

<b>NOMBRE DE LA ENTIDAD:</b>	Colegio del Nivel Medio Superior		
<b>NOMBRE DEL PROGRAMA EDUCATIVO:</b>	Bachillerato General		
<b>NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE:</b>	DESARROLLO PERSONAL I	<b>CLAVE:</b>	SHBA02001
<b>FECHA DE APROBACIÓN:</b>		<b>FECHA DE ACTUALIZACIÓN:</b>	
		<b>ELABORÓ:</b>	
<b>HORAS DE TRABAJO DEL ESTUDIANTE CON EL PROFR.:</b>	36	<b>HORAS DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ESTUDIANTE:</b>	14
<b>HORAS SEMANA/SEMESTRE</b>	2	<b>HORAS TOTALES DE TRABAJO DEL ESTUDIANTE:</b>	50
		<b>CRÉDITOS:</b>	2
<b>PRERREQUISITOS NORMATIVOS:</b>	Ninguno	<b>PRERREQUISITOS RECOMENDABLES:</b>	Ninguno

CARACTERIZACIÓN DE LA MATERIA					
<b>POR EL TIPO DE ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:</b>	DISCIPLINARIA		FORMATIVA	X	METODOLÓGICA
<b>POR ÁREAS DE ORGANIZACIÓN CURRICULAR:</b>	ÁREAGENERAL	X	ÁREA BÁSICA		ÁREA PROPEDEÚTICA
<b>POR LA MODALIDAD DE ABORDAR EL CONOCIMIENTO:</b>	CURSO	X	TALLER		LABORATORIO
<b>POR EL CARÁCTER DE LA MATERIA:</b>	OBLIGATORIA	X	RECURSABLE	X	OPTATIVA

PERFIL DEL DOCENTE:
<p><b>El perfil docente requerido para la impartición de esta UDA es:</b></p> <p><b>Formación Académica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Licenciado en psicología.</li> <li>Licenciaturas afines a las humanidades.</li> </ul> <p><b>Experiencia docente</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Experiencia docente previa igual o mayor a 2 años impartiendo UDA iguales o similares a nivel medio superior o superior.</li> <li>Evaluación docente satisfactoria en el último año.</li> </ul> <p><b>Conocimientos en</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Psicología y desarrollo humano.</li> </ul> <p><b>Habilidades en</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicación, escucha y asertividad.</li> <li>Competencias socioemocionales dentro del aula.</li> <li>Facilitación del desarrollo del potencial.</li> <li>Estrategias de enseñanza y aprendizaje individuales y grupales.</li> <li>Uso de tecnología educativa.</li> </ul>

**Actitudes y valores que debe mostrar**

- Actitudes de integración e identidad grupal.
- Respeto, justicia, tolerancia y responsabilidad.
- Empatía, colaboración, solidaridad y apertura.
- Superación personal

**CONTRIBUCIÓN DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE AL PERFIL DE EGRESO DEL PROGRAMA EDUCATIVO:**

La presente unidad de aprendizaje promueve la adquisición de las siguientes competencias:

**Competencias Genéricas RIEEMS**

- Se autodetermina y cuida de sí.
  1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
- Piensa Crítica y reflexivamente.
  6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.
- Trabaja en forma colaborativa.
  8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.

**Competencias Transversales del Modelo Educativo de la Universidad de Guanajuato:**

- CT1. Practica estilos de vida saludables que le permiten un estado de bienestar, desarrollo personal, buen desempeño académico y atender su proyecto de vida en un marco de convivencia respetuosa y armónica con su medio ambiente.

**Competencias de los nodos UG****HUMANIDADES**

- Reconoce la importancia de un estado de bienestar y desarrollo personal integrando las dimensiones cognitiva, afectiva, física y social que le permita participar con fundamentos, en procesos reflexivos, críticos y deliberativos sobre temas de interés y relevancia general bajo los principios de solidaridad, inclusión, equidad, derechos humanos y paz, en un contexto local, nacional y global

**CONTEXTUALIZACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS:**

La presente Unidad de Aprendizaje forma parte del área general, es la primera de dos unidades de aprendizaje, a cursar en la primera inscripción del plan de estudios. Es la primera UDA que orienta hacia el fortalecimiento de la persona en el núcleo formativo del área general, lo que permitirá junto con Lenguaje y comunicación, Lógica y argumentación, Desarrollo Personal II, Ética, Educación Ambiental y Sustentabilidad y Tutoría de la II a la IV conjuntar saberes para relacionarse con el entorno para posteriormente insertarse en la comunidad con iniciativa y de manera propositiva y solidaria.

La UDA se centra en la revisión del desarrollo personal desde una perspectiva autorrealizante, donde a partir del autoconocimiento, el manejo de las emociones y la definición de sus motivaciones aterrice en un plan de vida, para orientarlo sobre estilos de vida saludables con orientación integral.

Proporciona una orientación significativa para los y las estudiantes de la escuela del nivel medio superior, buscando fortalecer el pensamiento crítico, analítico, creativo y propositivo para ser aplicado en la vida personal para favorecer una vida saludable (aspectos físico, psicológico, sexual y social)

## COMPETENCIA DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE:

Reconoce la importancia de un estado de bienestar y desarrollo personal integrando las dimensiones cognitiva, afectiva, física y social desde el autoconocimiento, el manejo de emociones y la construcción de un proyecto de vida bajo los principios de solidaridad, inclusión, equidad, derechos humanos y paz.

## CONTENIDOS DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE

**I. Desarrollo personal.**

- 1.1. El desarrollo personal desde la autorrealización.
- 1.2. La persona desde el espectro bio- psico- social-trascendental.
- 1.3 El estado de bienestar.

**II. Conocerse para crecer.**

- 2.1. El autoconocimiento y autoconcepto.
- 2.2. La autoestima como valor personal.
- 2.3 Manejo de emociones
- 2.4 Tolerancia a la frustración

**III. Trascendencia personal**

- 3.1. Motivación de logro.
- 3.2 Perseverancia
- 3.3 Sentido de vida.
- 3.4 Plan de vida.

## APRENDIZAJES ESPERADOS (mínimos)

Los aprendizajes esperados en la Unidad de Aprendizaje, consideran la progresión del mismo y la interrelación entre ellos para el logro de la competencia, por lo que se enuncian a continuación:

- Identifica el desarrollo personal como parte de las esferas de vida (bio-psico-social-trascendental)
- Reconoce el valor propio como ser humano.
- Expresa las emociones que vivencia en condiciones que mantienen la integridad personal.
- Elabora un proyecto de vida considerando las esferas personal y escolar.

ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:	RECURSOS MATERIALES Y DIDÁCTICOS:
<p>Para el desarrollo de esta unidad de aprendizaje, el estudiante llevará a cabo las siguientes actividades:</p> <p><b>CON EL PROFESOR</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exposición.</li> <li>• Lluvia de ideas.</li> <li>• Actividades reflexivas.</li> <li>• Elaboración de mapas conceptuales</li> <li>• Dinámicas de autoconocimiento.</li> <li>• Juego de roles</li> <li>• Sociodrama</li> <li>• Elaboración de trípticos e infografías</li> <li>• Elaboración de manuales.</li> <li>• Facilitación de plan de crecimiento personal</li> <li>• Aprendizaje Basado en Problemas</li> <li>• Guía para elaboración de Plan de Vida</li> </ul> <p><b>DE MANERA AUTÓNOMA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Preparación de exposición</li> </ul>	<p>Los recursos y materiales didácticos con los que contará el estudiante para llevar a cabo las actividades son:</p> <p><b>DIDÁCTICOS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicios estructurados cuestionarios y/o preguntas activadoras.</li> <li>• Instructivo para elaborar: mapas conceptuales, infografías, trípticos etc.</li> <li>• Material audiovisual de apoyo (hojas de rotafolios, esquemas, láminas, mapas).</li> </ul> <p><b>MATERIALES</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyector.</li> <li>• Computadora.</li> <li>• Sillas.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de plan de vida y proyecto de crecimiento</li> <li>• Reportes de casos</li> </ul>	
--	--

