**UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA**

**SISTEMA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

**Formato de planeación didáctica de academia**

PDA-VI

|  |
| --- |
| **1. DATOS GENERALES**  |
| **Escuela PREPARATORIA No. 11** | **Fecha de elaboración JUNIO DE 2015**  |
| **Departamento** de Humanidades y Sociedad | **Academia** *Filosofía y Humanidades* |
| **Unidad de Aprendizaje Curricular** **AUTOCONOCIMIENTO Y PERSONALIDAD** | **Grado** *2do. Semestre BGC* | **Ciclo escolar** *2015 B* |
| **Perfil de Egreso del Bachillerato General por Competencias (BGC)***Identidad**Autonomía y Liderazgo**Vida Sana* | **Competencias Genéricas (y atributos) del Marco Curricular Común (MCC) del Sistema Nacional de Bachillerato (SNB).**Se autodetermina y cuida de sí CG 1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue. CG 1.1. Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades. CG 1.2. Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase. CG. 1.5. Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones. CG 3. Elige y practica estilos de vida saludables. CG 3.3. Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean |
| **Competencia(s) específica(s)*** Identifica desde diferentes enfoques teóricos los factores que intervienen en el desarrollo de la personalidad para llegar a definir su propio proceso de conformación de la misma.
* Reconoce qué es la autoestima, su proceso de formación y el impacto que tiene en su imagen corporal para con ello ser más consciente de cómo se percibe, valora y define.
* Aplica competencias emocionales que le permitan enfrentar situaciones de vida de manera asertiva a través del análisis de la expresión de sus emociones.
* Valora la importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales para elegir formas más aserti­vas de relacionarse con los demás y con el medio que le rodea, aplicando los aprendizajes logrados en su proceso de autoconocimiento.
 | **Competencias Disciplinares básicas y extendidas MCC**Campo disciplinar de Humanidades Básicas1. CDb-Hum16.- Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el en­torno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.
2. CDb-Hum 7. Escucha y discierne los juicios de los otros de una manera respetuosa.
 |
| **Propósito (Objetivo)** El estudiante se valora como un ser único a partir del reconocimiento de su personalidad, autoestima y manejo de sus emociones, para hacer elecciones asertivas en su interacción con los demás. |
| **Unidad de competencia I**: **La conformación y desarrollo de la personalidad**  1. Generalidades del desarrollo humano 2. Teorías de la personalidad: 1. Teoría de la personalidad de S. Freud
2. Teoría de Erik Erikson
3. Teoría de E. Fromm
4. Teoría de Carls Rogers

3. Proceso de individuación. 4. El papel de las crisis, la resiliencia y el sentido de la vida en el desarrollo humano.**Unidad de competencia II:** **El papel de la autoestima en el desarrollo psicológico** 1. Proceso de formación de la autoestima. 2. Influencia de la imagen corporal en la autoestima. 3. Pilares de la autoestima: una estrategia para mejorarla**Unidad de competencia III**: **Emociones y bienestar** 1. Diferencias entre emoción y sentimiento. 2. Competencias emocionales. 3. Emociones y salud.**Unidad de competencia IV:** **Comunicación y relación interpersonal** 1. Estilos de comunicación. 2. Asertividad y estrategias de afrontamiento. |
| **2. ENCUADRE:**  |
| *Este apartado hace referencia a la delimitación clara y definida de la información general de lo que se realizará durante la UAC, como son:** *El propósito del curso*
* *Los rasgos del Perfil del BGC y su correspondencia con las Competencias genéricas y atributos del MCC.*
* *Competencias específicas y su correspondencia con las competencias disciplinares básicas y extendidas del MCC.*
* *Los contenidos temáticos de las Unidades de competencia trabajar.*
* *Los subproductos y productos por entregar, dentro de los diferentes momentos de la evaluación (diagnóstica, formativa y sumativa) así como los instrumentos con los que se evaluará y los criterios; entre otros aspectos.*
 |
| **3.SECUENCIA DIDÁCTICA****IMPORTANTE: Generar tantas secuencias didácticas, como número de unidades de competencia conforman la UAC.** |
| **Unidad de competencia No. 1**  | **La conformación y desarrollo de la personalidad** |
| **Competencia(s) específica(s)*** Identifica desde diferentes enfoques teóricos los factores que intervienen en el desarrollo de la personalidad para llegar a definir su propio proceso de conformación de la misma.
 | **Competencias Disciplinares básicas y extendida**Esta unidad de competencia desarrolla la CDb-Hum 16* CDb-Hum16.- Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el en­torno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia
 |
| **Propósito de aprendizaje** |
| Con esta unidad de competencia se pretende que el estudiante adquiera elementos que le permitan ir consolidando el conocimiento de sí mismo, entender quién es y porqué es. |
| **Contenidos temáticos****La conformación y desarrollo de personalidad**1. Generalidades del desarrollo humano 2. Teorías de la personalidad: 1. Teoría de Sigmund Freud
2. Teoría de Erik Erikson
3. Teoría de E. Fromm
4. Teoría de Carls Rogers

