



**Mi Universidad**

## **Carta Descriptiva**

Nombre del Alumno: Yoselin Mendoza Moreno

Nombre del tema: Salud mental

Unidad: 4°

Nombre de la Materia: Evaluación del aprendizaje

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 6°A

Comitán de Domínguez, Chiapas a 31 de julio del 2024

# Importancia de la Salud Mental

## Objetivo General:

- Tomar conciencia sobre la importancia de la salud mental.

## Objetivos Específicos:

- Conocer el concepto de salud mental.
- Conocer aspectos relacionados con la salud mental.

| TEMA                            | OBJETIVOS  | ACTIVIDADES  | MATERIA L                           | DURACIÓ N  | ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN                    | TÉCNICA                              |
|---------------------------------|--|--|-------------------------------------|------------|--|--------------------------------------|
| Presentació n del equipo.       | Proporcionar el nombre de los integrantes del equipo para darnos a conocer, dar a conocer el objetivo general y dar a conocer el reglamento. | Presentarse y mencionar reglamento e indicaciones a seguir durante la actividad.       | Papel Bond, cinta y plumones        | 5 minutos  | Participación de los licenciados (equipo).   | Escucha activa.                      |
| Presentació n del grupo.        | Actividad para romper el hielo, conocer a los integrantes del grupo y reconocimiento personal.   | Presentarse mediante la actividad llamada "telaraña de estambre" (nombre y 1 cualidad) | Estambre.                           | 10 minutos | Participación grupal.                        | Rompe Hielo                          |
| Actividad para iniciar el tema. | Saber el conocimiento que los alumnos tienen sobre el tema (salud mental).   | Sorteo de preguntas.   | Hojas de papel y urna.              | 5 minutos  | Participación grupal y nivel de interacción. | Lluvia de ideas                      |
| Exposición                      | Reconocer la importancia, definición y componentes de la salud mental.   | Exposición sobre la salud mental.  | Diapositiv as. Pantalla. Laptop.    | 20 minutos | Participación del equipo.                    | Escucha activa.                      |
| Retroalimen tación              | Conocer y medir el nivel de comprensión que retuvieron los alumnos durante la exposición   | Resolución de dudas mediante el juego "ahorcado".                                      | Plumones Pizarrón Preguntas hechas. | 10 minutos | Participación del grupo y del equipo.        | Trabajo en equipo y lluvia de ideas. |
| Cierre                          | Despedida y agradecimiento del equipo hacia el grupo.  | Cerrar la clase.   | Diapositiv as. Laptop. Pantalla.    | 2 minutos  | Participación del equipo.                    | Despedida                            |