



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



Guía Pedagógica y de Evaluación del Módulo

# Formación Socioemocional I

**Núcleo de Formación Interdisciplinar**

**Recurso socioemocional:**

Responsabilidad social, Cuidado físico y corporal, Bienestar emocional afectivo

**Todas las carreras**

1° semestre

**Editor:** Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica

**Módulo:** Formación Socioemocional I.

**Semestre:** 1

**Horas por semana:** 2

**Estudio independiente:** 0.5

**Fecha de diseño o actualización:** 27 de marzo de 2023.

**Vigencia:** A partir de la aprobación de la junta directiva y en tanto no se genere un documento que lo anule o actualice.

© Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica

Prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio, sin autorización por escrito del CONALEP.

**Directorio**

**Manuel de Jesús Espino Barrientos**  
Dirección General

**Lauro Cordero Frayre**  
Secretaría General

**Hugo Nicolás Pérez González**  
Secretaría Académica

**Edith Chávez Ramos**  
Dirección de Diseño Curricular

## Formación Socioemocional I

### Contenido

	<b>Pág.</b>
<b>I: Guía pedagógica</b>	
1 Descripción	5
2 Generalidades pedagógicas	6
3 Orientaciones didácticas	8
4 Estrategias de aprendizaje	14
5 Prácticas y Actividades	30
<b>II: Guía de evaluación</b>	
6 Descripción	31
7 Tabla de ponderación	33
8 Matriz de valoración o rúbrica	34

# I. Guía pedagógica

## 1. Descripción

La Guía Pedagógica es un documento que integra elementos técnico-metodológicos planteados de acuerdo con los principios y lineamientos del **Modelo Académico del CONALEP**, para orientar la práctica educativa del docente y el proceso de aprendizaje del estudiantado en el desarrollo de habilidades, conocimientos y actitudes previstas en los programas de estudio del componente interdisciplinar.

Tomando como base el Marco Curricular Común de la Educación Media Superior (MCCEMS), el docente asume el rol de diseñador didáctico, innovador educativo, agente de transformación social, el cual se rige por principios orientadores, acompañando al estudiantado hacia una participación activa que potencialice su desarrollo; identificando los intereses y necesidades de aprendizaje que le lleven a resolver desafíos en su contexto, favoreciendo con ello el modelo de una escuela abierta, que atienda a la diversidad cultural, lingüística, de género, a la interacción entre grupos sociales, la coherencia entre los valores y objetivos de cada módulo.

Considerando al estudiantado como protagonista para la transformación social, a través del desarrollo de un pensamiento crítico, analítico y flexible, se busca acercarle elementos de apoyo que le muestren cómo desarrollar **habilidades, conocimientos y actitudes** en un contexto específico. Mediante la guía pedagógica, el estudiante podrá **autogestionar su aprendizaje** por medio del uso de estrategias flexibles y apropiadas que se puedan transferir y adoptar a nuevas situaciones y contextos, e ir dando seguimiento a sus avances a través de la autoevaluación y la evaluación formativa.

## 2. Generalidades pedagógicas

Nuestro modelo académico sustenta una base pedagógica centrada en la teoría constructivista con un enfoque humanista, la cual tiene presente la diversidad local, regional, nacional e internacional, combinada con el nuevo MCCEMS permitirá mantener una didáctica que apuesta por el desarrollo de la voluntad de aprender, hacer una conexión entre el contenido teórico y la realidad.

Se pretende fomentar un aprendizaje de trayectoria, situado, profundo, significativo y socioemocional, que conlleve a la transversalidad promoviendo el desarrollo de estrategias de enseñanza basadas en proyectos integradores, que articulen los conocimientos con las unidades de aprendizaje y orienten a la formación integral del estudiantado.

El estudiantado adquiere un rol protagónico del proceso educativo, guiándolo al involucramiento y resolución de problemas económicos, políticos, sociales y del medio ambiente para la construcción de un mundo más justo, pacífico y sostenible, bajo el acompañamiento, orientación y conducción del docente, por lo que el profesional de la educación, bajo su experiencia buscará una combinación de estrategias didácticas que incorporen materiales y recursos que den sentido a lo que el estudiante aprende.

En este sentido, se debe considerar que el papel que juegan el estudiantado y el personal docente en el marco del Modelo Académico del CONALEP tenga, entre otras, las siguientes características:

### El estudiantado:

- ❖ Gestiona su aprendizaje permanente.
- ❖ Mejora su capacidad para resolver problemas.
- ❖ Trabaja de forma colaborativa.
- ❖ Se comunica asertivamente.
- ❖ Busca información actualizada de fuentes confiables.
- ❖ Construye su conocimiento.
- ❖ Adopta una posición crítica, autónoma y propositiva.
- ❖ Realiza responsablemente los procesos de autoevaluación y coevaluación.
- ❖ Se vuelve agente de transformación social.
- ❖ Actúa con valores y principios éticos.
- ❖ Practica hábitos saludables para el autocuidado.
- ❖ Construye un pensamiento crítico, analítico y flexible.

### El personal docente:

- ❖ Considera necesidades e intereses de los estudiantes que propicien la motivación y participación activa.
- ❖ Domina y estructura los saberes para facilitar experiencias de aprendizaje de trayectoria.
- ❖ Planifica los procesos de enseñanza dirigidos al logro de metas de aprendizaje de manera efectiva, creativa e innovadora aplicado a su contexto.
- ❖ Evalúa los aprendizajes por medio de progresiones con un enfoque formativo, retroalimentando para la búsqueda de la mejora continua.
- ❖ Construye ambientes para el aprendizaje autónomo y colaborativo.
- ❖ Contribuye a la generación de un ambiente que facilite el desarrollo sano e integral de los estudiantes.
- ❖ Propone proyectos integradores en búsqueda de la transversalidad, para la solución de problemáticas contextuales, vinculadas a la comunidad generando el sentido de la experimentación pedagógica.
- ❖ Utiliza tecnologías de la información y comunicación, tecnologías de aprendizaje y conocimiento, tecnologías del empoderamiento y participación, como recursos didácticos.
- ❖ Es agente de transformación social.
- ❖ Participa de forma colaborativa en el trabajo de academias.

### 3. Orientaciones didácticas

Para el logro del propósito de cada **unidad de aprendizaje** del módulo, se recomienda al personal docente lo siguiente:

- Identificar los elementos básicos de las progresiones para realizar el plan clase, considerando los ámbitos y categorías como elementos con los que se puede trabajar el contenido; la meta a la que aspira llevar al estudiantado, y los contenidos que debe abordar, para el módulo que aplique o bien conceptos centrales y/o transversales según sea el caso.
- Abordar conocimientos previos a través del diseño de una actividad, considerando la exploración de conocimientos, saberes e ideas previas, para vincular las progresiones
- Seleccionar actividades pertinentes y acordes a las metas de aprendizaje, procurando activar la atención del estudiantado a partir de generar ambientes de trabajo encaminados a la reflexión, el diálogo y la discusión.
- Considerar métodos y estrategias que favorezcan aprendizajes significativos.
- Plantear el objetivo de cada actividad buscando la contextualización de acuerdo con las características de la comunidad, municipio, región, y estados.
- Plantear actividades dirigidas al trabajo directo con la comunidad de forma independiente como un complemento a lo revisado en clase o una extensión del tema; de ser posible tener un repositorio de información digital para alojar los materiales que el estudiantado deba consultar.
- Retroalimentar las actividades y trabajos del estudiantado con el fin de orientarlos sobre sus avances y aspectos a mejorar en sus procesos de aprendizaje.
- Promover la coevaluación, autoevaluación y heteroevaluación para favorecer la retroalimentación formativa y asertiva.
- Aplicar la transversalidad buscando proyectos que se interrelacionen de forma horizontal y vertical basado en el mapa curricular.
- Las actividades realizadas de forma independiente deben procurar: ser un complemento a lo revisado en clase o una extensión del tema y estar dirigidas al trabajo directo con la comunidad.
- Compartir los propósitos educativos y los criterios de logro o metas de aprendizaje con los estudiantes.
- Diseñar e implementar actividades que evidencien lo que el estudiantado está aprendiendo.



- Procurar incluir en el aprendizaje práctico fuera del aula, intercambiar conocimientos con miembros de la comunidad, generar dinámicas con amigos, vecinos o familiares, ejecutar actividades comunicativas y académicas específicas, así como la aplicación progresiva de métodos didácticos, es importante observar e identificar las habilidades y aptitudes de los estudiantes para encaminarlos, desarrollarlas mejor y apoyarles.
- Algunas estrategias para la utilización de la retroalimentación formativa son las siguientes:
  - Clarificar y compartir los objetivos de aprendizaje y criterios de desempeño con cada estudiante al inicio de cada progresión.
  - Diseñar discusiones de clase efectivas, preguntas, actividades y tareas que hagan evidente el aprendizaje del estudiante.
  - Proveer retroalimentación que motive el aprendizaje.
  - Activar en la comunidad estudiantil el deseo de ser responsables de su propio proceso de aprendizaje.
  - Fomentar la participación de las y los estudiantes como recurso de apoyo para sus pares.
- Visitar la página de la Propuesta del MCCEMS, ahí encontrará orientaciones pedagógicas así como los documentos base por áreas de conocimiento, disponible en: <https://educacionmediasuperior.sep.gob.mx/propuestaMCCEMS>
- Conforme a los preceptos del MCCEMS, los Recursos Socioemocionales que conforman el currículum ampliado y utilizados para el presente módulo se dividen en tres: la Responsabilidad Social, el Cuidado Físico Corporal y el Bienestar Emocional Afectivo, juntos constituyen un eje articulador que buscan que las y los estudiantes se formen como ciudadanas y ciudadanos responsables, honestos, comprometidos con el bienestar físico mental y emocional, tanto personal como social, ya que es en esta etapa donde esta formación les permitirá trabajar con mayor autonomía en el aula, la escuela, la comunidad, la solidaridad, la inclusión y la diversidad, así como el reconocimiento de las perspectivas de género y los aportes de la cultura de paz, de valorar el esfuerzo de las conductas legales y del trabajo justo y honrado, al poner en práctica acciones ciudadanas y proyectos escolares comunitarios.
- Además de los tres recursos, se consideraron los cinco ámbitos de la Formación Socioemocional que son aprendizajes articuladores que se desarrollan de manera articulada, estos son la Práctica y Colaboración Ciudadana; la Educación para la Salud; las Actividades Físicas y Deportivas; la Educación Integral en Sexualidad y Género; y las Actividades Artísticas y Culturales.

- Derivado de lo anterior, se sugiere tener presente durante el desarrollo del módulo el Currículum ampliado establecido en el Acuerdo número 17/08/22 ([https://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5663344&fecha=02/09/2022#gsc.tab=0](https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5663344&fecha=02/09/2022#gsc.tab=0)):

## CURRÍCULUM AMPLIADO

### I. Recursos socioemocionales:

#### 1. Responsabilidad social:

- Ejerce y promueve los derechos y Valores, proponiendo soluciones para combatir toda forma de desigualdad.
- Fomenta la inclusión y el respeto a la diversidad de todas las personas en la sociedad, actuando con perspectiva de género y enfoque interseccional.
- Colabora en la vida escolar, comunitaria y social, aportando ideas y soluciones para el bien común, en torno a la salud, la interculturalidad, el cuidado de la naturaleza y la transformación social.
- Contribuye a la resolución de conflictos de su entorno de manera autónoma, colaborativa y creativa para fomentar la cultura de paz.
- Construye y fortalece identidades a través de actividades artísticas, culturales y deportivas a nivel individual y colectivo.