3. Proceso de individuación. 4. El papel de las crisis, la resiliencia y el sentido de la vida en el desarrollo humano. |
| **Unidad de competencia No. 2** | **El papel de la autoestima en el desarrollo psicológico** |
| **Competencias especifica (s)**Reconoce qué es la autoestima, su proceso de formación y el impacto que tiene en su imagen corporal para con ello ser más consciente de cómo se percibe, valora y define.  | **Competencias Disciplinares básicas y extendida**Esta unidad de competencia desarrolla la CDb-Hum 16CDb-Hum16.- Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el en­torno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.  |
| **Propósito** **de aprendizaje** |
| Esta unidad de competencia pretende que el estudiante analice lo que es la autoestima, su proceso de formación y el impacto que ésta tiene en su vida |
| **Contenidos temáticos****El papel de la autoestima en el desarrollo psicológico** 1. Proceso de formación de la autoestima. 2. Influencia de la imagen corporal en la autoestima. 3. Pilares de la autoestima: una estrategia para mejorarla.  |
| **Unidad de Competencia No. 3** | **Emociones y bienestar**  |
| **Competencias especificas**Aplica competencias emocionales que le permitan enfrentar situaciones de vida de manera asertiva a través del análisis de la expresión de sus emociones. | **Competencias disciplinares básica y extendida**Esta unidad de competencia desarrolla la CDb-Hum 16CDb-Hum16.- Asume responsablemente la relación que tiene consigo mismo, con los otros y con el en­torno natural y sociocultural, mostrando una actitud de respeto y tolerancia.  |
| **Propósitos de aprendizaje** |
| Esta unidad de competencia brinda la oportunidad de conocer las cinco competencias emocionales que propone el modelo de la Educación Emocional para que el estudiante adopte una actitud positiva ante la vida.  |
| **Contenidos temáticos****Emociones y Bienestar**1. Diferencias entre emoción y sentimiento. 2. Competencias emocionales. 3. Emociones y salud.  |
| **Unidad de Competencia No. 4** | **Comunicación y relación interpersonal**  |
| **Competencias especificas**Valora la importancia de la comunicación en las relaciones interpersonales para elegir formas más aserti­vas de relacionarse con los demás y con el medio que le rodea, aplicando los aprendizajes logrados en su proceso de autoconocimiento.  | **Competencias disciplinares básica y extendida**CDb-Hum 7. Escucha y discierne los juicios de los otros de una manera respetuosa.  |
| **Propósitos de aprendizaje** |
| Esta unidad de competencia desarrolla en el estudiante los elementos para establecer formas más asertivas y sanas de relacionarse con los demás y de afrontar de mejor forma las situaciones que le presenta su entorno.  |
| **Contenidos temáticos**Comunicación y relación interpersonal1. Estilos de comunicación. 2. Asertividad y estrategias de afrontamiento |
| **Tipos de saberes** |
| **Conocimientos (saber). Conceptual** 1. Elementos que determinan el desarrollo humano en las diferentes etapas de la vida.

2. Teorías de personalidad. 3. Teoría del proceso de individuación de Margaret Malher. 4. El sentido de vida y las crisis como una posible alternativa de crecimiento personal. El sentido de vida y las crisis como una posible alternativa de crecimiento personal.5. La autoestima y los factores que inciden en su formación.6. La imagen corporal y su relación con la autoestima.7. Los pilares de la autoestima de Nathaniel Branden.8. Las diferencias entre emociones y sentimientos.9. Algunas propuestas para el manejo de las emociones.10. El impacto de las emociones en la salud.11. Los estilos de comunicación.12. La asertividad y las estrategias de afrontamiento. | **Habilidades (saber hacer). Procedimental**Detecta en los contenidos los elementos principales que los constituyen. • Investiga información en diferentes fuentes. • Compara, clasifica y contrasta información que se le presenta. • Reflexiona sobre la pertinencia que en su desarrollo personal tiene para él cada tema. • Argumenta sus opiniones y puntos de vista. • Integra los conocimientos adquiridos a su propia vivencia. • Trabaja en equipo de forma colaborativa  | **Actitudes y valores (saber ser). Actitudinal*** Disposición por el trabajo a realizar.

