Liceo Pedro Aguirre Cerda “Símbolo de esfuerzo renovado”

Departamento de Educación Media Técnico Profesional

Profesora Yéssica Oyarzo Baldovino

**ACTIVIDAD N° 1 “RECONOCIENDO MIS EMOCIONES”**

|  |
| --- |
| **Especialidad: Servicios de Turismo - Contabilidad****Curso: 4° medio** **Módulo: Análisis de experiencia en la empresa - Orientación** |

|  |
| --- |
| **Objetivos de la actividad:*** Generar un espacio para la reflexión y el crecimiento personal
* Reconocer la importancia del manejo de las emociones para el desarrollo personal, social y laboral de toda persona, y para el trabajo colaborativo
* Compartir experiencias entablando conversaciones con los pares.
 |

|  |
| --- |
| **Objetivos de aprendizaje genérico de la formación técnico profesional (según programa de estudio):*** Comunicarse oralmente y por escrito con claridad, utilizando registros de habla y de escritura pertinentes a la situación laboral y a la relación con los interlocutores.
* Realizar las tareas de manera prolija, cumpliendo plazos establecidos y estándares de calidad, y buscando alternativas y soluciones cuando se presentan problemas pertinentes a las funciones desempeñadas.
* Participar en diversas situaciones de aprendizaje, formales e informales, y calificarse para desarrollar mejor su trabajo actual o bien para asumir nuevas tareas o puestos de trabajo, en una perspectiva de formación permanente.
 |

1. **Descripción de la actividad para el profesor:**

1.- Se introduce a los estudiantes el objetivo de la actividad que se desarrollará. Se realiza una breve lluvia de ideas sobre qué son para ellos las emociones, cuáles distingue como primordiales y qué importancia le ven a dichas emociones en el desarrollo de la vida de una persona. Esta lluvia de ideas se lleva a cabo a mano alzada, resumiendo los puntos más importantes en la pizarra (15 minutos)

2.- Se socializa con los estudiantes el trabajo que deberán realizar. Se les invita a participar de una manera activa e involucrada en su propio crecimiento (10 minutos)

3.- Se les invita a ver la película animada “Intensamente” (duración aproximada 1:20:00)

4.- Una vez concluida la película, la profesora realiza con los estudiantes una breve síntesis remarcando algunos puntos importantes de ésta, relacionados principalmente con las emociones que allí se plantean y como se desarrollan en la mente de la protagonista. Luego los estudiantes completarán la pauta de preguntas entregada de forma individual, invitándolos a realizar una reflexión personal y profunda sobre lo que se plantea en cada pregunta (20 minutos)

5.- Una vez lista sus respuestas, se reunirán en grupos de tres a cuatro personas, por afinidad, para comentar aquellos aspectos que más les llamaron la atención de la película en torno a lo reflexionado en la pauta (15 minutos)

6.- Por sorteo a cada equipo le corresponderá una de las emociones planteadas en la película (alegría, tristeza, asco, miedo y rabia). Se les pedirá que analicen la importancia de dicha emoción, indicando al menos cinco aspectos que hacen importante a esa emoción en toda persona. Luego deberán plantearse dicha emoción en el contexto laboral, indicando los pro y contra de ésta en el ámbito laboral y colaborativo (10 minutos)

7.- Las conclusiones deberán plasmarlas de manera creativa en una cartulina (10 minutos)

8.- Finalmente, cada equipo contará al curso el análisis realizado sobre la emoción que les ha correspondido, generando una conversación sobre la importancia de éstas y cómo poder manejarlas en distintos contextos (30 minutos)

1. **Tiempo destinado para la actividad:**

180 minutos – 4 horas pedagógicas.

1. **Recursos necesarios:**

1.- Computador

2.- Data

3.- Parlantes

4.- Conexión a internet para enlace

<https://www.youtube.com/watch?v=Ic87y7fCVw4&list=PL58lkRTABEOcvBNxDyREC5FQJggO3t62O>

(O bien película descargada desde internet)

5.- Pauta de trabajo por estudiante

6.- Medio pliego de cartulina por equipo

7.- Dos plumones por equipo.

1. **Pauta de trabajo para el estudiante:**

Liceo Pedro Aguirre Cerda “Símbolo de esfuerzo renovado”

Departamento de Educación Media Técnico Profesional

Profesora Yéssica Oyarzo Baldovino

**ACTIVIDAD N° 1 “RECONOCIENDO MIS EMOCIONES”**

|  |
| --- |
| Nombre: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Curso: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |
| --- |
| **Objetivos de la actividad:*** Generar un espacio para la reflexión y el crecimiento personal
* Reconocer la importancia del manejo de las emociones para el desarrollo personal, social y laboral de toda persona, y para el trabajo colaborativo
* Compartir experiencias entablando conversaciones con los pares.
 |

**Indicaciones:**

1. *Luego de ver la película “Intensamente” te invito a realizar una reflexión sobre las diferentes emociones que allí se presentan, respondiente las siguientes preguntas:*

1.- ¿Cómo ves en la película el rol de cada emoción en la vida de la protagonista?

2.- ¿Cómo crees que era el trabajo en equipo de estas emociones para el bienestar de la protagonista?

3.- ¿Cómo explicas que finalmente la solución del conflicto final de la protagonista pasara por la intervención de “tristeza”?

4.- ¿Crees que las emociones planteadas en la película son necesarias en el desarrollo de la vida de toda persona? Explica tu respuesta.

5.- ¿Cuál de las emociones que aparecen la película sientes que te identifica más en tu vida cotidiana? Explica tu respuesta.

1. *Reúnete en equipos de tres a cuatro personas, según afinidad, y coloquen en común las respuestas de su reflexión.*
2. *Luego la profesora les designará una emoción para la cual deberán conversar y llegar a acuerdo sobre lo siguiente:*
* *Analicen la importancia de la emoción designada, e indiquen al menos cinco aspectos que hacen importante a dicha emoción en toda persona.*
* *Analizar los pro y contra de dicha emoción en el contexto laboral y de trabajo colaborativo.*
1. *Plasmen de manera gráfica las conclusiones a los dos análisis planteados en una cartulina para luego explicárselos a sus compañeros/as.*

***¡¡Cree en ti mismo y en lo que eres!!***