

**Tecnológico Nacional de México**  
**Subdirección Académica**  
**Instrumentación didáctica para la formación y desarrollo de competencias Profesionales**  
**Periodo: AGOSTO-DICIEMBRE 2024**

**Nombre de la Asignatura:** DESARROLLO HUMANO  
**Plan de Estudios:** IGEM-2009-201  
**Clave de la Asignatura:** GEC-2305  
**Horas teoría-horas prácticas-Créditos:** 2 - 2 - 4

**1. Caracterización de la asignatura:**

**Aportación de la asignatura al perfil profesional.**

La asignatura de Desarrollo Humano se integra en el plan de estudios con el objetivo de generar un espacio de conciencia a través de su promoción, invitar al estudiantado a la aplicación de lo aprendido en el tema de valores universales en su vida diaria, en torno a lo que es el ser humano y su desarrollo responsable en la sociedad; que identifique los factores que inciden en su comportamiento y los que son necesarios desarrollar para su autorrealización personal y profesional, con énfasis en su estructura psicológica y el desarrollo de sus potencialidades de ser humano; lo anterior para que adquiera el compromiso de su formación integral permanente y su actualización profesional continua de manera autónoma; con la finalidad de mejorar su salud emocional, asumir las implicaciones en su desempeño personal y profesional en el entorno, social, cultural, económico y político con tendencia a favorecer la convivencia armónica consigo mismo y en su entorno profesional y social.

**La importancia de la asignatura**

La dinámica del mundo actual es compleja, llena de actividades y retos económicos, culturales, sociales, comerciales, ambientales, entre otros. El ser humano que demanda el mundo contemporáneo debe ser solidario, creativo, afectivamente integrado democrático, amoroso, feliz, con pensamiento crítico fundamentado en conocimientos tanto humanos, como económicos, tecnológicos, científicos, culturales, ecológicos; debe estar comprometido con la biodiversidad, la singularidad y la pluralidad de todos los habitantes de la tierra, la diversidad de culturas, de pensamiento y con los seres más vulnerables del planeta.

En el contexto actual es necesario que la educación permita a las personas, el conocimiento y la interpretación de un mundo globalizado y cómo insertarse en él como ser humano para un desempeño exitoso en todos los ámbitos; basado en el amor a sí mismo, a la familia, al prójimo y a la patria.

Para el desarrollo de la persona en su totalidad, debemos inscribir en su identidad cultural, familiar, social y democrática, los siguientes puntos: La conciencia antropológica que reconoce la unidad y respeto en la interculturalidad, en convivencia amorosa y feliz, en las diferentes esferas sociales, haciendo énfasis primordial la familia como base fundamental de la convivencia humana.

La conciencia ecológica es decir la conciencia de habitar con todos los seres mortales una misma esfera viviente.  
La conciencia ética terrenal, es decir de la responsabilidad y de la solidaridad para los hijos de la tierra.  
La conciencia espiritual de la humana condición que viene del ejercicio complejo del pensamiento que nos permite comprendernos y autoanalizarnos.

### **En qué consiste la asignatura.**

El enfoque sugerido para la materia requiere que las actividades prácticas promuevan el desarrollo de habilidades para la investigación tanto documental como de campo tales como; identificación, manejo de variables y datos relevantes; trabajo en equipo. Así mismo, propicien procesos intelectuales como inducción-deducción y análisis-síntesis con la intención de generar una actividad intelectual compleja, por esta razón varias de las actividades prácticas se han descrito como actividades previas al tratamiento teórico de los temas, de manera que no sean una meta corroboración de lo visto previamente en clase, sino una oportunidad para conceptualizar a partir de lo observado.

### **Propósito de la asignatura**

El propósito de esta asignatura es proporcionar un marco de referencia teórico, autorreflexivo y metodológico para desarrollar al ser humano filosóficamente complejo y multidimensional; y tiene como objetivo propiciar el descubrimiento de las potencialidades del ser humano Biológico- Psicológico- Social - Cultural - Temporal - Espacial – Ecológico- Espiritual, que contribuye al desarrollo integral del estudiantado para que aprenda a convivir y a comunicarse armónicamente consigo mismo y con las demás personas y su entorno.

### **Con qué otras asignaturas de relaciona?**

Con Taller de ética en la unidad 1 El sentido de aprender sobre ética, específicamente en el punto 1.1.3 Valores éticos fundamentales: verdad, responsabilidad justicia y libertad, ya que al tener claro su autoconcepto, autoestima y esquema de valores, pueden ellos ponerlos en práctica, en el punto 1.2. Significado y sentido del comportamiento ético. 1.2.1 En el ámbito personal y social. 1.2.2 En el ámbito académico. 1.1.3 En el ejercicio de la ciudadanía, tienen claro que deben desarrollar y aplicar todas sus potencialidades como seres humanos.

Con la materia de El emprendedor y la innovación, en la unidad 1 1.1 Dimensión estética, intelectual y ética, ya que en la unidad 1 específicamente en el tema 1.4 Las potencialidades del ser humano y factores que afectan su desarrollo, además de la unidad 3 en donde se abarcan los aspectos de la superación personal.

Con la materia de Habilidades directivas II concretamente en la unidad 1 denominada Motivación en el tema 1.4 Técnicas de motivación, que en desarrollo humano se contemplan en la unidad 2 con el tema 2.3 que también habla de las motivaciones.

