



COLEGIO DE BACHILLERES

ESTADO DE BAJA CALIFORNIA SUR

Estudio Nuestra Fuerza: Superación La Meta

**Dirección General de Bachillerato
Colegio de Bachilleres del Estado
de Baja California Sur
Dirección Académica
Academia de Orientación Educativa**

Unidad de Aprendizaje Curricular:
Orientación Educativa II

La Paz B. C. S. Ene. 2024.

Contenido.

1. <i>Presentación</i>	3
2. <i>Justificación</i>	4
3. <i>Fundamentos de la U. A. C.</i>	6
4. <i>Definición de la U. A. C</i>	8
5. <i>Propósito y relevancia de la U. A. C.</i>	9
6. <i>Anclaje inferior</i>	10
7. <i>Anclaje superior</i>	10
8. <i>Conceptos básicos del ámbito de formación socioemocional</i>	11
9. <i>Categorías, subcategorías, aprendizajes de trayectoria y metas de aprendizaje</i>	12
9.1. <i>Progresiones</i>	15
10. <i>Glosario</i>	26
11. <i>Referencias</i>	33

1. Presentación.

Para Colegio de Bachilleres del Estado de Baja California Sur (COBACH BCS), la implementación de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), se considera como una oportunidad para impactar de manera positiva a nuestros estudiantes y de esta manera consolidar la oferta de una educación será integral que brinde herramientas a cada estudiante para su desempeño exitoso en la vida. Dichas herramientas tienen el objetivo de desarrollar en las personas las capacidades cognitivas, socioemocionales y físicas que les permitan alcanzar su bienestar. Durante los últimos 5 años, el Programa de Orientación Educativa de COBACH BCS, se ha visto fortalecido con la implementación de un programa que promueve el desarrollo de habilidades socioemocionales a través de un método constructivista basado en el respeto hacia el ser humano y su desarrollo personal y profesional, que le permita contribuir a su bienestar, a la transformación y mejoramiento de la sociedad de la que forma parte. Hoy en día uno de los retos más exigentes para COBACH BCS es ofrecer a sus estudiantes una educación integral que permita desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentar en él, a la vez, el amor a la Patria, el respeto a todos los derechos, las libertades, la cultura de paz y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia; promoverá la honestidad, los valores y la mejora continua del proceso de enseñanza aprendizaje, nuestra institución educativa ha emprendido una coordinación de esfuerzos tendiente a consolidar estos preceptos en las vidas de estudiantes que transiten desde su etapa escolar hasta su conclusión y egreso. Gracias a estos cambios y transformación, la Dirección General de COBACH BCS busca garantizar el desarrollo integral de las y los estudiantes a través del Marco Curricular Común, el cual aborda de manera articulada la formación sociocognitiva (currículum fundamental) y la socioemocional (currículum ampliado), y con ello contribuir con la formación de personas capaces de conducirse como ciudadanas y ciudadanos críticos, responsables, productivos y solidarios, para contribuir a la construcción de una sociedad más sustentable, que respete los derechos humanos, la igualdad de género, la promoción de la interculturalidad, la cultura de la paz y el autocuidado de la salud física, mental y emocional, impulsando con ello el mejoramiento de los ámbitos social, cultural y político.

El presente documento contiene la propuesta para la Unidad de Aprendizaje Curricular (UAC) de Orientación Educativa para segundo semestre, considerada un complemento de los contenidos y actividades de enseñanza - aprendizaje adecuados a los preceptos de la Nueva Escuela Mexicana y su necesidad de cambiar la manera de ofrecer esa educación integral con el apoyo de la formación socioemocional integradas en el Marco Curricular Común para Educación Media Superior.

2. Justificación de la Unidad de Académica Curricular.

A casi 37 años de su creación, el Colegio de Bachilleres del Estado de Baja California Sur se ha consolidado como una oferta educativa seria y que ha establecido un referente para ser una de las mejores opciones de estudio de Bachillerato elegidas por Padres de Familia y estudiantes. Como ejemplo tenemos que, al inicio del presente ciclo escolar, se logró captar a 2,820 estudiantes egresados de nivel Secundaria, los cuales eligieron a nuestra Institución como su primera opción de educación media superior en nuestro Estado, representando poco más del 20% respecto al indicador de absorción escolar del total de egresados en ese nivel educativo de educación básica.

Con respecto a la matrícula escolar, durante el ciclo escolar 2022 – 2023, COBACH BCS contaba con 7,665 estudiantes inscritos, y para inicios del presente ciclo escolar 2023 – 2024, nuestra institución educativa cuenta con un total de 7,904 estudiantes inscritos, reflejando la dinámica de crecimiento escolar del 3.11% respecto al ciclo escolar anterior, ello se debe a la implementación de los programas que atienden de manera integral a estudiantes en riesgo de deserción escolar con la participación activa de la comunidad escolar conformada por directivos, personal docente, personal de apoyo, administrativo y la constante comunicación con Padres de Familia y el apoyo de Instituciones en los tres órdenes de Gobierno para la implementación de pláticas de concientización, participación en programas de difusión, convocatorias y la promoción de becas institucionales en beneficio de estudiantes matriculados en nuestra Institución Educativa.

Respecto al indicador de deserción escolar correspondiente al 6.95% para COBACH BCS, muy por debajo de los datos disponibles de la media estatal 12.9% y la media nacional de deserción escolar del 12.1%. Conociendo estos resultados y ante los retos que presenta el horizonte educativo, se propone enfocar todos los esfuerzos en reducir al mínimo el abandono escolar y mejorar en todos sentidos el indicador de deserción escolar y eficiencia terminal, y por lo que respecta al contexto que viven nuestros estudiantes, dejar de culpabilizar a las y los jóvenes de todo lo que sucede y girar la mirada hacia lo que puede hacer COBACH BCS para convertirse en un espacio de encuentro y pertenencia, que provea las condiciones para desarrollar aprendizajes significativos para la vida de las y los estudiantes, donde se puede apreciar el papel que puede jugar la UAC: Orientación Educativa para propiciar procesos de reconstrucción del tejido social en la escuela y la contribución del cambio de contexto social en el que estudiantes de COBACH BCS se encuentran inmersos.

La Unidad de Aprendizaje Curricular (UAC) Orientación Educativa II, ha sido integrada con el propósito de dar continuidad a lo establecido en la UAC Orientación Educativa I, planteadas en sus progresiones de aprendizaje que impliquen acciones en el aula, escuela y comunidad esenciales para la formación de ciudadanas y ciudadanos con identidad, responsabilidad y capacidad de transformación social. Estas acciones se encuentran implícitas en los recursos socioemocionales y ámbitos de formación socioemocional que se materializan por aprendizajes de trayectoria integrados en este documento para la formación integral de adolescentes y jóvenes estudiantes inscritos en COBACH BCS. El compromiso fundamental es dotar de herramientas socioemocionales a nuestros estudiantes para ofrecer alternativas que les permita mejorar como estudiantes y futuros profesionistas, que favorezca la permanencia en nuestra Institución Educativa, y que se dé cumplimiento al sentido de la misión Institucional: ofrecer una educación integral que forme como seres humanos destacados durante su trayectoria escolar para convertirse en mejores seres humanos capaces de mejorar los contextos en sus vidas como futuros profesionistas.

3. Fundamentos de la Unidad de Aprendizaje Curricular.

Orientación Educativa se apoya en la idea de que las personas tienen capacidad de autodeterminación y posibilidad de decidir para participar e involucrarse afectiva y socialmente en la reconstrucción de realidades en los contextos de un mundo que parece desmoronarse a veces sin poder percibirlo, producto de las diferencias sociales, carencias en oportunidades de empleo, situaciones precarias en el ámbito económico y familias inmersas en escenas de inseguridad combinadas con violencia no solo en áreas urbanas y rurales sino además, en el seno de las familias con casos cada vez más frecuentes. La sociedad en estos tiempos experimenta casos de discriminación social, situaciones de riesgo como la disponibilidad de sustancias ilícitas y estupefacientes para consumo que traen consigo incrementos en los índices delictivos en las zonas de influencia.

