



UNIDAD DE APRENDIZAJE: ORIENTACIÓN

1.	Área de conocimientos	Ingeniería y Ciencias Físico Matemáticas. Ciencias Sociales y Administrativas. Ciencias Médico Biológicas.
2.	Nivel	1°
3.	Área de formación	Científica, Humanística y Tecnológica Básica
4.	Tipo de Espacio	Aula, Laboratorio y Otros ambientes de aprendizaje.
5.	Modalidad	Escolar, No escolarizada y Mixta
6.	Vigencia a partir de: agosto 2008.	

GUÍA DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA GENERAL

Diseña metodología de autoaprendizaje con base en el reconocimiento de sus capacidades, para desarrollar hábitos y estilos de vida que le permitan enfrentar con éxito su actividad académica e integrarse en el contexto escolar

Competencias Particulares

1. Explica a la célula como la unidad estructural y funcional de todos los seres vivos, a partir del análisis de su importancia en el desarrollo científico tecnológico y social.

2. Evalúa las capacidades sociocognitivas y afectivas con que cuenta para desarrollar fortalecer y optimizar sus habilidades sociales, que le permitan establecer proyectos personales a lo largo de la vida.

3. Aplica herramientas sociocognitivas y afectivas a su realidad para pensar y actuar por si mismo, como reflejo de madurez moral e intelectual, en el contexto de la escuela, fuera de ella y a lo largo de la vida.

Analiza comparativamente las diferentes etapas del siglo vital, para identificar sus principales características y ubicarlas en su

Identifica las capacidades sociocognitivas y afectivas personales en base a las habilidades sociales.

Describe las distintas estrategias para el desarrollo de habilidades sociales en fase a los conocimientos adquiridos en las unidades 1 y 2.

Describe las características de la adolescencia, a partir de su experiencia personal, escolar y familiar.

Valora el alcance y limitaciones de sus propias habilidades a partir de las teorías ya revisadas

Utiliza distintas estrategias en la solución de problemas en su entorno inmediato.

Analiza y valora la contribución que cada instancia del entorno inmediato proporciona en la construcción de su identidad.

Instrucciones generales:

La guía de aprendizaje contiene las tres unidades que integran el programa de estudios vigente de la Unidad Aprendizaje de Orientación Juvenil y Profesional I, en ellas encontrarás lo visto en tus clases, por lo que se te sugiere que:

- Consultes otras referencias documentales.
- Realices lecturas diferentes a las propuestas.
- Redactes otros textos, etc.

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA: RECONOCIMIENTO DE LAS ETAPAS DEL CICLO VITAL

COMPETENCIA PARTICULAR: Explica los principales factores que contribuyen a la formación de la identidad, mediante el análisis de las etapas de desarrollo, en su contexto personal.

RAP 1. Analiza comparativamente las diferentes etapas del ciclo vital, para identificar sus principales características y ubicarlas en su experiencia personal.

INSTRUCCIONES GENERALES: LEA CON ATENCION Y CONTESTE CORRECTAMENTE CADA UNO DE LOS CUESTIONAMIENTOS QUE SE LE INDICAN.

TEORIA DE ERIK ERIKSON SOBRE LA IDENTIDAD

Instrucciones: De la siguiente biografía, identifica las etapas de la vida y anótalas sobre la línea, según Erik Erikson.

Benito Juárez.

Cursó sus primeros estudios en su pueblo natal. **Etapas** _____

Tenía veinte años cuando ingresó en el Instituto de Ciencias de Oaxaca, donde se licenció en derecho. Su preocupación por la realidad social y en particular por la situación de los campesinos lo llevó a expresar sus puntos de vista liberales y a participar activamente en política.

Etapas _____

A los trece años, marchó a Oaxaca donde fue protegido de Antonio Salanueva

Etapas _____

En 1831 (25 años) Benito Juárez fue elegido regidor del ayuntamiento de Oaxaca y al año siguiente, diputado al Congreso del Estado.

Etapas _____

Este hecho y el temor a que buscara perpetuarse en el cargo, motivaron la reacción dentro de su propio partido. A pesar de las dificultades económicas, de la hostilidad del Congreso y de numerosos pronunciamientos, en 1872 (66 años) Juárez fue nuevamente reelegido. Apoyado por el general Ignacio Mejía, Benito Juárez consiguió dominar los pronunciamientos, pero murió sin terminar su periodo en la ciudad de México el 18 de Julio de 1872.

Etapas _____

Después de tres años de guerra entró en la capital y ordenó fusilar a Maximiliano I en Querétaro. Con el país empobrecido y desunido, fue reelegido por séptima vez en agosto de 1867, restauró la República federal y, al tiempo que daba vigencia a las leyes de Reforma, adoptó una serie de medidas para fortalecer la autoridad presidencial.

Etapas _____

La energía con que defendió los intereses que representaba le valió en 1846 (40 años) ser diputado por Oaxaca ante el Congreso de la Unión. Un año más tarde fue designado gobernador de su estado natal, cargo en el que permaneció hasta 1852. **Etap**

Benito Juárez García nació el 21 de Marzo de 1806 en San Pablo Guelatao, México. Hijo de Marcelino Juárez y Brígida García, matrimonio indígena de humilde condición, quedó huérfano siendo niño **Etap**

Instrucciones: En el siguiente cuadro anota la edad y las características que tiene el ser humano en cada etapa psicosocial.

Edad	Etap psicosocial	Características
Infancia	Confianza frente a desconfianza	
Niñez temprana de	Autonomía frente a desconfianza	
Niñez	Iniciativa frente a culpa	
Niñez tardía	Laboriosidad frente a inferioridad	
Adolescencia	Identidad frente confusión de roles	
Juventud	Intimidad frente a aislamiento	
Adultez	Generatividad frente a estancamiento	
Madurez	Inseguridad frente a desesperación	

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA: RECONOCIMIENTO DE LAS ETAPAS DEL CICLO VITAL

COMPETENCIA PARTICULAR: Explica los principales factores que contribuyen a la formación de la identidad, mediante el análisis de las etapas de desarrollo, en su contexto personal.

