
Ricardo 2º ESO

Unidad de Evaluación: 23 - Conozco mis emociones



ÍNDICE.

1	PRESENTACIÓN. UNIDADES DE EVALUACIÓN.	2
2	DEFINICIÓN.	4
3	INDICADORES.	4
4	CONTEXTO O CONDICIONES DE APLICACIÓN.	4
4.1	Instrucciones.	5
4.2	Escenario. Ricardo.	6
4.3	Cuestionario de tareas.	7
5	CRITERIOS.	9
5.1	Corrección.	9
5.2	Calificación.	13
6	ESPECIFICACIONES.	13
7	PLANTILLA DE CORRECCIÓN.	15

1 PRESENTACIÓN. Unidades de Evaluación¹.

La evaluación continua de los conocimientos se realiza, junto a otros procedimientos menos definidos², mediante exámenes, pruebas y controles con preguntas abiertas y “objetivas”. El profesorado selecciona unos contenidos específicos relevantes, cuantos más mejor, y los convierte en preguntas para poder, a partir de la respuesta, juzgar el rendimiento alcanzado por el alumno. La finalidad es conocer cuánto “sabe o recuerda” de todo lo enseñado. Saber y recordar son sinónimos en el momento de la evaluación.

La incorporación de las competencias básicas al currículo en todas las etapas y enseñanzas exige “reescribir la metodología de la evaluación” porque “evaluar competencias no es evaluar conocimientos”.

Pero “ser competente” es utilizar lo aprendido para resolver situaciones reales y exige: saber, hacer y querer. **“Evaluar competencias consiste en valorar el uso que las personas hacen de los aprendizajes realizados en una situación de vida”**. Para hacer posible esta evaluación se requiere:

- Seleccionar escenarios tomados de situaciones reales o, en su caso, supuestos que guarden una extrema fidelidad con ellas.
- Establecer los indicadores de las competencias para conocer lo que realmente se evalúa.
- Tener en cuenta en el diseño y la interpretación, que el nivel de dominio, logro o desarrollo de la competencia de una persona no tiene un límite fijo ni estable y su valoración puede ser muy diferente según los indicadores.
- El uso de la autoevaluación como herramienta clave para el desarrollo de la competencia a partir del reconocimiento del error.

Las Unidades de Evaluación (UdE) se presentan como alternativa a las pruebas de rendimiento o exámenes.

Una UdE tiene tres partes: el escenario, las tareas y los inventarios de corrección.

El “**escenario**” es el estímulo, la situación significativa del contexto que utilizamos para movilizar los conocimientos. En ningún caso puede convertirse en el objeto de la evaluación. El escenario se describe utilizando un formato verbal (texto escrito) y otro no verbal (imágenes, tablas, cuadros, gráficos, etc.) que se extraen de cualquier fuente documental.

¹ Ver: Evaluación de diagnóstico de las Competencias básicas en Castilla-La Mancha, 2009-2011. Marco teórico (2009) pp 112-120.

² En las Programaciones didácticas se hace referencia al uso de procedimientos variados: análisis de documentos (revisión de los cuadernos de trabajo y otras producciones del alumnado), observación directa, entrevistas, etc.

Las “**tareas**” nos permiten conocer, mediante la movilización de los conocimientos, cual es la competencia alcanzada en el uso de los procesos cognitivos, afectivos, sociales y funcionales, y el nivel de logro de los aprendizajes. Para que la información obtenida sea completa (saber, hacer y querer) la Unidad de Evaluación debe incluir tareas que valoren aprendizajes receptivos, productivos y valorativos.

El proceso de evaluación en las UdE concluye con la **corrección de las tareas**. La corrección, realizada por el propio alumno o por el profesorado, exige la definición previa de los criterios de corrección.

Con carácter general, las tareas utilizadas en las Unidades de Evaluación se definen con distintos formatos de respuesta y criterios de corrección.

- La respuesta abierta a las cuestiones planteadas que puede ser corta o amplia.

En ambos casos, la corrección incluye contemplar una respuesta correcta, una o dos respuestas aproximadas y las respuestas incorrectas. La puntuación es de 2, 1 y 0 para las respuestas cortas y de 3, 2, 1 y 0 para las respuestas amplias.