#### 2. Cuidado físico corporal:

- Incorpora hábitos saludables y actividades físicas y deportivas como una elección para su vida.
- Desarrolla y promueve acciones de autocuidado enfocadas a la prevención e intervención de conductas de riesgo, enfermedades o accidentes para su bienestar físico, mental y emocional.
- Se asume como cuerpo que siente, crea, expresa y comunica para fomentar el autocuidado.
- Ejerce su sexualidad de manera responsable, saludable y placentera, procurando el bienestar y desarrollo integral propio y de las demás personas.
- Plantea metas a corto y mediano plazo para el cuidado de su cuerpo, mente y emociones como parte de su desarrollo integral.

### **3. Bienestar emocional afectivo:**

- Establece vínculos interpersonales saludables mediante el conocimiento de sus emociones y necesidades para su bienestar y desarrollo integral.
- Construye su proyecto de vida, a partir del reconocimiento de sus experiencias y expectativas, orientado al despliegue de sus capacidades e identificación de oportunidades de desarrollo integral.
- Construye lazos afectivos responsables e igualitarios, mediante el ejercicio pleno de su sexualidad.
- Aprecia y aplica formas creativas para expresar sus emociones, sentimientos y experiencias, de manera responsable, que le permitan su bienestar intra e interpersonal y desarrollarse como agente de transformación social.

## **II. Ámbitos de la formación socioemocional:**

### **1. Práctica y colaboración ciudadana:**

- Proyectos de apoyo y transformación escolar, comunitaria y global, según las condiciones e intereses de las y los estudiantes y la planta docente: alfabetización, cuidado y protección del medio ambiente, convivencia y transformación de conflictos, manejo de desechos, tutoría a pares, trabajo con adultos mayores, mentorías, periódicos escolares, grupos de mediación, entre otros.
- Proyectos desde el enfoque de redes, a través del trabajo interinstitucional con diversos sectores: organismos gubernamentales, organizaciones de la sociedad civil, sector productivo, académico y privado.
- Actividades de formación socioemocional orientadas al desarrollo de la Práctica y colaboración ciudadana de diversa índole:
  - Procesos de debate, deliberación, comprensión y crítica sobre temas sociales específicos a través de círculos de discusión, videoclubes y otros recursos.
  - Talleres de formación de la comunidad escolar en diversas temáticas, haciendo uso de una metodología socio afectiva y vivencial.

### **2. Educación para la salud:**

- Modelamiento de hábitos saludables en cada uno de los espacios del Plantel.
- Descansos activos a través de ejercicios físicos.
- Ejercicios de regulación emocional.

- Sesiones informativas y talleres educativos con metodologías interactivas y reflexivas.
- Proyectos interdisciplinarios, vinculados con el currículum fundamental.
- Asambleas o foros en los que las y los estudiantes identifiquen necesidades en materia de salud, tales como: jornadas de limpieza, campañas de sensibilización sobre temas de salud, ferias de la salud, construcción de un comedor escolar, etc.
- Proyectos colaborativos involucrando a madres, padres de familia y miembros de la comunidad en la puesta en marcha: torneos, exposiciones de arte, representaciones artísticas, construcción de un huerto, entre otros.

### **3. Actividades físicas y deportivas:**

- Desarrollo de actividades físicas y deportivas a través de juegos deportivos, juegos colectivos o cooperativos, juegos metafóricos y juegos autóctonos y tradicionales.
- Proyectos interdisciplinarios, vinculados con las diferentes Áreas de conocimiento del currículum fundamental.
- Proyectos colaborativos, tales como olimpiadas escolares, campañas de promoción de activación física tanto para la comunidad escolar y del entorno a partir de las actividades propuestas por la población estudiantil, campañas de recuperación de espacios deportivos de su entorno o hacer campañas de sensibilización de las actividades físicas y deportivas en la comunidad.

### **4. Educación integral en sexualidad y género:**

- Actividades, talleres y campañas para promover el análisis, ejercicio y difusión de los derechos sexuales y reproductivos.
- Actividades que promuevan el desarrollo de confianza, seguridad y autoestima, así como el análisis de roles de género.
- Actividades, talleres proyectos que promuevan la erradicación de estereotipos de género.
- Actividades que promuevan la salud sexual y reproductiva como un derecho humano, por ejemplo, ferias, campañas en redes sociales, retos formativos.
- Proyectos escolares y comunitarios.
- Proyectos productivos.
- Proyectos colaborativos con enfoque interseccional, entre otros.

### **5. Actividades artísticas y culturales:**

- Actividades autobiográficas creativas.
- Actividades de visualización creativas.

- Proyectos artísticos colectivos y/o cooperativos.
  - Proyectos culturales con las artes y sus prácticas.
  - Proyectos creativos de apropiación social del patrimonio cultural.
  - Proyectos interdisciplinarios que vinculen el currículum fundamental con el currículum ampliado.
- A través del ámbito de Educación Integral en Sexualidad y Género se favorece una comunicación asertiva entre estudiantes, docentes y directivos donde todas y todos se sientan escuchados, respetados y en un ambiente propicio a cuestionarse y dialogar; donde el conocimiento se genere desde lo colectivo y desde el razonamiento propio de la persona; siempre cuidando un enfoque de derechos y la apropiación de estos.
  - Con los ámbitos se busca favorecer el uso de metodologías activas que promuevan el aprendizaje transversal a través de la generación de proyectos productivos y de difusión realizados de manera colaborativa.

## 4. Estrategias de aprendizaje

Para el desarrollo de las progresiones consideradas en el resultado de aprendizaje 1.1, se recomienda al estudiantado:

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>Aprendizajes de Trayectoria (Recursos Socioemocionales): Responsabilidad Social, Cuidado Físico Corporal y Bienestar Emocional Afectivo.</p> <p>3. Comprende que todas las personas pueden sentir, gestionar y expresar hacia los demás las mismas emociones, sin importar su género.</p> <p>5. Conoce su cuerpo y es consciente de las sensaciones que se manifiestan en él.</p> <p>6. Se siente seguro de lo que puede desempeñar su cuerpo y sus emociones.</p> <p>1. Conoce y reconoce las diferentes expresiones artísticas canónicas (la arquitectura, la pintura, la escultura, la música, la literatura, la danza y el cine) como una forma comunicar emociones para reflexionar sobre sí mismos y el mundo, no sin sospechar de la posible existencia y/o práctica de más actividades artísticas.</p> <p>5. Experimenta las artes como una actividad de regulación emocional potente, pues traduce las emociones, pensamientos e ideas en productos creativos que dan cuenta de lo que nos sucede como personas, tanto en lo individual como en lo colectivo.</p> <p>1. Reconoce que a través del cuerpo siente, expresa y comunica sus emociones.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Para aportar al desarrollo del propósito del módulo, se recomienda la lectura de un libro durante el semestre, a elegir: <b>Los cuatro acuerdos, El caballero de la Armadura Oxidada, ¿Quién se ha llevado mi queso?, El monje que vendió su Ferrari, Compro, luego existo</b>, entre otros y compartir reflexiones de manera periódica en un círculo de lectura.</li> <li>• Identifica y reconoce, de manera consensuada, problemas o situaciones críticas de la existencia de las y los jóvenes.</li> <li>• Investiga las características de las emociones básicas <b>MATED</b> (Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado).</li> <li>• Identifica las emociones básicas, te ayudará a reconocerlas y gestionarlas</li> <li>• Puedes realizar mapas mentales, cuadros sinópticos o cualquier organizador gráfico que te sirva como apoyo para recuperar la información revisada en clase</li> <li>• Participa en una lluvia de ideas donde se exprese de manera general cómo se han vivido esas emociones y en qué momento han sentido soledad, falta de comprensión o de empatía, para llegar al entendimiento de que todas las personas pueden sentir, gestionar y expresar hacia los demás las mismas emociones, sin importar su género.</li> <li>• Investiga qué y cuáles son las Bellas Artes</li> </ul>

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>2. Identifica algunos elementos que conforman su identidad (emociones, pasiones, fortalezas, valores, gustos e intereses), a través de las manifestaciones artísticas.</p> <p>4. Comprende que a través del arte puede reconocer y entender su propia corporeidad, fortaleciendo la autoestima y una buena percepción de sí mismo y de los otros.</p> <p>6. Practica la pintura o el dibujo para establecerse un reto creativo que contribuya a canalizar la energía que generan las emociones. La o el estudiante deberá argumentar el significado de su expresión pictórica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexiona sobre los siguientes cuestionamientos, entre otros ¿Qué es el arte? ¿He estado alguna vez en contacto con el arte? ¿Es necesario el arte para mi vida y la humanidad?, compartan de manera grupal las reflexiones para llegar a conclusiones generales.</li> <li>• Identifica algunos elementos que conforman tu identidad (emociones, pasiones, fortalezas, valores, gustos e intereses), a través de las manifestaciones artísticas.</li> <li>• Identifica cuál expresión artística te agrada más, sientes afinidad o tienes facilidad.</li> <li>• Si de manera grupal están de acuerdo, hagan una exposición con las piezas artísticas creadas, es una oportunidad para invitar a la comunidad para ver su trabajo.</li> <li>• Realiza la autoevaluación de tu desempeño para este resultado de aprendizaje.</li> </ul>

• **Realizar la actividad de evaluación 1.1.1 considerando la rúbrica correspondiente, así como los siguientes elementos:**

- Elabora un cuadro comparativo que incluya las cinco emociones básicas: MATED (Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado), así como sus características y los estímulos que la generan. Deberá estar elaborado en una hoja tamaño carta.
- Elije una emoción básica (de preferencia con la que sientas mayor identificación, curiosidad o experimentes más frecuentemente) y elabora un elemento artístico en la que la representes; puedes elegir cualquier expresión de las Bellas Artes (Arquitectura; Escultura; Pintura; Música; Literatura; Danza; Cine), aquí hay unos ejemplos:
  - ✓ Escultura: Puede estar hecha de barro, plastilina, jabón, materiales reciclado.

- ✓ Dibujo o pintura: acuarelas, pinturas de agua, colores, etc.
  - ✓ Canción: puedes grabarla en cualquier dispositivo o mediante una red social.
  - ✓ Cuento, comic o historieta: puedes realizarlo en papel, cartulina o medios digitales.
  - ✓ Video: puedes grabarlo en cualquier dispositivo a través de una plataforma o red social como lo son: TikTok, YouTube, Facebook, Instagram.
- Tu obra artística deberá tener título y una breve explicación de por qué elegiste esa emoción, por qué elegiste ese elemento artístico, cómo te representa lo que realizaste, ya sea de forma escrita o verbal conforme a lo indicado por tu docente.
- Para la **AUTOEVALUACIÓN**, evalúa el esfuerzo y el tiempo que dedicaste a esta actividad:
- ✓ ¿Logré identificarme con la pieza que realicé?
  - ✓ ¿Me permitió un mayor autoconocimiento?
  - ✓ ¿Demostre interés por la actividad?
  - ✓ ¿Me permití conocer y demostrar mis emociones?

