

Construye T

CONTACTO NOTICIAS

- CONSTRUYE T
- APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL
 - MATERIALES
 - GALERÍA
 - NOTICIAS
 - CALENDARIO
- PLANTELES CONSTRUYE T
 - CONTACTO

FICHAS DE ACTIVIDADES



203 RESULTADOS



¿Quién guía la actividad?

-
-
-
-



Para trabajar con...

-
-

-
-
-
-

Conoce T

-
-
-

Relaciona T

-
-

Elige T

-

Descarga el Compendio
de Actividades
Consulta las referencias
de las fichas; Cómo usar una ficha de actividades?

- [Infografías](#)
- [Videos](#)
- [Fichas de Actividades](#)
- [Guías de Implementación](#)
- [Documentos de Interés](#)
- [Talleres Virtuales](#)

Realizar encuesta

Construye T

Actividad	Dimensión Habilidad general Habilidad Específica
-----------	--

<p><u>1 hoy o 5 en un mes</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación</p>
<p><u>1, 2, 3 por mí y por mi comunidad</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>A ver qué pasa</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Aguas con los prejuicios</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Al ritmo de mi emoción</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<u>Alcanzar mis metas</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Reconocimiento de emociones Determinación Perseverancia</p>
<u>Alerta Roja</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
<u>Alfabeto de emociones</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>Analizo las consecuencias de una decisión y decido</u></p>		<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Analizo, elijo y actúo</u></p>		<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Aprendizaje colaborativo para la escucha activa</u></p>		<p>Conciencia social Escucha activa</p>
<p><u>Asertividad</u></p>		<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>Asertividad en mis elecciones al concluir el bachillerato</u></p>		<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>

<p><u>Autorretrato</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Buscadores de tesoro</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Busquemos juntos una manera de resolverlo</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>Cambiando roles</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Campaña por la sana convivencia escolar</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>

<p><u>Carta de agradecimiento</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Colores antiestrés</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Cómo me convertí en directivo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación Determinación Perseverancia</p>
<p><u>Cómo me motivo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>

<p><u>Cómo resolvemos conflictos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>Comunicación asertiva</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Comunicación clara versus difusa</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>Contacta tu cuerpo y lleva un registro</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Conversaciones útiles</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa Toma de perspectiva Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Corazón de colores</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Creo que ya te entendí</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>
<p><u>Cuando yo era adolescente</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>Cuatro metas importantes</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Autorregulación</p>

		Postergación de la gratificación Determinación Motivación de logro
<u>Cuéntame tus sueños pintaremos juntos el camino</u>	 Conoce T	Determinación Motivación de logro
<u>Cuestionario Diagnóstico</u>	 Conoce T	Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia
<u>Cuidado con la impulsividad</u>	 Conoce T	Autorregulación Manejo de emociones
	 Relaciona T	Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales
<u>Cuido mis palabras, expreso mi enojo</u>	 Conoce T	Autorregulación Manejo de emociones

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<u>Debate con paráfrasis</u>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<u>Debate interno</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Motivación de logro</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<u>Decisiones cotidianas</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>

	 Relaciona T	<p>Conciencia social Escucha activa</p>
<p><u>Demasiado bueno para ser verdad</u></p>	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Describiendo mis emociones</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Detectivos de fortalezas</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Autopercepción</p>

	 <p>Relaciona T</p>	
<p><u>Diálogo con mímica de emociones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva</p> <p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>Dilemas</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Relación con los demás Comportamiento prosocial</p> <p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva</p> <p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>
	 <p>Elige T</p>	

Análisis de consecuencias

<p><u>El basta de emociones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>El camino a la meta</u></p>	 <p>Relaciona T</p>  <p>Conoce T</p>  <p>Elige T</p>	<p>Conciencia social Empatía Relación con los demás Comportamiento prosocial</p> <p>Determinación Motivación de logro</p> <p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>El caracol</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>

<p><u>El experimento de los malvaiscos</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación Tolerancia a la frustración Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>El juego perfecto</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Perseverancia</p>
<p><u>El método ABCD</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico Análisis de consecuencias</p>

<p><u>El nudo humano</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>El paso por el río</u></p>	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>El pizarrón del agradecimiento</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>El plan no es perfecto</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Manejo de emociones Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>El Puente</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>El semáforo para expresar emociones negativas</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Elaboro metas y analizo resultados</u></p>	 Conoce T	<p>Relación con los demás Asertividad</p> <p>Determinación Perseverancia</p>

<p><u>Elijo, decido y quiero</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Emociones frente al grupo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Emociones positivas</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Empatía en el aula</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>

<p><u>En tus zapatos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía</p>
<p><u>Eres capaz de defender tus principios</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Escucha activa</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Escuchar por dentro y por fuera</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>
<p><u>Éste soy yo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Reconocimiento de emociones</p>

<p><u>Evidencia de mi fuerza de voluntad</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Autorregulación Tolerancia a la frustración Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>Feria de acciones por mi comunidad</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Flashmob: baile espontáneo</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Fuerza de voluntad motora</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>

