

CAMPO FORMATIVO	De lo Humano y lo Comunitario.			
DISCIPLINAS	Educación Física, Educación Socioemocional, Tecnología y Tutoría.			
NOMBRE DE LA ESCUELA		C.C.T.		
DOCENTE		TURNO		
TRIMESTRE	Primero	GRADO ESCOLAR	Primero	
DURACIÓN DEL PROYECTO	5 semanas (10 horas)	GRUPO		
FECHA				
CONTENIDO INTEGRADO				
1. El pensamiento estratégico y creativo para la toma de decisiones, resolución de problemas, creación y valoración de metas personales y compartidas a fin de establecer relaciones afectivas, inclusivas y equitativas mediante una educación integral en sexualidad para la construcción de un proyecto de vida.				
SUBCONTENIDOS				
1.1. El reconocimiento de cambios a lo largo de la vida, emociones, estados de ánimo, sentimientos y dimensiones de la sexualidad con el fin de establecer metas individuales y colectivas para el descubrimiento de nuevas potencialidades y el diseño de proyecto de vida.				
1.2. La toma de decisiones basadas en el desarrollo del pensamiento estratégico y creativo para la evaluación, selección y solución de problemas.				
EJES ARTICULADORES	- Pensamiento crítico: El cuestionamiento de la realidad contribuye a transformarla. El diálogo permite cuestionar y transformar el entorno. - Inclusión: Una perspectiva de trabajo comunitario favorece la inclusión.			
PROYECTOS DE INTEGRACIÓN COMUNITARIA CON QUE SE VINCULA				
PROYECTO DE AULA				
PROYECTO DE ESCUELA				
PROYECTO COMUNITARIO				

PROYECTO PARCIAL DE AULA				
"Un proyecto de vida estratégico".				
DESARROLLO DE ACTIVIDADES				
MOMENTO	APARTADO	DETALLES		
MOMENTO 1	CAMPOS FORMATIVOS	- Lenguajes: - o Contenido integrado 5: La lengua y los lenguajes artísticos y su relación con las necesidades, intereses y problemas de la comunidad. - Saberes y Pensamiento Científico: - o Contenido integrado 4: Identificar el azar y la incertidumbre en la diversidad de saberes y conocimientos acerca de los seres vivos y las relaciones con el medio ambiente en álgebra y su comprensión a través de la extensión del significado de las operaciones. - Ética, Naturaleza y Sociedades: - o Contenido integrado 10: La construcción histórica del amor, amistad. Familias y la conformación de identidades juveniles.		
	ESTRATEGIAS NACIONALES	- Estrategia Nacional de Educación Inclusiva (ENEI): Al trabajar conceptos de <i>equidad, dignidad, diversidad y sentido de pertenencia</i> (en las entrevistas comunitarias y reflexiones colectivas). - Estrategia Nacional de Lectura (ENL): Se fortalece la comprensión lectora mediante el análisis e interpretación de textos relacionados con la sexualidad, el desarrollo personal, las emociones y la construcción de proyectos de vida. La lectura crítica favorece la reflexión, la toma de decisiones informadas y la elaboración de metas individuales y colectivas orientadas al bienestar y al desarrollo integral. - Estrategia Nacional para la Prevención del Embarazo en Adolescentes (ENAPEA): Se promueve la prevención del embarazo adolescente mediante la reflexión sobre las dimensiones de la sexualidad, los cambios físicos y emocionales a lo largo de la vida y la importancia de la toma de decisiones responsables. La construcción de metas y proyectos de vida fortalece el ejercicio informado de los derechos sexuales y reproductivos y favorece el desarrollo integral de las y los adolescentes. - Estrategia Nacional para la Prevención de Adicciones (ENPA): Se fortalecen factores protectores frente a conductas de riesgo mediante el desarrollo del pensamiento estratégico, la construcción de metas y la elaboración de un proyecto de vida. La reflexión sobre las emociones, la toma de decisiones y el bienestar personal favorece el autocuidado, la autonomía y la adopción de estilos de vida saludables. - Estrategia Nacional para Promover Trayectorias Educativas Continuas, Completas y de Excelencia (ENTECCCE): Se favorece la construcción de trayectorias educativas continuas, completas y de excelencia mediante el diseño de metas individuales y colectivas y la elaboración de un proyecto de vida inclusivo y equitativo. El fortalecimiento del pensamiento estratégico, la toma de decisiones y el desarrollo socioemocional contribuyen al logro educativo, la permanencia escolar y la proyección de un futuro personal y profesional satisfactorio.		