De acuerdo con tus respuestas y análisis, haz una autoevaluación lo más objetiva posible, considerando los 4 criterios

Mi desempeño y aprendizaje fue Excelente / Bueno / Suficiente / o Insuficiente



Para el desarrollo de las progresiones consideradas en el resultado de aprendizaje **1.2**, se recomienda al estudiantado:

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>Aprendizajes de Trayectoria (Recursos Socioemocionales): Responsabilidad Social, Cuidado Físico Corporal y Bienestar Emocional Afectivo.</p> <p>4. Reconoce y regula sus emociones al convivir y afrontar conflictos en el desarrollo de proyectos y acciones compartidas.</p> <p>6. Aplica habilidades socioemocionales para afrontar situaciones de riesgo que vulneran el bienestar propio y colectivo</p> <p>1. Utiliza estrategias para el manejo del estrés y las emociones asociadas a este, en el ámbito escolar y el contexto familiar que le permitan su bienestar intra e interpersonal.</p> <p>6. Desarrolla su motricidad mediante la apropiación de elementos como el esquema, la imagen y la conciencia corporales y busca un equilibrio permanente entre tensión y relajación.</p> <p>1. Reconoce la importancia de practicar deporte para generar un cambio en sus emociones.</p> <p>2. Reconoce en la práctica deportiva las reglas y normas para la resolución de problemas.</p> <p>1. Acepta su cuerpo con sus particularidades y reconoce las diferencias corporales de los demás.</p> <p>2. Busca un equilibrio entre el interés y bienestar individual y el colectivo.</p> <p>4. Persevera frente a los retos motrices durante las actividades físicas y el deporte.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en un debate que tenga como punto de partida los saberes y creencias de los estudiantes y la comunidad con respecto a la salud.</li> <li>• Identifica en tu comunidad los problemas de la realidad vinculados con la salud y elabora algún organizador gráfico con esa información.</li> <li>• Realiza propuestas de manera conjunta, para transformar los determinantes de la salud.</li> <li>• Investiga diversas habilidades socioemocionales para afrontar situaciones de riesgo que vulneran el bienestar propio y colectivo, compartir en grupo para enriquecer su investigación y exponer en qué situaciones se podrían aplicar; se puede elaborar un esquema, un mapa mental, etc.</li> <li>• Organiza y participa de manera grupal, en conjunto con tu docente, en actividades lúdicas de corta duración con reglas simples, sin exigencias físicas ni complejidades técnicas.</li> <li>• Participa en una discusión, de manera grupal, sobre cómo se puede fomentar la inclusión y el respeto a la diversidad de todas las personas en la sociedad, con perspectiva de género y enfoque interseccional, para llegar a conclusiones generales y posibles acciones que incidan en el plantel.</li> <li>• Registra el efecto de una emoción intensa que hayas experimentado con respecto a cualquier evento.</li> </ul>

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>5. Enfrenta las dificultades en la práctica deportiva, reconociendo y regulando sus emociones.</p> <p>6. Establece relaciones afectivas justas e igualitarias a través del juego.</p> <p>3. Practica ejercicios de respiración con el objeto de facilitar la regulación corporal-respiratoria para la realización de diversas actividades artísticas o deportivas, así como para favorecer una gestión emocional óptima.</p> <p>4. Comprende que a través del arte puede reconocer y entender su propia corporeidad, fortaleciendo la autoestima y una buena percepción de sí mismo y de los otros.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Usa 4 columnas: fecha, la emoción experimentada, la expresión en el cuerpo emocional (rostro, músculos vísceras, órganos y calidad energética) y una palabra clave acerca de lo ocurrido para provocar esa emoción.</li> <li>• Identifica los diferentes conflictos que existen en las relaciones humanas y pon en práctica estrategias para la resolución de los mismos.</li> <li>• Observa el corto: “El puente” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=M775K3jZneM">https://www.youtube.com/watch?v=M775K3jZneM</a>, posteriormente, reflexiona acerca de este conflicto:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué motivó a los personajes a no retroceder para permitir que se cruzara el puente?</li> <li>- ¿Qué emociones se observan en los personajes?</li> <li>- ¿Por qué crees que se afectan a otras personas cuando no se resuelven los conflictos?</li> <li>- ¿Qué mensaje transmiten los otros personajes al final de la historia?</li> </ul> </li> <li>• Observa el video de resolución de conflictos en <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OYmJYqrhaLA">https://www.youtube.com/watch?v=OYmJYqrhaLA</a></li> <li>• De manera grupal, analicen las técnicas propuestas en el video: “OIS <b>O</b>bservación, <b>I</b>mpacto, <b>S</b>olicitud” y “Salir del Triángulo del Drama”, comenten su utilidad, en qué momentos no creen que podrán ponerlas en práctica, cuál se les facilita, etc.</li> <li>• Procura poner en práctica las estrategias propuestas cuando tengas un conflicto.</li> </ul>

- **Realizar la actividad de evaluación 1.2.1 considerando la rúbrica correspondiente, así como los siguientes elementos:**

- La participación puede ser en cualquier actividad deportiva según el contexto del grupo, plantel y zona geográfica, por ejemplo:

Ajedrez	Atletismo	Básquetbol	Béisbol
Futbol Americano	Futbol Soccer	Tochito	Vóleibol

- Si es el caso, es recomendable realizar una actividad deportiva que considere en principio a las personas en situación de discapacidad.
- Se sugiere que esta actividad de evaluación sea valorada por algún docente ajeno al grupo, por lo que se propone un ejemplo de lista de cotejo para facilitar este proceso.

Ejemplo de Bitácora. R.A 1.2. Trabajando con las emociones

Nombre del alumno \_\_\_\_\_

Plantel \_\_\_\_\_

Fecha	Emoción	Expresión en el cuerpo emocional	Palabras clave

Para el desarrollo de las progresiones consideradas en el resultado de aprendizaje **2.1**, se recomienda al estudiantado:

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>Aprendizajes de Trayectoria (Recursos Socioemocionales): Responsabilidad Social, Cuidado Físico Corporal y Bienestar Emocional Afectivo.</p> <p>3. Escucha y cede para construir acuerdos al trabajar en proyectos y acciones compartidas.</p> <p>5. Fomenta la inclusión, el respeto a la diversidad y la no discriminación, desde una óptica de derechos humanos, a través de las relaciones que establece con su comunidad escolar y social.</p> <p>4. Comprende que su perspectiva no es la única, ejerciendo la escucha y comunicación asertiva para fijar su postura en contra de actos de discriminación, intolerancia, violencia, individualismo e indiferencia ante actos de injusticia.</p> <p>1. Conoce y comprende el concepto de género como una construcción social que tiene efectos sobre la igualdad entre las personas para ejercer sus derechos sexuales, reproductivos, laborales, cívicos, políticos, humanos, entre otros.</p> <p>2. Explica cómo las normas sociales de género afectan en el cuidado del cuerpo, la salud mental y el amor propio.</p> <p>1. Identifica las ventajas y desventajas de la comunicación y participación digital para la construcción de la identidad y lazos afectivos saludables e igualitarios.</p> <p>4. Contribuye a la construcción de relaciones libres de violencia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Investiga qué es un sociodrama, sus características, tipos, cómo se elabora y sus elementos.</li> <li>• Forma vínculos interpersonales mediante el aprendizaje del trabajo cooperativo y colaborativo, los cuales serán de gran impacto, para el reconocimiento, manejo y gestión de tus emociones, debido a las dimensiones cognitivas y formativas que se generan a partir de ellos.</li> <li>• Participa en una discusión grupal para comprender el concepto de género como una construcción social que tiene efectos sobre la igualdad entre las personas para ejercer sus derechos sexuales, reproductivos, laborales, cívicos, políticos, humanos, entre otros, así como la forma en que las normas sociales de género afectan en el cuidado del cuerpo, la salud mental y el amor propio.</li> <li>• Participa en una lluvia de ideas sobre experiencias o ejemplos de violencia, exclusión o inseguridad observadas en su comunidad escolar o social, determinar experiencias comunes y posibles soluciones. Recuerda retomar las experiencias de personas en situación de discapacidad.</li> <li>• Realiza, en equipos, carteles o material de difusión para fomentar la inclusión, el respeto a la diversidad y la no discriminación, desde una óptica de derechos humanos.</li> <li>• Realiza un análisis sobre cómo influye una interacción social positiva en el desarrollo integral de las personas.</li> </ul>

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>7. Hace uso de la comunicación y la confianza para establecer mejores relaciones, más asertivas y de empatía.</p> <p>1. Reconoce y asume la importancia de la inclusión de todas y todos en la práctica del deporte.</p> <p>7. Evalúa mitos del amor romántico e identifica relaciones sexo-afectivas saludables y no saludables.</p> <p>8. Reconoce qué son los acuerdos y el respeto de ellos dentro de una relación, expresa afecto y amor mediante el cuidado mutuo, la corresponsabilidad y la responsabilidad afectiva, replanteando las relaciones sexo-afectivas hacia modelos más sanos.</p> <p>9. Reconoce que en las prácticas sexo-afectivas son necesarios cuatro factores: el consentimiento, la información, la elección y la responsabilidad afectiva.</p> <p>6. Reconoce que la violencia en la pareja puede tener muchas formas diferentes (por ejemplo: psicológica, física, sexual, patrimonial) y que ésta atenta a la integridad de una persona.</p> <p>9. Aboga por la igualdad de género y la eliminación de la violencia de género y pone el ejemplo construyendo relaciones que tienen una base en la igualdad y los derechos.</p> <p>14. Reconoce a la comunicación asertiva como clave en una relación sexual y/o afectiva; hace uso de ella para comunicar las necesidades y límites en el ámbito sexual y/o afectivo.</p> <p>8. Participa en representaciones teatrales para permitirle al estudiante estrechar los vínculos sociales; el sentido de la empatía, la práctica de la colaboración y la cooperación, así como la canalización de sus emociones por medio de esta actividad artística.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elabora un cuadro comparativo para identificar las ventajas y desventajas de la comunicación y participación digital para la construcción de la identidad y lazos afectivos saludables e igualitarios.</li> <li>• Investiga sobre los tipos de violencia en pareja, ya que puede tener muchas formas diferentes (por ejemplo: psicológica, física, sexual, patrimonial) y que ésta atenta a la integridad de una persona</li> <li>• Participa en una lluvia de ideas acerca de los mitos del amor romántico, identificando relaciones saludables y no saludables; así como las diferentes manifestaciones de violencia en el entorno escolar.</li> <li>• Participa en una plenaria acerca del semáforo de la violencia, propuesto por el IPN <a href="https://www.ipn.mx/genero/materiales/semaforo.pdf">https://www.ipn.mx/genero/materiales/semaforo.pdf</a></li> <li>• Discute y presenta ante el grupo las diferentes manifestaciones de tipos de violencia en contra de las mujeres: Violencia psicológica, física, patrimonial, económica, sexual.</li> <li>• Consulta la información en el siguiente enlace: <a href="https://www.infobae.com/america/mexico/2019/03/08/violentometro-el-manual-para-ayudar-a-las-mujeres-y-ninas-a-prevenir-la-violencia/">https://www.infobae.com/america/mexico/2019/03/08/violentometro-el-manual-para-ayudar-a-las-mujeres-y-ninas-a-prevenir-la-violencia/</a></li> <li>• En equipos de 4-5 integrantes, elaboren un organizador gráfico donde se identifiquen los diferentes tipos de violencia (psicológica, física, patrimonial, económica, sexual);</li> </ul>

