



Módulo IV

**Autoconocimiento y
desarrollo personal**



Módulo IV

Autoconocimiento y desarrollo personal

Resumen del área de trabajo

El desarrollo socio-afectivo, la comprensión y entendimiento de las emociones propias y ajenas, el desarrollo de la percepción viso-espacial en diferentes entornos, así como el conocimiento propio del cuerpo son los ejes fundamentales sobre los que trata el presente módulo.

Conocer nuestro propio cuerpo y sus necesidades fisiológico-alimentarias nos permitirá cuidarlo de forma correcta para tener una buena salud y calidad de vida.

El desarrollo de la percepción viso-espacial permitirá incrementar la autonomía ya que se le concederá al alumnado una gran variedad de recursos para saber ubicarse y desplazarse con libertad por el entorno urbano o rural en el que vive. Por último, conocer y entender las emociones propias y ajenas es el primer paso para saber regularlas y tener una mejor relación con el entorno social que nos rodea.

Programa

1- "Cuidado personal"

A- Conocer el propio cuerpo.

B- Saber que necesidades alimentarias requiere nuestro cuerpo para estar sano.

C- Saber cómo cuidar las diferentes partes de nuestro cuerpo.

2- "Autonomía por el entorno urbano-rural"

A- Familiarizarse con los entornos próximos de su zona.

B- Saber ubicarse en el espacio y dar indicaciones (derecha, izquierda, arriba y abajo) para guiar a otras personas.

C- Saber desplazarse de manera autónoma por el espacio mediante los recursos tecnológicos a su disposición.

3-. "Educación afectivo-sexual"

A- Conocer las diferentes emociones.

B- Entender las emociones para saber cómo gestionarlas.

C- Conocer cómo me siento en diferentes situaciones y cómo puede sentirse mi compañero/a.

Resultados de aprendizaje

-Desarrollar un conocimiento básico sobre las necesidades fisiológicas del propio cuerpo.

-Saber hacerse planes de alimentación semanal que sean saludables para el cuerpo.

-Conocer diferentes maneras para mantener una higiene personal e íntima.

-Saber buscar medios para desplazarse por el entorno urbano próximo a través de las tecnologías (Google Maps).

-Saber desplazarse de forma autónoma por el entorno cercano del alumnado.

-Poder dar indicaciones para guiar a otras personas por el espacio.

-Conocer las emociones primarias.

-Conocer las emociones secundarias.

-Saber detectar emociones en uno mismo y en los demás.

-Aprender técnicas de regulación emocional.

Metodologías de aprendizaje

Tomando como referencia el Diseño Universal de Aprendizaje (DUA) y las necesidades del alumnado de la academia, se emplearán las diferentes aplicaciones y entornos digitales para adquirir los conocimientos requeridos sobre el cuidado personal, la gestión de las emociones y saber cómo desplazarse por el medio urbano-rural de forma autónoma.

A través de simulaciones por medio de las tecnologías se trabajará el desplazamiento y diferentes formas de transportarse por el entorno próximo al alumno/a.

Para trabajar el cuidado personal se buscará el entendimiento sobre la necesidad de cuidar el propio cuerpo y el trabajo autónomo mediante la realización de

horarios alimenticios semanales y personalizados.

Por último, para trabajar las emociones se usarán cuentos, role-playing y recursos audiovisuales que simulen diferentes situaciones las cuales necesiten de una solución mediante una adecuada gestión emocional.

Sistema de evaluación

La evaluación será continua e individual, llevándose a cabo un registro continuo del desarrollo de las sesiones online, el cual quedará reflejado en una rúbrica que estará a disposición de las familias. Gracias a este seguimiento se podrán analizar factores que influyen en el aprendizaje del alumnado como el estado de ánimo, preocupaciones, emociones que pueda sentir, comodidad con la materia, entre otros aspectos. Así pues, tras esta evaluación, realizada de forma continuada en el tiempo se obtendrá un balance global del avance en el proceso de enseñanza-aprendizaje, potenciando así el conocimiento acerca de las necesidades educativas de cada alumno/a.

Así pues, también se realizarán evaluaciones concretas en relación con el área: conocer las necesidades fisiológicas del cuerpo, entender las emociones propias y ajenas, así como saber métodos de autorregulación, y usar herramientas digitales para desplazarse por el entorno próximo al alumnado.

Por último, una evaluación final en donde se valorará el resultado final del alumnado tras haber superado el tiempo de realización del presente módulo.