RAP 2. Describe las características de la adolescencia, a partir de su experiencia personal, escolar y familiar.

Instrucciones: completa las frases de la columna izquierda con las opciones que correspondan de acuerdo a las que se te presentan en la columna de la derecha.

Es el primer grupo social al que pertenecemos_____	La cultura y las costumbres.
Sus funciones específicas son _____, _____y _____	Alimento, afecto, protección y seguridad.
Los padres regulan las demandas de _____, _____, _____ Y _____	Nacer, crecer, reproducirse y morir.
El ser humano en el ciclo vital es donde despliega sus funciones de _____, _____, _____	Dar afecto cuidado y educar a los hijos.
La manera en que vive los distintos momentos del ciclo vital dependen de _____, _____	La Familia
El ciclo vital familiar se encuentra inmerso en _____y _____	Los recursos que tenga y de la adaptación a experiencias previas

Instrucciones: Coloca dentro del paréntesis la letra del inciso que corresponda a la descripción de cada una de las etapas que se viven en el ciclo vital de la familia.

a).-Los hijos	() Este proceso será fácil o difícil, de acuerdo con el apego familiar que hayan desarrollado durante su juventud e infancia.
b).-La adolescencia	() Los adultos jóvenes se encuentran en posición de formalizar una relación de noviazgo para contraer matrimonio, así quedará constituido un nuevo sistema de una nueva familia, con características nuevas y propias.
c).-La vejez	() Es la etapa donde se generan muchos cambios en relación con la pareja, aparecen otros roles, la pareja debe ser responsable y saber cuántos hijos realmente podrían entrar en su núcleo familiar.
d).-El desprendimiento	() Es una etapa de grandes crisis para la mayoría de los individuos y la familia, se sufren cambios de experimentación y de definición, los padres se enfrentan nuevamente como parejas.
e).-El nido vacío	() La pareja enfrenta los problemas que se presentan en la edad madura, la vejez, la aceptación de los nietos y el papel de abuelo, la jubilación, la muerte, la diferencia con las nuevas generaciones.
f).-El encuentro	() Etapa mas difícil de enfrentar, la pareja debe adaptarse a la perdida y retos propios de la edad; la búsqueda de una nueva identidad, de la compañía que produzca placer dada integrante sufrirá cambios a nivel corporal y emocional

LA ESCUELA CONFORMADORA DE VALORES

Instrucciones: En el siguiente cuadro escribe las actividades que se realizan de manera coordinada entre escuela y familia para tu educación

ENSEÑANZA DE VALORES, NORMAS Y COSTUMBRES	DESARROLLO DE HABILIDADES PARA LA VIDA	EDUCACION EN DESTREZAS BASICAS Y PARA EL APRENDIZAJE	TRANSMISION DE NORMAS Y RESPONSABILIDADES
-	-	-	-
-	-	-	-
-	-	-	-
-	-	-	-
-	-	-	-
-	-	-	-

Instrucciones: contesta clara y concisamente los siguientes cuestionamientos.

1.- Anota 10 valores que consideres importante para tu desarrollo personal.

2.- Escribe 5 valores que consideras que deben practicarse en la escuela.

3.- ¿Por qué crees que hay alumnos y alumnas que no cumplen con las reglas de la escuela?

IDENTIDAD POLITECNICA

Instrucciones: Contesta correctamente las siguientes preguntas relacionadas con el IPN:

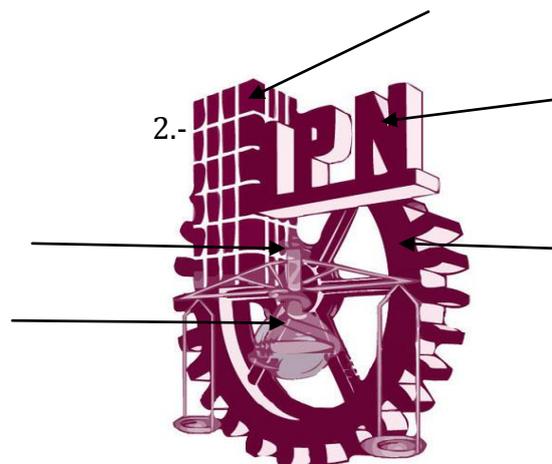
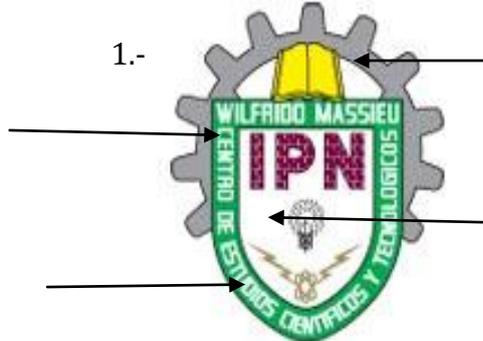
1.- En qué fecha se funda el IPN. _____

2.- En qué periodo presidencial se impulsa la creación del IPN. y en qué periodo se consolida _____

3.- Bajo qué fundamentos se decide crear al IPN

4.- Nombra a tres personajes que elaboraron el documento que sirvió como base para la fundación del IPN.

Instrucciones: En los siguientes escudos que se te presentan menciona a que se refiere cada elemento que lo compone.



3.-Cuál es la visión del I.P.N.

4.- Cuál es la misión del I.P.N.

5.- Cuál es la visión del CECyT Wilfrido Massieu

6.- Cuál es la misión del CECyT Wilfrido Massieu

7.- La porra es:

Huelum Huelum
¡Gloria!