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
	<p>manifestaciones y consecuencias o efectos, expliquen el tipo de violencia que el docente haya asignado a cada equipo (esta actividad se encuentra apegada a los ocho conceptos clave: 1. Relaciones, 2. Valores, derechos, cultura y sexualidad, 3. Cómo entender el género, 4. La violencia y cómo mantenerse seguros, 5. Habilidades para la salud y el bienestar, 6. El cuerpo humano y el desarrollo, 7. Sexualidad y conducta sexual, 8. Salud sexual y reproductiva) de las Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Un enfoque basado en la evidencia. <a href="https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335">https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335</a>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realicen en plenaria, una reflexión sobre los “Mitos de violencia que se comete contra las mujeres en el ámbito familiar”; para ello, pueden iniciar con la discusión de la frase “PÉGAME PERO NO ME DEJES”, identificándola en el contexto interpersonal; pueden apoyarse con el video “No confundas amor con abuso” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=w_jbIZDtdJs">https://www.youtube.com/watch?v=w_jbIZDtdJs</a> así como con la información del Portal Vida Sin Violencia, del Instituto Nacional de las Mujeres: <a href="http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/#">http://vidasinviolencia.inmujeres.gob.mx/#</a></li> <li>• Elaborar carteles, videos, infografías, etc., con la finalidad de compartir la información <b>Mito-Realidad</b>; por ejemplo, un mito es que “El “hogar” es el lugar más seguro para las mujeres”, la realidad es que “A pesar de que se cree que el hogar es un lugar seguro para las niñas, los niños y las mujeres corren más riesgo de vivir violencia por parte de algún familiar o persona conocida”.</li> <li>• Utiliza la comunicación asertiva para comunicar tus necesidades.</li> </ul>

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participa en técnicas de reflexión (debate sobre experiencias, discusión de casos o dilemas, resolución de conflictos, dramatizaciones teatrales, juegos de simulación, etcétera) donde puedas expresar y argumentar sobre cómo las relaciones poco saludables y la inseguridad afectan el bienestar físico, mental y emocional de las personas</li> <li>• Puedes apoyarte en la página de los Centros de Integración Juvenil (CIJ) que es una institución mexicana especializada en la atención de la salud mental y las adicciones. <a href="http://www.cij.org.mx/">http://www.cij.org.mx/</a></li> <li>• Realiza la coevaluación: <i>La coevaluación maneja y puede mejorar los vínculos hacia tus compañeros.</i></li> </ul>

- **Realizar la actividad de evaluación 2.1.1 considerando la rúbrica correspondiente.**

- Es el momento de la **COEVALUACIÓN**, es decir, que se evalúen entre ustedes, para ello, deberás realizar la evaluación de quien te indique tu docente, así mismo, alguien de tu equipo te evaluará, considerando los siguientes criterios:
  - ✓ esfuerzo y tiempo dedicado a esta actividad
  - ✓ participación activa y concentrada
  - ✓ trato respetuoso y amable
  - ✓ interés
  - ✓ colaboración y apoyo a los integrantes del equipo

De acuerdo con tus respuestas y análisis, haz una coevaluación lo más objetiva posible, para valorar si el desempeño de tu compañera o compañero fue: Excelente / Bueno / Suficiente / o Insuficiente. Cada quien obtiene la evaluación que le haya asignado su par.

Para el desarrollo de las progresiones consideradas en el resultado de aprendizaje 2.2, se recomienda al estudiantado:

Progresiones de aprendizaje	Estrategias de aprendizaje
<p>Aprendizajes de Trayectoria (Recursos Socioemocionales): Responsabilidad Social, Cuidado Físico Corporal y Bienestar Emocional Afectivo.</p> <p>7. Establece un diálogo plural y abierto en grupo, considerando valores como el respeto, la inclusión, la solidaridad y la tolerancia, para proponer alternativas de solución a problemas de su entorno escolar o comunitario.</p> <p>3. Elabora y comparte argumentos sobre cómo los entornos seguros y las relaciones pacíficas en la escuela, el hogar y la sociedad pueden contribuir a evitar problemas públicos (violencia, desigualdad, adicciones, suicidio, guerra, etcétera) y problemas personales (estrés, ansiedad, depresión, etcétera).</p> <p>5. Toma decisiones de manera responsable previendo cómo sus acciones u omisiones pueden afectar el bienestar personal y colectivo.</p> <p>3. Examina cómo es que ciertos comportamientos, prácticas y hábitos de consumo en su comunidad impactan en el medio ambiente y en el cambio climático.</p> <p>2. Explica cómo es un estilo de vida saludable y cómo se construye a lo largo de la vida.</p> <p>3. Analiza cómo los factores ambientales impactan en la salud física y mental, así como en el desarrollo de enfermedades.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza la lectura del cuento: “Arreglar el Mundo”, del autor: Gabriel García Márquez. <a href="http://www.cuentosinfantilesadormir.com/cuento-arreglarelmundo.html">http://www.cuentosinfantilesadormir.com/cuento-arreglarelmundo.html</a></li> <li>• Participa en la reflexión, de manera grupal sobre la siguiente máxima: Los grandes cambios se consiguen con cambios pequeños, en nosotros mismos y nuestro entorno. Para “arreglar el mundo” hemos de empezar por nosotros mismos.</li> <li>• Realiza, de manera grupal, un diagnóstico del concepto de autoestima, a través de la pregunta: ¿Qué es autoestima?, solo deben responder con un concepto, para formar una nube de palabras, posteriormente, analizar sus respuestas.</li> <li>• Responde un test de autoestima y, con ayuda de tu docente, analicen los resultados a fin de detectar tus puntos débiles o de mejora para trabajar en ellos. Una sugerencia es de <a href="https://www.psicoadapta.es/blog/test-de-autoestima/">https://www.psicoadapta.es/blog/test-de-autoestima/</a> o cualquier otro propuesto por tu docente</li> <li>• Revisa la información sobre la Escalera de Autoestima, en el siguiente enlace: <a href="https://www.psicofaro.es/la-escalera-de-la-autoestima-podemos-llegar-a-querernos-mas-y-mejor/">https://www.psicofaro.es/la-escalera-de-la-autoestima-podemos-llegar-a-querernos-mas-y-mejor/</a></li> <li>• Observar los siguientes videos:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- “La oveja pelada” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iBxnyhdYaRY">https://www.youtube.com/watch?v=iBxnyhdYaRY</a></li> <li>- “El valor de aceptarte tal como eres” <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SkepTHIKONw">https://www.youtube.com/watch?v=SkepTHIKONw</a></li> </ul> </li> </ul>



<p>4. Identifica que las enfermedades crónicas (diabetes, hipertensión y dislipidemias, etc.) son multifactoriales y reconoce su corresponsabilidad para prevenirlas y tratarlas</p> <p>5. Identifica cómo la salud mental tiene un impacto sobre la salud de su cuerpo.</p> <p>6. Elige practicar hábitos que ayudan a elevar el nivel de salud física.</p> <p>3. Reflexiona sobre la importancia de la atención de la salud mental y física para beneficio propio y colectivo.</p> <p>4. Identifica cómo las condiciones socioculturales son factores determinantes en la salud integral de las personas, familias y comunidades.</p> <p>1. Desarrolla prácticas en torno a la alimentación y hábitos saludables para promover el bienestar físico, mental y emocional de las comunidades escolares de educación media superior.</p> <p>2. Evalúa la dieta alimenticia en función de los factores que influyen en esta.</p> <p>3. Establece acciones que contribuyan a una alimentación saludable.</p> <p>4. Distingue las porciones ideales de alimentos para gozar de una buena salud física, mental y emocional.</p> <p>5. Identifica cómo los trastornos de conducta están vinculados con la alimentación.</p> <p>8. Previene enfermedades que vulneran el bienestar físico a través de mejorar su alimentación</p> <p>2. Analiza el tiempo de entretenimiento que se le destina al uso de las redes sociales y los riesgos que, un mal manejo de estas, podrían causar a la salud física, mental y emocional.</p>	<p>- “El circo de la Mariposa” <a href="https://youtu.be/PUKkSc5qETM">https://youtu.be/PUKkSc5qETM</a></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica los conceptos de la escalera de autoestima que se presentan en los videos anteriores.</li><li>• Dibuja la escalera de autoestima en el cuaderno, usando imágenes representativas en cada escalón.</li><li>• Expongan, en equipos, un escalón de autoestima, usando imágenes alusivas y ejemplos de la vida cotidiana.</li><li>• Elabora tu propio árbol de autoestima, con la siguiente estructura:<ul style="list-style-type: none"><li>- En las raíces incluye los aspectos positivos de tu persona</li><li>- En el tronco escribe tu nombre</li><li>- En las ramas incluye todos tus éxitos y logros alcanzados hasta el día de hoy</li></ul></li><li>• Si así lo desean y acuerdan, pueden exponer su árbol ante el grupo</li><li>• Mantén un diálogo plural y abierto en tu grupo, considerando valores como el respeto, la inclusión, la solidaridad y la tolerancia, para proponer alternativas de solución a problemas de su entorno escolar o comunitario.</li><li>• Responde el test FANTÁSTICO, para identificar tu estilo de vida, accediendo al siguiente enlace: <a href="https://bienvenidos.weebly.com/uploads/8/0/2/7/80277320/fantastico_2.jpg">https://bienvenidos.weebly.com/uploads/8/0/2/7/80277320/fantastico_2.jpg</a>; suma los puntajes obtenidos en cada área; suma el total de las 10 áreas y multiplicar por 2; de acuerdo con tu puntaje final, podrás saber qué tan buen estilo de vida tienes, para mejorar lo que sea necesario; a mayor puntaje mejor estilo de vida, a menor</li></ul>
--	---

