

GUÍA DIDÁCTICA

Para trabajar en la escuela y en casa

www.5pelusas.com

FICHA TÉCNICA

COLECCIÓN Piojo escritor Libros de actividades educativas	
EDAD 12-15 años	AUTORAS <ul style="list-style-type: none">• Textos: Alejandra Paredes• Ilustraciones: Claudia Cova
FORMATO <ul style="list-style-type: none">• Medio: digital PDF• Tamaño: carta (21,6 x 27, 9 cm)• Número de páginas: 25	LICENCIA <ul style="list-style-type: none">• Distribución gratuita• Licencia CC BY-NC-ND 4.0
DISPONIBLE PARA LA DESCARGA EN: https://www.5pelusas.com/yo-puedo/	

YO PUEDO

Guía didáctica



¿CUÁL ES EL OBJETIVO DEL LIBRO DE ACTIVIDADES?

“Yo puedo”, es un libro de actividades con ejercicios que promueven la inteligencia emocional para desarrollar en los adolescentes el autoconocimiento, la autorregulación, la empatía y resiliencia.



¿PARA QUÉ PODEMOS USARLO?

Podemos utilizar “Yo puedo” como herramienta para iniciar procesos de autoconocimiento y transformación de conductas disruptivas de los adolescentes. También para identificar y conocer los sentimientos que se desprenden de sus emociones, fortalecer su autoestima, propiciar la empatía y aumentar la inteligencia emocional para que sean más felices con ellos y su entorno.



¿CÓMO UTILIZAR EL LIBRO?

Algunas ideas para trabajar el libro de actividades

1. Recrea un espacio propicio para trabajar y conversar.
2. Muéstrate abierto, empático ante el grupo.
3. Utiliza las fichas complementarias del libro de actividades para que los adolescentes puedan identificar las emociones que se presentan en cada ficha.

4. Realiza una lectura compartida sobre el triángulo de la inteligencia emocional.
5. Explora los conocimientos previos del grupo con preguntas y ejemplos creativos.
6. Permite el espacio para leer, comprender y realizar la actividad número uno.
7. Lleva a discusión los resultados de la actividad número uno.
8. Crea el espacio para leer, comprender y realizar la actividad número dos.
9. Lleva a discusión los resultados de la actividad número dos.
10. Realiza un decálogo con el grupo para resumir las cualidades de un adolescente que fomente su IE.



¿CÓMO EVALUAR LAS ACTIVIDADES?

Indicadores sugeridos

Los adolescentes:

1. Identifican las emociones que observan en las fichas.
2. Identifican, expresan y escriben los sentimientos derivados de cada emoción.
3. Comprenden las historias de los personajes.
4. Empatizan con las historias presentadas.
5. Aportan posibles soluciones a las situaciones conflictivas.
6. Expresan con facilidad su mundo emocional.
7. Resumen la experiencia en la realización del decálogo.



INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN SUGERIDOS

1. Lista de cotejo.
2. Entrevista.
3. Observación.



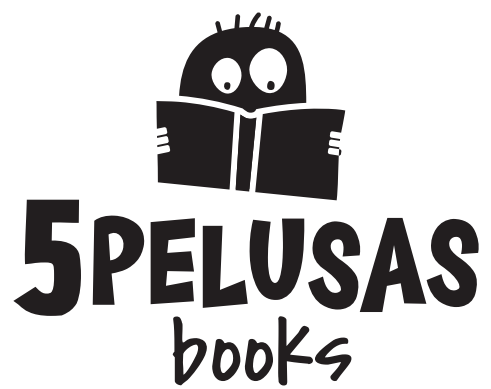
TIEMPO DE LA ACTIVIDAD

60 - 120 minutos



RECURSOS

1. Libro de actividades "Yo puedo".
2. Lápiz.
3. Tarjetas del juego "Yo puedo".



www.5pelusas.com

@5pelusas