PRODUCTOS Y EVIDENCIAS DEL APRENDIZAJE	SISTEMA DE EVALUACIÓN:										
<p>Los productos y evidencias del aprendizaje son:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentaciones</li> <li>• Mapas conceptuales</li> <li>• Trípticos</li> <li>• Infografías</li> <li>• Manuales</li> <li>• Proyecto de Vida</li> <li>• Plan de crecimiento</li> <li>• Reportes de casos</li> <li>• Portafolio de evidencias</li> </ul>	<p>La evaluación será progresiva La evaluación se puede llevar a cabo como autoevaluación, coevaluación o heteroevaluación.</p> <p><b>Diagnóstica</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ejercicio experiencial</li> </ul> <p><b>Formativa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación en las actividades de clase.</li> <li>• Retroalimentación en el desarrollo de los casos.</li> </ul> <p><b>Sumativa</b></p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: center;">Criterio</th> <th style="text-align: center;">Ponderación</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Portafolio de evidencias (presentaciones, mapas conceptuales, trípticos, infografías)</li> </ul> </td> <td style="text-align: center;">30%</td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> </ul> </td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Plan de crecimiento</li> </ul> </td> <td style="text-align: center;">25%</td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyecto de vida</li> </ul> </td> <td style="text-align: center;">25%</td> </tr> </tbody> </table> <p>*Para poder acceder a calificación aprobatoria el estudiante debe cubrir el 80% de asistencia.</p>	Criterio	Ponderación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Portafolio de evidencias (presentaciones, mapas conceptuales, trípticos, infografías)</li> </ul>	30%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> </ul>	20%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plan de crecimiento</li> </ul>	25%	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyecto de vida</li> </ul>	25%
Criterio	Ponderación										
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Portafolio de evidencias (presentaciones, mapas conceptuales, trípticos, infografías)</li> </ul>	30%										
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participación</li> </ul>	20%										
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plan de crecimiento</li> </ul>	25%										
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyecto de vida</li> </ul>	25%										

FUENTES DE INFORMACIÓN	
BIBLIOGRÁFICAS:	OTRAS:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acosta González, M.E (2014). <i>Planea Tu Carrera Y Tu Vida</i> (4ta Ed). Editorial Porrúa.</li> <li>• Álvarez, J. (1976). <i>Las relaciones humanas</i>. Ed. Jus.</li> <li>• Álvarez, M. (2013). <i>Búscate la vida</i>. Coaching y cuadro de mando personal para ser más feliz. Amat.</li> <li>• Bendit, R., Hahn, M. y Miranda, A. (2008). <i>Los jóvenes y el futuro: procesos de inclusión social y patrones de vulnerabilidad en el mundo global</i>. Ed. Prometeo</li> <li>• Bolívar, A. (2004). <i>Humanismo y Educación: seducción del futuro</i>. Fondo editorial humanidades.</li> <li>• Castorena, Jorge et al. (2017). <i>Desarrollo Humano. Un camino para el bienestar y la trascendencia</i>. México, Ed. Porrúa.</li> <li>• Crespo, C.; Olvera, G.; Ríos (2006). <i>Eligiendo mi carrera. Un proyecto de vida T</i>. Dirección General de Orientación y Servicios Educativos. Universidad Nacional Autónoma de México.</li> <li>• Frank, V. (2014). <i>El hombre en busca de sentido</i>. Ed. Herder.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cyrulnik, B. (2011). <i>Los patitos feos</i>. Ed. Debolsillo.</li> <li>• Hill. Powell, J. (1989). <i>¿Por qué temo decirte quién soy? Sobre autoconocimiento, maduración personal y comunicación intrapersonal</i>. Madrid. Ed. Terrae.</li> <li>• Lefrancois, G. (2001). <i>El ciclo de la vida</i>. Ed. Thomson editores.</li> <li>• Rogers, K. (2011). <i>El Proceso de convertirse en persona</i>. Ed. Paidós.</li> <li>• Rogers, C. (2004). <i>Persona a persona</i>. Ed. Amorrortu.</li> </ul>

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Magaña Romero B. E (2011). Guía de Orientación Educativa y Proyecto de Vida. Edit. Cengage y posteriores.</li><li>• Mannix, D. (1997). Manual para el desarrollo socio afectivo del adolescente. Tomo II. Ed. Prentice Hall.</li><li>• Rodríguez, M (2006). Autoestima: clave del éxito personal. Manual Moderno.</li></ul> |  |
|---|--|