Los criterios de corrección de las preguntas abiertas anticipan y puntúan posibles respuestas para garantizar la homologación de las puntuaciones pero, en ningún caso, cierran todas las posibilidades de respuestas correctas. En la corrección se valoran esas posibles respuestas sin que por ello se interprete lo que el alumnado quiso decir.

- La elección de la respuesta verdadera entre cuatro posibles.

En este caso el procedimiento de respuesta consiste en marcar la letra que va delante de la respuesta que se considera correcta. La puntuación es de 1, 0 o N.

La puntuación definitiva en el conjunto de estas respuestas se obtiene restando al número de aciertos (A), el número de errores (E) dividido por número de opciones (N=4) menos uno. No se tiene en cuenta la ausencia de respuesta.

$$R = A - \frac{E}{N - 1}$$

- La elección de varias respuestas posibles de entre un listado de opciones. La puntuación es equivalente a las respuestas cortas, 2, 1 y 0.

La puntuación total es la suma de las puntuaciones obtenidas en cada una de las tareas y se transforma en “nota” utilizando los Criterios de Calificación.

Nota: Esta Unidad de Evaluación se presenta como un modelo posible de evaluación competencial, en ningún caso pretende ser algo más que una ejemplificación que estimule la creación de materiales para la evaluación de las competencias básicas de los propios docentes.

2 DEFINICIÓN.

TÍTULO. RICARDO³.

REFERENTE: DECRETO 69/2007, DE 28 DE MAYO, POR EL QUE SE ESTABLECE EL CURRÍCULO DE LA EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA.

ÁREAS Y BLOQUES DE CONTENIDO:

LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA: 1. COMUNICACIÓN ORAL. 2. COMUNICACIÓN ESCRITA.

EDUCACIÓN FÍSICA: JUEGOS Y DEPORTES.

TEMPORALIZACIÓN: SEGÚN PROGRAMACIÓN.

3 INDICADORES⁴.

Se definen como indicadores para la evaluación:

1. Anticipar situaciones de conflicto emocional.
2. Tomar conciencia de estados de ánimo y de reacciones emocionales.
3. Controlar las reacciones emocionales y estados de ánimo.
4. Usar pensamientos alternativos.
5. Aplazar las demandas y recompensas.
6. Responder de forma adecuada a las críticas.
7. Expresar de forma adecuada el enfado.
8. Expresar sus sentimientos.
9. Actuar sin inhibiciones.
10. Hablar de forma realista de sí mismo.
11. Alegrarse del éxito de los otros.

4 CONTEXTO O CONDICIONES DE APLICACIÓN.

La Unidad de Evaluación “Ricardo” tiene un carácter intercompetencial e incluye indicadores de carácter receptivo, productivo y valorativo.

A través de sus once tareas y, utilizando como escenario una situación supuesta que tiene como protagonista a un chico de la edad aproximada de los alumnos que la realizan, se valora el uso de destrezas relacionadas con las Competencias Emocional, Social y Ciudadana y Autonomía e Iniciativa Personal.

³ Esta UdE fue elaborada por la Oficina de Evaluación para su aplicación en la primera fase de la Evaluación de Diagnóstico de 2º de Educación Secundaria Obligatoria (2009).

⁴ Aprendizajes que vamos evaluar con la UdE.

La duración total de la Unidad de evaluación es de 30 minutos incluida la lectura de las Instrucciones y la lectura previa del texto y de todas las tareas antes de responder.

El alumno cuenta con 30 minutos para resolver las tareas, que en esta Unidad de Evaluación, tienen dos formatos de respuesta:

- La respuesta abierta a las cuestiones planteadas.
- La elección de la respuesta verdadera entre cuatro posibles.

Como material complementario, el alumno puede utilizar el diccionario.

Durante la realización de las pruebas, se puede responder a preguntas relacionadas con el procedimiento de respuesta pero, en ningún caso, a las que tengan que ver con su contenido.

5 CUADERNO DEL ALUMNO.

5.1 Instrucciones.

Vamos a leer las Instrucciones, para conocer qué tienes que hacer y poder responder correctamente a las tareas.

En primer lugar, lee el texto y, antes de empezar a contestar, lee cada una de las tareas.

Después, para contestar, debes tener en cuenta que encontrarás dos tipos de tareas:

- En unas, tienes que responder lo que consideres más adecuado.
- En otras, debes elegir entre cuatro opciones la que consideres como verdadera. En todos los casos únicamente existe una respuesta verdadera.