MOMENTO 2	PLANEACIÓN	INSUMOS	
		CRONOGRAMA	
		AJUSTES RAZONABLES	

FECHA		PROYECTO ACADÉMICO	“Conociéndome y decidiendo mi futuro de manera divertida”			CONTENIDOS
		ACTIVIDADES Y ESTRATEGIAS				
	ETAPA	INTENCIÓN DIDÁCTICA DEL CONTENIDO INTEGRADO				
MOMENTO 3	1. ¿Qué haremos?	Reconocer el pensamiento estratégico y creativo, así como los cambios, emociones y dimensiones de la sexualidad a lo largo de la vida, para diseñar metas individuales y colectivas que fortalezcan la toma de decisiones y la construcción de un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo.				- EDUFIS 4: Pensamiento lúdico, estratégico y creativo. - EDUFIS 5: Interacción motriz. - TUSO 1 Formas de ser, pensar, actuar y relacionarse. - TUSO 2: Los sentimientos y su influencia en la toma de decisiones. - TUSO 3: Construcción del proyecto de vida. - TUSO 5: Educación integral en sexualidad. - TEC 7: Pensamiento estratégico y creativo en la resolución de problemas. - TEC 8: Evaluación de sistemas tecnológicos.
		VERBO CONCEPTUAL	VERBO PROCEDIMENTAL	ESTRATEGIA DETONADORA SUGERIDA		
		Reconocer	Diseñar	Borrador de proyecto de vida		
	2. ¡Ese es el problema!	SITUACIÓN 1:		SITUACIÓN 2:		P.D.A. - TUSO 3.1: Reconoce cambios presentes a lo largo de la vida y en la adolescencia para definir metas personales y en colectivo a alcanzar en un corto, mediano y largo plazo. - EDUFIS 5.1: Pone a prueba la interacción motriz en situaciones de juego, interacción deportiva y deporte educativo, con el fin de alcanzar metas comunes y obtener satisfacción al colaborar con las demás personas. - TUSO 1.1: Reconoce ideas, gustos, necesidades, posibilidades, intereses, deseos y experiencias, para favorecer el autoconocimiento y descubrimiento de nuevas potencialidades. - TUSO 2.1: Distingue entre emociones, estados de ánimo y sentimientos como elementos que contribuyen a la construcción de relaciones afectivas inclusivas y equitativas. - TUSO 2.2: Reconoce que los sentimientos son resultado de las vivencias y la cultura. - TUSO 5.1: Identifica las dimensiones de la sexualidad: biológica, psicológica, social, cultural, entre otras, en distintos momentos de su vida, para establecer relaciones en favor del bienestar.
		Tenemos una idea de cómo diseñar metas individuales y colectivas que fortalezcan la toma de decisiones y la construcción de un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo; pero no sabemos cómo reconocer el pensamiento estratégico y creativo, así como los cambios, emociones y dimensiones de la sexualidad a lo largo de la vida.		Sabemos parcialmente cómo poder reconocer el pensamiento estratégico y creativo, así como los cambios, emociones y dimensiones de la sexualidad a lo largo de la vida; lo que desconocemos es cómo diseñar metas individuales y colectivas que fortalezcan la toma de decisiones y la construcción de un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo.		
	3. ¡Una propuesta de solución!	OBJETIVO 1:		OBJETIVO 2:		
		Reconocer el pensamiento estratégico y creativo, así como los cambios, emociones y dimensiones de la sexualidad a lo largo de la vida, para fortalecer el diseño de metas individuales y colectivas que favorezcan la toma de decisiones y la construcción de un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo.		Diseñar metas individuales y colectivas que fortalezcan la toma de decisiones y la construcción de un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo, a partir del reconocimiento del pensamiento estratégico y creativo, así como de los cambios, emociones y dimensiones de la sexualidad a lo largo de la vida.		

