



INSTITUTO JUAN PABLO II

Avda. Sáenz Peña 576

TEL: 0381-4205711

InstjuanpabloII@arnet.com.ar

www.instjuanpabloii.com.ar

Materia	Acompañamiento a las trayectorias escolares
Prof. Curso	Carla Carrizo 4 Año A
Trabajo Práctico N° 15	
Fecha: 06//02/26	

Tema: Gestión de la frustración y fortalecimiento de la convivencia grupal.

Duración: 80 minutos

Objetivos:

- Reconocer estrategias para gestionar la frustración de manera saludable.
- Promover la reflexión sobre situaciones cotidianas que generan frustración.
- Fortalecer los vínculos entre compañeros mediante un espacio de convivencia e integración.

Inicio (10 min.)

Retomaremos el tema trabajado en la clase anterior sobre la frustración. Se realizará una breve puesta en común en la que los alumnos compartirán las actividades realizadas previamente y las conclusiones a las que arribaron sobre los obstáculos que enfrentan y las formas de superarlos.

Desarrollo (30 min.)

Se completará el abordaje del tema copiando en el pizarrón una serie de recomendaciones para gestionar la frustración de manera positiva.

- Reconocer y expresar las emociones.
- Aceptar que no siempre las cosas salen como esperamos.
- Buscar soluciones alternativas ante las dificultades.
- Pedir ayuda cuando sea necesario.
- Valorar los errores como oportunidades de aprendizaje.
- Practicar la paciencia y la perseverancia.
- Mantener pensamientos positivos y realistas.

Cierre (40 min.)

Se desarrollará una actividad de convivencia e integración grupal destinada a fortalecer los vínculos entre los miembros del curso y favorecer un clima de respeto, compañerismo y participación. Durante este espacio compartiremos un momento de encuentro e intercambio, finalizando con una despedida grupal y buenos deseos para el receso invernal.