Para responder al segundo tipo de tareas, tienes que rodear con un O la letra que antecede la respuesta que considera correcta. Por ejemplo:

¿De qué curso es el alumnado que realiza esta prueba? Como eres de 2º de la ESO, la respuesta verdadera es la B.

A. 1º de la ESO.

B. 2º de la ESO.

C. 3º de la ESO.

D. 4º de la ESO.

Si cambias de opinión debes tachar el círculo ⊗ de la opción elegida y después volver a rodear la letra de la respuesta que consideras correcta.

RECUERDA:

Lee el texto.

Lee con rapidez todas las tareas antes de empezar a contestar.

Lee una segunda vez con atención y responde con seguridad y rapidez.

Consulta el texto siempre que lo necesites.

Tienes 30 minutos para realizar todas las tareas.

COMIENZA.

5.2 Escenario. Ricardo.

Ricardo es un alumno de 2º curso de la ESO. Ésta es la historia de lo que le sucedió un día cualquiera.

Su madre le ha llamado a las 7:15 horas de la mañana. Pero Ricardo tiene mucho sueño, se da media vuelta y se queda dormido. De pronto, cuando ya son casi las 8, se oye la voz furiosa de su madre que llega desde la cocina: “¡Ricardo, levántate de una vez!, ¡Eres un vago!, ¡No piensas más que en dormir!, ¡Vas a llegar tarde a clase!”.

Se hace tarde. Se levanta rápidamente, se lava, se viste en un momento, y se sienta en la mesa para desayunar. Su madre, otra vez: “¡Ay!, ¡Qué hijo!. ¿Cuándo vas a aprender a vestirte como Dios manda?, ¡Esos pantalones vaqueros! ... ¿Ya te has mirado al espejo? ¡Estas hecho un adefesio!”.

Sin decir palabra, se toma el desayuno y sale corriendo hacia el Instituto.

Comienza la clase...

Primero, matemáticas. Las matemáticas son el fuerte de Ricardo. El profesor ha mandado unos problemas para resolver en casa. Ricardo se ofrece para hacer en la pizarra el primero de ellos. Lo resuelve de forma brillante y el profesor le dice: “¡Muy bien, Ricardo!, ¡Así se trabaja!, ¡Siéntate!”.

Y sigue la clase, ejercicio tras ejercicio, pregunta tras pregunta, Ricardo termina satisfecho, aquella lección de matemáticas se la sabía bien. Y está contento.

Segunda hora, Lenguaje. El profesor entrega un control que hicieron los alumnos hace días. Era un análisis de varias frases. Ricardo sabía que aquello no le había salido bien, pero lo que no esperaba era la reacción del profesor...: “¡Vas a ser un inútil toda tu vida!...”. Le dolió y se rebeló por dentro con toda su fuerza. De todos modos nadie lo notó. Controló su mal genio. Se sintió contento por haberlo conseguido y haber aceptado con respeto la dura observación del profesor.

Recreo. Hoy tocaba jugar un partidillo de fútbol interclases contra los de tercero. Primero defendió a su amigo Jorge, que había sido apartado del equipo porque sus compañeros decían que era muy malo y consiguió que jugara unos minutos. Después, con suerte y buen hacer, su equipo consiguió ganar el partido.

Al subir a clase. Luís le ha puesto en ridículo delante de Juana. Se ha sentido humillado y enfurecido.

Juana es una buena estudiante, sus compañeros dicen que está gorda y no le dejan participar en los juegos, la rechazan. Cuando el grupo está haciendo planes para acudir el sábado al cumpleaños de Rosa, una chica del grupo le responde que no puede ir porque no está invitada.

Transcurrida la mañana. A mediodía Ricardo ha llegado a casa. Su madre estaba muy atareada. La mesa está sin poner todavía. Ricardo, que hoy llega contento y optimista, comienza a poner los platos. “¡Muy bien, hijo; gracias!, ¡Eres un encanto!”, le dice su madre agradecida.

5.3 Cuestionario de tareas.

1. En el texto, se habla de situaciones que provocan reacciones emocionales diferentes. Estas situaciones se dan cada día en el centro o en casa. Escribe algunos ejemplos de situaciones habituales en las que tú corres el riesgo de perder el control.