8.- El lema que expresa los objetivos fundamentales de la institución es:

9.- Escribe una frase creada por ti:

10.-La mascota del IPN es:

11.-En la siguiente tabla escribe el decálogo del Politécnico y que es lo que significa cada una de ellas para ti:

DECÁLOGO DEL POLITÉCNICO

DECÁLOGO	LO QUE SIGNIFICA PARA MI
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

12.- Del Decálogo estudiantil, elige la frase con la que más te identifiques y explica por qué:

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA: RECONOCIMIENTO DE LAS ETAPAS DEL CICLO VITAL

COMPETENCIA PARTICULAR: Explica los principales factores que contribuyen a la formación de la identidad, mediante el análisis de las etapas de desarrollo, en su contexto personal.

RAP 3. Analiza y valora la contribución que cada instancia del entorno inmediato proporciona en la construcción de su identidad.

IDENTIDAD

Instrucciones. De las siguientes opciones, anota en la línea el concepto que corresponda:

La cultura juvenil	Los valores	Las reglas	Con los amigos
La escuela	La familia	Medios de comunicación	

- a).- _____ es la institución más importante para el desarrollo de un niño en las primeras etapas de la vida.
- b).- _____ aquí va adquiriendo sus primeros valores, sus primeras normas de comportamiento, sus primeros sentimientos.
- c).- _____ pueden funcionar como vehículos concretos de expresión de los valores.
- d).- _____ regula los horarios, las tareas domésticas, las rutinas.
- e).- _____ a través de ellas se determina quien habla con quién, quién tiene derecho a qué, cómo se expresan los afectos, qué se penaliza, qué se premia, a quién le corresponde hacer qué.
- f).- _____ es donde se realiza la interacción entre la cultura de experiencias adquiridas en la familia y la cultura.
- g).- _____ se ponen de manifiesto las contradicciones, los conflictos y las exigencias de los distintos sectores de la sociedad, enseñando así a vivir dentro de una sociedad llena de contradicciones.
- h).- _____ encuentra una nueva manera de vestir, de hablar, de relacionarse, de afrontar una sexualidad desbordante que estimula tanto como lo desconcierta.
- i).- _____ en donde el joven tiene gran necesidad de crear lugares de reunión que no estén regulados por los adultos.
- j).- _____ se construyen en dos espacios; en el del ocio y en el de las actividades académicas y/o laborales
- k).- _____ la música, los tatuajes, o piercings, fanzines, revistas alternativas, grafitis, deportes, artes plásticas, e incluso leguajes propios
La vida familiar sigue siendo un valor fundamental, es algo que te identifica y te marca hacia el futuro.

Instrucciones- Platica con tus papás y elabora un cuadro comparativo de 10 de sus valores y 10 tuyos, hazlo en orden de importancia.

VALORES DE MIS PADRES	MIS PROPIOS VALORES
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
8	8
9	9
10	10

EVIDENCIA INTEGRADORA DE LA UNIDAD

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	
PRESENTA UN ENSAYO AUTOBIOGRÁFICO QUE PLANTEA LA PROBLEMÁTICA SOBRE SU IDENTIDAD	<ol style="list-style-type: none"> Describe los factores y la interacción entre ellos en un cuadro conceptual de acuerdo a su desarrollo a lo largo del ciclo de vida. Anota los eventos o sucesos personales, escolares y familiares significativos de su historia personal. Relaciona congruentemente los sucesos con los cambios biológicos, psicológicos y sociales

Agrega las hojas necesarias para realizar tu trabajo.

UNIDAD 2 DEL PROGRAMA: IDENTIFICACIÓN Y DESCUBRIENDO LAS HABILIDADES SOCIALES

COMPETENCIA PARTICULAR: Evalúa las capacidades sociocognitivas y afectivas con que cuenta para desarrollar fortalecer y optimizar sus habilidades sociales, que le permitan establecer proyectos personales a lo largo de la vida.

RAP 1: Identifica las capacidades sociocognitivas y afectivas personales en base a las habilidades sociales.

Instrucciones: Conforme a la teoría de Jean Peaget, anote las palabras faltantes para completar dicha teoría.

Jean Peaget es el principal exponente del desarrollo cognitivo. Se interesa por los cambios _____ que tienen lugar en la formación mental de la persona. El ser humano tiene una organización _____ la cual es responsable del modo único del funcionamiento de las personas. De forma invariante el ser humano _____ sus estructuras cognitivas en su _____ entre el organismo y el entorno.

INTERACCION	INTERNA	SEPARACION	CUALITATIVOS
ADAPTA	CUANTITATIVOS	EXTERNA	

Instrucciones: En la adolescencia se distinguen dos etapas, la preadolescencia (pubertad) y la adolescencia. Dentro de la primera etapa encontramos diferentes niveles de desarrollo, identifica que características corresponden a cada nivel y coloca el número que corresponda a cada paréntesis:

()	Desarrolla su espíritu crítico. Discute para probar su capacidad y la seguridad del adulto. Usa con mayor facilidad los procedimientos lógicos: análisis, síntesis... descubre el juego del pensamiento.	1. Desarrollo sexual
()	Creciente emancipación de los padres, busca independencia pero a la vez la protección de ellos. Se presenta la mutua falta de comprensión (con sus padres). Tiene necesidad de valorarse, de afirmarse, de afiliación y de sentirse aceptado y reconocido por los de su entorno. Su principal interés son las diversiones, el deporte, etc. Se fija metas y objetivos propios	2. Desarrollo cognitivo
()	Gran intensidad de emociones y sentimientos. Las manifestaciones externas son poco controladas y se traducen en tics nerviosos, muecas, refunfuños, gestos bruscos, gritos extemporáneos. Pasa con facilidad de la agresividad a la timidez.	3. Desarrollo tendencial
()	Tiene necesidad de seguridad pero a la vez una necesidad de independencia de sus padres. Esto hace que despierte la necesidad de libertad, de ser independiente y libre; para ello emplea la desobediencia como una necesidad.	4. Desarrollo afectivo
()	Tendencia a la separación entre chicas y chicos así como gran curiosidad por todo lo relacionado con la sexualidad.	5. Desarrollo social

Instrucciones: Lea cuidadosamente las siguientes afirmaciones en relación a las características del pensamiento en la adolescencia y subraye el inciso que la identifique.

