÉ SIGNIFICA?

¿CÓMO LO IDENTIFICO?

¿QUÉ COSAS ME HACEN SENTIRME ASÍ?

¿CÓMO PUEDO SABER QUE OTRAS PERSONAS  
SIENTEN ESA EMOCIÓN/SENTIMIENTO?

@psicorienta\_nt