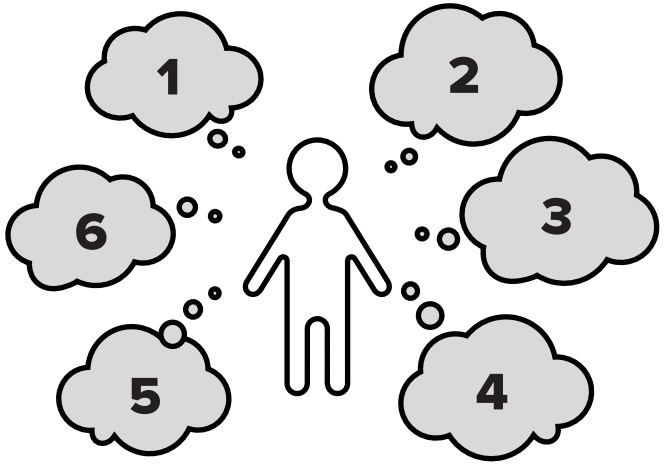
Ahora elabora tu propio mapa en tu cuaderno



Afectividad

¿Cómo te sientes?

Recuerda

Se aprende mejor y más cuando nos sentimos bien, cuando algo nos gusta, cuando sentimos emociones positivas en torno a nuestro aprendizaje, porque esto nos motiva y nos empuja a continuar y querer seguir aprendiendo.

Sugerencias

Consulta las fichas **Perfil de aprendizaje** y **Motivación para aprender una lengua.**

Puedes acudir a un asesor en cualquier momento.

Diana Berenice Martínez Rodríguez. Texto Original. Mediateca, ENALLT, UNAM. México, 2019.
Diseño gráfico: Amairani Cruz Angel. 2020.

¿Has notado cómo tu estado de animo afecta tu aprendizaje?

Ejercicio

Seguramente alguna vez has estado triste, enamorado o hambriento al entrar a una clase. ¿Recuerdas alguna experiencia?

	Clase	¿Cómo me sentía?	¿Por qué me sentía así?
Sí			
No			

Revisa el siguiente mapa:

Pero, ¿cómo manejamos nuestras emociones? ¿Cómo podemos controlar lo que sentimos?

¿Cómo me siento en clase?

¿Por qué siento que no estoy aprendiendo?

¿Qué no me gusta?

¿Cómo lo puedo cambiar?