Desde esta perspectiva, la UAC: Orientación Educativa II es considerada una herramienta para revertir esta realidad, ha considerado integrar una propuesta que contribuya a que las y los estudiantes participen, asumiéndose como actores responsables en la reconstrucción del orden social, para propiciar un cambio de conciencia hacia la realidad, y por consiguiente, identificar la oportunidad para mejorar la vida como seres humanos desde una perspectiva de participación ciudadana. El ofrecer una educación integral va más allá de planes y programas de estudio, considera además poner en práctica lo establecido en la Nueva Escuela Mexicana, priorizar una formación de adolescentes y jóvenes con una ciudadanía comprometida y responsable con asumir un rol transformador de la realidad que se experimenta, partiendo desde su área de influencia y contribuyendo de manera colaborativa con el esfuerzo comunitario de sus pares y, por consiguiente, aproximarse a sus Familias para buscar mejores oportunidades y mejorar el bienestar de los suyos. Uno de los puntos centrales del presente documento es propiciar y fomentar la construcción del aprendizaje en las y los jóvenes estudiantes de manera participativa y en forma activa, y así, al implementar la presente UAC, sus participantes se hacen cargo, democrática y colectivamente de decisiones y actividades en el marco de cada una de las progresiones que se proponen. En ese sentido, Orientación Educativa, pretende la creación hábitos que le permita interactuar con elementos y personajes de la comunidad y se propicien espacios de participación y deliberación pública que son claves para la consecución de la autonomía individual y a la vez fortalece los lazos comunitarios, forja la identidad colectiva, genera de una forma de vida específica construida alrededor de la pluralidad. Al participar en proyectos y actividades de la UAC: Orientación Educativa II, se aprenden procedimientos democráticos y participativos para la resolución de los problemas de la vida y de la comunidad ligados con el diálogo, el debate y la toma de decisiones colegiada, así como la construcción de acuerdos y reglas, a fin de diseñar y dar seguimiento a proyectos y actividades compartidas. También, se aprende a afrontar los conflictos que las diferencias producen en la convivencia de manera pacífica e incluyente y todo ello contribuye a ampliar los márgenes de la formación ciudadana tal como se han manejado hasta ahora.

En este contexto, la UAC: Orientación Educativa II, da continuidad a los aprendizajes de trayectoria previstos en la UAC Orientación Educativa I respecto al desarrollo de habilidades socioemocionales de nuestros estudiantes, así como el propiciar la identidad con nuestra Institución Educativa y el valor del autocuidado como una herramienta para mejorar su bienestar y por consiguiente el desempeño como estudiante y ciudadana (o) en sus distintos contextos. La presente UAC propicia la importancia de las acciones y el potencial que de manera colaborativa y participativa nuestros estudiantes experimenten situaciones favorables para su formación integral y aprovechamiento de las oportunidades durante su permanencia en Colegio de Bachilleres de una manera proactiva y comprometida con la transformación de espacios más colaborativos, participativos y que aporten elementos que alienten a su mejora continua. Uno de los fundamentos didácticos en la propuesta para nuestros estudiantes es la práctica colaborativa y el trabajo en equipo que propicie el compartir experiencias y conocimiento para desarrollar la cultura colaborativa con un sentido cada vez más solidaria (o) y comprometida (o) con su bienestar y percibir nuestras alternativas para integrarse a una sociedad de constantes cambios y retos por superar. Otro aporte significativo de Orientación Educativa II son los procesos de construcción de pertenencia en las comunidades donde se participa, promoviendo la cohesión social, a la par que se contribuye a la construcción de un contexto más abierto y plural, con mejores oportunidades de participación. Este aspecto resulta fundamental de atender en la formación de las y los jóvenes frente a la problemática de la desconfianza que emerge con la ruptura del tejido social que hoy día vivimos, con todo ello, se buscará siempre que esa participación redunde en mejoras significativas de sus comunidades y sus ambientes.

De manera adicional, el desarrollo de la UAC: Orientación Educativa II, favorece procesos de formación socioemocional más amplios, al tener la oportunidad de pensar y actuar teniendo presente las perspectivas de los otros, porque nos interesa dignificar su vida. Enmarcado en el recurso socioemocional de la empatía, y como premisa de este recurso socioemocional plantea que cuanto más cerca estemos de las necesidades de los demás, mayores serán nuestras posibilidades de empatía para entender su fragilidad y percibir el llamado del deber interior, esa punzada que nos obliga a responder al otro. La empatía permite tomar conciencia de las dificultades y problemas reales que vive parte de la población, al participar con ellos y ellas en la construcción de proyectos colectivos, es un aspecto que puede motivar a la continuidad de la acción y despertar el sentimiento de responsabilidad cívica, el compromiso colectivo, que trasciende el interés particular centrado en uno mismo.

4. Definición de la Unidad de Aprendizaje Curricular.

Orientación Educativa fortalece y consolida los recursos socioemocionales de responsabilidad social, Cuidado físico-corporal y Bienestar emocional-afectivo en las y los jóvenes estudiantes, basa su contenido en el reconocimiento y la importancia de que todos estamos relacionados y que nuestras acciones impactan no solo en nuestra vida, sino en la vida de los demás, la comunidad, el entorno y el mundo. Para ello, se integran las acciones, actividades y proyectos que promueven la conciencia social y abren y fortalecen espacios para el aprendizaje de una ciudadanía activa, participativa y transformadora que motiva la reflexión de las juventudes sobre sus condiciones de vida, así como la oportunidad para involucrarse y participar en la solución de problemáticas comunes y en la reconstrucción de espacios públicos en los que puedan ejercer sus derechos, libertades y desarrollar proyectos de vida. Sin lugar a dudas, este es el momento para considerar a Orientación Educativa como la Unidad Académica Curricular que consolide el Ámbito de formación socioemocional en el aula de manera tangible y práctica, considerado como un servicio que atiende áreas de atención correspondiente a los ejes fundamentales en el proceso de enseñanza-aprendizaje de estudiantes de Colegio de Bachilleres como se establece en los lineamientos emitidos por la Dirección General de Bachillerato (2019) y que a continuación se mencionan y describen:

- Institucional: Fortalecimiento y desarrollo de habilidades adaptativas, que le permiten al estudiantado una mejor integración a la institución favoreciendo con ello su sentido de pertenencia.
- Escolar: Estrategias que le permite al estudiantado una mejora en su aprendizaje, así como la adquisición de hábitos y técnicas de estudios que contribuyen a elevar su aprovechamiento escolar, así como la intervención ante problemas de aprendizaje.
- Vocacional: Construcción de un proyecto de vida a partir de las habilidades y aptitudes de los estudiantes, proporcionándoles información de las opciones educativas y laborales que se ofrecen a nivel nacional y local; así mismo le orienta para la toma de decisiones de forma informada, crítica y reflexiva.
- Socioemocional: Fortalecimiento y desarrollo de actitudes, comportamiento y habilidades favorables para la vida, a través del establecimiento de relaciones armónicas entre el entorno social, sus relaciones interpersonales y la estructura de su personalidad.

Para COBACH BCS, es determinante el reconocimiento del contexto, partiendo de ahí, la Orientación Educativa, ahora considerada en el mapa curricular con un valor curricular, pone en perspectiva el compromiso hacia una educación integral que contribuirá con éstos ejes fundamentales para el desarrollo de habilidades socioemocionales en cada estudiante, su permanencia en nuestra Institución Educativa y continuidad con su formación profesional.

5. Propósito y relevancia de la Unidad de Aprendizaje Curricular.

La UAC: Orientación Educativa II busca contribuir a que los jóvenes recuperen su motivación por permanecer en la escuela, al convertirse en espacio de participación donde se propicie el desarrollo de actividades escolares que se articulen a sus motivaciones, que impliquen su creatividad e inventiva y de las que ellos se hagan cargo, promoviendo así su autonomía e independencia a la vez que favorezcan la construcción de un sentido de pertenencia a la escuela.

Por otro lado, planteado el objetivo de convertir a la escuela en un espacio de participación, se promoverá el involucramiento activo de las y los docentes de diversas asignaturas con los estudiantes para el diseño de acciones y proyectos de transformación, haciendo el esfuerzo por crear relaciones intergeneracionales más horizontales, fundadas en el gusto por descubrir, innovar y transformar colectivamente, pues de lo que se trata es que la escuela sea un lugar abierto, actuante en la gestión del conocimiento y pieza fundamental en la reconstrucción de tejido social a partir de la invención de nuevas formas de cohesión social articuladas con la solidaridad y el compromiso, frente al individualismo, el autoritarismo, el miedo y la indolencia.