• Escucha activa. • Involucramiento. • Propositiva • Reflexiva. **Valores (saberes formativos)** 1. Respeto.
2. Solidaridad.
3. Compromiso.
4. Tolerancia.
5. Responsabilidad.
6. Honestidad.
7. Libertad
 |
| **UNIDAD DE COMPETE NCIA 1****Temas y duración** | **Apertura** | **Desarrollo** | **Cierre** |
| Generalidades del desarrollo humano4hs. | Lluvia de ideas.Consulta en forma individual¿Qué entiendes por personalidad?  | ¿Qué entiendes por personalidad? Comentan en grupos de tres realizando una conclusión  | Concluye y comparte en plenariaEn forma individual realiza escrito reflexión de cómo es su personalidad y autobiografía integrándola a su portafolio |
| 2. Teorías de la personalidad:a) Teoría de Sigmund Freudb) Teoría de Erik Erikson,d).-Teoría Rogers,e).-Teoría de Fromm.8hs | Investigación individual Lluvia de ideasExposición equipo No. 1 |  Toman nota de la exposición por equipo, elaboración en equipo un mapa conceptual y un organizador gráfico de cada enfoque que sintetice lo relevante de cada teoría de la personalidad | Presentan ante grupo su mapa y organizador gráfico, Realizan cuadro de doble entrada sobre las etapas de desarrollo de cada teórico. Reporte por escrito de síntesis mencionando con cual teoría se identifica.Socializan en grupo |
| 3. Proceso de individuación8 Hs | Lluvia de ideas | Individual realiza lectura y contesta cuestionarios libro de textoEn binas lo socializa.Reporta lectura en ficha de trabajo resumen, | Presentan ante grupo su mapa y organizador gráfico, Realizan cuadro de doble entrada sobre las etapas de desarrollo de cada teórico. Reporte por escrito de síntesis mencionando con cual teoría se identifica.Socializan en grupo |
| 4. El papel de las crisis, la resiliencia y el sentido de la vida en el desarrollo humano.8hs | Lluvia de ideas | En equipo de 3, comentan proceso significativo de duelo ante pérdidas importantes.Conclusión individual de su recuperación, fortalezas y debilidades ante crisis socializa ante grupo | PlenariaReporte por escrito reflexión personal sobre su modo de establecer sus relaciones con los demás, miedos, temores, diferenciación con los demás.Socializa en grupo. |
| **UNIDAD DE COMPETENCIA 3** **Temas y duración (***hrs****.)***Proceso de formación de la autoestima.(4 horas)Influencia de la imagen corporal en la autoestima.( 4 horas)Pilares de la autoestima: una estrategia para mejorarla.8 hrs. | **Apertura**El profesor realiza, junto con el grupo, una lluvia de ideas para construir el concepto de autoestima, propiciando la discusión, y de este modo, determinar los elementos que integran la autoestima.Los alumnos, previamente, investigan el concepto de imagen corporal y los elementos que la comprenden.El profesor pide a los alumnos que, reunidos en equipo, se describan tanto física como emocionalmente ayudados por sus compañeros de equipo y propone una lluvia de ideas acerca de la importancia del aspecto físico y la influencia del medio social en la aceptación del mismo.El profesor habla acerca de los trastornos alimenticios generados por la distorsión de la imagen corporal.Los alumnos, previamente, investigan los pilares de la autoestima de Nathaniel Branden. El profesor hace una presentación del tema y se sintetiza la información con las aportaciones de los alumnos.El profesor pide a los alumnos que elaboren un listado de frases que han escuchado, y que en su opinión, obstaculizan su desarrollo personal | **Desarrollo** Los alumnos identifican los elementos que ayudan a conformar la autoestima y elaboran un listado de los mismos. En plenaria, se exponen los listados, para su discusión y enriquecimiento. Esta actividad ayuda a desarrollar la competencia CDb-Hum 16 porque el alumno toma conciencia de la responsabilidad que tiene en la formación de su autoestima y reconoce la importancia del entorno en la misma. En plenaria, se socializan las ideas principales de la investigación realizada por los alumnos elaborando un reporte de lectura. Así mismo, se socializan las descripciones, recalcando las características que los compañeros de equipo aportaron a las mismas y cómo, éstas, intervienen en su autoestima.Los alumnos vierten opiniones acerca de las enfermedades (principalmente trastornos alimenticios) que pueden producirse por la distorsión de la imagen corporal influida por el entorno sociocultural.Esta actividad ayuda a desarrollar la competencia CDb-Hum 16 porque el alumno escucha y atiende de manera respetuosa y tolerante las descripciones de sus compañeros y asume la importancia del entorno en la imagen corporal que tiene de sí mismo.Los alumnos, en equipo, representan un sociodrama de cada uno de los pilares de la autoestima que finalice con estrategias para fortalecerla.Los alumnos comparten su lista de frases negativas tratando de transformarlas en frases positivas.Esta actividad ayuda a desarrollar la competencia CDb-Hum 16 porque el alumno, mediante los pilares de Branden, entiende la necesidad de fortalecer su autoestima sin afectar a terceros. | **Cierre**-Diagrama causa – efecto:Los alumnos, con base en los resultados de la plenaria, elaboran un esquema con las causas que provocan el tener una alta o baja autoestima y el efecto que ésta puede provocar en su vida.