<p><u>Fuerza de voluntad verbal</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>Grupos de emociones</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Herramientas para la asertividad profesional</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>Identifico mis emociones</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Identifico mis emociones básicas</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Autopercepción Reconocimiento de emociones</p>

<p><u>Ilumina mi estrella</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia</p>
<p><u>Iluminemos la estrella familiar</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia</p>
<p><u>Ilusión óptica</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Imagina que esperas</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación</p>
	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>

<p><u>Impostores</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones Tolerancia a la frustración Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Información para mi elección profesional u ocupacional</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Inteligencia emocional</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Juventudes comprometidas</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>La bitácora de la mejora</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>La cadena de la empatía</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>La caja de los mensajes positivos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa Relación con los demás Asertividad Comportamiento prosocial</p>
<p><u>La carta</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>La regadera tibia</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Auto percepción</p>
<u>La respiración profunda</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
		<p>Determinación Manejo del estrés</p>
<u>La trivía de la asertividad</u>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad Comportamiento prosocial</p>
<u>Las frases incompletas</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<u>Las y los que me rodean</u>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<u>Llegar a la meta antes o después</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación</p>
<u>Lo que + y lo que -</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa</p>
<u>Lo que creo influye en lo que siento</u>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>

<p><u>Lo que hago bien en esta asignatura</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
<p><u>Lo que los jóvenes pensamos de los derechos humanos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Lo que me apasiona de mi asignatura</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Los emoticones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Los espejos amables</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción</p>
<p><u>Los favoritos y las favoritas del profesor</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Los sonidos del silencio</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Mandala</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Reconocimiento de emociones Determinación Motivación de logro</p>

<p><u>Manejo del enojo I: Regresar el video</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Manejo del enojo II: ¡Corte!</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad Manejo de conflictos interpersonales Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Manejo mi estrés</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Determinación Manejo del estrés</p>

<p><u>Más vale analizar que sólo repetir</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Me ayudo a sentirme bien</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Me comprometo por mi comunidad</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Me conozco y reconozco</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Me desconecto del mundo, me conecto conmigo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>

<p><u>Me saca de mis casillas...</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Me siento atorado en esta situación</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>Mejorando mi plantel</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Me siento atorado en esta situación</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>
<p><u>Mejorando mi plantel</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>Metas marte</u></p>		<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Motivación de logro</p>
<p><u>Mi asignatura favorita</u></p>		<p>Autoconciencia Auto percepción Determinación Motivación de logro</p>
<p><u>Mi experiencia mesigue sirviendo</u></p>		<p>Autoconciencia Auto percepción Determinación Perseverancia</p>
<p><u>Mi fotografia emocional</u></p>		<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Mi lista de pendientes</u></p>		<p>Determinación</p>

<p><u>Mi mejor yo posible</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Motivación de logro</p> <p>Autoconciencia Auto percepción Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>Mi motivo al terminar el bachillerato</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Motivación de logro</p>
<p><u>Mi profesión en mi comunidad</u></p>	 <p>Relaciona T</p>  <p>Elige T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p> <p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>
<p><u>Mi tablero de Metas</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia</p>

<p><u>Mi vocación</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia</p>
<p><u>Mi voluntad supera obstáculos</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>Miedo hasta de mi sombra</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Mis elecciones y decisiones</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Mis emociones ante situaciones difíciles</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>

<p><u>Mis emociones frente al grupo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Mis fortalezas y debilidades</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
<p><u>Modelando mis emociones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Música anti-estrés</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>Música anti-estrés</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Nuestra mejor escuela posible</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción Determinación Motivación de logro</p>
<p><u>Pasatiempos para el bienestar</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Pienso sobre lo que piensan los otros luego entiendo por qué existen los conflictos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p> <p>Conciencia social Escucha activa Toma de perspectiva</p>

<p><u>Planeando mi futuro y generando oportunidades</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>
<p><u>Pongámonos a prueba</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación</p>
<p><u>Pongo la lupa en mi comunidad</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Por un bien mayor</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Postergación de la gratificación</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>Practicar la empatía</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa Toma de perspectiva</p>
<p><u>Préstame tus zapatos</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>
<p><u>Reconociendo logros</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Motivación de logro</p>
<p><u>Reconociendo tus emociones</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía</p>
<p><u>Reconocimiento de emociones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía</p>
<p><u>Reflexión antes de elección</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Relajación muscular progresiva</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Relajación progresiva</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Resolución de conflictos 1</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>

	 <p>Elige T</p>	
<p><u>Resolución de conflictos 2</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Reunión ambulante</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p> <p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Manejo del estrés</p>
	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>

<p><u>Revisando mis prejuicios</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Toma de perspectiva</p>
<p><u>Sé asertivo con tu futuro</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
<p><u>Seguir instrucciones</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>Semáforo descompuesto</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
		<p>Autorregulación Postergación de la gratificación Tolerancia a la frustración</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa</p>
<p><u>Semana vocacional</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Autoeficacia</p>
<p><u>Si lo pongo en papel, lo veo mejor</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Si no lo tengo, no lo consigo</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>Si no te veo ¿no te escucho?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Escucha activa</p>

