PROPÓSITO:

Que el estudiante reconozca la importancia que tienen las competencias socioemocionales y las respuestas que se dan a las diversas situaciones que se presentan en la vida diaria.

MOTIVACIÓN:

https://www.youtube.com/watch?v=-TxKxx4MVl0

EXPLICACIÓN:

Las **competencias socioemocionales** son aquellas que incluyen no solo el desarrollo de procesos cognitivos o mentales sino también áreas afectivas como la conciencia y gestión emocional, de relacionamiento con otros y de proyección hacia la sociedad.

Las 5 competencias emocionales esenciales

- Consciencia emocional.
- Regulación emocional.
- Autonomía emocional.
- Inteligencia interpersonal.
- Habilidades de la vida y el bienestar.

La capacidad **de** autorregulación y autonomía **emocional** son factores esenciales para el desarrollo personal y para el bienestar. Desde la educación **emocional** es **importante** contribuir al desarrollo **de** las **competencias emocionales**, que se sabe que facilitan y predisponen a gozar **de** una vida más feliz.

EJERCICIOS:

Se desarrollan los ejercicios del libro guía de competencias socioemocionales.

EVALUACIÓN:

La evaluación se basará durante todo el periodo, en hacer seguimiento a la aplicación de lo socializado en las clases y lo desarrollado en el texto guía.

BIBLIOGRAFÍA: