

Plan Anual de Clase

Fecha Inicio: 2025-05-18

Fecha Fin: 2025-05-31

Nivel: Cuarto

Materia: Psicología

Número de unidades: 3

Planificación de Unidades

Conociendo mis Emociones Unidad: {'titulo': 'Conociendo mis Emociones', 'objetivos': ['Identificar las emociones básicas y describir cómo se manifiestan en sí mismos y en los demás.', 'Expresar sus emociones de manera apropiada y asertiva en diferentes situaciones.'], 'contenidos': ['Emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa).', 'Manifestaciones físicas y conductuales de las emociones.', 'Estrategias para gestionar las emociones (respiración, relajación).'], 'metodologías': ['Trabajo en grupo con dinámicas de role-playing para explorar la expresión emocional.', 'Uso de recursos visuales como imágenes y videos para facilitar la comprensión.'], 'criterios': ['Capacidad para identificar y nombrar correctamente las emociones básicas.', 'Habilidad para expresar sus emociones de forma adecuada en diferentes contextos.'], 'indicadores': ['El estudiante identifica correctamente al menos 4 emociones básicas en imágenes o situaciones presentadas.', 'El estudiante participa activamente en las dinámicas de role-playing, mostrando una expresión emocional apropiada.']}	
Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none">• Identificar las emociones básicas y describir cómo se manifiestan en sí mismos y en los demás.• Expresar sus emociones de manera apropiada y asertiva en diferentes situaciones.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none">• Emociones básicas (alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa).• Manifestaciones físicas y conductuales de las emociones.• Estrategias para gestionar las emociones (respiración, relajación).
Orientaciones metodológicas	<ul style="list-style-type: none">• Trabajo en grupo con dinámicas de role-playing para explorar la expresión emocional.• Uso de recursos visuales como imágenes y videos para facilitar la comprensión.
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none">• Capacidad para identificar y nombrar correctamente las emociones básicas.• Habilidad para expresar sus emociones de forma adecuada en diferentes contextos.

Indicadores de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • El estudiante identifica correctamente al menos 4 emociones básicas en imágenes o situaciones presentadas. • El estudiante participa activamente en las dinámicas de role-playing, mostrando una expresión emocional apropiada.
----------------------------------	--

Relaciones Interpersonales Unidad: {'titulo': 'Relaciones Interpersonales', 'objetivos': ['Comprender la importancia de las relaciones interpersonales positivas en el desarrollo personal.', 'Desarrollar habilidades de comunicación efectiva para construir relaciones saludables.'], 'contenidos': ['Tipos de relaciones interpersonales (familia, amigos, compañeros).', 'Habilidades de comunicación (escucha activa, expresión clara, empatía).', 'Resolución de conflictos de manera pacífica.'], 'metodologías': ['Debates y discusiones en clase sobre situaciones cotidianas que involucran relaciones interpersonales.', 'Actividades prácticas de comunicación como juegos de roles y ejercicios de escucha activa.'], 'criterios': ['Comprensión de la importancia de la comunicación efectiva en las relaciones.', 'Capacidad para aplicar habilidades de comunicación en situaciones simuladas.'], 'indicadores': ['El estudiante participa activamente en los debates, mostrando comprensión de los conceptos clave.', 'El estudiante demuestra habilidades de escucha activa y expresión clara durante las actividades prácticas.']}

Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Comprender la importancia de las relaciones interpersonales positivas en el desarrollo personal. • Desarrollar habilidades de comunicación efectiva para construir relaciones saludables.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • Tipos de relaciones interpersonales (familia, amigos, compañeros). • Habilidades de comunicación (escucha activa, expresión clara, empatía). • Resolución de conflictos de manera pacífica.
Orientaciones metodológicas	<ul style="list-style-type: none"> • Debates y discusiones en clase sobre situaciones cotidianas que involucran relaciones interpersonales. • Actividades prácticas de comunicación como juegos de roles y ejercicios de escucha activa.
Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • Comprensión de la importancia de la comunicación efectiva en las relaciones.

	<ul style="list-style-type: none"> • Capacidad para aplicar habilidades de comunicación en situaciones simuladas.
Indicadores de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • El estudiante participa activamente en los debates, mostrando comprensión de los conceptos clave. • El estudiante demuestra habilidades de escucha activa y expresión clara durante las actividades prácticas.

El Cuerpo y la Mente Unidad: {'titulo': 'El Cuerpo y la Mente', 'objetivos': ['Identificar la relación entre el cuerpo y la mente, reconociendo la influencia de las emociones en la salud física.', 'Describir hábitos saludables que promueven el bienestar físico y mental.'], 'contenidos': ['La conexión mente-cuerpo: cómo las emociones afectan la salud física.', 'Hábitos de higiene y alimentación saludable.', 'La importancia del ejercicio físico y el descanso para el bienestar.'], 'metodologías': ['Charlas informativas con profesionales de la salud (opcional).', 'Creación de afiches o presentaciones sobre hábitos saludables.'], 'criterios': ['Conocimiento de la relación entre la salud física y mental.', 'Capacidad para identificar y describir hábitos saludables.'], 'indicadores': ['El estudiante identifica correctamente al menos tres factores que influyen en la conexión mente-cuerpo.', 'El estudiante elabora un afiche o presentación que incluye al menos cinco hábitos saludables.']}

Objetivos específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación entre el cuerpo y la mente, reconociendo la influencia de las emociones en la salud física. • Describir hábitos saludables que promueven el bienestar físico y mental.
Contenidos	<ul style="list-style-type: none"> • La conexión mente-cuerpo: cómo las emociones afectan la salud física. • Hábitos de higiene y alimentación saludable. • La importancia del ejercicio físico y el descanso para el bienestar.
Orientaciones metodológicas	<ul style="list-style-type: none"> • Charlas informativas con profesionales de la salud (opcional). • Creación de afiches o presentaciones sobre hábitos saludables.

Criterios de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • Conocimiento de la relación entre la salud física y mental. • Capacidad para identificar y describir hábitos saludables.
Indicadores de evaluación	<ul style="list-style-type: none"> • El estudiante identifica correctamente al menos tres factores que influyen en la conexión mente-cuerpo. • El estudiante elabora un afiche o presentación que incluye al menos cinco hábitos saludables.