-Reflexión escrita sobre el impacto de la autoestima en su desarrollo personal: Los alumnos elaboran un escrito en el que describan los elementos que han favorecido su autoestima e intervenido en la construcción de la misma reflexionando sobre la forma es que ésta ha impactado en su desarrollo personal.-Cuadro analítico de la imagen corporal: Los alumnos, basándose en la investigación realizada y en las actividades llevadas a cabo en el aula, elaboran un cuadro en el que analicen el concepto de imagen corporal y los elementos que la acompañan, haciendo hincapié en la influencia que el entorno sociocultural tiene en la imagen corporal de cada individuo.-Mapa mental de los seis pilares de la autoestima: Los alumnos elaboran un mapa mental de los pilares de la autoestima, identificando estrategias para su fortalecimiento.-Cuadro de doble entrada de los seis pilares de la autoestima y cómo los vive el estudiante: Los alumnos elaboran un cuadro de doble entrada en el que en la primera fila anoten los seis pilares de la autoestima, y en la segunda, cómo han vivido cada uno de ellos. |
| UNIDAD DE COMPETENCIA 3Temas y duración (20Hs, 10 sesiones)-Las diferencias entre emociones y sentimientos.. Algunas propuestas para el manejo de las emociones. -El impacto de las emociones en la salud. | Lluvia de ideasInvestigación del temaLecturas relacionadas con el tema | Exposición ante grupo en equipo. Tomaran apuntes de esta exposición realizando una conclusión de la importancia del buen manejo de sus emociones y cómo influyen en su éxito personal. *En equipos de tres realizaran Organizador gráfico sobre las características de las emociones y los sentimientos.* *En biñas realizaran Diagrama de flujo sobre las características de las competencias emocionales. •En forma individual elaborara un escrito Reflexión escrita sobre el cómo asume sus emociones y la forma en cómo las regula. •En forma individual realizara un Diagrama de flujo identificando el proceso que sigue la formación de un trastorno psicosomático**En equipo de tres realizaran un tríptico socializaran ante grupo.* | *En forma individual entregara por escrito cinco propuestas para cambiar su manejo de emociones. Identificando las consecuencias del manejo negativo de sus emociones**Integran a portafolio el Tríptico, Organizador gráfico, Diagrama de flujo, Reflexión individual..* |
| Estilos de comunicación4hs. Asertividad y estrategias de afrontamiento.4 hrs. | Lluvia de ideas¿Qué expresas al comunicarte?¿Cómo lo haces comúnmente?Lluvia de ideas¿Cómo afrontas las situaciones adversas que se te presentan? | Exposición oral en equipoToma de apuntesElaboración de guion en equipo de 5. Presentación del sociodramaAnte grupo.Realizaras una investigación documental consultando diferentes fuentes de información (libros, internet, diccionarios, etc.) sobre la Habilidad Social conocida como asertividad o comunicación asertiva, registra una ficha bibliográfica y de contenido síntesis. (Apóyate en el libro de textoRealizaran un folleto en equipo de 5, que contenga una “Guía práctica para desarrollar y ejercitar la comunicación asertiva | Reflexión escrita sobre la identificación de su estilo de comunicación. Sociodrama sobre las estrategias de afrontamiento.Identificará al menos tres situaciones de mayor conflicto en su relación con los demás describiendo con quién, cómo y por qué la afronta de este modo. • Elegirá al menos dos estrategias de afrontamiento más asertivas para cada una de estas situaciones que le permita mejorar su relación con los demás. |  |
| **4. RECURSOS Y MATERIALES (DIDÁCTICOS)** |
| **Recursos y materiales didácticos** **Papelotes, videos, lap-top, cañón, pintarron, marcadores, libro de texto, grabadora, revistas, periódico, hojas blancas, marca textos.**Diversas fuentes de información, |
| **5. TAREAS QUE REALIZA EL ESTUDIANTE Y EVIDENCIAN EL LOGRO DE LAS COMPETENCIAS** |
| Unidad de competencia I: La conformación y desarrollo de la personalidad 1. Cuadro de doble entrada en el que establezcan las etapas de desarrollo y las características de la misma.
2. Cuadro comparativo de las diversas teorías de personalidad.
3. Reflexión escrita sobre su personalidad a partir de alguna teoría revisada.
4. Reflexión escrita sobre su estilo o patrón de vinculación argumentando en que parte de su proceso de individuación se generaron las condiciones para el patrón de vinculación actual.
5. Reflexión escrita en donde manifieste el sentido de vida que le ha permitido enfrentar las situaciones de crisis.