<p><u>Sí para mí, no para ti</u></p>	 Relaciona T	
	 Elige T	<p>Conciencia social Escucha activa Toma de perspectiva</p> <p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>Si tú fueras yo</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva</p>
<p><u>Si yo fuera tú</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
	 Relaciona T	<p>Conciencia social Empatía</p>

<p><u>Soy dueño de mis emociones</u></p>		<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones Autorregulación Manejo de emociones</p>
<p><u>Soy mi producto</u></p>		<p>Autoconciencia Autoeficacia</p>
<p><u>Soy mis emociones, fortalezas y debilidades</u></p>		<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Sube la montaña</u></p>		<p>Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>Superando el obstáculo</u></p>		<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>

	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>Supero los obstáculos y alcanzo mi meta</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Perseverancia</p>
<p><u>Te escucho, te entiendo</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>
<p><u>Te escucho, te entiendo, te siento</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía Escucha activa</p>
<p><u>Técnica de relajación</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Determinación Manejo del estrés</p>

Técnicas saludables para el manejo del estrés



Conoce T

Determinación
Manejo del estrés

Tengamos un objetivo común



Conoce T

Determinación
Perseverancia

Tienes que tomar una decisión



Elige T

Toma responsable de decisiones
Generación de opciones y consideración de consecuencias

Topando con pared



Conoce T

Autorregulación
Tolerancia a la frustración



Elige T

Toma responsable de decisiones
Generación de opciones y consideración de consecuencias

<p><u>Trabajo mi perseverancia</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Perseverancia</p>
<p><u>Trasplante de corazón</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>Trazando mi futuro</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Escucha activa Toma de perspectiva</p>
<p><u>Tú me ayudas a conocerme</u></p>	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>
<p><u>Tú me ayudas a conocerme</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Escucha activa</p>

<p><u>Tus estudiantes deciden</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Auto percepción Autoeficacia</p>
<p><u>Un conflicto y múltiples soluciones</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>Un minuto de relajación</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Manejo de emociones Determinación Manejo del estrés</p>
<p><u>Una buena decisión</u></p>	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico Análisis de consecuencias</p>
<p><u>Vimos la misma película</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Escucha activa Toma de perspectiva</p>

<p><u>Vuelco a la historia</u></p>	 Conoce T	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración Determinación Perseverancia</p>
	 Relaciona T	
<p><u>Yo ante el conflicto</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p>
<p><u>¡Manos a la obra por nuestra comunidad!</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>
<p><u>¡Va por ti, va por todos!</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Comportamiento prosocial</p>

<p><u>¿Cómo comprender a mi adolescente?</u></p>	 Relaciona T	<p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva</p>
<p><u>¿Cómo construyo mi porvenir?</u></p>	 Conoce T	<p>Autoconciencia Auto percepción Determinación Motivación de logro Perseverancia</p>
<p><u>¿Cómo lo podremos lograr?</u></p>	 Elige T	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias Pensamiento crítico</p>
<p><u>¿Cómo lo ves?</u></p>	 Relaciona T	<p>Relación con los demás Manejo de conflictos interpersonales</p> <p>Conciencia social Empatía Toma de perspectiva Relación con los demás</p>

Manejo de conflictos interpersonales

<p><u>¿Cómo me ven? ¿Cómo me siento?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Reconocimiento de emociones</p>
<p><u>¿Cómo reacciono ante el conflicto?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía</p>
<p><u>¿Cómo se siente una decisión?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autopercepción Reconocimiento de emociones</p>
	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Generación de opciones y consideración de consecuencias</p>

<p><u>¿Cómo tolerar la frustración?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>¿Pa' qué soy bueno?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Auto percepción</p>
<p><u>¿Por qué digo lo que digo?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>¿Puedo entender al otro?</u></p>	 <p>Elige T</p>	<p>Toma responsable de decisiones Pensamiento crítico</p>
<p><u>¿Puedo entender al otro?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Conciencia social Empatía</p>

<p><u>¿Qué hacemos especialmente bien como escuela?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autoconciencia Autoeficacia Determinación Motivación de logro</p>
	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad Comportamiento prosocial</p>
<p><u>¿Qué tan asertivo soy?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>
<p><u>¿Qué tan fácil te frustras?</u></p>	 <p>Conoce T</p>	<p>Autorregulación Tolerancia a la frustración</p>
<p><u>¿Soy claro y directo cuando me comunico?</u></p>	 <p>Relaciona T</p>	<p>Relación con los demás Asertividad</p>

¿Tomo una decisión asertiva?



Toma responsable de decisiones
Generación de opciones y consideración de consecuencias
Pensamiento crítico
Análisis de consecuencias

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA, MÉXICO - TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS ©

2016 - POLÍTICAS DE PRIVACIDAD

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

Argentina #28 Col. Centro Histórico, Del. Cuauhtémoc

Distrito Federal C.P. 06020, Tel. (55) 3601-1000

Comentarios sobre este sitio de internet

Montes Urales 440, Lomas de Chapultepec, Miguel Hidalgo,

11000 Ciudad de México, Distrito Federal

01 55 4000 9700