El contenido de Orientación Educativa II, se enmarca en un enfoque de derechos humanos, que reconoce a las y los estudiantes como sujetos de derechos en proceso de formación, influenciados por diversas condiciones que pueden afectar el desarrollo de su trayectoria de permanencia y logro académico, tales como: el género, la diversidad sexual, la edad, la diversidad de capacidades, económicas y la diversidad cultural y étnica, entre otras. Dentro del programa considerando los aportes que brindan las perspectivas de género, juventudes e intercultural, sumados al de inclusión y diversidad sexual, constituyen herramientas para promover una gestión de la convivencia basada en un enfoque de derechos humanos, al actuar de manera conjunta en la identificación de la forma como se relacionan a ciertas condiciones que vulneran aún más a determinados estudiantes, nos va a permitir trabajar de manera directa con aquellos grupos vulnerables que se encuentren inmersos en la comunidad escolar y así compartir experiencias, conocimientos, actitudes, destrezas y valores para construir un ambiente más propicio para el aprendizaje, la sana convivencia como parte de la educación integral que ofrecemos como institución.



6. Anclaje inferior.

Referente al anclaje inferior para la presente propuesta, las y los estudiantes que lograron culminar con la Unidad de Aprendizaje Curricular: Orientación Educativa I y demás asignaturas correspondientes al primer semestre del Nuevo Modelo Educativo en Educación Media Superior, se considera que lograron ejercer y promover los derechos humanos y valores, proponiendo soluciones para combatir toda forma de desigualdad. Así se consideran como anclaje inferior todas las categorías planteadas en la UAC Orientación Educativa I, como lo son: desarrollo socioemocional, desarrollo vocacional y bienestar y salud, así como las subcategorías que fomentan la identidad y pertenencia, técnicas de estudio, comunicación asertiva y negociación, autorregulación y manejo de las emociones, proyecto de vida y toma de decisiones, orientación vocacional y hábitos saludables, ya sea que se hayan construido a partir de su contexto y fenómenos cotidianos que se han relacionado de manera individual y/o de igual manera se hayan adquirido a partir de su interacción con la comunidad en donde se han desenvuelto y se encuentran inmersos.

Para ello, es de vital importancia implementar actividades con diagnóstico de conocimientos previos y/o actividades de aprendizaje que detonen la participación para conocer el nivel de profundidad y conocimiento de los conceptos necesarios antes de implementar cada progresión y, si fuera el caso, reafirmar la comprensión de los conceptos para propiciar el logro de cada aprendizaje de trayectoria.

7. Anclaje superior.

Para Orientación Educativa II, el anclaje superior se logrará con la consecución de los aprendizajes de trayectoria, por lo tanto, las y los jóvenes estudiantes ejercerán y promoverán los derechos humanos y valores, proponiendo soluciones para combatir toda forma de desigualdad. Colaborarán en la vida escolar, comunitaria y social, aportando ideas y soluciones para el bien común, en torno a la salud, la interculturalidad, el cuidado de la naturaleza y la transformación social, plantearán metas a corto y mediano plazo para el cuidado de su cuerpo, mente y emociones como parte de su desarrollo integral, construirán su proyecto de vida personal y profesional, a partir del reconocimiento de sus experiencias y expectativas, orientado al despliegue de sus capacidades e identificación de oportunidades de desarrollo integral y finalmente, reconocerá sus emociones y necesidades para procurar el bienestar físico, psicológico y emocional para establecer vínculos interpersonales saludables que le permitan un mejor desarrollo como estudiantes de Cobach BCS y así contribuir con la transformación de sus entornos en diferentes ámbitos de la vida.

8. Conceptos básicos del ámbito de formación socioemocional.

Los Recursos Socioemocionales (Responsabilidad Social, Cuidado Físico Corporal y Bienestar Emocional Afectivo), constituyen el eje articulador que buscan que las y los estudiantes se formen como ciudadanas y ciudadanos responsables, honestos, comprometidos con el bienestar físico mental y emocional, tanto personal como social, ya que es en esta etapa donde esta formación les permitirá trabajar con mayor autonomía en el aula, la escuela, la comunidad, la solidaridad, la inclusión y la diversidad, así como el reconocimiento de las perspectiva de género y los aportes de la cultura de paz, de valorar el esfuerzo de las conductas legales y del trabajo justo y honrado, al poner en práctica acciones ciudadanas y proyectos escolares comunitarios.

Los Recursos Socioemocionales, son a su vez aprendizajes que se desarrollan a través de los cinco ámbitos de la Formación Socioemocional (Práctica y Colaboración Ciudadana, Educación para la Salud, Actividades Físicas y Deportivas, Educación Integral, Sexualidad y Género y Actividades Artísticas y Culturales) y que se ejecutan con acciones en el aula, la escuela y la comunidad a lo largo del trayecto formativo, los cuales propician cambios en las mentalidades y en los ambientes escolares comunitarios y que permiten que las y los estudiantes colaboren en cambios positivos de su entorno.

8.1. Categorías, subcategorías, metas y aprendizajes de trayectoria.

Los contenidos esenciales de la UAC Orientación Educativa II se encuentran relacionadas lineal y horizontalmente, permitiendo el desarrollo de proyectos transversales con las demás áreas del conocimiento y recursos socioemocionales, se encuentran integradas en una estructura secuencial que le permite al estudiantado diferenciar los contenidos esenciales de una forma más organizada y ordenada, que facilite el proceso de enseñanza aprendizaje, permitiendo proponer soluciones a las problemáticas contextuales del entorno social.

Para una mejor comprensión y acorde a los contenidos de la presente UAC Orientación Educativa II, nos permitimos presentar el siguiente cuadro:

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	METAS DE APRENDIZAJE	APRENDIZAJES DE TRAYECTORIA
Categoría 1. Desarrollo Socioemocional.	Subcategoría 1. Solidaridad y trabajo en equipo.	Meta 1. Conoce el concepto de solidaridad y comprende la importancia del trabajo en equipo como estudiante de Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Analiza la importancia de la solidaridad y su contribución para implementar trabajo en equipo que contribuya a mejorar sus relaciones sociales y desempeño como estudiante de Cobach BCS.
	Subcategoría 2. Respeto a la diversidad.	Meta 1. Reconoce el concepto de diversidad e identifica la contribución del respeto en una sociedad para una sociedad sin discriminación y sin violencia.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Analiza los enfoques y practica el respeto a la diversidad como contribución como estudiante de Cobach BCS para una sociedad sin discriminación y sin violencia.
	Subcategoría 3. Estereotipos de género.	Meta 1. Identifica los diferentes estereotipos de género y su contribución con la equidad e igualdad.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Distingue estereotipos de género, implementa acciones de respeto hacia la equidad e igualdad y contrasta las acciones discriminatorias con que favorecen la equidad e igualdad como estudiante de Cobach BCS.
	Subcategoría 4. Violencia escolar.	Meta 1. Reconoce los tipos de violencia, reconoce la importancia de las acciones preventivas para lograr una vida libre de violencia y mejorar su entorno y contexto escolar.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Distingue los tipos de violencia que ha experimentado en los diferentes contextos de su vida diaria y aplica acciones preventivas para lograr una vida libre de violencia y mejorar su entorno y contexto escolar.
	Subcategoría 5. Ser joven Cobach BCS	Meta 1. Reconoce los valores que contribuyen para ser estudiante participativa (o) y destacada (o) en Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Aplica cotidianamente los valores de estudiante participativa (o) y/o destacada (o) para mejorar la identidad y el sentido de pertenencia a Cobach BCS.

CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	METAS DE APRENDIZAJE	APRENDIZAJES DE TRAYECTORIA
Categoría 2. Desarrollo vocacional.	Subcategoría 1. Vida profesional.	Meta 1. Identifica sus capacidades personales y la importancia para realizar un plan de vida personal y profesional como estudiante de Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Reconoce sus capacidades personales y su contribución para formular un plan de vida personal y profesional como Estudiante de Cobach BCS.
	Subcategoría 2. Elección de carrera.	Meta 1. Reconoce los métodos para elección de carrera más efectivos y su relación con la capacidad de elegir conforme a gustos, preferencias, hábitos, influencias y capacidades personales.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Practica los métodos para elección de carrera más efectivos y distingue las opciones de carreras profesionales con relación a gustos, preferencias, hábitos, influencias y capacidades personales.
	Subcategoría 3. Plan de vida profesional.	Meta 1. Identifica los elementos para integrar un plan de vida profesional y reconoce la importancia como futuro egresado de Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Practica los pasos para integrar un plan de vida profesional y aplica los elementos para ser un egresado de Cobach BCS exitoso.
CATEGORÍA	SUBCATEGORÍA	METAS DE APRENDIZAJE	APRENDIZAJES DE TRAYECTORIA
Categoría 3. Bienestar y Salud.	Subcategoría 1. Medio ambiente y bienestar.	Meta 1. Identifica la importancia sobre el cuidado del medio ambiente y la relación con su bienestar físico, mental y emocional en su contexto	Aprendizaje de Trayectoria 1. Valora la importancia sobre el cuidado del medio ambiente y practica las acciones que favorecen su bienestar físico, mental y emocional como estudiante de Cobach BCS para mejorar su contexto social.

		social como estudiante de Cobach BCS.	
	Subcategoría 3. Salud reproductiva.	Meta 1. Describe los métodos anticonceptivos y relaciona su importancia para prevenir enfermedades de transmisión sexual y prevención de embarazo que contribuya al bienestar como estudiante de Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Distingue los métodos anticonceptivos, reconoce y aplica acciones de prevención de enfermedades de transmisión sexual y prevención de embarazo que contribuya al bienestar como estudiante de Cobach BCS.
	Subcategoría 4. Enfermedades crónicas.	Meta 1. Identifica las enfermedades crónicas con sus factores de riesgo para prevenirlas y tratarlas.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Practica acciones cotidianas que previenen enfermedades crónicas y reconoce los factores de riesgo y posibles tratamientos y acciones de prevención.
	Subcategoría 5. Salud mental, física y hábitos saludables.	Meta 1. Identifica hábitos saludables y práctica acciones que mejoran su salud mental, física y emocional como estudiante de Cobach BCS.	Aprendizaje de Trayectoria 1. Experimenta hábitos saludables e implementa acciones que mejoren su salud mental, física y emocional como estudiante de Cobach BCS.

8.1. Progresiones de aprendizaje.

Las progresiones son las unidades didácticas que hacen posible alcanzar los aprendizajes de trayectoria de los recursos socioemocionales en la UAC Orientación Educativa II. Las progresiones expresan la interconexión entre el pensamiento, el cuerpo y las emociones, funcionando como un sistema complejo. Son unidades didácticas que articulan aprendizajes intra, multi, inter y transdisciplinarios de los currículos fundamental y ampliado; que permiten el tejido de saberes teóricos y prácticos y hacen transferible lo aprendido en las áreas disciplinares y los ámbitos de la formación socioemocional. Éstas tienen una duración variable, incluso, pueden prolongarse a lo largo de toda la trayectoria de educación media superior, e involucran el desarrollo gradual de un contenido o un conjunto de contenidos de distintas áreas de conocimiento o recursos sociocognitivos. El orden de las progresiones propuestas puede ser modificado en relación con las necesidades del plantel y las necesidades de articulación con los contenidos del currículum fundamental, lo cual permitirá alcanzar la transversalidad.

Es importante señalar que, los procesos de enseñanza y de aprendizaje favorecen la integración de saberes disciplinares, multi, inter y transdisciplinares con impacto social, las progresiones de aprendizaje de este ámbito de formación socioemocional, se desarrollarán en articulación con las progresiones del currículum fundamental, teniendo en cuenta una estructura curricular flexible, de acuerdo con las necesidades de la población estudiantil de la EMS. Lo anterior implica el análisis de las problemáticas que se viven en sus contextos y comunidades; el desarrollo de un trabajo colaborativo de los estudiantes, guiados por las y los docentes para atender o plantear alternativas de solución a dichas problemáticas, a lo largo de toda la trayectoria de la educación media superior; y la articulación del currículum fundamental y ampliado en los ámbitos de la formación socioemocional, las cuales estarán pensadas en las siguientes experiencias de aprendizaje.

Las progresiones de Orientación Educativa II están articuladas con el currículum fundamental y ampliado son flexibles respecto a la elección del tema y el semestre en que puedan ser abordadas, el objetivo es que respondan a las necesidades contextuales de cada plantel. Cada progresión puede aportar al desarrollo de uno o más de los tres recursos socioemocionales: responsabilidad social, cuidado físico corporal y bienestar emocional afectivo. De manera similar, las actividades sugeridas para desarrollar las progresiones pueden ser retomadas por las y los docentes o establecer otras que les permita llevar a cabo la progresión elegida.

A continuación, presentamos la siguiente tabla que muestra la relación de las categorías, subcategorías, metas de aprendizaje, aprendizajes de trayectoria por progresión, así como actividades sugeridas para estudiantes de segundo semestre:

Categoría: Desarrollo Socioemocional.

Subcategoría: Solidaridad y trabajo en equipo.

Aprendizaje de trayectoria:

Analiza la importancia de la solidaridad y su contribución para implementar trabajo en equipo que contribuya a mejorar sus relaciones sociales y desempeño como estudiante de Cobach BCS.

Progresión:

1. Conoce el concepto de solidaridad y comprende la importancia del trabajo en equipo como estudiante de Cobach BCS.

Actividades sugeridas:

1. Dé la Bienvenida al grupo y a los participantes, presentándose con su nombre, indicando su rol como Orientador(a) Educativo(a) dentro de Cobach BCS y en la UAC Orientación Educativa II, algunos de sus intereses, las razones por las cuales desea ser parte de esta UAC, el objetivo general de la misma y muestre su entusiasmo por trabajar con sus estudiantes.
2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Has tenido experiencias compartidas referentes a actos solidarios con personas conocidas o cercanas a tu círculo de confianza? ¿Qué aspectos has identificado en esos actos solidarios? ¿Qué características tienen las personas que son solidarias?, fomente la participación en estudiantes del grupo al responder estas preguntas.
3. Registre en el pizarrón o un rotafolio las características que los integrantes de su grupo identifican en una persona solidaria.
4. Explique que esta UAC ha sido diseñada para ofrecerles la oportunidad de adquirir habilidades y herramientas que necesitarán en la vida, ya sea que estén en la escuela, trabajando o que tengan una familia.
5. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde sus estudiantes conozcan los aspectos relevantes de la solidaridad y el trabajo en equipo, así como su relación e importancia en los grupos de trabajo en el contexto escolar y en la sociedad.
6. Fomente la participación en el grupo y oriente al análisis de la presentación con preguntas y respuestas para despejar todas las dudas.
7. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) Educativo(a) del grupo y proporcionada a cada estudiante, la cual permitirá elaborar en equipos de tres personas un esquema que ilustre la importancia de la solidaridad y el trabajo en equipo y se exponga frente al grupo.
8. Convoque a plenaria para exponer por equipos frente a grupo la importancia de conocer el esquema elaborado y los aspectos relevantes de la actividad.

Categoría: Desarrollo Socioemocional.
Subcategoría: Respeto a la diversidad.
Aprendizaje de trayectoria:
Analiza los enfoques y practica el respeto a la diversidad como contribución como estudiante de Cobach BCS para una sociedad sin discriminación y sin violencia.
Progresión:
2. Reconoce el concepto de diversidad e identifica la contribución del respeto para una sociedad sin discriminación y sin violencia.
Actividades sugeridas:
<p>1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes.</p> <p>2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Has escuchado el concepto de diversidad? ¿Conoces algunos ejemplos de diversidad? ¿Cuál consideras que es una aportación de diversidad en la sociedad en donde convives?, fomente la participación en estudiantes del grupo al responder estas preguntas.</p> <p>3. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: ¿Qué es la diversidad? En la página de DW Español, 2023 que encontrará en: https://www.youtube.com/watch?v=SE8XnRntXII.</p> <p>4. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) educativa del grupo y proporcionada a cada estudiante, la cual permitirá contestar el cuestionario para conocer el concepto e importancia de la diversidad y su contribución para una sociedad sin discriminación y sin violencia.</p> <p>5. Integre, de manera equitativa, equipos de trabajo con 4 estudiantes cada uno, se propone implementar la dinámica de las fichas de colores, 1 por grupo, previamente elaboradas por cada Orientador(a) Educativo(a) para que cada estudiante elija al azar en qué equipo de trabajo se integrará la elaboración de un cartel que incluya un esquema sobre las técnicas para administrar el tiempo y su relación con las técnicas de estudio, en donde deberá participar cada integrante del mismo con la finalidad de presentar frente a grupo explicando el aprendizaje logrado con la actividad y la aplicación personal de la dinámica realizada. Dicha presentación se llevará a cabo en la siguiente sesión de clase.</p> <p>6. Los carteles deberán ser colocados en áreas públicas del Plantel Educativo previa autorización de la Dirección.</p>

Categoría: Desarrollo Socioemocional.	
Subcategoría: Estereotipos de género.	
Aprendizajes de trayectoria:	
Distingue estereotipos de género e implementa acciones de respeto hacia la equidad e igualdad.	Contrasta las acciones discriminatorias con las acciones que favorecen la equidad e igualdad como estudiante de Cobach BCS.
Progresiones:	
3. Identifica los diferentes estereotipos de género y su contribución con la equidad e igualdad.	
Actividades sugeridas:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo al grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Integre, de manera equitativa, equipos de trabajo con 4 estudiantes cada uno, se propone implementar la dinámica de las fichas con números, 1 por grupo, previamente elaboradas por cada Orientador(a) Educativo(a) para que cada estudiante elija al azar en que equipo de trabajo se integrará para consultar y analizar por un tiempo establecido el material contenido en la página https://www.youtube.com/watch?v=K6wnjAaPe5g que le permitirá al grupo participar en la lluvia de ideas. 3. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) Educativo(a) del grupo y proporcionada a cada estudiante, la cual permitirá contestar un cuestionario con la información proporcionada en el material audiovisual y darán a conocer un ejemplo por equipo relativo a un hecho ocurrido a alguno de los integrantes respecto al tema y que sucedió en ese momento. 4. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde comparta con sus estudiantes los aspectos relevantes de los estereotipos de género y las acciones que fomentan la equidad e igualdad en grupos sociales y en su contexto social. 5. Solicite un trabajo en equipo la elaboración de un esquema en forma de cartel ejemplificando el respeto a estereotipos de género y acciones que desarrollen equidad e igualdad en la sociedad con la participación de cada integrante del mismo para ser presentado con apoyo audiovisual frente a grupo en la siguiente sesión de clase. 	

Categoría: Desarrollo Socioemocional.
Subcategoría: Violencia escolar.
Aprendizajes de trayectoria:
Distingue los tipos de violencia que ha experimentado en los diferentes contextos de su vida diaria y aplica acciones preventivas para lograr una vida libre de violencia y mejorar su entorno y contexto escolar.
Progresiones:
4. Reconoce los tipos de violencia, reconoce la importancia de las acciones preventivas y su impacto en la comunidad escolar.
Actividades sugeridas:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Has experimentado eventos con violencia en el transcurso de tu vida? ¿Conoces los tipos de violencia que existen en nuestra sociedad? ¿Te has puesto a pensar en tus acciones diarias y si eres una persona que actúa con rasgos de violencia?, fomente la participación en estudiantes del grupo al responder estas preguntas. 3. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde comparta con sus estudiantes conceptos de violencia, clasificación, orígenes y consecuencias en la violencia escolar en adolescentes. 4. Integre, de manera equitativa, equipos de trabajo con 4 estudiantes cada uno, se propone implementar la dinámica de las fichas con animales, 1 por grupo, previamente elaboradas por cada Orientador(a) Educativo(a) para que cada estudiante elija al azar en que equipo de trabajo se integrará para consultar y analizar por un tiempo establecido el video: “¿Cómo prevenir la violencia entre niños y adolescentes?” UNICEF en https://www.youtube.com/watch?v=RPjk9vDHugs. 5. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) Educativo(a) del grupo y proporcionada a cada estudiante, la cual permitirá elaborar un video con una duración no mayor a 5 minutos, en donde ejemplifique la importancia de la erradicación de la violencia en el círculo social en que se encuentran inmersos y resaltar una acción en la que se comprometen para propiciar una vida libre de violencia en cada contexto social y en la comunidad escolar. 6. Lleve a cabo una sesión para conocer en plenaria cuáles serían ejemplos de acciones para prevenir y erradicar la violencia en el grupo y comunidad escolar han adoptado cada integrante de equipo. 7. Se les invitará a compartir cada video del equipo en las redes sociales, etiquetando a los integrantes del mismo, con la finalidad de difundir el mensaje y objetivo de la presente sesión.

Categoría: Desarrollo Socioemocional.
Subcategoría: Ser joven Cobach BCS
Aprendizaje de trayectoria:
Aplica cotidianamente los valores de estudiante participativa (o) y/o destacada (o) para mejorar la identidad y el sentido de pertenencia a Cobach BCS.
Progresiones:
5. Reconoce los valores que contribuyen para ser estudiante participativa (o) y destacada (o) en Cobach BCS.
Actividades sugeridas:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Conoces la misión y visión de nuestro Colegio de Bachilleres del Edo. de B. C. S.? ¿Has escuchado de los valores que tiene nuestra institución educativa? ¿Consideras importante los valores en una persona?, fomente la participación en estudiantes del grupo al responder estas preguntas. 3. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo el concepto e importancia de la misión, visión, valores y objetivos de Cobach BCS, así como la importancia de los valores en quienes integramos a esta organización educativa. 4. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: “¿Jóvenes sin valores o la misma historia de siempre?”, que encontrará en: https://www.youtube.com/watch?v=RVORj8x2ljQ. 5. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) educativo(a) a del grupo y proporcionada a cada estudiante en donde se incluya todos los aspectos a considerar para mejorar su identidad y sentido de pertenencia, la presente actividad deberá ser observada y acompañada por su Orientador(a) Educativo(a), para elaborar un producto final consistente en un cartel ilustrado respecto a la versión de estudiante que desearían lograr en un corto tiempo, que compromisos hace cada estudiante para lograr su objetivo con participación activa y cómo ello puede mejorar a Cobach BCS como institución educativa. El resultado de la presente actividad, podrá ser publicado en un área visible del aula o del plantel educativo con previa autorización de la Dirección.

Categoría: Desarrollo vocacional.

Subcategoría: Vida Profesional y Elección de carrera.

Aprendizaje de trayectoria:

Reconoce sus capacidades personales y su contribución para formular un plan de vida personal y profesional como Estudiante de Cobach BCS.

Practica los métodos para elección de carrera más efectivos y distingue las opciones de carreras profesionales con relación a gustos, preferencias, hábitos, influencias y capacidades personales.

Progresiones:

6. Identifica sus capacidades personales y la importancia para realizar un plan de vida personal y profesional como estudiante de Cobach BCS.

7. Reconoce los métodos para elección de carrera más efectivos y su relación con la capacidad de elegir conforme a gustos, preferencias, hábitos, influencias y capacidades personales.

Actividades sugeridas:

1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes.
2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Han reflexionado sobre la importancia de reconocer sus capacidades personales que se puedan convertir en herramientas profesionales? ¿Les gustaría conocer cómo pueden desarrollar esas capacidades para lograr un éxito profesional?
3. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo el concepto e importancia de gustos, preferencias, hábitos, influencias y capacidades personales y la importancia para realizar un plan de vida personal y profesional como estudiante de Cobach BCS.
4. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: “¿Cómo encontrar tu vocación?”, que encontrará en: <https://www.youtube.com/watch?v=IOyGolovLNq>.
5. En actividad organizada en laboratorio de informática y/o como tarea para la siguiente clase, solicite a sus estudiantes dirigirse a la liga electrónica de (SEP 2023, Decide tus estudios): <http://www.decidetusestudios.sep.gob.mx/vista/test-vocacional/> con el propósito que lo contesten por segunda ocasión el test vocacional y registren evidencia en su cuaderno de la o las opciones de carreras profesionales que el cuestionario vocacional les arroje como resultado.
6. Solicite un trabajo individual en donde elaborará cada estudiante un cartel que incluya un esquema que considere las capacidades personales que puede aportar cada estudiante y su relación con la o las carreras del resultado del test vocacional e incluir una frase como parte del compromiso que tendrá para el logro de su objetivo. Propicie la participación voluntaria al frente del grupo de un mayor número de estudiantes y realice una retroalimentación al término de cada participación.

Categoría: Desarrollo vocacional.
Subcategoría: Plan de vida profesional.
Aprendizaje de trayectoria:
Practica los pasos para integrar un plan de vida profesional y aplica los elementos para ser un egresado de Cobach BCS exitoso.
Progresiones:
8. Identifica los elementos para integrar un plan de vida profesional y reconoce la importancia como futuro egresado de Cobach BCS.
Actividades sugeridas:
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Han escuchado que es un Plan de vida profesional? ¿Qué consideran que considere este Plan de vida profesional? 3. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo el concepto e importancia para realizar un plan de vida profesional como estudiante de Cobach BCS. 4. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: “Plan de Vida y Carrera”, que encontrará en: https://www.youtube.com/watch?v=Rc4WN0Bip9M&list=PLUiv7jh17jvYrv_a2mgdaLtgAY2p9p2O. 5. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo los elementos de un plan de vida profesional y los pasos para elaborarlo como estudiante de Cobach BCS. 6. Solicite un trabajo individual en donde elaborará cada estudiante su Plan de vida profesional. Propicie la participación voluntaria al frente del grupo de un mayor número de estudiantes y realice una retroalimentación al término de cada participación.