<ol style="list-style-type: none"><li>3. Implementa estrategias de optimización del tiempo durante el cual se hace uso de las tecnologías a lo largo del día, a fin de promover estilos de vida saludables.</li><li>4. Mejora sus hábitos durante el uso de las tecnologías en beneficio de su salud física.</li><li>5. Identifica estrategias para el uso responsable en el ámbito personal y académico de las tecnologías.</li><li>2. Identifica las características de las relaciones que favorecen la propia salud mental y emocional, dentro del contexto familiar, escolar, laboral o comunitario con la finalidad de promoverlas.</li><li>3. Consulta fuentes confiables para tomar decisiones informadas que contribuyan a su bienestar físico y corporal</li><li>1. Identifica los hábitos de vida saludables propuestos por distintas instituciones.</li><li>4. Comprende que adoptar el hábito de la actividad física ayuda a la cooperación, el respeto, el trabajo en equipo y el desarrollo armónico de su personalidad.</li><li>3. Realiza actividades físicas con el fin de cuidar y fortalecer su cuerpo y mente.</li><li>4. Cuida y respeta su cuerpo evitando conductas y situaciones que ponen en riesgo su integridad física-emocional.</li><li>3. Practica actividades físicas y deporte como un medio para su desarrollo físico, mental, emocional y social.</li><li>4. Valora las habilidades corporales, propias y de los demás.</li><li>6. Genera un cambio en la actitud social proporcionando vías para mejorar la interacción y el desarrollo de habilidades para la vida.</li></ol>	<p>puntaje, puedes estar en zona de peligro por algunas conductas de riesgo.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Registren de manera grupal los resultados para graficarlos y tomar decisiones en conjunto para mejorar aquellas áreas de mayor vulnerabilidad.</li><li>• Identifica diferentes tipos de pareja y la discriminación ante la homosexualidad.</li><li>• Plantéate la siguiente pregunta: ¿De qué manera impacta la toma de decisiones en el ejercicio responsable de la sexualidad, para tu proyecto de vida y cómo afecta en tus emociones? Compartan de manera grupal sus reflexiones.</li><li>• Participa en una lluvia de ideas sobre los buenos hábitos y cómo impactan en nuestra vida.</li><li>• Realiza una socialización en un foro de discusión sobre cómo los factores ambientales impactan en la salud física y mental, así como en el desarrollo de enfermedades.</li><li>• Realiza una investigación para conocer los buenos hábitos y como ayudan a mejorar la salud física y mental, registra en una tabla de tres columnas: hábitos saludables; impacto físico positivo; impacto mental positivo.</li><li>• Elabora un mapa mental donde se explique que la imagen corporal puede afectar la autoestima y la toma de decisiones en relaciones sexuales y/o afectivas y cuestionando estándares poco realistas acerca de la apariencia física.</li></ul>
---	--

<p>3. Reconoce que el conocimiento de su cuerpo puede ayudarlo a identificar las cosas que están fuera de lo habitual, así como identificar lo que le gusta y lo que no.</p> <p>6. Practica la introspección y el autoconocimiento para tomar decisiones saludables desde el cuidado de sí mismo, fortaleciendo el amor propio.</p> <p>10. Aplica las habilidades de comunicación, negociación y rechazo eficaces que puedan usar para contrarrestar la presión sexual no deseada, buscar apoyo o ayudar a otras personas a hacerlo si experimentan coerción o abuso.</p> <p>12. Sabe la importancia de comunicar el consentimiento sexual y de reconocer el consentimiento sexual o la falta de consentimiento por parte de otra persona y analizar los factores (por ejemplo: alcohol y otras sustancias, violencia de género, pobreza, dinámica de poder) que pueden afectar la capacidad de reconocer o dar el consentimiento.</p> <p>1. Reconoce que la imagen corporal puede afectar la autoestima y la toma de decisiones en relaciones sexuales y/o afectivas; demuestra maneras de cuestionar estándares poco realistas acerca de la apariencia física.</p> <p>13. Aplica estrategias de reducción del riesgo para la prevención del embarazo y las ITS y considera factores emocionales, de género, sociales que pueden influir en no aplicar las estrategias de reducción del riesgo.</p> <p>7. Toma decisiones en un marco de corresponsabilidad cívica y ética.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realiza un ejemplo de una problemática real, donde se fomente la introspección y se propongan posibles soluciones desde tu realidad y experiencias de vida.</li> <li>• Investiga tipos de “Retos de 30 días de actividad física” Elije uno para su implementación, realiza un ejercicio práctico de actividad física por 30 días, registra un seguimiento donde señales que cumples con la actividad, registra como te sentiste al realizar el ejercicio, las dificultades y tus avances, aprovecha para llevar un registro del tiempo que te toma realizar el ejercicio.</li> <li>• Realiza una simulación por equipos donde se representen los siguientes conceptos con sus ejemplos sobre las respectivas características de:             <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Salud mental</li> <li>✓ Salud emocional y afectiva</li> <li>✓ Salud Física y nutricional</li> </ul> </li> <li>• Realiza una presentación oral e ilustrada sobre las enfermedades crónicas multifactoriales (Diabetes, hipertensión, dislipidemias, cardiovasculares, etc.) menciona sus causas, las recomendaciones preventivas y las sugerencias médicas para tratarlas.</li> <li>• Planteen, de manera grupal, estrategias de reducción del riesgo para la prevención del embarazo y las ITS, considerando factores emocionales, de género, sociales que pueden influir en no aplicar las estrategias de reducción del riesgo.</li> </ul>
--	--

	<ul style="list-style-type: none"><li>• Investiga cómo la salud mental tiene un impacto sobre la salud de nuestro cuerpo, realiza un video TikTok dónde brindes 5 ejemplos de dicho impacto.</li><li>• Realiza un organizador gráfico donde resaltes la importancia de la atención de la salud mental y física para beneficio propio y colectivo.</li><li>• Realiza análisis del tiempo de entretenimiento que le destinas al uso de las redes sociales</li><li>• Registra en una tabla los riesgos que, un mal manejo de las redes sociales, podrían causar a tu salud física, mental y emocional.</li><li>• Con base en el registro de la tabla realiza propuestas para mejorar tus hábitos durante el uso de las tecnologías en beneficio de tu salud física.</li><li>• Realiza un organizador gráfico en donde señales los tipos de tecnologías que implementándolas ayudan a desarrollar hábitos saludables.</li><li>• Elabora una actividad (ensayo, poema, dibujo, danza, etc.) que te permita representar, reflexionar o argumentar sobre el impacto de tu acción en tu bienestar personal y el bienestar social.</li><li>• Examina cuáles son las normas sociales de género que predominan en su comunidad escolar o social, y cómo pueden influir en el bienestar personal y colectivo</li><li>• Examina cómo es que ciertos comportamientos, prácticas y hábitos de consumo en su comunidad impactan en el medio ambiente y en el cambio climático; de igual manera, reflexiona</li></ul>
--	--

	<p>sobre cómo el cuidado al medio ambiente está conectado con el cuidado de su salud física, mental y emocional</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Reflexiona en grupo sobre el impacto de sus hábitos de consumo en el medio ambiente y genera una propuesta para mejorarlos, reforzarlos o cambiarlos, de forma que sean más sostenibles</li><li>• Mediante el diálogo grupal, propongan una estrategia para sensibilizar a la comunidad escolar sobre la necesidad de cuidar el medio ambiente como una forma de cuidar nuestra salud personal y colectiva.</li><li>• Participa en una mesa debate donde discuten los desafíos y los avances para construir una ciudadanía más solidaria, crítica, honesta, responsable y comprometida con el bienestar de los demás.</li><li>• Colabora en el desarrollo de actividades o proyectos de práctica y colaboración ciudadana (internos o externos al plantel) que promuevan la seguridad y la cultura de paz.</li></ul>
--	--

- **Realizar la actividad de evaluación 2.2.1 considerando la rúbrica correspondiente, así como los siguientes elementos:**

- Elabora un registro por 30 días, donde señales las actividades saludables que incorporas en tu día a día para mejorar tus buenos hábitos.  
Realiza un registro diario de:
  - Δ buenos hábitos para mejorar tu autocuidado mental, escribe frases que te permitan reflexionar, motivarte, amarte o a desarrollar mejores relaciones con tus personas importantes, así como afirmaciones positivas.
  - Δ las comidas que realizas al día, identifica cuáles son las más saludables y reflexiona sobre los beneficios que tienen para tu salud, también es importante que se lleve un registro de las dificultades que tienes al mejorar los hábitos de comidas.
  - Δ tus hábitos al despertar y tus hábitos para prepararte para dormir, identifica aquellos que benefician tu salud física y mental.
  - Δ tu estado de ánimo y una reflexión o comentario sobre los pensamientos que fueron más recurrentes durante los días de registro.
- Escribe una reflexión sobre tus días.

## 5. Prácticas y Actividades

En respeto a la autonomía didáctica, este apartado quedará bajo la responsabilidad del personal docente para que, de acuerdo con su experiencia, características del grupo, la comunidad y el desempeño del estudiantado, seleccione, proponga y realice aquellas prácticas y actividades transversales que garanticen un mayor desarrollo de aprendizajes y habilidades, privilegiando las corrientes filosóficas, pedagógicas y técnicas de mayor actualidad, así como las tecnologías de la información y la comunicación, como herramientas de apoyo al proceso de enseñanza – aprendizaje.

Por lo anterior, se reconoce que la función del personal docente implica, ante todo, una labor de investigación y promoción del autoaprendizaje; fomentando actividades que consideren el aprendizaje contextualizado, colaborativo, participativo y lúdico, así como el diálogo, el trabajo en equipo, y la utilización pertinente, sostenible y responsable de las tecnologías de la información y comunicación, conocimiento y aprendizaje digital en los procesos de la vida cotidiana con una perspectiva crítica de los contenidos y materiales disponibles en medios electrónicos, plataformas virtuales y redes sociales.

De igual manera, se espera que el estudiantado asuma su responsabilidad y tome un papel activo en el proceso de desarrollo de **habilidades, conocimientos y actitudes** que le permitirán no sólo ingresar al mundo laboral, sino participar de manera destacada en la sociedad.

## II. Guía de Evaluación

### 6. Descripción

La guía de evaluación es un documento que define el proceso de recolección y valoración de las evidencias requeridas por el módulo desarrollado y tiene el propósito de orientar en la evaluación de las habilidades, conocimientos y actitudes adquiridos por el estudiantado, asociados a los Resultados de Aprendizaje; en donde, además, se describen las técnicas y los instrumentos a utilizar, así como la ponderación de cada actividad de evaluación.

Los Resultados de Aprendizaje se definen tomando como referente las progresiones de aprendizaje que va adquiriendo el estudiantado para desempeñarse en los ámbitos personal y profesional, que le permitan un desempeño eficiente, autónomo, flexible y responsable de su ejercicio profesional y de actividades laborales específicas, en un entorno cambiante que exige la multifuncionalidad.

Durante el proceso de enseñanza - aprendizaje es importante considerar tres finalidades de evaluación: diagnóstica, formativa y sumativa.

La **evaluación diagnóstica** nos permite establecer un punto de partida fundamentado en la detección de la situación en la que se encuentran nuestros estudiantes. Permite también establecer vínculos socio-afectivos entre el docente y su grupo. El estudiantado a su vez podrá obtener información sobre los aspectos donde deberá hacer énfasis en su dedicación. El docente podrá identificar intereses, necesidades y características del grupo para orientar adecuadamente sus estrategias. En esta etapa pueden utilizarse mecanismos informales de recopilación de información.

La **evaluación formativa** se realiza durante todo el proceso de aprendizaje del estudiantado, en forma constante, ya sea al finalizar cada actividad de aprendizaje o en la integración de varias de éstas. Tiene como finalidad informar al estudiantado de sus avances con respecto a los aprendizajes que deben alcanzar y advertirle sobre dónde y en qué aspectos tiene debilidades o dificultades para poder regular sus procesos. Aquí se admiten errores, se identifican y se corrigen; es factible trabajar colaborativamente. Asimismo, el personal docente puede asumir nuevas estrategias que contribuyan a mejorar los resultados del grupo, entendiendo que la evaluación es un proceso que construye para retroalimentar y tomar decisiones orientadas a la mejora continua, en distintos rubros.