2 1 0 N

2. Cuando algo te sucede, notas sensaciones físicas, sientes emociones y te vienen a la cabeza pensamientos. Ponte en lugar de Ricardo y completa las situaciones que se recogen en el cuadro:

Situación.	Sensación física.	Emoción.	Pensamiento.
Ejemplo: Cuando voy al dentista.	Nervios, angustia, ...	Miedo.	Me va a hacer daño.
Cuando Ricardo se da cuenta que son casi las 8 y va a llegar tarde a clase.			
Cuando Ricardo llega a su casa y pone la mesa.			

2 1 0 N

3. Imagina que estás en lugar de Jorge cuando no le dejaban jugar el partido durante el recreo. ¿Cómo hubieras reaccionado tú?

- A. Me sentiría triste y deprimido y abandonaría el partido.
- B. Pensaría que mis compañeros nunca cuentan conmigo y evitaría estar en los partidos.
- C. Se lo diría al profesor para obligarlos a que me dejaran jugar.
- D. Procuraría concentrarme y mejorar para demostrar que soy capaz de hacerlo como ellos.

1 0 N

4. Cuando te sientes triste no puedes evitar pensar de forma negativa. Imagina que estás en lugar de Ricardo. ¿En qué pensarías para evitar sentirte triste y deprimido?

- A. Humillación, tristeza.
- B. Ganas de desaparecer, huir, ...
- C. Todos nos equivocamos.
- D. Rabia, enfado.

1	0	N
---	---	---

5. Ricardo ha suspendido el examen de Lengua. ¿Qué le aconsejarías?

- A. Que no le diera importancia y que a todos nos pasa.
- B. Que se olvide, pues esa materia no se le da bien.
- C. Que no ha estudiado suficiente y debe prepararse mejor.
- D. Que ha tenido mala suerte.

1	0	N
---	---	---

6. Jorge había sido apartado del equipo porque sus compañeros decían que era muy malo jugando al fútbol. ¿Cómo reaccionas tú cuando te critican?

- A. Me peleo e insulto para defenderme cuando me insultan a mí.
- B. Reconozco mis errores e intento razonar para que dejen de criticarme.
- C. Me siento muy mal, pero me callo y me voy.
- D. No les doy importancia para demostrarles que “paso” de ellos.

1	0	N
---	---	---

7. Juana está enfadada porque no la han invitado al cumpleaños. ¿Por qué crees que no la han invitado? ¿Cómo crees que se siente? ¿Cómo expresarías tu desacuerdo? Responde.

3	2	1	0	N
---	---	---	---	---

8. Es importante aprender a decir lo que sentimos y compartirlo con los demás. ¿Qué hubieras dicho, de ser tú la persona que no invitan al cumpleaños de Rosa?

- A. “Eres una impresentable”.
- B. “Paso de vosotros”.
- C. “Te desprecio”.
- D. “Me entristece tú decisión”.

1	0	N
---	---	---

9. La madre de Ricardo critica su forma de vestir. ¿Cómo reaccionarías si tu madre criticara, de mala forma, tu manera de vestir?

- A. No haría caso y me seguiría vistiendo según mis gustos.
- B. Le diría que me dejara en paz, que a mí me gusta vestirme así.
- C. Le pediría que tuviera en cuenta mis gustos y los respetara.
- D. Me sentiría molesto y procuraría hacerle caso.

1	0	N
---	---	---

10. Ser realistas es necesario y muy importante para aprender a comprendernos ¿Qué puede decir Ricardo de sí mismo? Responde.

2	1	0	N
---	---	---	---

11. Apreciar es darle valor o mérito a una persona. Busca en el texto tres comportamientos que consideres dignos de aprecio. Responde.

2	1	0	N
---	---	---	---

6 CRITERIOS

6.1 Corrección.

1. En el texto, se habla de situaciones que provocan reacciones emocionales diferentes. Estas situaciones se dan cada día en el centro o en casa. Escribe algunos ejemplos de situaciones habituales en las que tú corres el riesgo de perder el control.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para identificar situaciones de riesgo emocional (I1) para poder anticipar respuesta emocionalmente inteligentes.

2 puntos, si incluye dos o más situaciones problemáticas asociadas a cualquiera de los ámbitos escolar, familiar, social...

1 punto, cuando incluye dos.

0 puntos, cuando incluye una o ninguna o no responde.