Definitivamente la materia de Desarrollo Humano se relaciona con todas las materias de alguna manera ya que es la base para que el alumno conlleve el proceso de desarrollo humano, tenga en equilibrio su autocontrol, autoestima, autoconcepto, conozca los aspectos de la superación personal y pueda ser un precedente para su desarrollo tanto personal, como académico y profesionalmente.

En el desarrollo del tema de recursos para mantener una armonía y equilibrio personal el estudiante explora los recursos que necesita para mantener la armonía y el equilibrio en la búsqueda de su sano desarrollo de las potencialidades humanas, con la finalidad de sensibilizar al

estudiante a mejorar día a día a través del fomento de su autoestima, asertividad y hábitos necesarios para la formación e integración del ser humano.

## 2. Intención didáctica:

El enfoque sugerido para la asignatura requiere que las actividades prácticas promuevan el desarrollo de habilidades basándose en el análisis de las vivencias y experiencias del estudiantado, soportadas en las diferentes teorías relacionadas con los temas propuestos en el plan de estudios; tratando de que se establezca una introspección (metacognición) y lograr el desarrollo en sociedad. Las actividades deben considerar la aplicación de técnicas que impliquen una mayor interacción entre estudiantes y el docente, fomentando en ellos la reflexión y el análisis crítico sobre lo que aprenden, que contribuya a brindarles herramientas conceptuales para entender las conductas personales dentro de la sociedad para su estabilidad emocional y el óptimo desarrollo con derivaciones en los diferentes ámbitos de su vida.

El programa de la asignatura consta de cuatro temas:

**En el primer tema**, se conceptualiza el desarrollo humano desde los conceptos clásicos para el desarrollo de la persona y su adaptación para la vida social; además, de poder analizar la vivencia de los aspectos de la personalidad y sus valores. Se pretende que sea de manera conceptual básica para que comience a reconocerse como persona, integrante de una sociedad que aprende y vive sus valores.

**En el segundo tema**, se plantea con la finalidad de sensibilizar al estudiante a mejorar día a día a través de fomentar su autoestima, el amor propio y el crecimiento en las esferas de su vida en el pleno desarrollo y bienestar físico, emocional, intelectual, social, creativo, estético, moral y espiritual.

**Para el tercer tema**, se estudian los aspectos de la vivencia de la persona dentro de su propio marco de referencia, instruido en la sociedad, para la vida en bienestar desde la propia regulación; por ello se debe respetar el derecho, que todo ser humano tiene, de disfrutar de las condiciones óptimas que hagan posible la realización de la existencia con autorrealización y felicidad.

Por último, **en el cuarto tema**, se plantea analizar el concepto de bienestar y promover las condiciones que aporten a su desarrollo personal, favoreciendo las competencias para la convivencia armónica, la consolidación de la paz y el bienestar social.

Para las actividades prácticas sugeridas, es conveniente que se busque guiar a sus estudiantes para la consecución de ella y aunque no son exhaustivas, se sugieren sobre todo las necesarias, seas las que se proponen o las de creación propia del docente para hacer más significativo y efectivo el aprendizaje.

Algunas de las actividades sugeridas, se pueden realizar como actividades extraclase y comenzar el trabajo con los temas a partir de la discusión de los resultados de las observaciones.

### **La manera de abordar los contenidos**

Se busca partir de experiencias concretas y cotidianas, para que el estudiantado se acostumbre a reconocer los fenómenos psicológicos y sociales en su persona y su alrededor, que inciden de manera individual y que no sólo se hable de ellos en el aula sino que formen parte de su proceder diario. Es importante ofrecer escenarios distintos, ya sean naturales, construidos o virtuales.

### **El enfoque con el que deben ser tratados**

En las actividades prácticas sugeridas, es conveniente que el profesor busque sólo guiar a sus alumnos para que ellos hagan la elección de las variables a controlar y registrar.

La lista de actividades de aprendizaje no es exhaustiva, se sugieren sobre todo las necesarias para hacer más significativo y efectivo el aprendizaje. Algunas de las actividades sugeridas pueden hacerse como actividad extra clase y comenzar el tratamiento en clase a partir de la discusión de los resultados de las observaciones.

### **La extensión y profundidad de los mismos**

Se requiere que el facilitador cuente con el conocimiento y documentación de los temas que se verán en el curso.

### **Qué actividades se deben resaltar para el desarrollo de competencias genéricas**

En las actividades de aprendizaje sugeridas, generalmente se propone la formalización de los conceptos a partir de experiencias concretas; se busca que el alumno tenga el primer contacto con el concepto en forma concreta y sea a través de la observación, la reflexión y la discusión que se dé la formalización; la integración práctica se hará después de este proceso.

En el transcurso de las actividades programadas es muy importante que el estudiante aprenda a valorar las actividades que lleva a cabo y entienda que está construyendo su hacer futuro y en consecuencia actúe de una manera profesional; de igual manera, aprecie la importancia del conocimiento y los hábitos de trabajo; desarrolle la precisión y la curiosidad, la puntualidad, el entusiasmo y el interés, la tenacidad, la flexibilidad y la autonomía. Es necesario que el profesor ponga atención y cuidado en estos aspectos.

