



Escuela Secundaria General No. 117
“José Cornejo Franco”
 Clave 14DES0120F
 Fracc. Ruiseñores, Municipio Tala

ACCIONES			
ASIGNATURA	20 AL 24 DE ABRIL DE 2020	27 DE ABRIL AL 01 DE MAYO 2020	
2° A TUTORIA	LIBRO DE TUTORIA Y EDUCACION SOCIOEMOEMOCIONAL (P-88-89-90-91-92) TEMA: DESARMANDO EMOCIONES DESTRUCTIVAS. ¡Ducha de Energía! Inicia con ejercicios de mindfulness llamado ducha de energía, realiza las actividades que te están pidiendo realizar. (página 88) EMOCIONES, ACCIONES Y RELACIONES (PAGINA-89-90) En la tabla encontraras un par de situaciones que deberás analizar para identificar las emociones y conductas destructivas que generan una relación dañina, apóyate en el nutriente emocional que está en la página 92. LOS CUBOS DESTRUCTIVOS (PAGINA 90) Recorta los dados dela pagna193 y 195, así mismo encontraras un juego de tarjetas de retos. Arma los cubos,	LIBRO DE TUTORIA Y EDUCACION SOCIOEMOEMOCIONAL (P-) INQUIETOS POR EL BIENESTAR Respira la ola (Pagina-93) Lee las indicaciones y en el recuadro de la parte inferior dibuja lo que se te está pidiendo CUENTA HASTA 10; (PAGINA-94) Lee las indicaciones, donde identificaras algún momento donde perdiste el control de tus emociones y reflexiones sobre lo que ocurrió con ello. Contesta las preguntas que se te piden. LAS GAFAS DEL HUMOR (Pagina-95) Lee la situación que se presenta y contesta los planteamientos que se te piden, son 4 planteamientos.	

	recorta las tarjetas y comiencen a jugar en familia. REFLEXIONANDO EN AZUL Y ROJO (PAGINA 91) Lee las indicaciones y contesta lo que se te pide en relación a una situación personal en la que hayas experimentado o estés experimentando una emoción, envase a esta situación debes contestar la tabla de la parte inferior de la página. NUTRIENTE EMOCIONAL (PAGINA- 92) Escribe en tu cuaderno el esquema que se presenta de EMOCIONES Y CONDUCTAS DESTRUCTIVAS, de esta forma te darás cuenta de todo lo que se trató en las actividades.	EMOCIONES CON CONTROL (Pagina-95) Elabora una estrategia que pueda funcionarte para el control de tus emociones, lee las indicaciones para que identifiques lo que debe contener esta estrategia. Anótala en el cuadro de la parte inferior de la página. NUTRIENTE EMOCIONAL (Pagina-96) En tu cuaderno escribe el esquema de las recomendaciones para el manejo de emociones	
--	---	---	--