2. Cuando algo te sucede, notas sensaciones físicas, sientes emociones y te vienen a la cabeza pensamientos. Ponte en lugar de Ricardo y completa las situaciones que se recogen en el cuadro:

Situación.	Sensación física.	Emoción.	Pensamiento.
Ejemplo: Cuando voy al	Nervios,	Miedo.	Me va a hacer

dentista.	angustia, ...		daño.
Cuando Ricardo se da cuenta que son casi las 8 y va a llegar tarde a clase.			
Cuando Ricardo llega a su casa y pone la mesa.			

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para describir y etiquetar las propias emociones (I2).

Situación.	a) Sensación física.	b) Emoción.	c) Pensamiento.
<i>Ejemplo: Cuando voy al dentista.</i>	<i>Nervios, angustia, ...</i>	<i>Miedo.</i>	<i>Me va a hacer daño.</i>
<i>Cuando Ricardo se da cuenta que son casi las 8 y va a llegar tarde a clase.</i>	<i>Nervios, inquietud, el corazón late deprisa.</i>	<i>Preocupación, ansiedad.</i>	<i>Voy llegar tarde. No voy a poder entrar al Instituto.</i>
<i>Cuando Ricardo llega a su casa y pone la mesa.</i>	<i>Tranquilidad, bienestar.</i>	<i>Alegría, felicidad, satisfacción.</i>	<i>Estoy ayudando a mi madre.</i>

2 puntos, cuando identifica, al menos, la sensación física, emoción y el pensamiento en alguna de las situaciones.

1 punto, en el resto de los casos siempre que identifique, al menos, uno de los criterios asociados a una de las dos situaciones.

0 puntos, cuando responde sin identificar ninguna o no responde.

3. Imagina que estás en lugar de Jorge cuando no le dejaban jugar el partido durante el recreo. ¿Cómo hubieras reaccionado tú?

- A. Me sentiría triste y deprimido y abandonaría el partido.
- B. Pensaría que mis compañeros nunca cuentan conmigo y evitaría estar en los partidos.
- C. Se lo diría al profesor para obligarlos a que me dejaran jugar.
- D. Procuraría concentrarme y mejorar para demostrar que soy capaz de hacerlo como ellos.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para controlar las reacciones y los estados de ánimo (I3) en situaciones de tensión.

1 punto, cuando la respuesta es D).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no responde.

4. Cuando te sientes triste no puedes evitar pensar de forma negativa. Imagina que estás en lugar de Ricardo. ¿En qué pensarías para evitar sentirte triste y deprimido?

- A. Humillación, tristeza.
- B. Ganas de desaparecer, huir, ...
- C. Todos nos equivocamos.
- D. Rabia, enfado.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para cambiar de pensamiento y dejar de pensar en negativo (14).

1 punto, cuando la respuesta es C).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no responde.

5. Ricardo ha suspendido el examen de Lengua. ¿Qué le aconsejarías?

- A. Que no le diera importancia y que a todos nos pasa.
- B. Que se olvide, pues esa materia no se le da bien.
- C. Que no ha estudiado suficiente y debe prepararse mejor.
- D. Que ha tenido mala suerte.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para tolerar el fracaso (15).

1 punto, cuando la respuesta es C).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no responde.

6. Jorge había sido apartado del equipo, porque sus compañeros decían que era muy malo jugando al fútbol. ¿Cómo reaccionas tú cuando te critican?

- A. Me peleo e insulto para defenderme cuando me insultan a mí.
- B. Reconozco mis errores e intento razonar para que dejen de criticarme.
- C. Me siento muy mal, pero me callo y me voy.
- D. No les doy importancia para demostrarles que “paso” de ellos.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para aceptar las críticas (16).

1 punto, cuando la respuesta es B).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no responde.

7. Juana está enfadada porque no la han invitado al cumpleaños. ¿Por qué crees que no la han invitado? ¿Cómo crees que se siente? ¿Cómo expresarías tu desacuerdo? Responde.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para controlar el enfado y expresarlo de manera adecuada (17) en base a tres criterios:

a) Está gorda, no tiene amigas, la odian, etc.

b) Mal, rechazada por el grupo, sola, sin amigos, etc.

c) Rechazar la situación, expresándolo con calma, sin agresividad, ni pasividad.

