

# IEP "DIVINO MAESTRO"

## SESIÓN N°01

### **EXPRESO MIS EMOCIONES CON ASERTIVIDAD**

#### **Objetivo:**

- Desarrollar actitudes de diálogo y escucha de los puntos de vista de los demás y también actitudes favorables a la resolución pacífica de conflictos.

#### **¿Qué buscamos?**

Que las y los estudiantes reconozcan la importancia de expresar sus emociones y sentimientos con asertividad.

- Se comunica el **propósito de la sesión:**

**HOY EXPRESAREMOS NUESTRAS EMOCIONES  
DE MANERA ASERTIVA**

- Seleccionan las **normas de convivencia** que permitirán una adecuada participación durante el desarrollo de la sesión:

- ❖ Escuchar al compañero cuando habla.
- ❖ Respeta las opiniones de los demás.



## DESARROLLO:

### **LA NIÑA Y EL RAYO DE SOL**

***Un rayo de sol tocó la cara de Pamela. Quería que la niña se levantara para ir a clases. Pero la niña no le hizo caso. El rayo insistió, logrando, esta vez, que Pamela despertara. Aunque después siguió durmiendo. “¡Levántate, porque llegarás atrasada a clases!” —ordenó, luego, el rayo de sol. Y esta vez sí que la niña reaccionó. Alzó la mitad del cuerpo, sonrió, y dirigiéndose al rayo de sol, con una mirada comprensiva, le dijo: — ¡Hiciste mal en despertarme hoy, Rayo de Sol, porque nunca se ha visto que un niño tenga que asistir un día domingo a clases!***

- 
- *Responden a las siguientes preguntas:*
- - ❖ ¿Qué opinas de lo que hizo el sol?
  - ❖ ¿Qué opinas de la reacción de la niña?
  - ❖ ¿Estará bien reaccionar negativamente frente a determinadas situaciones?



❖ ¿Qué deberíamos hacer para reaccionar mejor?

❖ ¿Saben lo que significa asertividad?

**.Lee lo que significa asertividad Y CÓPIALO EN PERSONAL SOCIAL.**

La asertividad es una habilidad social que se trabaja desde el interior de la persona. Se define como la habilidad para ser claros, francos y directos, diciendo lo que se quiere decir, sin herir los sentimientos de los demás, ni menospreciar la valía de los otros, sólo defendiendo sus derechos como persona.