Finalmente, la **evaluación sumativa** es adoptada básicamente por una función social, ya que mediante ella se asume una acreditación, una promoción, un fracaso escolar, índices de deserción, etc., a través de criterios estandarizados y claramente definidos. Las evidencias se elaboran en forma individual, puesto que se está asignando, convencionalmente, un criterio o valor. Manifiesta la síntesis de los logros obtenidos por ciclo o período escolar.

Con respecto al agente o responsable de llevar a cabo la evaluación, se distinguen tres categorías: la **autoevaluación** que se refiere a la valoración que hace el alumno sobre su propia actuación, lo que le permite reconocer sus posibilidades, limitaciones y cambios necesarios para mejorar su aprendizaje. Los roles de evaluador y evaluado coinciden en la misma persona.

La **coevaluación** es aquella en la que los alumnos se evalúan mutuamente, es decir, evaluadores y evaluados intercambian su papel alternativamente; los alumnos en conjunto, participan en la valoración de los aprendizajes logrados, ya sea por algunos de sus miembros o del grupo en su conjunto; La coevaluación permite al alumno y al docente:

- Identificar los logros personales y grupales
- Fomentar la participación, reflexión y crítica constructiva ante situaciones de aprendizaje
- Opinar sobre su actuación dentro del grupo
- Desarrollar actitudes que se orienten hacia la integración del grupo
- Mejorar su responsabilidad e identificación con el trabajo
- Emitir juicios valorativos acerca de otros en un ambiente de libertad, compromiso y responsabilidad

La **heteroevaluación** es el tipo de evaluación que con mayor frecuencia se utiliza, donde el docente es quien evalúa, su variante externa, se da cuando agentes no integrantes del proceso enseñanza-aprendizaje son los evaluadores, otorgando cierta objetividad por su no implicación.

En dos rúbricas diferentes de la guía de evaluación se establece un indicador específico para la autoevaluación y coevaluación; a su vez, la heteroevaluación queda establecida en una rúbrica que podría ser evaluada por un experto o docente que no haya impartido el módulo a ese grupo.

Cada uno de los Resultados de Aprendizaje (RA) tiene asignada al menos una actividad de evaluación (AE), a la que se le ha determinado una ponderación con respecto a su complejidad y relevancia de las progresiones involucradas. Las ponderaciones de las AE deberán sumar 100%



## 7. Tabla de ponderación

La ponderación que se asigna en cada una de las actividades de evaluación se representa en la Tabla de ponderación, que además, contiene los Resultados y Unidades de aprendizaje a las cuales pertenecen. La columna “Actividad de evaluación” indica la codificación asignada a ésta desde el programa de estudios y que a su vez queda vinculada al Sistema de Evaluación Escolar (SAE). Asimismo, la columna “Peso específico, señala el porcentaje definido para cada actividad; la columna “Peso logrado” es el nivel que el alumno alcanzó con base en las evidencias o desempeños demostrados; y la columna “Peso acumulado” se refiere a la suma de los porcentajes alcanzados en las diversas actividades de evaluación a lo largo del ciclo escolar

Unidad de aprendizaje	Resultado de Aprendizaje	Actividad de Evaluación	% Peso Específico	% Peso Logrado	% Peso Acumulado
1. Gestión emocional	1.1 Identifica las emociones básicas conforme a sus características y los estímulos que las generan, para su gestión	1.1.1	20		
	1.2 Gestiona sus emociones básicas en el ámbito personal, profesional e interpersonal a través de estrategias de autorregulación, para procurar su bienestar	1.2.1	30		
<b>% PESO PARA LA UNIDAD</b>			<b>50</b>		
2. Hábitos saludables y prevención de situaciones de riesgo	2.1. Establece vínculos interpersonales saludables mediante la gestión de sus emociones para su desarrollo integral	2.1.1	15		
	2.2 Desarrolla acciones de autocuidado mediante hábitos saludables, para la prevención de conductas de riesgo, enfermedades o accidentes	2.2.1	35		
<b>% PESO PARA LA UNIDAD</b>			<b>50</b>		
<b>PESO TOTAL DEL MÓDULO</b>			<b>100</b>		

## 8. Matriz de valoración o rúbrica

Otro elemento que complementa a la Tabla de ponderación es la rúbrica o matriz de valoración, que establece los indicadores y criterios a considerar para evaluar una habilidad, destreza o actitud. Una matriz de valoración o rúbrica es, como su nombre lo indica, una matriz de doble entrada en la cual se establecen, por un lado, los indicadores o aspectos específicos que se deben tomar en cuenta como mínimo indispensable para evaluar si se ha logrado el resultado de aprendizaje esperado y, por otro, los criterios o niveles de calidad o satisfacción alcanzados. En las columnas centrales se describen los criterios que se van a utilizar para evaluar esos indicadores, explicando cuáles son las características de cada uno. Los criterios que se han establecido son:

- ✓ **Excelente**, ha alcanzado el resultado de aprendizaje, además de cumplir con los estándares o requisitos establecidos como necesarios en el logro de la habilidad, destreza o actitud, es decir, va más allá de lo que se solicita como mínimo, aportando elementos adicionales en pro del indicador.
- ✓ **Bueno**, ha alcanzado el resultado de aprendizaje, es decir, cumple con los estándares o requisitos establecidos como necesarios para demostrar el logro de la habilidad, destreza o actitud.
- ✓ **Suficiente**, ha alcanzado el resultado de aprendizaje con áreas de mejora.
- ✓ **Insuficiente**, no ha logrado alcanzar el resultado de aprendizaje.

<b>Siglema:</b>	<b>FOSO-00</b>	<b>Nombre del módulo:</b>	<b>Formación Socioemocional I</b>	<b>Nombre del alumno:</b>	
<b>Docente evaluador:</b>				<b>Grupo:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Resultado de aprendizaje:</b>	<b>1.1</b> Identifica las emociones básicas conforme a sus características y los estímulos que las generan, para su gestión.			<b>Actividad de evaluación:</b>	<b>1.1.1.</b> Elabora un cuadro comparativo que incluya las emociones básicas, sus características y los estímulos que la generan y un elemento artístico que represente la emoción con la que más te identifiques (video, escultura, cuento, comic, canción, etc.) con una breve explicación.

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Cuadro comparativo	45	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las cinco emociones básicas: MATED Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado</li> <li>Describe las características de cada una</li> <li>Describe los estímulos que las generan.</li> <li>Resalta la emoción que eligió para su elemento artístico.</li> <li>Presenta el cuadro en una hoja tamaño carta, de forma creativa, con orden, claridad, ortografía y limpieza.</li> <li>Entrega la actividad en tiempo y forma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las cinco emociones básicas: MATED Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado</li> <li>Describe las características de cada una</li> <li>Describe los estímulos que las generan.</li> <li>Presenta el cuadro en una hoja tamaño carta con orden, claridad, ortografía y limpieza.</li> <li>Entrega la actividad en tiempo y forma.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica las cinco emociones básicas: MATED Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado</li> <li>Describe características de algunas emociones</li> <li>Describe algunos estímulos que generan algunas emociones.</li> <li>Presenta el cuadro en una hoja tamaño carta omitiendo alguno de los siguientes elementos: orden, claridad, ortografía y limpieza.</li> <li>Entrega la actividad fuera del tiempo establecido con una justificación válida.</li> </ul>	<p>Omite alguno de los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar las cinco emociones básicas: MATED Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Desagrado</li> <li>Describir las características de cada una</li> <li>Describir los estímulos que las generan.</li> <li>Presentar el cuadro en una hoja tamaño carta con orden, claridad, ortografía y limpieza.</li> </ul> <p>Y/o entrega la actividad fuera del tiempo establecido y sin considerar lo estipulado por su docente.</p>
Elemento artístico	45	<ul style="list-style-type: none"> <li>Titula su obra</li> <li>Identifica qué elemento artístico eligió y explica por</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Titula su obra</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Titula su obra</li> <li>Identifica qué elemento artístico eligió y le cuesta un</li> </ul>	<p>Omite alguno de los siguientes elementos:</p>

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		<p>qué, además demuestra conocimientos sobre ese elemento artístico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica qué emoción eligió y explica por qué</li> <li>Se observa una clara relación y congruencia entre la obra y la emoción elegida</li> <li>Es original y creativo</li> <li>Se maneja con respeto ante el trabajo de sus pares.</li> <li>Entrega la actividad en tiempo y forma.</li> <li>Explica cómo se sintió al realizar su obra</li> <li>Utiliza materiales reciclados si el elemento artístico lo permite</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica qué elemento artístico eligió y explica por qué</li> <li>Identifica qué emoción eligió y explica por qué</li> <li>Se observa una clara relación entre la obra y la emoción elegida</li> <li>Es original</li> <li>Se maneja con respeto ante el trabajo de sus pares.</li> <li>Entrega la actividad en tiempo y forma.</li> </ul>	<p>poco de trabajo explicar por qué</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica qué emoción eligió y le cuesta un poco de trabajo explicar por qué</li> <li>La relación entre la obra y la emoción elegida no es tan evidente</li> <li>Se maneja con respeto ante el trabajo de sus pares.</li> <li>Entrega la actividad fuera del tiempo establecido con una justificación válida.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Título de la obra</li> <li>Identificar el elemento artístico y justificación</li> <li>Identificar la emoción elegida y justificación</li> <li>Relación entre la obra y la emoción</li> <li>Manejarse con respeto ante el trabajo de sus pares.</li> </ul> <p>Y/o entrega la actividad fuera del tiempo establecido, sin justificación válida y/o sin considerar lo estipulado por su docente.</p>
Auto evaluación	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexiona sobre las siguientes preguntas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Logré identificarme con la pieza que realicé?</li> <li>¿Me permitió un mayor autoconocimiento?</li> <li>¿Demostré interés por la actividad?</li> <li>¿Me permití conocer y</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexiona sobre las siguientes preguntas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Logré identificarme con la pieza que realicé?</li> <li>¿Me permitió un mayor autoconocimiento?</li> <li>¿Demostré interés por la actividad?</li> <li>¿Me permití conocer y</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexiona sobre las siguientes preguntas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Logré identificarme con la pieza que realicé?</li> <li>¿Me permitió un mayor autoconocimiento?</li> <li>¿Demostré interés por la actividad?</li> <li>¿Me permití conocer y</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexiona sobre las siguientes preguntas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>¿Logré identificarme con la pieza que realicé?</li> <li>¿Me permitió un mayor autoconocimiento?</li> <li>¿Demostré interés por la actividad?</li> <li>¿Me permití conocer y</li> </ul> </li> </ul>

INDICADOR ES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		demostrar mis emociones? • De acuerdo con las respuestas, mi desempeño y aprendizaje fue: Excelente	demostrar mis emociones? • De acuerdo con las respuestas, mi desempeño y aprendizaje fue: Bueno	demostrar mis emociones? • De acuerdo con las respuestas, mi desempeño y aprendizaje fue: Suficiente	demostrar mis emociones? • De acuerdo con las respuestas, mi desempeño y aprendizaje fue: Insuficiente
	<b>100</b>				