### **Qué competencias genéricas se están desarrollando con el tratamiento de los contenidos de la asignatura**

Competencias Instrumentales

Conocimientos generales básicos

Habilidades de gestión de la información

Capacidad de análisis y síntesis

Comunicación oral y escrita

Toma de decisiones

Competencias interpersonales:

Habilidades interpersonales  
Capacidad crítica y autocrítica.  
Compromiso ético  
Trabajo en equipo

Competencias sistémicas.

Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica  
Habilidades de investigación  
Capacidad de generar nuevas ideas (creatividad)  
Capacidad de adaptarse a nuevas situaciones

### Competencia de la asignatura:

Determina los elementos que integran el desarrollo humano, reconociendo sus propias fortalezas y potencialidades que le permitan interactuar consigo mismo, con su entorno y contribuir aportando al bienestar armónico común de forma efectiva y responsable.

### 3. Análisis por competencias específicas:

**Competencia No.**

1

Descripción

Reconoce el concepto de desarrollo humano, destacando sus componentes para la mejora de los aspectos de su personalidad y valores propios.

Temas y subtemas para desarrollar la competencia específica	Actividades de aprendizaje	Actividades de enseñanza	Desarrollo de competencias genéricas	Horas teórico-práctica
1. Fundamentos del Desarrollo Humano 1. Concepto de Desarrollo Humano y su importancia. 1.1 El yo biopsicosocial 1.2 Personalidad 1.2.1 Temperamento	- Los alumnos toman nota de la información proporcionada en el encuadre en donde se les dará a conocer el programa de la materia, el objetivo de la misma y la mecánica de trabajo ( incluyendo los criterios de acreditación para cada unidad )	- Encuadre de la materia en donde se les dará a conocer el programa de la materia, el objetivo de la misma y la mecánica de trabajo ( incluyendo los criterios de		8-8

<p>1.2.2 Carácter 1.3 Motivación 1.3.1 Teoría de la Motivación 1.3.2 Jerarquía de las necesidades 1.4 Valores que contribuyen al desarrollo humano. 1.4.1 Respeto 1.4.2 Honestidad 1.4.3 Familia 1.4.4 Amor 1.4.5 Gratitud 1.4.6 Perdón 1.4.7 Cultura 1.4.8 Autenticidad</p>	<p>- Los alumnos deberán realizar una autorreflexión acerca del histórico de su desarrollo humano en el ámbito biológico, psicológico y social plasmarlo en un <b>informe</b>, posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.</p> <p>- Los alumnos deberán realizar una <b>investigación documental</b> en donde la información presente un análisis del concepto de desarrollo humano y su importancia para la convivencia armónica en la vida personal, profesional y social. Entregarlo en la plataforma educativa classroom.</p> <p>- El alumno resolverá una <b>prueba escrita</b>.</p>	<p>acreditación para cada unidad )</p> <p>- El docente solicitará a los alumnos que realicen una autorreflexión acerca del histórico de su desarrollo humano en el ámbito biológico, psicológico y social plasmarlo en un <b>informe</b>, posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.</p> <p>- Se solicita a los alumnos que mediante una <b>investigación documental</b>, en donde realicen un análisis del concepto de desarrollo humano y su importancia para la convivencia armónica en la vida personal, profesional y social. Entregarlo en la plataforma educativa classroom.</p> <p>- El docente aplicará una <b>prueba escrita</b>.</p>	<p>- Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, alumnos Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas.</p> <p>- Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas.</p> <p>- Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad.</p>	
--	---	--	--	--

<b>Indicadores de Alcance</b>	<b>Valor de Indicador</b>
<b>A)</b> Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, alumnos Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, realizar una autorreflexión acerca del histórico de su desarrollo humano en el ámbito biológico, psicológico y social plasmarlo en un <b>informe</b>	20%
<b>B)</b> Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, mediante una <b>investigación documental</b> en donde la información presente un análisis del concepto de desarrollo humano y su importancia para la convivencia armónica en la vida personal, profesional y social.	20%
<b>C)</b> Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad. Demuestra habilidad para la resolución de la <b>prueba escrita</b> con los temas vistos durante la unidad.	60%

**Niveles de desempeño:**

<b>Desempeño</b>	<b>Nivel de desempeño</b>	<b>Indicadores de Alcance</b>	<b>Valoración numérica</b>
Competencia Alcanzada	Excelente	<p>Cumple al menos 5 de los siguientes indicadores</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Se adapta a situaciones y contextos complejos:</b> Puede trabajar en equipo, refleja sus conocimientos en la interpretación de la realidad.</li> <li><b>2. Hace aportaciones a las actividades académicas desarrolladas:</b> Pregunta integrando conocimientos de otras asignaturas o de casos anteriores de la misma asignatura. Presenta otros puntos de vista que complementen al presentado en la clase, presenta fuentes de información adicionales (internet y documental etc.) y usa más bibliografía.</li> <li><b>3. Propone y/o explica soluciones o procedimientos no visto en clase (creatividad):</b> Ante problemas o caso de estudio propone perspectivas diferentes, para abordarlos y sustentarlos correctamente. Aplica procedimientos aprendidos en otra asignatura o contexto para el problema que se está resolviendo.</li> <li><b>4. Introduce recursos y experiencias que promueven un pensamiento crítico:</b> Ante los temas de la asignatura introduce</li> </ol>	95-100

