



DOCENTE: Gloria Eugenia Alzate Usme

ASIGNATURA: Matemáticas

GRADO: 8 A-B

Guía socio-emocional # 1 grado Octavo.

Mi personalidad

La lista que se presenta a continuación menciona pares de frases que describen diferentes formas de ser. En cada par, elige la frase que mejor te describa, aquella que se presenta la mayor parte del tiempo, subráyala y da un ejemplo breve de cómo esa frase te describe mejor. Si ninguna de las dos frases presentadas te describe, puedes dejarlas sin señalar.

1. Me gustan las experiencias nuevas / Me gustan las rutinas

2. Pongo atención a los detalles y el orden. / Soy relajado y no me preocupo por las cosas pequeñas.

3. Soy extrovertido y social. / Soy introvertido y prefiero estar solo o en grupos pequeños.

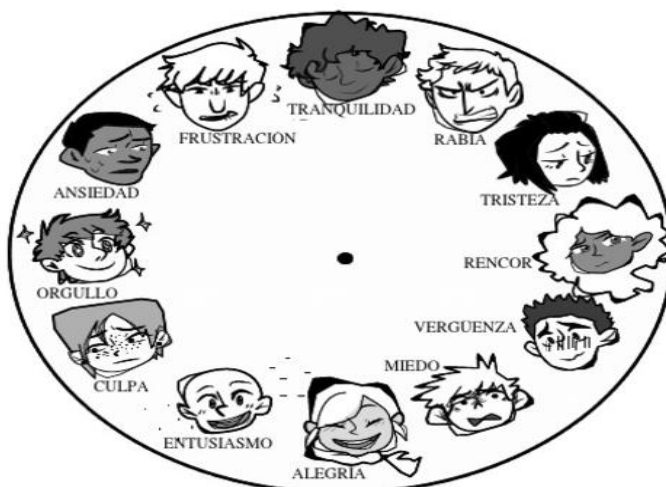
4. Me gusta expresar mis emociones. / Prefiero guardarme mis emociones.

5. Me gusta estar alrededor de gente como yo. / Me gusta estar alrededor de gente distinta a mí.

6. Yo propongo ideas y planes nuevos y los demás me siguen. / Yo sigo ideas y planes que otros proponen.

7. Soy amable y cálido. / Soy reservado y no afectuoso.

Emociones a la vez : Colorea en el reloj las emociones que han sido más repetitivas durante la cuarentena para ti y dibuja las manecillas no importa si son varios...



Mis emociones mezcladas Describe tres situaciones en las cuales hayas sentido más de una emoción a la vez durante esta cuarentena por la emergencia del COVID-19

1. Una situación en la cual sentí dos o más emociones que me hicieron sentir bien. Por ejemplo, alegría, orgullo y entusiasmo:

2. Una situación en la cual sentí dos o más emociones que no me hicieron sentir bien. Por ejemplo, tristeza, rabia y frustración:

3. Una situación en la cual sentí una emoción que me hacía sentir bien y otra que me hacía sentir mal. Por ejemplo, alegría y tristeza:_____

Mi cerebro maleable

Recientemente, los científicos han demostrado que nuestro cerebro es maleable. “Maleable” significa que se puede modificar o moldear. Si pudiéramos ver nuestro cerebro muy de cerca, veríamos algo similar a una red de muchos cables que se conectan entre sí. Estos cables son las neuronas, las células que se encargan de transmitir información en nuestro cerebro. Cuando aprendemos cosas nuevas, estas conexiones neuronales cambian. Algunos cables se separan entre sí y se unen con otros nuevos. Como siempre estamos aprendiendo de nuestra experiencia y de las situaciones que vivimos, nuestros cerebros están cambiando constantemente.