1. Aquí el pensamiento es más objetivo y racional, elabora teorías de todas las cosas, es capaz de razonar de un modo hipotético-deductivo. Llega a conclusiones que pueden contradecir los datos de la experiencia.

- a) Edad de los ideales. b) Pensamiento Lógico y formal c) Edad de la fantasía

2. Sueña con los ojos abiertos ya que el mundo real no ofrece bastante campo ni proporciona bastante materia a las desmedidas apetencias de sentir.

- a) Edad de la fantasía. b) Pensamiento Lógico y formal c) Edad de los ideales

3. Descubre los valores y trata de conquistarlos para sí y para los demás (depende de su formación recibida).

- a) Edad de los ideales. b) Edad de la fantasía c) Pensamiento Lógico y formal

Instrucciones: De acuerdo a Schneiders, en el adolescente sobresalen las siguientes motivaciones, de acuerdo a las siguientes afirmaciones identifique a qué necesidad corresponde colocando el número correspondiente en cada paréntesis. Algunos pueden repetirse.

()	Más que una existencia separada y suficiencia económica, significa sobre todo independencia emocional, intelectual, volitiva y libertad de acción. Se trata de una afirmación de sí.	1. Necesidad de seguridad.
()	Este mayor contacto con la sociedad favorece un conocimiento más real de la sociedad, mayor conciencia de los demás, así como una progresiva conciencia de pertenencia a una clase social. Adaptación heterosexual, la búsqueda de status en el grupo de compañeros de la misma edad. Este deseo se manifiesta claramente en las actividades vicarias. Por esto mismo se meten en actividades poco recomendables	2. Necesidad de independencia.
()	Por los cambios fisiológicos, la incoherencia emotiva, o por la falta de confianza en los propios juicios y decisiones.	3. Necesidad de experiencia.
()	La sensibilidad avanza en intensidad, amplitud y profundidad. Una manifestación e simpatía, un cumplido que reciba, le pondrá radiante, entusiasmado y gozoso. Es variado en el humor.	4. Necesidad de afecto.
()	Es un comprometer todo a su ser, a la búsqueda de la imagen ideal de sí mismo, donde pone a prueba la fuerza de la voluntad, la solidez de las posibilidades y cualidades personales.	5. Necesidad de desarrollo social e integración.
()	Desarrollar un sentido del honor, la sinceridad (signo de una personalidad que se afirma) la valentía y la lealtad.	6. Necesidad de desarrollo moral
()	En este proceso encontramos en el adolescente una serie de oscilaciones entre la excitación y depresión, trabajo y ocio, delicados e hirientes, tratables e intratables, confianza y desconfianza en sí mismos.	

Instrucciones: Dependiendo de cómo fueron educados los hijos, la relación con los padres puede ser conflictiva debido a varios factores. De los siguientes factores señale con una V de verdadero y con una F de falso los generadores de dichos conflictos.

1. Por las relaciones personales precedentes defectuosas.....	()
2. Por sobre protección de los padres o por abandono.....	()
3. Por el fenómeno de la constancia perceptiva, a través de la cual a los hijos se les ve siempre como adultos	()
4. Por las frustraciones de los padres proyectadas hacia sus hijos que llevan a una identificación a la inversa y a una mala interpretación.....	()
5. Por el sentido de inutilidad por parte de los padres hacia los hijos.....	()
6. Por dudas de parte de los padres en torno a la responsabilidad de sus hijos.....	()
7. Por el hecho de que los padres son adultos y representan a la clase privilegiada, que no niegan a los adolescentes el “estatus” del mismo género.....	()
8. Porque no existe una brecha generacional.....	()
9. El saber negociar los intereses de cada uno (padres y adolescentes)	()
10. P Por el síndrome de la “Perpetua Adolescencia”, con sentimiento de inferioridad, irresponsabilidad, egocentrismo, entre otros.....	()

UNIDAD 2 DEL PROGRAMA: IDENTIFICACIÓN Y DESCUBRIENDO LAS HABILIDADES SOCIALES

COMPETENCIA PARTICULAR: Evalúa las capacidades sociocognitivas y afectivas con que cuenta para desarrollar fortalecer y optimizar sus habilidades sociales, que le permitan establecer proyectos personales a lo largo de la vida.

RAP 2: Valora el alcance y limitaciones de sus propias habilidades a partir de las teorías ya revisadas.

Instrucciones: Subraya el inciso de la respuesta correcta de cada una de las siguientes cuestiones.

1.- Para lograr que tu convivencia sea lo más armoniosa posible debes de aplicar ciertos principios de carácter general tales como:

a) Tener muchos amigos b) tener muchas experiencias c) revisar tus actitudes y disposición al cambio.

2.- Las relaciones humanas se basan principalmente en la propia relación entre cada miembro de la sociedad, la cual posee grados de orden jerárquico, y esta relación se da gracias a la:

a) Disposición b) actitud c) comunicación. d) buena voluntad

3.- Es el producto de de experiencias de relaciones humanas insatisfactorias

a) Madurez b) inmadurez c) infantilismos d) Stress.

4.- Las malas relaciones humanas implican una amenaza claramente comprobada de problemas de salud tanto en lo mental como en lo orgánico, teniendo como consecuencia

a) Enfermedades Psicosomáticas. b) Frustraciones c) Divorcios

5.- Son aquellas en que no obstante las divergencias lógicas entre las personas, hay un esfuerzo por lograr una atmósfera de comprensión, respeto y tolerancia, con un interés de bien común.

a) Hipocresía y falsedad c) Relaciones humanas auténticas. c) Ambientes sin discrepancias

6.- Son un amplio conjunto de acciones que permiten a las personas o adolescentes actuar con mayor posibilidad de éxito en las relaciones humanas. El mantener estas relaciones sanas, los adolescentes disminuirán los factores de riesgo social que se encuentran a su alrededor.

a) Competencias personales b) Competencias Sociales. D) Competencias Escolares

7.- Entre los diferentes tipos de habilidades sociales que podemos entrenar para superar el aislamiento, inseguridad, la timidez y las conductas antisociales son (menciona por lo menos tres):

TEORIA DE LAS INTELIGENCIAS MULTIPLES

Instrucciones: Traza con una línea uniendo las columnas de acuerdo a cada concepto con su definición según corresponda.