Categoría: Bienestar y Salud.
Subcategoría: Medio ambiente y bienestar.
Aprendizaje de trayectoria:
Valora la importancia sobre el cuidado del medio ambiente y practica las acciones que favorecen su bienestar físico, mental y emocional como estudiante de Cobach BCS.
Progresiones:
9. Identifica la importancia sobre el cuidado del medio ambiente y la relación con su bienestar físico, mental y emocional en su contexto social como estudiante de Cobach BCS.
<p style="text-align: center;">Actividades sugeridas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: Para ti, ¿Qué es el medio ambiente? ¿Qué has escuchado del medio ambiente? ¿Consideras que el cuidado del medio ambiente puede favorecer tu bienestar? ¿Porqué? 3. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) educativo(a) a del grupo y proporcionada a cada estudiante, en donde responderá el cuestionario con preguntas relacionadas con el medio ambiente y su relación con el bienestar de las personas. 4. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde el Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo los conceptos y clasificación de bienestar físico, mental y emocional y su relación con el cuidado del medio ambiente. 5. Integre, de manera equitativa, equipos de trabajo con 4 estudiantes cada uno, se propone implementar la dinámica de las fichas de colores, 1 por grupo, previamente elaboradas por cada Orientador(a) Educativo(a) para que cada estudiante elija al azar en que equipo de trabajo se integrará para analizar y discutir qué expectativa de vida tienen para sus siguientes etapas como adolescente, joven, adulto, adulto mayor y qué compromiso tiene para mejorar su Estilo de vida a uno más saludable. 6. Solicite a cada estudiante una propuesta por escrito en forma de esquema o ilustración que detalle su compromiso personal con el cuidado del medio ambiente para su bienestar físico, mental y psicológico, el cual será evaluado por su Orientador(a) Educativo(a). 7. El producto de esta actividad deberá ser compartida cuando menos con algún miembro de su Familia y deberá ser colocada en un lugar de su hogar.

Categoría: Bienestar y Salud.
Subcategoría: Salud reproductiva.
Aprendizaje de trayectoria:
Distingue los métodos anticonceptivos, reconoce y aplica acciones de prevención de enfermedades de transmisión sexual y prevención de embarazo que contribuya al bienestar como estudiante de Cobach BCS.
Progresiones:
10. Describe los métodos anticonceptivos y relaciona su importancia para prevenir enfermedades de transmisión sexual y prevención de embarazo que contribuya al bienestar como estudiante de Cobach BCS.
<p style="text-align: center;">Actividades sugeridas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Ha escuchado el concepto de métodos anticonceptivos? ¿Alguna vez han escuchado que son las ETS (Enfermedades de transmisión sexual)? ¿Qué han escuchado sobre prevención de embarazo?. 3. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: “Taller: Educación sexual sin vergüenza (Adolescentes)”, que encontrará en: https://www.youtube.com/watch?v=mXBrpYTbahc. 4. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde el Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo los puntos relevantes a compartir respecto a la educación sexual, métodos conceptivos, la prevención de enfermedades de transmisión sexual y prevención del embarazo. 5. Entregue y explique la guía de progresión y actividades, que deberá ser previamente diseñada por cada Orientador(a) Educativo(a) del grupo y proporcionada a cada estudiante, la cual permitirá contestar un cuestionario con la información proporcionada en el material audiovisual incluyendo aspectos relevantes a resaltar y situaciones de decisión para hacer conciencia de la importancia del tema.

Categoría: Bienestar y Salud.
Subcategoría: Salud mental, física y hábitos saludables.
Aprendizaje de trayectoria:
Experimenta hábitos saludables e implementa acciones que mejoren su salud mental, física y emocional como estudiante de Cobach BCS.
Progresiones:
12. Identifica hábitos saludables y práctica acciones que mejoran su salud mental, física y emocional como estudiante de Cobach BCS.
<p style="text-align: center;">Actividades sugeridas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dé la bienvenida a los participantes del grupo, presentándose con su nombre, indicando el objetivo de la progresión y la dinámica general de la sesión, muestre su entusiasmo por trabajar con los participantes. 2. Comparta preguntas abiertas al grupo: ¿Has escuchado sobre hábitos saludables? ¿Alguien nos puede compartir qué hábitos saludables practica de manera cotidiana? ¿Por qué son importantes los hábitos saludables? ¿Consideras importante conocer más sobre el tema? ¿Por qué? 3. Prepare de manera previa una presentación audiovisual en donde Orientador(a) Educativo(a) comparta con sus estudiantes del grupo respecto a el concepto de salud física, mental y psicológica, así como la importancia y clasificación de hábitos saludables y acciones que mejoren su salud mental, física y emocional como estudiante de Cobach BCS. 4. Presente con apoyo de equipo audiovisual en sesión grupal el video: “10 Hábitos saludables”, que encontrará en: https://www.youtube.com/shorts/tURfK-6hBDM. 5. Solicite a cada estudiante una propuesta por escrito en forma de esquema o ilustración que represente los hábitos saludables que se compromete realizar de manera cotidiana como estudiante de Cobach BCS y que contribuyan a su salud mental, física y emocional, el cual será evaluado por su Orientador(a) Educativo(a).

9. Glosario.

Academia. Término específico de la Educación Media Superior que se refiere al conjunto docente y directivo que labora en un plantel.

Acompañamiento. Asesoría calificada que se brinda al personal docente y a la escuela para apoyar procesos de formación continua y desarrollo profesional.

Actitud. Disposición individual que refleja los conocimientos, creencias, sentimientos, motivaciones y características personales hacia objetos, personas, situaciones, asuntos, ideas (por ejemplo, el entusiasmo, la curiosidad, la pasividad, apatía,).

Ambiente de aprendizaje. Conjunto de factores físicos, pedagógicos, personales y culturales, como la infraestructura y los principios pedagógicos, que favorecen o dificultan la interacción social y de aprendizaje.

Ámbito. Se refiere a un espacio de libertad curricular con determinando margen de acción y conocimiento establecido.

Aprendizaje. Se trata del conjunto de procesos intelectuales, sociales y culturales para la sistematización, construcción y apropiación de la experiencia.

Aprendizajes clave. En la educación básica es el conjunto de contenidos, prácticas, habilidades y valores fundamentales que contribuyen sustancialmente al crecimiento de la dimensión intelectual y personal del estudiante, los cuales se desarrollan de manera significativa en la escuela.

Aprendizaje significativo. De acuerdo con la teoría del Aprendizaje Verbal Significativo, el aprendizaje se facilita cuando la persona forma relaciones entre sus conocimientos anteriores y los nuevos, es lo que se conoce también como andamiaje entre los aprendizajes ya adquiridos y los que están por adquirirse.

Áreas de desarrollo. Para el currículo de Educación Básica, son espacios de formación análogos a las asignaturas. Dado que tratan con expresiones de rasgos humanos inconmensurables y espontáneos, su evaluación y enfoque de enseñanza necesitan ser diseñados en función de las características propias de los contenidos.

Asignatura. Unidad curricular que agrupa conocimientos y habilidades propias de un campo disciplinario específico seleccionadas en función de las características psicosociales de los estudiantes, se gradúa el avance de acuerdo a la edad y las posibilidades de aprendizaje de los alumnos, así como de su relación con los objetivos del plan de estudios.

Bachillerato. Se trata del único nivel que conforma a la Educación Media Superior, comprende opciones que permiten siempre la formación para el ingreso a la Educación Superior y pueden, además, permitir la adquisición de habilidades laborales.

Bachillerato General. Nivel que está orientado a: a) consolidar los saberes adquiridos en etapas previas y b) tener una función propedéutica que prepare a sus estudiantes para continuar sus estudios en el nivel superior.

Calidad. Implica la congruencia entre los objetivos, resultados y procesos del sistema educativo conforme a las dimensiones de eficacia, eficiencia, pertinencia y equidad.

Campo disciplinar. Son áreas que comprenden contenidos y habilidades básicas y comunes para los estudiantes de Educación Media Superior en cinco áreas de conocimiento: matemáticas, ciencias experimentales, comunicación, ciencias sociales y humanidades.

Campo formativo. En el currículo de la Educación Básica es cada una de las tres cohortes de agrupación de aprendizajes clave. Concretamente son: a) Lenguaje y comunicación, b) Pensamiento matemático y c) Exploración y comprensión del mundo natural y social.

Ciudadanía, Educación para la. Se refiere a la promoción del desarrollo de conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para la participación cívica y política en democracia.

Conocimientos. Es el entendimiento teórico o práctico de la realidad producido por la sistematización de las experiencias adquiridas en diversos ámbitos de la vida. Producirlos conjuga las capacidades de percibir, asimilar, razonar y recordar.

Contenido(s) educativo(s). Son los conocimientos, habilidades, actitudes y valores propuestos en un currículo para ser transmitidos en un proyecto educativo.