		<p>cuestionamientos de tipo ético, ecológico, histórico, político, económico, etc. que deben tomarse en cuenta para comprender mejor o a futuro dicho tema. Se apoya en foros, autores, bibliografía, documentales, etc. para sustentar su punto de vista.</p> <p><b>5. Incorpora conocimientos y actividades interdisciplinarios en su aprendizaje:</b> En el desarrollo de los temas de la asignatura incorpora conocimientos y actividades desarrolladas en otras asignaturas para lograr la competencia.</p> <p><b>5. Realiza su trabajo de manera autónoma y autorregulada.</b> Es capaz de organizar su tiempo y trabajar sin necesidad de una supervisión estrecha y/o coercitiva. Realiza actividades de investigación para participar de forma activa durante el curso.</p>	
	Notable	Cumple 4 de los indicadores definidos en desempeño excelente	85-94
	Bueno	Cumple 3 de los indicadores definidos en desempeño excelente	75-84
	Suficiente	Cumple 2 de los indicadores definidos en desempeño excelente	70-74
Competencia No Alcanzada	Insuficiente	No se cumple con el 100% de evidencias conceptuales, procedimentales y actitudinales de los indicadores definidos en desempeño excelente.	N. A.

**Matriz de Evaluación:**

Evidencia de Aprendizaje	%	Indicador de Alcance					Evaluación formativa de la competencia
		A	B	C	D	N	
<b>Informe</b> (Lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, alumnos Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, realizar una autorreflexión acerca del histórico de su desarrollo humano en el ámbito biológico, psicológico y social plasmarlo en un <b>informe</b>
<b>Investigación Documental</b> (Lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información, utiliza correctamente las citas bibliográficas, mediante una <b>investigación documental</b> en donde la información presente un análisis del concepto de desarrollo humano y su importancia para la convivencia armónica en la vida personal, profesional y social.
<b>Prueba escrita</b>	60	60	57-60	51-56	45-50	42-44	
<b>Total</b>	100%	95-100	85-94	75-84	70-74	N/A	

**Competencia No.**

2

**Descripción**

Evalúa su proceso de autoconocimiento y autoestima reconociendo los aspectos que favorecen la superación personal, para potencializar su amor propio.

Temas y subtemas para desarrollar la competencia específica	Actividades de aprendizaje	Actividades de enseñanza	Desarrollo de competencias genéricas	Horas teórico-práctica
<p>2.Autoconocimiento y amor propio</p> <p>2.1 Autoestima</p> <p>2.1.1. Autoconcepto.</p> <p>2.1.2. Autoaceptación.</p> <p>2.1.3. Desarrollo de la autoestima.</p> <p>2.2 Superación Personal</p> <p>2.2.1. Aspectos de la superación personal.</p> <p>2.2.2.1 Físico.</p> <p>2.2.2.2 Emocional.</p> <p>2.2.2.3 Intelectual.</p> <p>2.2.2.4 Social.</p> <p>2.2.2.5 Creativo.</p> <p>2.2.2.6 Estético.</p> <p>2.2.2.7 Moral.</p> <p>2.2.2.8 Espiritual.</p> <p>2.3 Amor propio</p> <p>2.3.1. Reconocimiento de las cualidades, capacidades, virtudes y barreras personales.</p> <p>2.3.2 Beneficios del amor propio.</p> <p>2.4 La importancia de la autoestima en las relaciones interpersonales.</p>	<p>El alumno deberá redactar un <b>Resumen</b> autorreflexivo sobre la importancia de los aspectos que involucran la superación personal y cómo los aplica en su vida, mismo que deberá subir a la plataforma Classroom.</p> <p>- El alumno reconocerá el valor de la autoestima y sus implicaciones en los diferentes aspectos de su vida, presentar los resultados mediante una <b>investigación documental</b>, y posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.</p> <p>- El alumno, integrado en equipos, realizará una <b>Exposición</b> de los temas correspondientes al punto 2.2.1 y deberán subir de manera individual. las diapositivas a la plataforma classroom.</p>	<p>- El docente solicitará a los alumnos un <b>Resumen</b>, autorreflexivo sobre la importancia de los aspectos que involucran la superación personal y cómo los aplica en su vida,</p> <p>- El docente requerirá a los alumnos reconozcan el valor de la autoestima y sus implicaciones en los diferentes aspectos de su vida, presentar los resultados mediante una <b>investigación documental</b>.</p> <p>- El docente solicitará a los alumnos que, integrados en equipos, realicen una <b>Exposición</b> de los temas correspondientes al punto 2.2.1</p>	<p>-Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica</p> <p>. Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica</p> <p>- Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica.</p>	<p>10-8</p>

	El alumno reflexionará sobre la importancia de una adecuada gestión de las emociones, desde su identificación, su expresión y su control, presentará los resultados mediante un <b>informe</b> , mismo que deberá subir a la plataforma classroom.	- El docente solicitará al alumno que reflexione sobre la importancia de una adecuada gestión de las emociones, desde su identificación, su expresión y su control, entregando sus resultados mediante un <b>informe</b> .	Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad.	
--	--	---	---	--

Indicadores de Alcance	Valor de Indicador
A) Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la presentación de un <b>Resumen</b> , autorreflexivo sobre la importancia de los aspectos que involucran la superación personal y cómo los aplica en su vida	20%
B) Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la elaboración de una <b>investigación documental</b> reconociendo el valor de la autoestima y sus implicaciones en los diferentes aspectos de su vida.	20%
C) Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad. Demuestra habilidad para realizar una <b>Exposición</b> de los temas correspondientes al punto 2.2.1	40%
C) Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica, reflexionará sobre la importancia de una adecuada gestión de las emociones, desde su identificación, su expresión y su control, presentará los resultados mediante un <b>informe</b> .	20%

Niveles de desempeño:

Desempeño	Nivel de desempeño	Indicadores de Alcance	Valoración numérica
Competencia Alcanzada	Excelente	<p>Cumple al menos 5 de los siguientes indicadores</p> <p><b>1. Se adapta a situaciones y contextos complejos:</b> Puede trabajar en equipo, refleja sus conocimientos en la interpretación de la realidad.</p> <p><b>2. Hace aportaciones a las actividades académicas desarrolladas:</b> Pregunta integrando conocimientos de otras asignaturas o de casos anteriores de la misma asignatura. Presenta otros puntos de vista que complementen al presentado en la clase, presenta fuentes de información adicionales (internet y documental etc.) y usa más bibliografía.</p> <p><b>3. Propone y/o explica soluciones o procedimientos no visto en clase (creatividad):</b> Ante problemas o caso de estudio propone perspectivas diferentes, para abordarlos y sustentarlos correctamente. Aplica procedimientos aprendidos en otra asignatura o contexto para el problema que se está resolviendo.</p> <p><b>4. Introduce recursos y experiencias que promueven un pensamiento crítico:</b> Ante los temas de la asignatura introduce cuestionamientos de tipo ético, ecológico, histórico, político, económico, etc. que deben tomarse en cuenta para comprender mejor o a futuro dicho tema. Se apoya en foros, autores, bibliografía, documentales, etc. para sustentar su punto de vista.</p> <p><b>5. Incorpora conocimientos y actividades interdisciplinarios en su aprendizaje:</b> En el desarrollo de los temas de la asignatura incorpora conocimientos y actividades desarrolladas en otras asignaturas para lograr la competencia.</p> <p><b>5. Realiza su trabajo de manera autónoma y autorregulada.</b> Es capaz de organizar su tiempo y trabajar sin necesidad de una supervisión estrecha y/o coercitiva. Realiza actividades de investigación para participar de forma activa durante el curso.</p>	95-100
	Notable	Cumple 4 de los indicadores definidos en desempeño excelente	85-94
	Bueno	Cumple 3 de los indicadores definidos en desempeño excelente	75-84
	Suficiente	Cumple 2 de los indicadores definidos en desempeño excelente	70-74
Competencia No Alcanzada	Insuficiente	No se cumple con el 100% de evidencias conceptuales, procedimentales y actitudinales de los indicadores definidos en desempeño excelente.	N. A.

**Matriz de Evaluación:**

Evidencia de Aprendizaje	%	Indicador de Alcance					Evaluación formativa de la competencia
		A	B	C	D	N	
Resumen ( lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la presentación de un <b>Resumen</b> , autorreflexivo sobre la importancia de los aspectos que involucran la superación personal y cómo los aplica en su vida
Investigación documental ( lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la elaboración de una <b>investigación documental</b> reconociendo el valor de la autoestima y sus implicaciones en los diferentes aspectos de su vida
Exposición (lista de cotejo)	40	38-40	34-37.9	30-33.9	28-29.9	N.A	C) Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad. Demuestra habilidad para realizar una <b>Exposición</b> de los temas correspondientes al punto 2.2.1
Informe (lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica, reflexionará sobre la importancia de una adecuada gestión de las emociones, desde su identificación, su expresión y su control, presentará los resultados mediante un <b>informe</b> .
TOTAL	100%	95-100	85-94	75-84	70-74	N.A	

**Análisis por competencias específicas:**

Competencia No.

1

Descripción

Clasifica los aspectos que contribuyen al cuidado y bienestar personal, a través del análisis cada uno de ellos para definir un esquema de autorrealización.

Temas y subtemas para desarrollar la competencia específica	Actividades de aprendizaje	Actividades de enseñanza	Desarrollo de competencias genéricas	Horas teórico-práctica
3. Bienestar personal y autorrealización. 3.1 Actitud mental positiva. 3.2 Autodisciplina. 3.2.2. Desarrollo de la autodisciplina. 3.2.3. Hábitos y costumbres. 3.2.4. Establecimiento de prioridades y límites. 3.3 Autocuidado físico, mental, social, emocional. 3.4 Caracterización de la persona autorrealizada. 3.4.1. Felicidad. 3.5 Gestión emocional. 3.5.1 Creatividad, resolución de problemas. 3.6. Proactividad. 3.7 Resiliencia.	-El alumno presentará un <b>Resumen</b> , de los videos de Kenji Yokoi acerca del significado y desarrollo de la autodisciplina, vistos en clase y posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.  -Los alumnos realizarán una <b>investigación documental</b> , sobre el desarrollo de los hábitos y costumbres, posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.  Presentación de una prueba escrita	- El docente solicitará a los alumnos un <b>Resumen</b> , de los videos de Kenji Yokoi acerca del significado y desarrollo de la autodisciplina, vistos en clase  -El docente solicitará a los una <b>investigación documental</b> , sobre el desarrollo de los hábitos y costumbres	- Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica, completa y utiliza correctamente las citas  -Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación y aplicación de TIC'S.	6-8

Indicadores de Alcance	Valor de Indicador
A) Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación. Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la presentación de un <b>Resumen</b> , de los videos de Kenji Yokoi acerca del significado y desarrollo de la autodisciplina, vistos en clase.	20%
B) Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de búsqueda de información y elaborar una <b>investigación documental</b> , sobre el desarrollo de los hábitos y costumbres.	20%
E) Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad. Demuestra habilidad para la resolución de la <b>prueba escrita</b> con los temas vistos durante la unidad.	60%

Niveles de desempeño:

Desempeño	Nivel de desempeño	Indicadores de Alcance	Valoración numérica
Competencia Alcanzada	Excelente	<p>Cumple al menos 5 de los siguientes indicadores</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Se adapta a situaciones y contextos complejos:</b> Puede trabajar en equipo, refleja sus conocimientos en la interpretación de la realidad.</li> <li><b>Hace aportaciones a las actividades académicas desarrolladas:</b> Pregunta integrando conocimientos de otras asignaturas o de casos anteriores de la misma asignatura. Presenta otros puntos de vista que complementen al presentado en la clase, presenta fuentes de información adicionales (internet y documental etc.) y usa más bibliografía.</li> <li><b>Propone y/o explica soluciones o procedimientos no visto en clase (creatividad):</b> Ante problemas o caso de estudio propone perspectivas diferentes, para abordarlos y sustentarlos correctamente. Aplica procedimientos aprendidos en otra asignatura o contexto para el problema que se está resolviendo.</li> <li><b>Introduce recursos y experiencias que promueven un pensamiento crítico:</b> Ante los temas de la asignatura introduce cuestionamientos de tipo ético, ecológico, histórico, político, económico, etc. que deben tomarse en cuenta para comprender mejor o a futuro dicho tema. Se apoya en foros, autores, bibliografía, documentales, etc. para sustentar su punto de vista.</li> <li><b>Incorpora conocimientos y actividades interdisciplinarios en su aprendizaje:</b> En el desarrollo de los temas de la asignatura incorpora conocimientos y actividades desarrolladas en otras asignaturas para lograr la competencia.</li> </ol>	95-100

		<b>5. Realiza su trabajo de manera autónoma y autorregulada.</b> Es capaz de organizar su tiempo y trabajar sin necesidad de una supervisión estrecha y/o coercitiva. Realiza actividades de investigación para participar de forma activa durante el curso.	
	Notable	Cumple 4 de los indicadores definidos en desempeño excelente	85-94
	Bueno	Cumple 3 de los indicadores definidos en desempeño excelente	75-84
	Suficiente	Cumple 2 de los indicadores definidos en desempeño excelente	70-74
Competencia No Alcanzada	Insuficiente	No se cumple con el 100% de evidencias conceptuales, procedimentales y actitudinales de los indicadores definidos en desempeño excelente.	N. A.

Matriz de Evaluación:

Evidencia de Aprendizaje	%	Indicador de Alcance					Evaluación formativa de la competencia
		A	B	C	D	N	
A) <b>Resumen</b> (lista de cotejo)	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de investigación Aplica los conocimientos adquiridos para ponerlos en práctica mediante la presentación de un <b>Resumen</b> , de los videos de Kenji Yokoi acerca del significado y desarrollo de la autodisciplina, vistos en clase
B) <b>Investigación Documental</b> (Lista de cotejo).	20	19-20	17-18.9	15-16.9	14-14.9	N.A	Busca y analiza información proveniente de fuentes diversas, demuestra la habilidad de búsqueda de información y elaborar una <b>investigación documental</b> , sobre el desarrollo de los hábitos y costumbres.
C) <b>Prueba escrita</b>	60	57-60	51-56	45-50	42-44	N.A	Demuestra conocimiento y dominio de los temas de la unidad. Demuestra habilidad para la resolución de la <b>prueba escrita</b> con los temas vistos durante la unidad.
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	95-100	85-94	75-84	70-74	N.A	