Unidad de competencia II: El papel de la autoestima en el desarrollo psicológico 1. Diagrama causa-efecto
2. Reflexión escrita sobre el impacto de la autoestima en su desarrollo personal
3. Cuadro analítico de la imagen corporal (concepto y elementos).
4. Mapa mental de los seis pilares de la autoestima.
5. Cuadro de doble entrada de los seis pilares de la autoestima y cómo los vive el estudiante.

Unidad de competencia III: Emociones y bienestar 1. Organizador gráfico sobre las características de las emociones y los sentimientos.
2. Diagrama de flujo sobre las características de las competencias emocionales.
3. Reflexión escrita sobre el cómo asume sus emociones y la forma en cómo las regula.
4. Diagrama de flujo identificando el proceso que sigue la formación de un trastorno psicosomático.

Unidad de competencia IV: Comunicación y relación interpersonal 1. Cuadro sinóptico de las características de los estilos de comunicación.
2. Estudio de caso.
3. Reflexión escrita sobre la identificación de su estilo de comunicación.
4. Sociodrama sobre las estrategias de afrontamiento.
 |
|  **6. EVIDENCIAS DE APRENDIZAJE** |
|  **Producto integrador de la unidad de aprendizaje** 1. Plan de mejora. *Criterios:* Escrito en el que el estudiante en base a todo lo que aprendió y descubrió de sí mismo en la unidad de aprendizaje, haga una evaluación sobre sus fortalezas (todas las habilidades y herramientas que posee) y debilidades (todo lo que puede mejorar) en cada aspecto del autoconocimiento trabajado, y elija alternativas de acción que le permitan crecer como persona**Unidad de competencia 1: Línea del tiempo.** *Criterios:* Elabora una línea de tiempo, en la cual recupere lo que ahora sabe acerca de cómo se ha conformado su personalidad. Divide la línea del tiempo de acuerdo a las etapas en que se clasifica el desarrollo humano (prenatal, infancia, adolescencia). Plasma en ella la teoría de personalidad que más sentido le hizo, el proceso de individuación que siguió en su desarrollo, las crisis que ha enfrentado y el sentido que ha adquirido su vida. Incluye también lo que espera que ocurra con él en las etapas que aún no ha vivido (adultez y senectud), éstas últimas, como un anticipo de su propio proyecto de vida.**Unidad de competencia 2: Análisis personal.** *Criterios:* Escrito en donde analice los siguientes elementos: 1. El proceso que ha seguido la formación de su autoestima y el impacto que tiene actualmente en su vida.
2. Su imagen corporal y las repercusiones de ella en su autoestima.
3. Su vivencia actual en cada uno de los seis pilares de la autoestima y sus alternativas para incorporar y mejorar cada práctica en su vida.

 **Unidad de competencia 3: Estudio de caso.** El estudiante ubica un evento en su vida en donde haya enfrentado una situación de somatización o de tras­torno psicosomático y reconocerán el impacto de las emociones y los sentimientos en esa situación. Dará además una propuesta de cómo puede evitar esas situaciones a través del desarrollo de las competencias emocionales. **Unidad de competencia 4: Guía práctica para ser más asertivo con los demás.** *Criterios:* En este trabajo el estudiante incluirá dos aspectos: * Identificará al menos tres situaciones de mayor conflicto en su relación con los demás describiendo con quién, cómo y por qué la afronta de este modo.
* Elegirá al menos dos estrategias de afrontamiento más asertivas para cada una de estas situaciones que le permita mejorar su relación con los demás.
 |
| **7. EVALUACIÓN** |
| *En este apartado se anotará el sistema de evaluación acordado de manera colegiada en la academia. Se podrá tomar como base lo señalado en el programa de estudios; además, deberá incluirse el porcentaje para el* ***examen departamental, autoevaluación y coevaluación****.* |
| Diagnóstica Lluvia de ideas. • Preguntas dirigidas. • Cuestionarios y test diagnósticos  | Formativa*Unidad de Competencia 1:* Cuadro de doble entrada en el que establezcan las etapas de desarrollo y las características de la misma. Cuadro comparativo de las diversas teorías de personalidad. Reflexión escrita sobre su personalidad a partir de alguna teoría revisada. Reflexión escrita sobre su estilo o patrón de vinculación argumentando en que parte de su proceso de individuación se generaron las condiciones para el patrón de vinculación actual. Reflexión escrita en donde manifieste el sentido de vida que le ha permitido enfrentar las situaciones de crisis Unidad de competencia II: El papel de la autoestima en el desarrollo psicológico 1. Diagrama causa-efecto
2. Reflexión escrita sobre el impacto de la autoestima en su desarrollo personal
3. Cuadro analítico de la imagen corporal (concepto y elementos).
4. Mapa mental de los seis pilares de la autoestima.
5. Cuadro de doble entrada de los seis pilares de la autoestima y cómo los vive el estudiante.