Inteligencia	1.- Capacidad para reconocer sentimientos propios y ajenos, y la habilidad para manejarlos. Se refleja en la forma en cómo se manejen las relaciones con otros en base a sus habilidades y actitudes.
Inteligencias múltiples	
Experiencias cristalizantes	2.- Del latín: Inter-entre y elegere-elegir. Puede definirse como la capacidad de la mente por la cual comprendemos cuanto sucede y nos permite elegir la mejor opción para resolver problemas y dificultades.
Inteligencia emocional	
Experiencias Paralizantes	3.- Somos inteligentes de diferentes maneras y en forma conjunta, es una destreza que se puede desarrollar.
Experiencias traumantes	4.- Son significativas en la historia personal, claves para el desarrollo del talento y de las habilidades de las personas.
	5.- Son aquellas que bloquean el desarrollo de una inteligencia

Instrucciones: Estructura tu propia tabla donde se resuman las 8 inteligencias además de la emocional, colocando en cada cuadro las palabras o frases según corresponda a cada inteligencia, de acuerdo a los puntos más importantes que se enlistan en la segunda tabla:

	INTELIGENCIA	DESCRIPCIÓN	SE RELACIONA CON	HABILIDADES	ACTIVIDADES ESCOLARES
1	Verbal Lingüística				
2	Lógico Matemática				
3	Visual Espacial				
4	Corporal kinestésica				
5	Musical Rítmica				
6	Interpersonal				
7	Intrapersonal				
8	Naturalista				
9	Emocional				

TABLA 2

DESCRIPCION	SE RELACIONA CON	HABILIDADES	ACTIVIDADES EN SALON DE CLASES
a) Es la habilidad que involucra el cuerpo para resolver problemas o manipular objetos	a) - la empatía - habilidades sociales - control de los sentimientos y las emociones. - la autodisciplina. - reconocer y aceptar los sentimientos y las emociones de los demás. - la perspectiva y creatividad.	a) Trabajar en el medio natural, explorar los seres vivos, aprender acerca de las plantas y temas relacionados con la naturaleza.	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos de palabras • Concursos de oratoria • Escritura de cuentos, poesías y ensayos • Desarrollo de publicaciones, debates verbales • Club de lectura • Discusiones de temas específicos • Escribir diarios • Concursos de chistes
b) Capacidad de procesar con rapidez mensajes lingüísticos (orales y escritos) ordenar palabras y dar sentido lúcido a los mensajes.	b) -sonidos instrumentales. -sonidos ambientales. -tocar instrumentos musicales- -vocalizar, Sensibilidad al ritmo	b) Aceptación Autonomía Iniciativa Autocontrol Responsabilidad	<ul style="list-style-type: none"> b) Cantar • Utilizar ritmos • Crear melodías y canciones • Tocar instrumentos • Desarrollar una rutina de baile • Identificar géneros musicales
c) Capacidad para percibir visual y espacialmente, orientarse, pensar en tres dimensiones y realizar imágenes mentales.	c) -Conocimiento de uno mismo. -autorreflexión. -ser sensato y cuidadoso con uno mismo. -gusto por el orden. -proyectos individuales. -destrezas de concentración. Procesar emociones.	c) Aceptación. Comprensión. Colaboración. Expresión. Escucha.	<ul style="list-style-type: none"> • Proyectos de artes visuales • Preparar mapas conceptuales • Fotografías, videos • Utilizar recursos audiovisuales • Hacer gráficas, diagramas • Diseño comercial y escenografías • Hacer esculturas • Diseñar interiores y exteriores de casas • Certámenes artísticos
d) Habilidad para conectarse con la vida emocional y orientar conductas	d) -Protección y conservación del ambiente. -hacer giras y encuentros con la naturaleza -trabaja con apreciación y entendimiento de la naturaleza	d) Escuchar. Identificar. Reproducir. Conceptualizar. Combinar.	<ul style="list-style-type: none"> d) • Rompecabezas • Ejercicios de solución de problemas • Experimentos • Juegos matemáticos • Ejercicios de lógica
e) Capacidad para percibir, distinguir, transformar y expresarse con los elementos de la música. Tono y ritmo	e) -Enseñanza colaborativa -aprendizaje colaborativo. - empatía con los demás. -dar retroalimentación -proyectos grupales. -intuir los sentimientos de otros. -comunicación persona a persona. -percibir los motivos de los demás.	e) Motricidad fina y gruesa.	<ul style="list-style-type: none"> e) • Movimientos creativos • Deportes • Ejercicios de relajación • Presentación de obras teatrales • Concursos de baile • Modelaje de ropa

<p>f) Capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Incluye las habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento de nuestro entorno</p>	<p>f) -Estructura creativa -expresión oral. -humor. -expresión formal e informal. -leer. -contar historias / cuentos. -tener amplio vocabulario.</p>	<p>f) Localizar en espacio y tiempo. Diseñar, dibujar. Observar, comparar y transferir.</p>	<p>f) • Proyectos creativos en grupo • Ejercicios de solución de problemas • Personificación (role play) • Reflexiones • Tormenta de ideas • Participación en el establecimiento de reglas de conducta y otras • Tutorías</p>
<p>g) Habilidad para distinguir y responder de manera efectiva a los estados emocionales de los demás</p>	<p>g) -Se relaciona con el movimiento y el conocimiento del cuerpo. -Lenguaje corporal. -gestos, mímicas. -dramatizaciones. -baile. -gimnasia, aeróbicos. -deportes. -presentaciones</p>	<p>g) Enumerar. Hacer series Deducir Medir Comparar Verificar</p>	<p>g) • Proyectos sobre el ambiente • Reciclaje de papel, plásticos y otros • Cuidado de los animales • Dibujar o fotografiar objetos del ambiente • Visitas al zoológico</p>
<p>h)</p>	<p>h) -Símbolos abstractos. -formulas, calcular, descifrar códigos, hacer gráficas y organizadores. -patrones lógico matemáticos. -Resolver problemas. -pensamiento científico. -razonamiento deductivo e inductivo.</p>	<p>h) Leer, escribir, Hablar, escuchar Describir, narrar Observar y resumir</p>	<p>h) Estudio individual Escribir reflexiones Desarrollar actividades para fomentar la autoestima Escribir diarios reflexivos Hacer grupos de apoyo</p>
	<p>i) -Imaginación visual. -esquemas de color y textura. -imaginación guiada. -mapas conceptuales. -hacer montajes. -crear diseños y patrones. -espacio tridimensional. -pretender/fantasear.</p>		<p>i) • Trabajo cooperativo • Solución de conflictos • Trabajo en la comunidad • Tutorías • Club de asistentes de orientadores • Visitas a hospitales y hogares de ancianos • Participación en "chats"</p>