Currículo. Se concibe cada vez menos como una lista de contenidos y más como la suma y organización de parámetros que favorecen el desempeño de los alumnos y que dan lugar a una particular ecología del aprendizaje; es decir, a las relaciones simples y complejas que se producen entre los actores (alumnos, profesores, directivos, padres, autoridades, etc.) que participan del hecho educativo y a la interacción de éstos con el contexto del que forman parte.

Derechos humanos. De acuerdo con la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, los derechos humanos son derechos inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición.

Didáctica. Es la disciplina del campo pedagógico que tiene por objeto de estudio las prácticas de enseñanza. Es un campo interdisciplinario que busca la comprensión de dichas prácticas tanto como su prescripción o regulación.

Director. Docente encargado de la planeación, programación, coordinación, ejecución y evaluación de las tareas para el funcionamiento de las escuelas de conformidad con el marco jurídico y administrativo aplicable.

Discapacidad. Resulta de la interacción entre las personas con limitaciones físicas o mentales y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás

Discriminación. De acuerdo con el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (CONAPRED), es una práctica cotidiana que consiste en dar un trato desfavorable o de desprecio inmerecido a determinada persona o grupo.

Diversidad. Es la multiplicidad de formas de pensamiento, sentimiento y cultura.

Docente. Profesional de la educación responsable de la enseñanza en el proceso educativo escolarizado. Promotor, coordinador, facilitador, investigador y agente directo del proceso educativo.

Educación. El proceso social por medio del cual se transmiten la cultura, valores, conocimientos, prácticas, creencias, tecnologías, usos o costumbres que en una sociedad se consideran valiosos. Es un derecho fundamental y habilitador, además de un bien público que garantiza condiciones de igualdad, entendimiento, tolerancia y paz.

Educación integral. Se refiere al conjunto de principios educativos que parten de la noción de que el ser humano se educa en relación con su comunidad, su entorno natural y con valores fundamentales de respeto a la dignidad humana. Requiere de conocimientos y habilidades que atiendan a todas las capacidades humanas en términos físicos, emocionales, cognitivos y sociales.

Educación Media Superior. Es un tipo educativo que comprende el nivel de bachillerato, así como los demás niveles equivalentes a éste, y la educación profesional que no requiere bachillerato o sus equivalentes.

Educación obligatoria. Se refiere a la suma de la Educación Básica y la Educación Media Superior. El mandato establecido en el artículo 3º constitucional indica que es deber de todo mexicano atender a la Educación Básica y Media Superior.

Educación socioemocional. Busca, mediante un proceso de aprendizaje permanente, la adquisición y construcción de habilidades personales para la socialización, mismas que se integran y potencian el desarrollo cognitivo para generar así una educación integral. Tiene como objetivo que los estudiantes pongan en práctica acciones y actitudes encaminadas a generar un sentido de bienestar, consigo mismos y para los demás, a través de actividades y rutinas asociadas a las actividades escolares, de manera que comprendan y aprendan a manejar de forma satisfactoria los estados emocionales impulsivos o aflictivos, y logren hacer de la vida emocional y de las relaciones interpersonales un detonante para la motivación, el aprendizaje y para alcanzar metas sustantivas en la vida.

Eje. En la Educación Media Superior organiza y articula los conceptos, habilidades, actitudes y valores de los campos disciplinares y es el referente para favorecer la transversalidad interdisciplinar.

Enseñanza. Es el proceso didáctico orientado al desarrollo de conocimientos o habilidades por la vía de acciones –intelectuales, sociales o físicas– que faciliten al estudiante la aprehensión del contenido.

Equidad. Se trata de la distribución igualitaria y justa del servicio educativo que satisfaga las necesidades particulares de quienes lo reciben, para así contribuir a superar las diferencias existentes, bajo el principio de “que sea para todos, según sus necesidades y capacidades”. Se trata también de ejercer acciones afirmativas, es decir, acciones que conlleven apoyos suplementarios para los grupos que se encuentran en situación de vulnerabilidad.

Escuela. Se trata del espacio, el personal y las prácticas educativas orientadas a transmitir los valores culturales y sociales expresados en el currículo. Es la base orgánica del sistema educativo nacional para la prestación del servicio público de Educación Básica o Media Superior. Su objetivo es proveer un lugar seguro y adecuado para que sucedan experiencias educativas en ambientes de aprendizaje con recursos especializados.

Escuela al Centro. Es una estrategia que articula acciones y programas de la Secretaría de Educación Pública que tienen el objetivo de fortalecer la autonomía de gestión escolar. Contempla acciones como promover el liderazgo directivo, fortalecer los recursos humanos de las escuelas y la supervisión escolar, la disminución de la carga administrativa, la toma de decisiones internas sobre recursos financieros y trabajo académico, el fortalecimiento del Consejo Técnico Escolar y el Consejo Escolar de Participación Social, y la asistencia técnica a la escuela.

Estilos de aprendizaje. La conjunción de distintas capacidades cognitivas, sociales y emocionales en cada persona, implica que los modos más eficientes para aprender pueden variar de estudiante en estudiante. Esta diversidad de estilos de aprendizaje requiere ciertas condiciones de disponibilidad de material, de espacio, de saturación de estudiantes por grupo y de formación docente.

Estudiante. Se denomina a los beneficiarios del Sistema Educativo Nacional (SEN). Aunque coloquialmente se intercambia por alumno, al dar preferencia a “estudiante”, se recalca su calidad de personas activas y responsables de su aprendizaje. Los estudiantes se acercan a los contenidos en función de los antecedentes que sus entornos familiares y culturales les proveen, así como del modo en que los contenidos son presentados por la escuela.

Estudios del aprendizaje. Denominación genérica del conjunto de disciplinas que producen conocimientos descriptivos sobre el aprendizaje sin encargarse de producir conocimientos prescriptivos.

Evaluación. Es la valoración sistemática de las características de individuos, programas, sistemas o instituciones en atención a un conjunto de normas o criterios. Permite la identificación del estado de estas características para la toma de decisiones.

Evaluación de los aprendizajes. Emisión de un juicio basado en el análisis de evidencia sobre el estado de desarrollo de las capacidades, habilidades y conocimientos del estudiante.

Evaluación educativa. Emisión de un juicio basado en el análisis de evidencia sobre el estado de distintos aspectos de un proyecto educativo: procesos de enseñanza, contenidos, procesos de aprendizaje, procesos organizativos o el currículo, con el fin de tomar decisiones sobre el desarrollo posterior de los mismos.

Género. De acuerdo con el Instituto Nacional de las Mujeres (2007), es el conjunto de ideas, creencias y atribuciones sociales, construidas en cada cultura y momento histórico, tomando como base la diferencia sexual, a partir del cual se elaboran los conceptos de “masculinidad” y “feminidad” que determinan el comportamiento, las funciones, las oportunidades, la valoración y las relaciones entre mujeres y hombres.

Habilidades. La destreza para la realización de una tarea, sea física o mental. Habilidades cognitivas. Las estrategias y recursos mentales de los que se dispone para aprender.

Habilidades socioemocionales. Las habilidades socioemocionales son herramientas a través de las cuales las personas pueden: entender y regular las emociones, establecer y alcanzar metas positivas, sentir y mostrar empatía hacia los demás, establecer y mantener relaciones positivas, y tomar decisiones responsablemente.

Humanismo. Corriente de pensamiento que tiene como fin último la convivencia humana justa y solidaria, por lo que necesita del conocimiento provisto por las ciencias sociales para entender a la sociedad, las comunidades, las instituciones y las relaciones interpersonales.

Inclusión. Enfoque de atención a la diversidad, implica el respeto a las libertades fundamentales, los derechos humanos y la pertenencia a una misma comunidad para la educación, la cultura y la participación en el debate público de todas las personas, independientemente de sus condiciones, características, identidades, capacidades y necesidades.

Interdisciplinariedad. Se refiere a la cualidad de realizar un estudio u otra actividad con la cooperación de varias disciplinas. La promoción de la relación interdisciplinaria se contempla en el nuevo currículo, el cual busca que la enseñanza fomente la relación entre disciplinas, áreas del conocimiento y asignaturas.

Logros de aprendizaje. Las habilidades intelectuales y prácticas observables que, en términos de adquisición de conocimientos, habilidades, actitudes y valores, se espera que el estudiante desarrolle de manera gradual tras concluir el curso de un plan o programa de estudios.

Mapa curricular. Es la representación gráfica y simbólica de las relaciones entre algunos componentes curriculares. Representa la secuencia temporal de los estudios y su relación con la distribución por áreas de conocimiento.