3 puntos, cuando responde a los tres interrogantes de forma adecuada.

2 puntos, cuando responde a dos de los interrogantes.

1 punto, cuando responde a uno.

0 puntos, cuando la respuesta nada tiene que ver con la pregunta, indica pasividad o comportamiento agresivo; o no responde.

8. Es importante aprender a decir lo que sentimos y compartirlo con los demás. ¿Qué hubieras dicho de ser tú la persona que no invitan al cumpleaños de Rosa?

- A. "Eres una impresentable".
- B. "Paso de vosotros".
- C. "Te desprecio".
- D. "Me entristece tú decisión".

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para expresar los sentimientos propios (I8) aunque estos sean de tristeza.

1 punto, cuando la respuesta es D).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no responde.

9. La madre de Ricardo critica su forma de vestir. ¿Cómo reaccionarías si tu madre criticara, de mala forma, tu manera de vestir?

- A. No haría caso y me seguiría vistiendo según mis gustos.
- B. Le diría que me dejara en paz, que a mí me gusta vestirme así.
- C. Le pediría que tuviera en cuenta mis gustos y los respetara.
- D. Me sentiría molesto y procuraría hacerle caso.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para actuar sin inhibiciones y no dejarse intimidar por lo que digan los otros (I9).

1 punto, cuando la respuesta es C).

0 puntos, cuando elige una de las restantes opciones o más de una opción.

N, cuando no contesta.

10. Ser realistas es necesario y muy importante para aprender a comprendernos. ¿Qué puede decir Ricardo de sí mismo? Responde.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para conocer sus posibilidades y hablar de forma realista de sí mismo (I10).

a) Soy capaz de conseguirlo.

b) Tengo que esforzarme.

2 puntos, cuando cumple con las dos condiciones.

1 punto, cuando cumple con una.

0 puntos, cuando se infravalora, supervalora; responde algo que nada tiene que ver o no responde.

11. Apreciar es darle valor o mérito a una persona. Busca en el texto tres comportamientos que consideres dignos de aprecio. Responde.

Criterios de corrección.

Se valora la competencia para identificar y valorar comportamientos positivos en los demás (I11).

a) Ricardo, en la clase de Matemáticas, se implica y lo hace bien

b) En clase de Lengua, controla su mal genio.

c) Defiende y consigue que juegue Jorge.

d) Ayuda en casa y pone la mesa.

2 puntos, cuando reconocen al menos dos situaciones.

1 punto, cuando localiza una situación.

0 puntos, cuando no localiza ninguna o no responde.

6.2 Calificación.

Niveles de desarrollo	1	2	3	4	5	6
	0-2	3-5	6-8	9-11	12-14	15-17
Puntuación máxima total					17 puntos	

7 ESPECIFICACIONES.

Tabla 1: Relaciones entre tareas, indicadores, formatos y puntuación con las competencias básicas, capacidades y objetivos que evalúa.

Tarea N°	Indicadores		Formato	Puntuación	Competencia	Capacidad	Objetivo
	N°	Descriptor					
1	1	Anticipación de situaciones de conflicto emocional.	RC	2,1,0	9	14	d1
2	2	Conciencia de estados de ánimo y de reacciones emocionales.	RC	2,1,0	9	12	d1
3	3	Autocontrol de reacciones y estados de ánimo.	EM	1,0	9	13	d1
4	4	Uso de pensamientos alternativos.	EM	1,0	9	14	g3
5	5	Tolerancia de la frustración y el fracaso.	EM	1,0	9	13	d1
6	6	Respuesta adaptada a las críticas.	EM	1,0	6 y 8	13	d1
7	7	Expresión adecuada del enfado.	RA	3,2,1,0	6 y 9	13	d1
8	8	Expresión de sentimientos.	EM	1,0	9	12	g2
9	9	Actuación sin inhibiciones.	EM	1,0	8 y 9	12	d1
10	10	Uso de un lenguaje realista para hablar de sí mismo.	RC	2,1,0	8 y 9	14	g2
11	11	Manifestación de alegría con el éxito de los otros.	RC	2,1,0	6 y 9	16	d1

Tabla 2: Relaciones entre indicadores de evaluación, procesos y capacidades.