Instrucciones: Reconoce tus Talentos, Facultades y Habilidades: **Subraya solo una de las frases que describe tu forma de ser**

I.

- a) Cuando tengo un conflicto me ayuda a escribir sobre ello.
- b) Todo a su tiempo, en su lugar y a su hora.
- c) Provoco el respeto mutuo como integrante de un grupo.
- d) Me cuesta trabajo participar en la plática social.
- e) Seme dificulta permanecer largo tiempo sentado.
- f) Soy aficionado por la radio.
- g) Me oriento bien, de modo que generalmente nunca me pierdo.
- h) Me encanta pasar un día de campo.

II.

- a) Cuando hablo o escribo me interesa encontrar el término adecuado.
- b) Me siento seguro cuando planifico mis actividades.
- c) Prefiero convivir con otros que estar solo.
- d) Me molestan las personas vacías.
- e) Me gusta bailar.
- f) Si tengo tiempo libre me parece buena opción asistir a conciertos.
- g) Observo la textura, el manejo de la luz y los contornos de los objetos.
- h) En el lugar donde vivo me gusta que haya plantas y flores.

III.

- a) Me agrada hablar acerca de lo que leo y vivo.
- b) Puedo resolver problemas con facilidad.
- c) En una discusión puedo entender el punto de vista de las dos partes
- d) Elijo actividades de mayor reflexión y profundidad
- e) Me expreso con ademanes
- f) Considero apasionada la vida y los grandes músicos
- g) Me encanta la arquitectura y las obras de arte.
- h) Tengo mascotas.

IV.

- a) Me apasiona la idea de expresarme verbalmente.
- b) Tiendo a organizar datos dentro de una estructura lógica.
- c) Comparto objetos con los demás aunque no me los devuelvan.
- d) Disfruto de la soledad.
- e) Estoy convencido de que un gesto vale más que mil palabras.
- f) Me identifico con las personas que tocan un instrumento.
- g) Tengo facilidad para explicarme con el uso de bocetos.
- h) El santuario de las mariposas monarcas es uno de mis lugares preferidos.

- V.
- a) Tengo facilidad para aprender idiomas.
 - b) Me molesta la inexactitud y la improvisación.
 - c) Las personas suelen acercarse a mí en busca de consejo y apoyo.
 - d) Soy exigente conmigo mismo.
 - e) Me gusta destacar en algún deporte.
 - f) La música me inspira, de manera que rindo más cuando trabajo con música de fondo.
 - g) Al comprar un libro me llama la atención el diseño de la portada.
 - h) Constantemente realizo dibujos y cambio de colores, a los diseños ya establecido.

- VI.
- a) Uno de mis pasatiempos favoritos es la lectura.
 - b) Puedo prever las consecuencias de un hecho o evento.
 - c) Me gusta asistir a reuniones sociales.
 - d) Me incomoda cuando los demás no están de acuerdo conmigo.
 - e) Para conocer las montañas me gusta escalarlas.
 - f) Cuando escucho música me detengo para identificarla.
 - g) En una fotografía me fijo en la perspectiva y en el foque.
 - h) Disfruto el mar cuando miro las olas y escucho sus sonidos.

- VII.
- a) Cuando voy a la librería siempre hay un libro que me atrae.
 - b) Me desespero cuando las cosas no salen como las he planeado.
 - c) Me gusta asistir a cursos por las personas que conozco en ellos.
 - d) Me incomoda hablar de mis sentimientos.
 - e) Siempre llevo el ritmo al caminar.
 - f) Suelo tararear la canción de moda.
 - g) Prefiero trabajar en lugares iluminados por la luz solar
 - h) Siento que el contacto con la naturaleza me llena de energía.

- VIII.
- a) Me gusta llevar un diario o anotar las cosas importantes que suceden en mi vida.
 - b) Me altera una persona poco organizada.
 - c) Siempre me llaman para organizar y animar las fiestas.
 - d) Me gustan los momentos de intimidad en la penumbra.
 - e) Utilizo mi cuerpo para expresarme.
 - f) Disfruto mucho los contenidos de música en vivo.
 - g) Los cuadros de paisajes son los que más me gustan.
 - h) Por las noches tengo la costumbre de mirar las estrellas.

IX.

- a) Tengo facilidad para convencer a los demás.
- b) Si estoy en un teatro, cuento cuantas butacas hay.
- c) Para mí, una forma de descansar reside en convivir con las personas.
- d) Me detengo a meditar sobre los sentimientos que me provocan otras personas.
- e) Me gusta tocar a las personas y que me toquen.
- f) Cuando tengo que aprender algo de memoria, se me facilita si escucho música.
- g) La combinación de los colores es importante en mi vestuario.
- h) Me gustaría ser arqueólogo.

X.