<b>Siglema:</b>	<b>FOSO-00</b>	<b>Nombre del módulo:</b>	<b>Formación Socioemocional I</b>	<b>Nombre del alumno:</b>	
<b>Docente evaluador:</b>				<b>Grupo:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Resultado de aprendizaje:</b>	<b>1.2</b> Gestiona sus emociones básicas en el ámbito personal, profesional e interpersonal a través de estrategias de autorregulación, para procurar su bienestar.		<b>Actividad de evaluación:</b>	<b>1.2.1</b> Participa en una competencia deportiva y elabora una bitácora de emociones donde describa el antes, durante y después de la actividad y que incluya: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proceso de gestión de las emociones.</li> <li>• Emociones identificadas propias y de su equipo.</li> <li>• Identificación de dificultades <b>(Heteroevaluación)</b></li> </ul>	

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Inclusión social	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se conduce con respeto hacia todas las personas con las que interactúa</li> <li>• Se muestra incluyente en todo momento sin discriminar a nadie por diferencias personales (económicas, físicas, emocionales, culturales).</li> <li>• Reconoce, cumple y promueve la práctica de reglas y normas para la resolución de problemas</li> <li>• Se integra a un equipo y motiva a sus compañeros a que se integren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se conduce con respeto hacia todas las personas con las que interactúa</li> <li>• Se muestra incluyente en todo momento sin discriminar a nadie por diferencias personales (económicas, físicas, emocionales, culturales).</li> <li>• Reconoce y cumple con reglas y normas para la resolución de problemas</li> <li>• Se integra a un equipo y motiva a sus compañeros a que se integren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se conduce con respeto hacia sus compañeros y compañeras</li> <li>• Sólo en ocasiones se muestra incluyente.</li> <li>• Reconoce y cumple con algunas reglas y normas para la resolución de problemas</li> <li>• Se integra a un equipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se conduce sin respeto</li> <li>• Discrimina a sus compañeros por diferencias personales</li> <li>• Se maneja sin reglas o normas</li> <li>• No se integra a ningún equipo</li> </ul>

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Desempeño	30	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa de manera asertiva, positiva y propositiva durante la competencia deportiva</li> <li>Enfrenta las dificultades en la práctica deportiva (antes, durante y después), reconociendo y regulando sus emociones</li> <li>Utiliza estrategias para el manejo del estrés y las emociones asociadas a éste.</li> <li>Resuelve conflictos bajo una cultura de paz.</li> <li>Muestra empatía hacia sus compañeros y compañeras</li> <li>Busca un equilibrio entre el interés y bienestar individual y el colectivo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa de manera asertiva y positiva durante la competencia deportiva</li> <li>Regula sus emociones antes, durante y después de la actividad</li> <li>Utiliza estrategias para el manejo del estrés y las emociones asociadas a éste.</li> <li>Resuelve conflictos bajo una cultura de paz.</li> <li>Muestra empatía hacia sus compañeros y compañeras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Participa de manera positiva durante la competencia deportiva</li> <li>En ocasiones regula sus emociones</li> <li>Resuelve conflictos.</li> <li>Muestra empatía hacia sus compañeros y compañeras</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se muestra negativo o apático durante la competencia deportiva</li> <li>Demuestra pérdida de control sobre sus emociones, sin lograr regularse.</li> <li>No se involucra en la resolución de conflictos que puedan surgir.</li> <li>Muestra muy poca empatía hacia lo que le suceda a sus compañeros y compañeras</li> </ul>
Bitácora	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe el antes, durante y después de la actividad</li> <li>Incluye el proceso de gestión de las emociones</li> <li>Incluye las emociones que experimentó, así como las de su equipo</li> <li>Identifica las dificultades que surgieron, así como las emociones generadas a partir de esas situaciones, y propone estrategias para mejorarlas o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe el antes, durante y después de la actividad</li> <li>Incluye el proceso de gestión de las emociones</li> <li>Incluye las emociones que experimentó, así como las de su equipo</li> <li>Identifica las dificultades que surgieron, así como las emociones generadas a partir de esas situaciones, y propone estrategias para mejorarlas o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe la actividad de manera breve</li> <li>Incluye el proceso de gestión de las emociones</li> <li>Incluye las emociones que experimentó</li> <li>Identifica las dificultades que surgieron, así como las emociones generadas a partir de esas situaciones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Describe la actividad de manera breve o no la describe</li> <li>Incluye de manera incompleta el proceso de gestión de las emociones</li> <li>Incluye las emociones que experimentó, así como las de su equipo</li> <li>Reconoce la importancia de practicar deporte para generar un cambio en sus emociones</li> <li>Omite identificar las</li> </ul>

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		resolverlas • Reconoce la importancia de practicar deporte para generar un cambio en sus emociones	resolverlas		dificultades que surgieron y/o las emociones generadas a partir de esas situaciones
Presentación de bitácora	10	• Incluye informe de la actividad y bitácora de emociones, incorporando conceptos manejados en el tema abordado • Respeta las normas ortográficas y gramaticales • El trabajo muestra orden, limpieza y creatividad • Entrega en tiempo y forma	• Incluye informe de la actividad y bitácora de emociones • Respeta las normas ortográficas y gramaticales • El trabajo muestra orden y limpieza • Entrega en tiempo y forma	• Incluye informe de la actividad y bitácora de emociones • Presenta pocos errores ortográficos y/o gramaticales • Entrega la actividad fuera del tiempo establecido con una justificación válida	• Omite el informe de la actividad y/o la bitácora de emociones • Presenta errores ortográficos y/o gramaticales  Y/o entrega la actividad fuera del tiempo establecido sin justificación y/o sin considerar lo estipulado por su docente
	<b>100</b>				



<b>Siglema:</b>	<b>FOSO-00</b>	<b>Nombre del módulo:</b>	<b>Formación Socioemocional I</b>	<b>Nombre del alumno:</b>	
<b>Docente evaluador:</b>				<b>Grupo:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Resultado de aprendizaje:</b>	<p><b>2.1</b> Establece vínculos interpersonales saludables mediante la gestión de sus emociones para su desarrollo integral.</p>			<b>Actividad de evaluación:</b>	<p><b>2.1.1.</b> Elabora un guion (individual) planteando una vivencia donde, a través de tu interacción con un familiar, amigo, docente, pareja, hayas experimentado miedo, alegría, tristeza, enojo o desagrado; en equipo, seleccionar uno de los guiones para representarlo mediante un sociodrama (con una duración máxima de 10 minutos). Posteriormente, realiza un informe (de manera individual), que incluya: el guion de autoría propia; emociones identificadas durante el desarrollo de la actividad; reflexiones en torno al guion elegido; evidencias fotográficas de la representación; así como la respuesta de los siguientes cuestionamientos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De acuerdo con la(s) emoción(es) planteada(s), ¿cómo reaccionaste?</li> <li>• ¿Consideras que tu reacción fue saludable?</li> <li>• ¿Cómo impactó tu relación con la otra persona?</li> <li>• Si tuvieras la oportunidad de reaccionar diferente, ¿cómo sería (pensando en mejorar tus vínculos)?</li> <li>• Incluye reflexión respetuosa y constructiva, respecto a uno de los guiones representados</li> </ul>

INDICADORES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Guion	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantea una problemática personal y situación a representar de manera clara</li> <li>• Expresa de manera profunda las emociones generadas por la situación</li> <li>• Contiene planteamiento, nudo y desenlace</li> <li>• Incluye: argumento personajes, diálogos, escena</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantea una problemática personal y la situación a representar de manera clara</li> <li>• Expresa las emociones generadas por la situación</li> <li>• Contiene planteamiento, nudo y desenlace</li> <li>• Incluye: argumento, personajes y diálogos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantea una problemática personal</li> <li>• Expresa de manera muy general las emociones generadas por la situación</li> <li>• Incluye: personajes y diálogos</li> </ul>	<p>Omite alguno de los siguientes puntos o no los desarrolla conforme a lo solicitado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planteamiento de una problemática personal</li> <li>• Emociones generadas por la situación</li> <li>• Personajes y diálogos</li> </ul>

INDICADOR ES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Desarrollo del sociodrama	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza montaje del sociodrama.</li> <li>La representación se apega al guion planteado</li> <li>Se observa congruencia y coherencia en las emociones como parte principal de una situación.</li> <li>Participa de manera activa y positiva, mostrando las emociones.</li> <li>Demuestra cooperación y colaboración.</li> <li>Cumple con el tiempo establecido para la representación (mínimo 5, máximo 10 minutos)</li> <li>Se maneja de manera respetuosa en todo momento, sin juzgar a sus pares</li> <li>Escucha y cede para construir acuerdos al trabajar en equipo</li> <li>Muestra creatividad e innovación en el montaje de su representación</li> <li>Comprende la intervención en una situación – problema por medio de la acción y comunicación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza montaje del sociodrama.</li> <li>La representación se apega al guion planteado</li> <li>Se observa congruencia y coherencia en las emociones como parte principal de una situación.</li> <li>Participa de manera activa y positiva, mostrando las emociones.</li> <li>Demuestra cooperación y colaboración.</li> <li>Cumple con el tiempo establecido para la representación (mínimo 5, máximo 10 minutos)</li> <li>Se maneja de manera respetuosa en todo momento, sin juzgar a sus pares</li> <li>Escucha y cede para construir acuerdos al trabajar en equipo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza montaje del sociodrama.</li> <li>La representación se apega al guion planteado o justifica en caso de cambiarlo</li> <li>Participa activamente</li> <li>La duración de la representación fluctúa muy poco entre el tiempo establecido (mínimo 5, máximo 10 minutos)</li> <li>Se maneja de manera respetuosa en todo momento, sin juzgar a sus pares</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No realiza montaje del sociodrama.</li> <li>La representación es improvisada, sin apearse a ningún guion ni justificar los cambios</li> <li>Participa muy poco, denotando apatía</li> <li>No respeta el tiempo establecido para la representación (dura mucho menos de 5 minutos o más de 15)</li> <li>Muestra faltas de respeto ante los demás.</li> </ul>