Tarea	Indicadores		Procesos		Capacidades	
	N°	Descriptores.	N°	Descriptores.	N°	Descriptores.
1	1	Anticipación de situaciones de conflicto emocional.	2	Afectivos	1	Utilizar lenguaje autodirigido positivo: prevenir los efectos negativos.
2	2	Conciencia de estados de ánimo y de reacciones emocionales.	2	Afectivos	1	Conocer y confiar en sus posibilidades: tener confianza, actuar con seguridad, hacer atribuciones realistas.

Tabla 2: Relaciones entre indicadores de evaluación , procesos y capacidades.						
Tarea	Indicadores		Procesos		Capacidades	
Nº	Nº	Descriptor.	Nº	Descriptor.	Nº	Descriptor.
3	3	Autocontrol de reacciones y estados de ánimo.	2	Afectivos	13	Autocontrolar: tolerar frustraciones, evitar agresiones, expresar el enfado, aplazar demandas, aceptar críticas.
4	4	Uso de pensamientos alternativos.	2	Afectivos	14	Utilizar lenguaje autodirigido positivo: prevenir los efectos negativos.
5	5	Tolerancia de la frustración y el fracaso.	2	Afectivos	13	Autocontrolar: tolerar frustraciones, evitar agresiones, expresar el enfado, aplazar demandas, aceptar críticas.
6	6	Respuesta adaptada a las críticas.	2	Afectivos	13	Autocontrolar: tolerar frustraciones, evitar agresiones, expresar el enfado, aplazar demandas, aceptar críticas.
7	7	Expresión adecuada del enfado.	2	Afectivos	13	Autocontrolar: tolerar frustraciones, evitar agresiones, expresar el enfado, aplazar demandas, aceptar críticas.
8	8	Expresión de sentimientos.	2	Afectivos	12	Conocer y confiar en sus posibilidades: tener confianza, actuar con seguridad, hacer atribuciones realistas.
9	9	Actuación sin inhibiciones.	2	Afectivos	12	Conocer y confiar en sus posibilidades: tener confianza, actuar con seguridad, hacer atribuciones realistas.
10	10	Uso de un lenguaje realista para hablar de sí mismo.	2	Afectivos	14	Utilizar lenguaje autodirigido positivo: prevenir los efectos negativos.
11	11	Manifestación de alegría con el éxito de los otros.	2	Afectivos	16	Empatizar: reciprocidad, escuchar y asumir el punto de vista del otro, sensibilidad ante los sentimientos de los demás.

Tabla 3: Relaciones entre indicadores de evaluación y objetivos generales de la etapa.				
Tarea Nº	Indicadores		Objetivos generales de etapa	
	Nº	Descriptor	Nº	Descriptor
1	73	Anticipación de situaciones de conflicto emocional.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
2	2	Conciencia de estados de ánimo y de reacciones emocionales.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
3	3	Autocontrol de reacciones y estados de ánimo.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
4	4	Uso de pensamientos alternativos.	g3	Tener iniciativa y emprender.
5	5	Tolerancia de la frustración y el fracaso.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
6	6	Respuesta adaptada a las críticas.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.

Tabla 3: Relaciones entre indicadores de evaluación y objetivos generales de la etapa.

Tarea N°	Indicadores		Objetivos generales de etapa	
	N°	Descriptor	N°	Descriptor
7	7	Expresión adecuada del enfado.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
9	9	Actuación sin inhibiciones.	g2	Tener confianza en sí mismo.
8	8	Expresión de sentimientos.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.
10	10	Uso de un lenguaje realista para hablar de sí mismo.	g2	Tener confianza en sí mismo.
11	11	Manifestación de alegría con el éxito de los otros.	d1	Controlar y manifestar emociones y sentimientos consigo mismo y con los demás.

8 PLANTILLA DE CORRECCIÓN.

Registro	Alumno:					
Tarea N°	Indicadores	N	0	1	2	3
1	Anticipa situaciones de conflicto emocional.					
2	Toma conciencia de estados de ánimo y de reacciones emocionales.					
3	Controla las reacciones emocionales y estados de ánimo.					
4	Usa pensamientos alternativos.					
5	Aplaza las demandas y recompensas.					
6	Responde de forma adecuada a las críticas.					
7	Expresa de forma adecuada el enfado.					
8	Expresa sus sentimientos.					
9	Actúa sin inhibiciones.					
10	Habla de forma realista de sí mismo.					
11	Se alegra del éxito de los otros.					