- a) Me es fácil expresar con palabras lo que siento.
- b) Antes de actuar pienso con atención en los pasos que debo seguir.
- c) Participo en las situaciones de la gente que me rodea.
- d) Identifico fácilmente las cosas que me irritan de una persona.
- e) Me gustaría tomar clases de expresión corporal.
- f) Me fijo en la banda sonora de las películas.
- g) Para comprar muebles los visualizo primero en mi casa.
- h) Diferencio con facilidad las características de los autos de distinta marca.

Ahora cuenta el número de veces que seleccionaste cada una de las opciones y marca con una "X" en la casilla correspondiente, une con una línea las "X" y obtendrás la grafica de tus inteligencias emocionales.

Puntuación	a	b	c	d	e	f	g	h
10								
9								
8								
7								
6								
5								
4								
3								
2								
1								
	Verbal	Lógica	Intrapersonal	Interpersonal	Kinéstésica	Musical	Espacial	Naturista

Instrucciones: Ahora interpreta tus resultados en aquellas habilidades que seleccionaste con mayor frecuencia, son tus áreas fuertes en las que debes apoyarte para aprender mejor.

1.- Mis habilidades más altas son:

2.- Mis áreas de desarrollo potencial son:

3.- Piensa y escribe cinco tareas que te sean complicadas o difíciles de aprender:

Instrucciones: Ahora piensa y escribe que tipo de inteligencia empleas cuando tienes que realizar estas tareas, y anótalas en la columna de la izquierda, mientras que en la derecha escribe como facilitarías esta área, es decir, como puedes usar tus mejores habilidades.

Cómo lo hago (inteligencia que empleo)	Como lo puedo lograr

UNIDAD 3 DEL PROGRAMA: APLICANDO LAS HERRAMIENTAS SOCIOCOGNITIVAS Y AFECTIVAS

COMPETENCIA PARTICULAR: Aplica herramientas sociocognitivas y afectivas a su realidad para pensar y actuar por si mismo, como reflejo de madurez moral e intelectual, en el contexto de la escuela, fuera de ella y a lo largo de la vida.

RAP 1. Describe las distintas estrategias para el desarrollo de habilidades sociales en fase a los conocimientos adquiridos en las unidades 1 y 2.

UNIDAD 3 DEL PROGRAMA: APLICANDO LAS HERRAMIENTAS SOCIOCOGNITIVAS Y AFECTIVAS

COMPETENCIA PARTICULAR: Aplica herramientas sociocognitivas y afectivas a su realidad para pensar y actuar por si mismo, como reflejo de madurez moral e intelectual, en el contexto de la escuela, fuera de ella y a lo largo de la vida.

RAP 2. Utiliza distintas estrategias en la solución de problemas en su entorno inmediato.

AUTOESTIMA

1.-Define qué es una habilidad social

2.- Realiza un mapa mental de la autoestima, puedes incluir definición y los elementos que intervienen en la autoestima:



Dimensiones de la autoestima: Si bien una persona tiene una visión general acerca de sí mismo, que puede destacar ciertos aspectos que le hacen feliz o le entristecen, existen algunas particularidades o dimensionales de la autoestima necesarias para hablar de una autoestima integral.

Instrucciones: Reflexiona y contesta las siguientes preguntas que se encuentran en la columna del lado derecho.

Dimensiones	Conocimiento de mí mismo
Físico:	Cinco cosas que me gustan de mí. 1.- 2.- 3.- 4.- 5.- Cinco cosas que no me gustan de mí. 1.- 2.- 3.- 4.- 5.-
Aspecto Psicológico:	¿En qué ocasiones acostumbro, quiero o puedo demostrar mis conocimientos? _____ _____ _____ ¿Cuáles son mis temores? _____ _____ _____
Espiritual:	¿En qué momentos he manifestado mi esencia no material? _____ ¿En qué he tenido contacto con mi yo espiritual?

	<hr/> <p>¿En qué ocasiones me he sentido en paz, feliz y pleno?</p> <hr/>
Social:	<p>¿Cómo manifiesto mi deseo de compartir con los demás?</p> <hr/> <p>¿Qué prejuicios tengo en mis relaciones?</p> <hr/> <p>¿Qué clase de personas me molestan?</p> <hr/>
Profesional:	<p>Dos experiencias en qué haya obtenido éxito.</p> <hr/> <p>Dos experiencias en qué no haya obtenido éxito.</p> <hr/> <p>¿Me gusta trabajar en equipo o sólo?</p> <hr/> <p>¿Me gusta hacer trabajo rutinario o me gustan los cambios?</p> <hr/> <p>¿Me gusta tomar riesgos o "ir a lo seguro"?</p> <hr/> <p>¿Me gusta trabajar bajo presión o no?</p> <hr/> <p>¿Soy ejecutante o pensador?</p> <hr/> <hr/> <p>¿Soy intuitivo o analítico?</p> <hr/> <p>¿Planeo excesivamente, o soy atrevido y audaz sin planeación?</p>

	¿Supero las crisis o me cuido de ellas y las prevengo?
	¿Tengo que triunfar o no importa el fracaso?

Instrucciones: Escribe sobre las líneas cinco sugerencias para mejorar tu autoestima:

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____
- e) _____

Se ha apuntado como una forma de mejorar la autoestima el esforzarse para cambiar las cosas que no nos gustan de nosotros mismos.

El método de “Cómo elaborar un Proyecto de Superación Personal, puede ayudarte a que te sean más fáciles los cambios. Este método está compuesto por cuatro pasos fundamentales.

¿Cuáles son estos y en qué consisten?

<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px 5px; margin-bottom: 5px;">1</div>	<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px 5px; margin-bottom: 5px;">2</div>
<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px 5px; margin-bottom: 5px;">4</div>	<div style="border: 1px solid black; display: inline-block; padding: 2px 5px; margin-bottom: 5px;">3</div>

De acuerdo a este método elabora un Proyecto de Superación personal, siguiendo cada uno de los pasos.