Unidad de competencia III: Emociones y bienestar 1. Organizador gráfico sobre las características de las emociones y los sentimientos.
2. Diagrama de flujo sobre las características de las competencias emocionales.
3. Reflexión escrita sobre el cómo asume sus emociones y la forma en cómo las regula.
4. Diagrama de flujo identificando el proceso que sigue la formación de un trastorno psicosomático.

Unidad de competencia IV: Comunicación y relación interpersonal 1. Cuadro sinóptico de las características de los estilos de comunicación.
2. Estudio de caso.
3. Reflexión escrita sobre la identificación de su estilo de comunicación.
4. Sociodrama sobre las estrategias de afrontamiento.
 | SumativaUnidad de competencia 1: Línea del tiempo. *Criterios:* Elabora una línea de tiempo, en la cual recupere lo que ahora sabe acerca de cómo se ha conformado su personalidad. Divide la línea del tiempo de acuerdo a las etapas en que se clasifica el desarrollo humano (prenatal, infancia, adolescencia). Plasma en ella la teoría de personalidad que más sentido le hizo, el proceso de individuación que siguió en su desarrollo, las crisis que ha enfrentado y el sentido que ha adquirido su vida. Incluye también lo que espera que ocurra con él en las etapas que aún no ha vivido (adultez y senectud), éstas últimas, como un anticipo de su propio proyecto de vida.Unidad de competencia 2: Análisis personal. *Criterios:* Escrito en donde analice los siguientes elementos: 1. El proceso que ha seguido la formación de su autoestima y el impacto que tiene actualmente en su vida.
2. Su imagen corporal y las repercusiones de ella en su autoestima.
3. Su vivencia actual en cada uno de los seis pilares de la autoestima y sus alternativas para incorporar y mejorar cada práctica en su vida.

 Unidad de competencia 3: Estudio de caso. El estudiante ubica un evento en su vida en donde haya enfrentado una situación de somatización o de tras­torno psicosomático y reconocerán el impacto de las emociones y los sentimientos en esa situación. Dará además una propuesta de cómo puede evitar esas situaciones a través del desarrollo de las competencias emocionales. Unidad de competencia 4: Guía práctica para ser más asertivo con los demás. *Criterios:* En este trabajo el estudiante incluirá dos aspectos: * Identificará al menos tres situaciones de mayor conflicto en su relación con los demás describiendo con quién, cómo y por qué la afronta de este modo.
* Elegirá al menos dos estrategias de afrontamiento más asertivas para cada una de estas situaciones que le permita mejorar su relación con los demás.
 |
| **8. BIBLIOGRAFÍA PARA EL ALUMNO** |
|  |
| **9. BIBLIOGRAFÍA PARA EL MAESTRO** |
| *Anotar los materiales bibliográficos que apoyarán al profesor para el desarrollo de las actividades de aprendizaje.* *Mencionar referencia, formato y ubicación.*Aguilar, E. (2003). *Trabajar con autoestima*. Como ser mejor todos los días. México: Árbol. Arteaga, A., Trujillo, G. y Espinosa, G. (2006). *El cuerpo como referente psicológico*. *Psicología para bachillerato.* (2da edición). México, DF: Mc Graw Hill. Bisquerra, R. (2001). *Educación Emocional y bienestar*. (Primera edición). Barcelona: Praxis. ISBN: 84-Branden, N. (1995), *Los seis pilares de la autoestima*. Barcelona: Paidós. ISBN: 978-84-493-0144-5, p. 21-22. Canales, L., Ángeles, G. y Dimas, S. (2010). *Resiliencia y manejo de emociones en secundaria*. México: Ángeles editores. Cuadrado, M. y Pascual, F. (2007). *Educación emocional*. Programa de actividades para educación secundaria obligatoria. Madrid España: Wolters Kluwer. ISNB: 978-84-7197-890-5 Davis, F. Mourglier, L. (traductor) (1991). La comunicación no verbal. Madrid: Alianza. ISBN: 84-206-1616-8 Diez Benavides, M. (1976). *De la emoción a la lesión*. México: Prentice Hall. Engler, B. (1996). *Introducción a las Teorías de la Personalidad*. (4ª edición). Ciudad de México: McGraw Hill. Frankl, V. (1991). *El hombre en busca de sentido.* (Duodécima edición). Barcelona: Herder. ISBN 84-254-1101-7 Goleman, D. (1997). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Kairós. ISBN **9788472453715** Grinder, R. (1989). *Adolescencia*. México: Limusa. Güel, M. y Muñoz, J. (2003). *Educación emocional*. Programa de actividades para educación secundaria postobligatoria. Barcelona: Praxis. ISNB: 84-7197-772-9 Instituto Aguascalentense de las mujeres. *Manual del taller proyecto de vida.* (s.f.) Recuperado de cedoc.inmujeres.gob.mx/insp/taller\_proy\_de\_vida.pdf Jáuregui, A. y Aguilar, E. (2004). *Trabajar con un manejo adecuado del conflicto*. Cómo ser mejor todos los días. México: Árbol. ISBN: 968-461-162-5 Secretaría de Seguridad Pública. (2010). *Taller de Resiliencia para adolescentes*. Recuperado de http://es.scribd.com/doc/166768540/Taller-de-Resiliencia-Para-Adolescentes |
| **10. ANEXOS** |
| Rubrica general, rubrica para portafolio, rubrica de actividades parciales,  |