Competencia No.	1	Descripción	Valora las condiciones que aporten a su desarrollo personal, favoreciendo el logro de las competencias para la convivencia y el bienestar social
Temas y subtemas para desarrollar la competencia específica	Actividades de aprendizaje	Actividades de enseñanza	Desarrollo de competencias genéricas
<p>4. Estrategias y propuestas para el desarrollo humano.</p> <p>4.1 Concepto y enfoque del bienestar social y habilidades que lo favorecen.</p> <p>4.2.1 Comunicación asertiva.</p> <p>4.2.3. Redes de apoyo.</p> <p>4.2.4 Trabajo colaborativo.</p> <p>4.2.6 Empatía.</p> <p>4.2.7 Duelo</p> <p>4.2.8 Perdón</p> <p>4.2.9 Gratitud</p> <p>4.3 El impacto de la armonía en el desarrollo humano.</p>	<p>- Los alumnos realizarán una <b>investigación documental</b> que abarque los siguientes temas:</p> <p>a) Comunicación asertiva.</p> <p>b) Relaciones significativas.</p> <p>c) Redes de apoyo.</p> <p>d) Trabajo colaborativo.</p> <p>e) Inclusión.</p> <p>f) Empatía.</p> <p>g) Emprendedurismo</p> <p>y posteriormente subir dicha información a la plataforma educativa classroom.</p> <p>El alumno elaborará un <b>ensayo</b> con el tema: Concepto y enfoque del bienestar social y habilidades que lo favorecen. Subir sus evidencias en la plataforma Classroom</p> <p>Integrados en equipos, los alumnos deberán Empezar una campaña a través de redes sociales para sensibilizar a la comunidad estudiantil, sobre la</p>	<p>-El docente requerirá que los alumnos realicen una <b>investigación documental</b> que abarque los siguientes temas:</p> <p>h) Comunicación asertiva.</p> <p>i) Relaciones significativas.</p> <p>j) Redes de apoyo.</p> <p>k) Trabajo colaborativo.</p> <p>l) Inclusión.</p> <p>m) Empatía.</p> <p>n) Emprendedurismo</p> <p>El docente solicitará a los alumnos que elaboren un <b>ensayo con el tema:</b> Concepto y enfoque del bienestar social y habilidades que lo favorecen.</p> <p>-El docente requerirá a los alumnos que Integrados en equipos deberán Empezar una</p>	<p>- Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica.</p> <p>-Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica.</p> <p>Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica.</p>
			8-8

	importancia del bienestar personal y social, y presentar los resultados mediante una <b>exposición</b> , deberán subir las evidencias de su trabajo a la plataforma classroom.	campaña a través de redes sociales para sensibilizar a la comunidad estudiantil, sobre la importancia del bienestar personal y social, y presentar los resultados mediante una <b>exposición</b> ,		
--	--	--	--	--

Indicadores de Alcance	Valor de Indicador
A) Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica, mediante un <b>investigación documental</b> que abarque los siguientes temas: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Comunicación asertiva.</li> <li>○ Relaciones significativas.</li> <li>○ Redes de apoyo.</li> <li>○ Trabajo colaborativo.</li> <li>○ Inclusión.</li> <li>○ Empatía.</li> <li>○ Emprendedurismo</li> </ul>	20%
B) Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica, elaborando un <b>ensayo</b> con el tema: Concepto y enfoque del bienestar social y habilidades que lo favorecen.	30%
C) Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica se integrarán en equipos para Empezar una campaña a través de redes sociales para sensibilizar a la comunidad estudiantil, sobre la importancia del bienestar personal y social, y presentar los resultados mediante una <b>exposición</b>	50%

Niveles de desempeño:

Desempeño	Nivel de desempeño	Indicadores de Alcance	Valoración numérica
Competencia Alcanzada	Excelente	<p>Cumple al menos 5 de los siguientes indicadores</p> <p><b>1. Se adapta a situaciones y contextos complejos:</b> Puede trabajar en equipo, refleja sus conocimientos en la interpretación de la realidad.</p> <p><b>2. Hace aportaciones a las actividades académicas desarrolladas:</b> Pregunta integrando conocimientos de otras asignaturas o de casos anteriores de la misma asignatura. Presenta otros puntos de vista que complementen al presentado en la clase, presenta fuentes de información adicionales (internet y documental etc.) y usa más bibliografía.</p> <p><b>3. Propone y/o explica soluciones o procedimientos no visto en clase (creatividad):</b> Ante problemas o caso de estudio propone perspectivas diferentes, para abordarlos y sustentarlos correctamente. Aplica procedimientos aprendidos en otra asignatura o contexto para el problema que se está resolviendo.</p> <p><b>4. Introduce recursos y experiencias que promueven un pensamiento crítico:</b> Ante los temas de la asignatura introduce cuestionamientos de tipo ético, ecológico, histórico, político, económico, etc. que deben tomarse en cuenta para comprender mejor o a futuro dicho tema. Se apoya en foros, autores, bibliografía, documentales, etc. para sustentar su punto de vista.</p> <p><b>5. Incorpora conocimientos y actividades interdisciplinarios en su aprendizaje:</b> En el desarrollo de los temas de la asignatura incorpora conocimientos y actividades desarrolladas en otras asignaturas para lograr la competencia.</p> <p><b>5. Realiza su trabajo de manera autónoma y autorregulada.</b> Es capaz de organizar su tiempo y trabajar sin necesidad de una supervisión estrecha y/o coercitiva. Realiza actividades de investigación para participar de forma activa durante el curso.</p>	95-100
	Notable	Cumple 4 de los indicadores definidos en desempeño excelente	85-94
	Bueno	Cumple 3 de los indicadores definidos en desempeño excelente	75-84
	Suficiente	Cumple 2 de los indicadores definidos en desempeño excelente	70-74

Competencia No Alcanzada	Insuficiente	No se cumple con el 100% de evidencias conceptuales, procedimentales y actitudinales de los indicadores definidos en desempeño excelente.	N. A.
--------------------------	--------------	---	-------

Matriz de Evaluación:

Evidencia de Aprendizaje	%	Indicador de Alcance					Evaluación formativa de la competencia
		A	B	C	D	N	
A) Investigación Documental ( lista de cotejo)	20	19-20	17-18	15-16	13-14	N.A	Demuestra la búsqueda en diversas fuentes de información verídica, mediante una <b>investigación documental</b> que abarque los siguientes temas: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Comunicación asertiva.</li> <li>○ Relaciones significativas.</li> <li>○ Redes de apoyo.</li> <li>○ Trabajo colaborativo.</li> <li>○ Inclusión.</li> <li>○ Empatía.</li> </ul> Emprendedurismo
A) Ensayo ( lista de cotejo)	30	28-30	25-27	22-24	19-21	N.A	Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica, elaborando un <b>ensayo</b> con el tema: Concepto y enfoque del bienestar social y habilidades que lo favorecen.
B) Exposición (Lista de cotejo)	50	47-50	42-46	37-41	35-36	N.A	Demuestra su compromiso ético en el manejo de la información, así como su capacidad crítica y autocrítica Emprendiendo una campaña a través de redes sociales para sensibilizar a la comunidad estudiantil, sobre la importancia del bienestar personal y social, y presentar los resultados mediante una <b>exposición</b> .
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	95-100	85-94	75-84	70-74	N.A	

Fuentes de información y apoyos didácticos:

Fuentes de información:

Apoyos didácticos

<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Alanís, Laura A. (2013). Tú naciste... para conseguir. México: Quarzo</li> <li>2. Butler-Bowdon, Tom. (2017). 50 Clásicos de la Psicología: Un atajo para acceder fácilmente a las ideas más relevantes sobre la mente, la personalidad y la naturaleza humana. España: Editorial Sirio.</li> <li>3. Branden, N. (1994). Los seis pilares de la autoestima. Barcelona, España: Paidós.</li> <li>4. Cerda, Mauricio. (2016). Cielo Azulado. Psicología y psicoterapia humanista y transpersonal: 3a Edición. Argentina: Universidad de la Serena.</li> <li>5. Chopra, D. (2013). El camino hacia el amor: La sabiduría de los grandes maestros del mundo. Barcelona, España: Debolsillo.</li> <li>6. Csikszentmihalyi, M. (2009). Fluir (Flow): Una psicología de la felicidad. Barcelona, España: Editorial Kairós.</li> <li>7. De Andrés, V. y Andrés, F. (2010) Confianza Total. Para vivir mejor. México: Diana</li> <li>8. Diener, E., Lucas, R., &amp; Oishi, S. (2015). Bienestar subjetivo: La ciencia de la felicidad y la satisfacción personal. Madrid, España: Alianza Editorial.</li> <li>9. Ferrer, A. (2016). El camino del ser: Una guía práctica hacia la autorrealización. Barcelona, España: Ediciones Urano.</li> <li>10. Gobierno de México. (26 de Noviembre de 2020). Gobierno de México. Obtenido de Guía Ética para la Transformación de México : <a href="https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/594790/GMX_GUIA_ETICA.pdf">https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/594790/GMX_GUIA_ETICA.pdf</a></li> <li>11. Goleman, D. (2022). Inteligencia emocional: 4 libros en 1. Controlar y comprender las emociones: aumentar autoestima y disciplina. Terapia cognitivo conductual TCC. Lenguaje corporal: PNL, Psicología oscura y manipulación. España: Editorial Penguin Random House Grupo Editorial.</li> <li>12. Levinstein, Raquel. (2013) Pasaporte a la dimensión de los milagros. 2ª edic. México: Panorama</li> </ol> <p>Martínez Miguelez, Miguel. (2012). Psicología Humanista. Un nuevo paradigma psicológico. México: Trillas.</p>	<p>Lap Top Cañón Pintarrones Pizarrón Fotocopias</p>
---	--

14. Montero, M. (2018). ¿Cómo nos afecta la autoestima?: Una guía para desarrollar una autoestima saludable. Madrid, España: Ediciones Pirámide.
15. Neff, K. D. (2013). Autocompasión: Detente para darte cuenta y hazte amigo de ti mismo. Barcelona, España: Editorial Kairós.
16. Nelson, Bradley.(2019).El código de la emoción. Madrid: Editorial Gaia Ediciones
17. Ruiz, M. (1997). Los cuatro acuerdos: Una guía práctica para la libertad personal. San Rafael, CA: Amber-Allen Publishing.
18. Salter, M. (2017). El arte de amarse a uno mismo: Cómo vencer la inseguridad y la dependencia emocional para construir relaciones sanas y equilibradas. Barcelona: Editorial Sirio.
19. Seligman, M. (2022). La auténtica felicidad: Utiliza la nueva ciencia de la psicología positiva para florecer en la vida. Barcelona, España: Ediciones B.
20. Valdés, L. M. (2018). La guía del amor propio: 27 claves para aprender a quererte y transformar tu vida. Barcelona: Editorial Planeta.

#### Calendarización de evaluación en semanas

Semana	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
TP			EF1				EF2				EF3				EF4	ES
TR																
SD					SD				SD				SD			SD

TP: Tiempo Planeado  
ED: Evaluación diagnóstica

TR: Tiempo Real  
EFn: Evaluación formativa (Competencia específica n)

SD: Seguimiento departamental  
ES: Evaluación sumativa

Fecha de elaboración 19 de agosto de 2024

I.G.E. GABRIELA MARIA HERNANDEZ DELGADC  
Nombre y firma del (de la) profesor(a)

L.C. ANA KARENINA CORDOBA FERMÁN  
Nombre y firma del(de la) Jefe(a) de Departamento Académico