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Contenido del informe	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responde los siguientes cuestionamientos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- De acuerdo con la(s) emoción(es) planteada(s), ¿cómo reaccionaste?</li> <li>- ¿Consideras que tu reacción fue saludable?</li> <li>- ¿Cómo impactó tu relación con la otra persona?</li> <li>- Si tuvieras la oportunidad de reaccionar diferente, ¿cómo sería (pensando en mejorar tus vínculos)?</li> <li>- Reflexión respetuosa y constructiva, respecto a uno de los guiones representados</li> </ul> </li> <li>• Desarrollo del sociodrama</li> <li>• Explica cómo las relaciones poco saludables y la inseguridad afectan el bienestar físico, mental y emocional de las personas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responde los siguientes cuestionamientos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- De acuerdo con la(s) emoción(es) planteada(s), ¿cómo reaccionaste?</li> <li>- ¿Consideras que tu reacción fue saludable?</li> <li>- ¿Cómo impactó tu relación con la otra persona?</li> <li>- Si tuvieras la oportunidad de reaccionar diferente, ¿cómo sería (pensando en mejorar tus vínculos)?</li> <li>- Reflexión respetuosa y constructiva, respecto a uno de los guiones representados</li> </ul> </li> <li>• Desarrollo del sociodrama</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Responde de manera muy superficial y breve, los siguientes cuestionamientos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- De acuerdo con la(s) emoción(es) planteada(s), ¿cómo reaccionaste?</li> <li>- ¿Consideras que tu reacción fue saludable?</li> <li>- ¿Cómo impactó tu relación con la otra persona?</li> <li>- Si tuvieras la oportunidad de reaccionar diferente, ¿cómo sería (pensando en mejorar tus vínculos)?</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omite responder alguno de los siguientes cuestionamientos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- De acuerdo con la(s) emoción(es) planteada(s), ¿cómo reaccionaste?</li> <li>- ¿Consideras que tu reacción fue saludable?</li> <li>- ¿Cómo impactó tu relación con la otra persona?</li> <li>- Si tuvieras la oportunidad de reaccionar diferente, ¿cómo sería (pensando en mejorar tus vínculos)?</li> </ul> </li> </ul>
Conclusiones	20	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye reflexiones sobre:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- el desarrollo de la actividad</li> <li>- las emociones experimentadas al seleccionar el guion y durante la actividad</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye reflexiones sobre:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- el desarrollo de la actividad</li> <li>- las emociones experimentadas durante la actividad</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye reflexiones sobre:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- las emociones experimentadas durante la actividad</li> <li>- el trabajo en equipo</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omite reflexiones sobre:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- las emociones experimentadas durante la actividad</li> <li>- el trabajo en equipo</li> </ul> </li> </ul>

INDICADOR ES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- comparación de la dramatización con la realidad</li> <li>- el trabajo en equipo</li> <li>- situaciones de conflicto y que hayan surgido y la manera que se abordaron</li> <li>- la reproducción de roles de género en su comunidad</li> <li>• Aporta ideas de gestión de sus emociones</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- comparación de la dramatización con la realidad</li> <li>- el trabajo en equipo</li> <li>- situaciones de conflicto y que hayan surgido y la manera que se abordaron</li> <li>- la reproducción de roles de género en su comunidad</li> </ul>		
Presentación del informe	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Portada</li> <li>- Índice</li> <li>- Introducción</li> <li>- Guion de autoría propia</li> <li>- Contenido</li> <li>- Evidencia fotográfica de la apertura, desarrollo y cierre de la actividad</li> <li>- Conclusiones</li> <li>- Bibliografía</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Portada</li> <li>- Introducción</li> <li>- Guion de autoría propia</li> <li>- Contenido</li> <li>- Evidencia fotográfica</li> <li>- Conclusiones</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Incluye:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guion de autoría propia</li> <li>- Contenido</li> <li>- Evidencia fotográfica</li> <li>- Conclusiones</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Omite uno de los siguientes elementos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guion de autoría propia</li> <li>- Contenido</li> <li>- Evidencia fotográfica</li> <li>- Conclusiones</li> </ul> </li> </ul>
Coevaluación	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evalúa a quien te indique tu docente, considerando los siguientes criterios:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- esfuerzo y tiempo</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evalúa a quien te indique tu docente, considerando los siguientes criterios:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- esfuerzo y tiempo</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evalúa a quien te indique tu docente, considerando los siguientes criterios:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- esfuerzo y tiempo</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evalúa a quien te indique tu docente, considerando los siguientes criterios:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- esfuerzo y tiempo</li> </ul> </li> </ul>

INDICADOR ES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		dedicado a esta actividad - participación activa y concentrada - trato respetuoso y amable - interés - colaboración y apoyo a los integrantes del equipo • De acuerdo con tus respuestas, el desempeño de tu compañera o compañero fue: Excelente	dedicado a esta actividad - participación activa y concentrada - trato respetuoso y amable - interés - colaboración y apoyo a los integrantes del equipo • De acuerdo con tus respuestas, el desempeño de tu compañera o compañero fue: Bueno	dedicado a esta actividad - participación activa y concentrada - trato respetuoso y amable - interés - colaboración y apoyo a los integrantes del equipo • De acuerdo con tus respuestas, el desempeño de tu compañera o compañero fue: Suficiente	dedicado a esta actividad - participación activa y concentrada - trato respetuoso y amable - interés - colaboración y apoyo a los integrantes del equipo • De acuerdo con tus respuestas, el desempeño de tu compañera o compañero fue: Insuficiente
	<b>100</b>				

<b>Siglema:</b>	<b>FOSO-00</b>	<b>Nombre del módulo:</b>	<b>Formación Socioemocional I</b>	<b>Nombre del alumno:</b>	
<b>Docente evaluador:</b>				<b>Grupo:</b>	<b>Fecha:</b>
<b>Resultado de aprendizaje:</b>	2.2 Desarrolla acciones de autocuidado mediante hábitos saludables, para la prevención de conductas de riesgo, enfermedades o accidentes.			<b>Actividad de evaluación:</b>	2.2.1. Elabora un diario de autocuidado durante un mes, en el que registres tus hábitos de sueño, alimentación, recreación, higiene y de estudio

INDICADORES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
Presentación	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>La portada incluye el nombre de: estudiante, docente, módulo, plantel, carrera, grado, grupo, turno y fecha</li> <li>Hace uso correcto de las reglas ortográficas a lo largo del diario de autocuidado.</li> <li>Refleja limpieza en todo el contenido del diario de autocuidado.</li> <li>Presenta secuencia y orden en la estructura del diario de autocuidado.</li> <li>Incluye elementos gráficos creativos como: imágenes, colores, formas, texturas, fotografías, etc., en todo su diario de autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La portada incluye el nombre de: estudiante, docente, módulo, plantel, carrera, grado, grupo, turno y fecha</li> <li>Hace uso correcto de las reglas ortográficas a lo largo del diario de autocuidado.</li> <li>Refleja limpieza en todo el contenido del diario de autocuidado.</li> <li>Presenta secuencia y orden en la estructura del diario de autocuidado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La portada omite alguno de los siguientes elementos: el nombre de: estudiante, docente, módulo, plantel, carrera, grado, grupo, turno y fecha</li> <li>Presenta algunas faltas de ortografía.</li> <li>Presenta secuencia y orden en la estructura del diario de autocuidado.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>No incluye portada</li> <li>Tiene muchas faltas de ortografía.</li> <li>El diario carece de secuencia y orden en su estructura</li> </ul>
Registro de hábitos	40	<ul style="list-style-type: none"> <li>Registra diariamente sus hábitos de:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- sueño</li> <li>- alimentación</li> <li>- recreación</li> <li>- higiene</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Registra diariamente sus hábitos de:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- sueño</li> <li>- alimentación</li> <li>- recreación</li> <li>- higiene</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Realiza el registro de manera parcial de sus hábitos de:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- sueño</li> <li>- alimentación</li> <li>- recreación</li> <li>- higiene</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Omite el registro de uno o más de los siguientes hábitos:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- sueño</li> <li>- alimentación</li> <li>- recreación</li> </ul> </li> </ul>

INDICADOR ES	%	C R I T E R I O S			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- estudio</li> <li>• Entrega el diario de autocuidado cada semana, con el registro de sus hábitos cada día</li> <li>• Expresa de forma clara acerca de los beneficios de modificar o fortalecer sus hábitos semanalmente</li> <li>• Incluye dos fotografías personales de cuerpo completo con ropa casual a su elección y de manera libre, una al iniciar y la otra al concluir el diario.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- estudio</li> <li>• Entrega su diario cada semana, con el registro de sus hábitos cada día</li> <li>• Expresa de forma clara acerca de los beneficios de modificar o fortalecer sus hábitos semanalmente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- estudio</li> <li>• Entrega su diario casi cada semana, o no tiene el registro completo de cada día</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- higiene</li> <li>- estudio</li> <li>• Entrega su diario de autocuidado esporádicamente, y/o tiene el registro de muy pocos días.</li> </ul>
Introspección y reflexión	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica que los hábitos saludables son benéficos para su salud</li> <li>• Describe los beneficios de practicar actividades físicas con el fin de cuidar y fortalecer su cuerpo y mente</li> <li>• Reflexiona cómo influye su entorno social en la adquisición de hábitos saludables</li> <li>• Expresa como influyen las cinco emociones básicas en la adquisición de hábitos saludables</li> <li>• Identifica como la adquisición de hábitos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica que los hábitos saludables son benéficos para su salud</li> <li>• Describe los beneficios de practicar actividades físicas con el fin de cuidar y fortalecer su cuerpo y mente</li> <li>• Reflexiona cómo influye su entorno social en la adquisición de hábitos saludables</li> <li>• Expresa cómo influyen las cinco emociones básicas en la adquisición de hábitos saludables</li> <li>• Identifica cómo la adquisición de hábitos saludables</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica que los hábitos saludables son benéficos para su salud</li> <li>• Describe los beneficios de practicar actividades físicas con el fin de cuidar y fortalecer su cuerpo y mente</li> <li>• Expresa cómo influyen las cinco emociones básicas en la adquisición de hábitos saludables</li> </ul>	<p>Omite alguno de los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar que los hábitos saludables son benéficos para su salud</li> <li>• Beneficios de practicar actividades físicas</li> <li>• Cómo influyen las cinco emociones básicas en la adquisición de hábitos saludables</li> </ul>

INDICADOR ES	%	CRITERIOS			
		Excelente	Bueno	Suficiente	Insuficiente
		saludables influyen en su proyecto de vida <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresa que ha modificado o fortalecido sus hábitos a fin de prevenir conductas de riesgo, enfermedades o accidentes.</li> </ul>	influyen en su proyecto de vida		
Relaciones Interpersonales	25	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra respeto hacia sus compañeros y la información que registran en su diario de autocuidado</li> <li>• Escucha con atención y empatía las reflexiones que sus compañeros realizan durante las clases respecto de sus registros en el diario de autocuidado</li> <li>• Muestra aprecio por la diversidad de sus compañeros de clase al momento de expresar lo registrado en su diario de autocuidado</li> <li>• Registra con honestidad sus hábitos en el diario de autocuidado</li> <li>• Implementa acciones y propuestas para prevenir conflictos entre sus compañeros de clase en el correcto uso del diario de autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra respeto hacia sus compañeros y la información que registran en su diario de autocuidado</li> <li>• Escucha con atención y empatía las reflexiones que sus compañeros realizan durante las clases respecto de sus registros en el diario de autocuidado</li> <li>• Muestra aprecio por la diversidad de sus compañeros de clase al momento de expresar lo registrado en su diario de autocuidado</li> <li>• Registra con honestidad sus hábitos en el diario de autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra respeto hacia sus compañeros y la información que registran en su diario de autocuidado</li> <li>• Escucha con atención y empatía las reflexiones que sus compañeros realizan durante las clases respecto de sus registros en el diario de autocuidado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• No muestra respeto hacia sus compañeros y/o la información que registran en su diario de autocuidado</li> <li>• No presta atención y/o no muestra empatía con las reflexiones que realizan sus compañeros durante las clases respecto de sus registros en el diario de autocuidado</li> </ul>
	<b>100</b>				