|  |  |
| --- | --- |
| **HUERTA HURTADO MARIA DE JESUS** | **HIDALGO TORRES ESTELA** |
| **MEZA HUIZAR SILVIA KATIUSKA** | **FREGOSO AGUAYO MARIA ANTONIA** |
| **BARBOSA CORONA AIDA MARGARITA** | **MENDOZA VALADEZ MARIA MAGDALENA** |
| **CARDENAS LOPEZ GUSTAVO** | **ROMO HUERTA CARMEN OLIVIER** |

**Vo. Bo.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **MTRO. SERGIO MENDOZA CORNEJO****Jefe de Departamento** **de Humanidades Y Sociedad** |  | **MTRA. SILVIA KATIUSKA MEZA HUIZAR****Presidente de academia de****Filosofía y Humanidades** |

**ANEXO 1**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **RÚBRICA GENERAL**  | **MUY BIEN** | **BUENO** | **REGULAR** | **INSUFICIENTE** |
| **Puntos** | **100-91** | **90-80** | **79-60** | **59-0** |
| Diseña e integra su portafolio de evidencias |  |  |  |  |
| Presenta en tiempo y forma sus actividades. |  |  |  |  |
| Redacta escritos con elementos que se solicitan en cada actividad |  |  |  |  |
| Expone ante el grupo resultados de investigaciones, lecturas o conclusiones, mapas conceptuales y cuadros comparativos. |  |  |  |  |
| Hace aportaciones reflexivas para explicar los hechos o situaciones que se proponen en las actividades. |  |  |  |  |
| Se integra, colabora y aporta en el trabajo por equipos. |  |  |  |  |
| Busca información adecuada en diccionarios, libros, revistas u otras fuentes impresas o digitales (virtuales) |  |  |  |  |
| Utiliza recursos didácticos, TIC y TAC para el trabajo en clase. |  |  |  |  |
| Realiza los ejercicios y demás actividades de forma adecuada. |  |  |  |  |
| Presenta escritos con claridad, buena redacción, sin faltas de ortografía y limpieza. |  |  |  |  |
| Participa en la redacción de conclusiones generales. |  |  |  |  |
| Participa en las plenarias y debates. |  |  |  |  |
| Es respetuoso de la opinión de sus compañeros. |  |  |  |  |

**ANEXO**

Rubrica para portafolio

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Contenido estructuras** | **Elementos Integradores** | **Verificación** |
| **Si** | **No** |
| 1. Portada
 | 1. Datos generales del autor del portafolio
2. 2. Fotografía reciente del estudiante
 |  |  |
| 1. Índice
 | 1. Orden de presentación del contenido de todo el portafolio
 |  |  |
| 1. Introducción del Portafolio
 | 1. Se describe la justificación de su elaboración
2. 2. Las metas a lograr
3. 3. Aparecen los objetivos a alcanzar
 |  |  |
| 1. Listado de los trabajos
 | 1. Integran el contenido del portafolio
 |  |  |
| 1. Apartados
 | 1. Separaciones que se divide el portafolio
 |  |  |
| 1. Contenido variable (anexos)
 | 1. Elemento que se agregan por iniciativa del estudiante y que presentan evidencias de aprendizajes no esperados
 |  |  |