QUIERO SUPERAR:

<p>META</p> <p style="text-align: right;">1</p>	<p>TAREAS PARA CONSEGUIRLO</p> <p style="text-align: right;">2</p>
<p>PONERLAS EN MARCHA Y EVALUARLAS</p> <p style="text-align: right;">3</p>	<p>ORGANIZACIÓN DE LAS TAREAS</p> <p style="text-align: right;">4</p>

MANEJO DE EMOCIONES Y ESTRÉS

Durante mucho tiempo las emociones han sido consideradas poco importantes y siempre se les ha dado más relevancia a la parte más racional del ser humano.

Instrucciones: Le con atención y contesta con claridad lo que se le solicita.

1.- Describe que son las emociones: _____

2.- Según los estudios de la psicología y la neurobiología, existen seis categorías básicas de emociones. Escribe que significan para ti cada una de ellas y que conducta tienes cuando te enfrentas a ellas.

CATEGORIAS BÁSICAS DE EMOCIONES
MIEDO
SORPRESA
AVERSIÓN
IRA
ALEGRÍA
TRISTEZA

3.- Define qué es el estrés y cuáles son los tipos de estrés que existen:

4.- Anota cinco motivos de estrés en los adolescentes

La comunicación y la asertividad

Instrucciones.- Lee con atención y contesta de forma clara lo que se te solicita.

1.- Define que es comunicación asertiva:

Las posiciones que ocupan los alumnos en función de la las tareas asignadas genera interacciones y estas relaciones se vuelven complejas por las interacciones que emergen de la estructura informal:

2.- La es estructura grupal influye en:

A) _____

B) _____

Otros elementos que influyen en los tipos de interacción son:

C) _____

3.- Menciona por lo menos cinco aspectos para mejorar la comunicación:

Barreras de la comunicación interpersonal

Instrucciones: Coloca dentro del paréntesis la letra correspondiente a la respuesta correcta

<input type="checkbox"/> Barrera de amor propio	A) Cuando antepone la ironía o la burla al lenguaje comprensivo.
<input type="checkbox"/> Barrera de la indiferencia	B) Cuando encasilla al otro en una sola imagen
<input type="checkbox"/> Barrera de la superioridad	C) Se oye al otro pero no se le escucha
<input type="checkbox"/> Barrera del oído selectivo	D) Escucha solo lo que le conviene
<input type="checkbox"/> Barrera del patrón	E) Restar valor a las cualidades de los otros y aprecia sólo las suyas, se cree con toda la verdad e impide que los otros hablen
<input type="checkbox"/> Barrera del lenguaje	F) No se considera como igual, considera al otro como objeto, no como sujeto.

Instrucciones: En el siguiente cuadro anota en qué consiste cada una de las técnicas para mejorar la comunicación asertiva.

Técnica	¿En qué consiste?
Disco rayado	
Banco de niebla	
Asertividad positiva	
Asertividad negativa	
Asertividad empática	
Asertividad progresiva	
Asertividad confrontativa	
Enunciados en primera persona	

Solución de problemas y toma de decisiones

Instrucciones.- Lee con atención y contesta de forma clara lo que se te solicita.

1.- Explica que es la toma de decisiones:

2.- Ordena en forma correcta el proceso de toma de decisiones.

Proceso de toma de decisiones	Orden correcto
Pensar en cómo resolver o reducir las desventajas de cada opción.	1.-
Valoración del costo emocional y relacional de cada opción.	2.-
Hacer una lista de ventajas y desventajas de cada opción.	3.-
Ponderación de las ventajas y desventajas de cada opción.	4.-
Toma de decisiones y razonamiento de esa elección.	5.-
Recopilación de información necesaria para poder decidir.	6.-
Identificación de opciones posibles.	7.-
Pensar si existe la posibilidad de obtener las ventajas de una opción eligiendo las otras opciones.	8.-

EVIDENCIA INTEGRADORA Realiza un ensayo de una cuartilla, explicando como lo que aprendiste en este curso te ayuda en tu escuela, familia y con los amigos. Comenta dentro de éste algunas situaciones anecdóticas que has vivido en esta etapa y qué te ha ayudado en la toma de decisiones para cuando te enfrentas algún problema.

NOTA: Anexa la hoja a tu guía.

Creatividad

Instrucciones.- Lee con atención y contesta de forma clara lo que se te solicita.

1. Elabora un esquema donde coloques la definición de creatividad y los conceptos que la integran.

**Creatividad y
comportamiento**

2.- Menciona por lo menos cinco características de las personas creativas:

Riesgos sociales

Instrucciones: Define cada uno de factores de riesgo psicológicos:

1.- Insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas:

2.- Patrones inadecuados de educación y crianza. Estos pueden ser producidos por:

3.- Ambiente frustrante.

4.- Sexualidad mal orientada

Instrucciones: Define cada uno de factores de riesgo social:

1.- Inadecuado ambiente familiar.

2.- Pertenencia a grupos juveniles.

3.- La promiscuidad.

4.- Abandono escolar y familiar.

5.- Bajo nivel escolar, cultural y económico.

Instrucciones: Elabora un cuadro sinóptico donde identifiques los factores de riesgo, atendiendo al comportamiento individual. (Actitudinales, instrumentales y justificaciones más frecuentes.)

Instrucciones: Elabora un ensayo sobre alguno de los siguientes temas: sexualidad, drogadicción, deserción escolar, embarazo en adolescentes, anticonceptivos, violencia; resaltando los factores de riesgo que se prese

REFERENCIAS DOCUMENTALES

ERIKSON, Erik. Infancia y Sociedad

MORRIS, Charles y MAISTO, Albert. "Introducción a la Psicología, Ed. Pearson Educación, 12ava. Edición, 2005

GORDON, Dryden. "La Revolución del Aprendizaje2, Ed. Tomo, 2001.

FERNANDEZ Cáceres, Carme et al. "Habilidades para la vida", Edición CIJ, 2006.

GARDENER, Howard. "Inteligencias Múltiples", Ed. Paidos, Edición 1995.

CAMBELL Y DICKSON, "Inteligencias Múltiples", ED. Proquiem, Ed. 2000.

PÁGINAS ELECTRÓNICAS