Marco Curricular Común. Esquema de organización curricular para la Educación Media Superior que tiene como base las competencias genéricas, disciplinares (básicas y extendidas) y profesionales que deben desarrollar los estudiantes, y está orientado a dotar a la EMS de una identidad que responda a sus necesidades presentes y futuras.

Materiales educativos. Los objetos que son utilizados con la intención de facilitar el acercamiento a los contenidos de aprendizaje.

Modalidad educativa. Las variaciones en requisitos de presencia escolar. Pueden ser escolar, cuando requiere la asistencia cotidiana a un plantel; no escolarizada, cuando no requiere la asistencia cotidiana a un plantel; y mixta.

Modelo Educativo. Se refiere a la forma en que los componentes filosóficos, humanos, pedagógicos, cognitivos y materiales de un proyecto educativo se relacionan.

Nivel educativo. Es cada una de las subdivisiones de los tipos educativos, mantienen un plan de estudios propio con objetivos comunes para los grados que los integran.

Organismo descentralizado. Entidades creadas por ley o decreto del Congreso de la Unión o por decreto del Ejecutivo Federal, con personalidad jurídica y patrimonio propios, cualquiera que sea la estructura legal que adopten.

Participación social en educación. Se trata del involucramiento de miembros de la comunidad escolar en la promoción de las condiciones óptimas para su trabajo dentro de los marcos establecidos por la legalidad.

Pedagogía. Disciplina que estudia la educación en los conocimientos científicos que sobre ella se producen para generar lineamientos o propuestas de acción que sean eficientes y cuiden la dignidad humana de los estudiantes.

Perfil de egreso. Conjunto de conocimientos, habilidades, y valores expresados en rasgos deseables para ser alcanzados por el estudiante al concluir la educación obligatoria.

Permanencia. Se refiere a la continuidad de un estudiante en los ciclos de la educación obligatoria, así como a las causas que la permiten y a los indicadores estadísticos que la describen.

Pertinencia. Es la correspondencia entre los contenidos curriculares y las estrategias de enseñanza con las necesidades de aprendizaje, la oferta adecuada de conocimientos y su adquisición en la población estudiantil.

Plan de estudio. Se trata de los documentos en que se establecen los propósitos de formación general y, en su caso, la adquisición de conocimientos, habilidades, capacidades y destrezas que correspondan a cada nivel educativo.

Plantel. Cada centro educativo, incluye al personal y la infraestructura física, especialmente referido en la Educación Media Superior.

Programas de estudio. En los programas de estudio deberán establecerse los propósitos específicos de aprendizaje de las asignaturas u otras unidades de aprendizaje dentro de un plan de estudios, así como los criterios y procedimientos para evaluar y acreditar su cumplimiento.

Proyecto de vida. El proceso de toma de decisiones para la vida propia al asumir la libertad que cada individuo tiene para construir su propia identidad en interacción con su ambiente social. Es posible gracias a la adquisición de conocimientos que permitan lograr metas personales, habilidades sociales para la interacción y el fortalecimiento de las capacidades emocionales de cada individuo. Es un ejercicio fundamental del aprender a ser.

Rasgos del egresado. La descripción de características en términos de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores adquiridos durante su formación escolar que usualmente son referidos como estados terminales en un programa de estudios, tales como los objetivos o el perfil de egreso.

Teorías del aprendizaje. Son modelos explicativos del aprendizaje, obtenidos por vías de la investigación científica en distintas áreas como la pedagogía, la filosofía, la psicología, la sociología o la neurociencia.

Trabajo colaborativo. Es una forma de organización colectiva del trabajo, consistente en articular las funciones y tareas de manera que cada miembro del grupo de soporte y reciba respaldo de los demás.

Trabajo colegiado. Se refiere a la asociación de docentes y directivos de un plantel que realizan trabajo colaborativo para mejorar la práctica pedagógica, rediseñar estrategias de evaluación, generar materiales didácticos y gestionar una mejor formación docente.

Transversalidad. Es la noción que refiere a un conjunto de conocimientos o habilidades que se hacen presentes en distintos ámbitos y momentos del currículo, como la lectura, la escritura o el cálculo, y en el plano de la formación: la educación socioemocional, que refuerza y es reforzada por otras áreas de conocimiento.

Tutoría. Por un lado, es el proceso de acompañamiento a un estudiante respecto a los aspectos estrictamente académicos y cognitivos y las condiciones sociales, emocionales y de desarrollo personal que los acompañan.

10. Referencias.

Cobach B. C. S. (Dic. 2023), Dirección Académica, Unidad de Aprendizaje Curricular de Orientación Educativa I. Docentes Cobach recuperado en: <https://sites.google.com/cobachbcs.edu.mx/docentes-cobach-bcs/marco-curricular-com%C3%BAAn-de-la-educaci%C3%B3n-media-superior/programas>

Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, (Última reforma publicada en el Diario Oficial de la Federación el 18 de noviembre de 2022) México.

Cox, C. Bascope, M. Castillo, J. Miranda, D. y Bonhomme, M. (2014) Educación ciudadana en América Latina: Prioridades de los currículos escolares. Ginebra, IBE UNESCO. Recuperado el 10 de mayo de 2020 de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000227975>

DGB (2019). Lineamientos del servicio de orientación educativa para la educación media superior, México.

ECLAC (2020), The part played by natural resources in addressing the COVID-19 pandemic in Latin America and the Caribbean | Insights | Economic Commission for Latin America and the Caribbean, <https://www.cepal.org/en/insights/part-played-natural-resources-addressing-covid-19-pandemic-latin-america-and-caribbean>

ECLAC (2017), Estrategia de Montevideo para la Implementación de la Agenda Regional de Género en el Marco del Desarrollo Sostenible hacia 2030, recuperado en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/41011-estrategia-montevideo-la-implementacion-la-agenda-regional-genero-marco>

INEGI (2022). Encuesta Nacional de Cultura Cívica (ENCUCI) 2020, Consulta en línea el 01 de noviembre de 2022, recuperado de: https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/encuci/2020/doc/ENCUCI_2020_Presentacion_Ejecutiva.pdf

Ley General de Educación, Nueva Ley publicada en el Diario Oficial de la Federación el 30 de septiembre de 2019.

Ma L, Mazidi M, Li K, Li Y, Chen S, Kirwan R, Zhou H, Yan N, Rahman A, Wang W, Wang Y. (2021). Prevalence of mental health problems among children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. J Affect Disord. Recuperado en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34174475/>

SEMS (2019). Líneas de Política Pública para la educación media superior, México.

SEMS (2023). Programa de Estudios de los Recursos Socioemocionales, Ámbitos de Formación Socioemocional, Progresiones, México.

OCDE (2021) ¿Cómo va la vida en América Latina? Medición del bienestar para la formulación de políticas públicas.

UN ECLAC (2021), COVID-19 Special Report No. 9: The Economic Autonomy of Women in a Sustainable Recovery with Equality, ECLAC, Recuperado en: <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/46634>

UNICEF. 2021, Importancia del Desarrollo de Habilidades Transferibles en América Latina y el Caribe. Recuperada en: https://www.unicef.org/lac/sites/unicef.org.lac/files/2020-07/Importancia-Desarrollo-Habilidades-Transferibles-ALC_0.pdf

UNICEF (2020), The impact of COVID-19 on the mental health of adolescents and youth, <https://www.unicef.org/lac/en/impact-covid-19-mental-health-adolescents-and-youth>

YouGov (2020), How COVID-19 is affecting mental health across the globe, https://today.yougov.com/health/articles/33422-covid-19-mental-health-global?redirect_from=%2Ftopics%2Fhealth%2Farticles-reports%2F2020%2F12%2F10%2F-covid-19-mental-health-global

Créditos.

Agradecemos la participación de los Orientadores Educativos integrantes de la Academia de Orientación educativa adscritos a Cobach Plantel 11 de La Paz:

Psic. Johana L. Cano Albañez,

Psic. Karina Salinas Cruz,

Psic. Jasareth Sosa y Silva Landeros,

Psic. Adriana de los Ángeles Pozo Flores,

Psic. Jorge Omar Ortiz Espinoza,

y al M. C. E. José Carlos López Cisneros: jefe de materias de orientación educativa adscrito a Dirección General de Colegio de Bachilleres del Edo. de B. C. S.



COLEGIO DE BACHILLERES

ESTADO DE BAJA CALIFORNIA SUR
Estudio Nuestra Fuerza: Superación La Meta

Dirección General.

Dirección Académica -Subdirección Académica.

Jefatura de Materias Orientación Educativa.