**ANEXO 3**

**RÚBRICA ACTIVIDADES PARCIALES**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **RÚBRICA** | **MUY BUENO** | **BUENO** | **REGULAR** | **INSUFICIENTE** |
| **Puntos** | **100-91** | **90-80** | **79-60** | **59-0** |
| Presenta en tiempo y forma sus actividades. |  |  |  |  |
| Investiga sobre el tema |  |  |  |  |
| Su texto tiene título (Nombre del tema) y número de actividad. |  |  |  |  |
| Su texto presenta citas. |  |  |  |  |
| Su caligrafía es legible. |  |  |  |  |
| Presentación, manejo de márgenes y limpieza en su texto. |  |  |  |  |
| Realiza los ejercicios de forma adecuada. |  |  |  |  |
| Escribe sin faltas de ortografía. |  |  |  |  |
| Utiliza adecuadamente signos de puntuación. |  |  |  |  |
| Participa en las plenarias y debates. |  |  |  |  |
| Es respetuoso de la opinión de sus compañeros. |  |  |  |  |

**UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA**

**SISTEMA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

PCP-VII

**Plan de clase del Profesor**

|  |
| --- |
| **Escuela Preparatoria** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nombre del Docente** | **Unidad de Aprendizaje Curricular (UAC)** | **Departamento** | **Academia** | **Grado, Grupo y Turno**(CRN) | **Calendario** |
|  | AUTOCONOCIMIENTO Y PERSONALIDAD | HUMANIDADES Y SOCIEDAD | FILOSOFIA Y HUMANIDADES |  |  |

*(El siguiente esquema de programación se debe repetir, cuantas veces sea necesario dependiendo del número de unidades de competencia contenga la UAC)*

**Nombre de la Unidad de Competencia (Módulo)**

|  |
| --- |
|  |

**Rasgo del Perfil por lograr BGC Competencias Genéricas y atributos del MCC por lograr**

|  |  |
| --- | --- |
| *Indicar el rasgo del perfil que se logrará en la unidad de competencia.* | *Indicar la o las competencias y atributos que se logrará en la unidad de competencia.* |

**Competencias específicas por lograr BGC Competencias disciplinares básicas y extendidas del MCC por lograr**

|  |  |
| --- | --- |
| *Indicar la competencia específica que se lograrán en la Unidad de competencia.* | *Indicar las competencias disciplinares básicas y extendidas que se lograrán en la Unidad de competencia.* |

|  |
| --- |
| **Tipos de saberes** |
| *Se refiere al desglose de aquellos conocimientos, habilidades, actitudes y valores que se encuentran ligados a la descripción de la competencia, y al desarrollarlos deben observar la parte de los nuevos aprendizajes y capacidades que logrará el estudiante. Esto se revisó durante el diplomado de competencias docentes en el nivel media superior (Profordems) en el módulo II, en específico unidad II.****INDICAR SOLO AQUÉLLAS QUE SE LOGRARÁN EN LA UNIDAD DE COMPETENCIA.*** |
| **Conocimientos (saber). Conceptual** *Transcriba los atributos en relación con los conocimientos que se encuentran en los programas de estudio de las unidades de aprendizaje Y QUE CORRESPONDEN A LA UNIDAD DE COMPETENCIA.* | **Habilidades (saber hacer). Procedimental***Transcriba los atributos en relación con las habilidades que se encuentran en los programas de estudio de las unidades de aprendizaje Y QUE CORRESPONDEN A LA UNIDAD DE COMPETENCIA.* | **Actitudes y valores (saber ser). Actitudinal***Transcriba los atributos en relación con las actitudes y valores que se encuentran en los programas de estudio de las unidades de aprendizaje Y QUE CORRESPONDEN A LA UNIDAD DE COMPETENCIA.* |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No. de sesión y****fecha** | **Tema** | **Estrategias de aprendizaje**(Retomar la planeación didáctica de Academia) | **Evaluación**(diagnóstica, formativa, sumativa) | **Evidencia del logro** (reporte, presentación, portafolio, etc.) | **Observaciones y/o comentarios** (incidencias: reprogramación, contingencias, etc.) |
| **Inicio** | **Desarrollo** | **Cierre** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| **Recursos y materiales didácticos** (Retomar de la planeación didáctica o los que requiera durante el curso)**.** |
| **Bibliografía** (realizar la referencia APA: Nombre del autor. (Fecha). Título de la obra. País: editorial.) |

**ATENTAMENTE**

**“PIENSA Y TRABAJA”**

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

Nombre y firma del profesor

Vo. Bo.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Presidente de academia Jefe del Departamento