			- EDUFIS 4.1: Toma decisiones individuales y colectivas en situaciones de juego (defensivas u ofensivas), con el propósito de valorar su efectividad. - TEC 7.1: Analiza necesidades del entorno cercano para plantear un problema, investigar alternativas de solución y seleccionar la que mejor se adapte a los criterios y condiciones contextuales. - TEC 8.1: Comprende la importancia de la evaluación de los procesos como parte de la innovación y mejora continua, para el logro de la eficiencia, eficacia, fiabilidad y factibilidad de los sistemas técnicos.
	4. Paso a paso	Los alumnos participan en ejercicios para organizar las actividades del proyecto académico y registran las rutas que siguen: ❖ Definición del producto final ➢ En plenaria, los alumnos acuerdan que el producto será un borrador de proyecto de vida inclusivo y equitativo sustentado en metas individuales y colectivas. ❖ Lluvia de ideas de componentes del proyecto de vida ➢ En equipos, enlistan los aspectos que debe incluir: metas personales, metas compartidas, toma de decisiones, valores, estrategias de acción. ❖ Desglose de tareas ➢ Identificar las acciones necesarias para construir el borrador (ejemplo: autoexploración, análisis de cambios y emociones, redacción de metas, organización de tiempos, diseño del formato del borrador). ❖ Secuenciación de actividades ➢ Ordenar las tareas en pasos lógicos: autoconocimiento → reflexión de cambios y emociones → definición de metas individuales → definición de metas colectivas → integración en el borrador. ❖ Elaboración de un cronograma ➢ Construir en colectivo un plan de trabajo (por sesiones o semanas), marcando tiempos para cada fase del proyecto. ❖ Asignación de roles y responsabilidades ➢ Distribuir responsabilidades: moderadores de diálogo, relatores, diseñadores del esquema del borrador, portavoces. ❖ Inventario de recursos necesarios ➢ Elaborar una lista de materiales: hojas, colores, plantillas de proyecto de vida, rotafolios, cuadernos de reflexión. ❖ Definición de productos parciales ➢ Acordar qué evidencias intermedias se entregarán antes del borrador final: lista de metas, esquema preliminar de proyecto, acuerdos colectivos.	P.D.A. vinculados: - TUSO 1.1, TUSO 2.1, TUSO 3.1. - TUSO 2.2, TUSO 5.1, TEC 7.1. - TUSO 3.1, EDUFIS 5.1. - EDUFIS 4.1, TEC 8.1. - TUSO 5.1, FCE 9.1. Ejes articuladores: - Inclusión: se promueve al garantizar que cada alumno se vea reflejado en el proyecto, respetando diferencias y generando un ambiente equitativo y participativo. - Pensamiento crítico: se impulsa al motivar a los estudiantes a reflexionar, argumentar y cuestionar antes de tomar decisiones sobre su vida y su comunidad.
	5. Distintas fuentes de consulta	Para la realización de este proyecto, es necesario indagar, analizar y abordar de manera interdisciplinaria la siguiente información: - Autoconocimiento. - Características de su familia. - Concepto de dignidad y libertad. - Concepto de pensamiento estratégico, lúdico y creativo. - Conceptos de capacidad, habilidad y destreza. - Definiciones de sentido de pertenencia, autoconocimiento, inclusión, equidad y diversidad. - Experiencias familiares. - Formas de ser, pensar, actuar y relacionarse en la etapa de la adolescencia. - Horizonte de expectativas comunitario a corto, mediano y largo plazo. - Horizonte de expectativas personales a corto, mediano y largo plazo.	

	- Las actividades deportivas y su relación con el pensamiento estratégico. - Resolución de problemas. - Toma de decisiones individuales y colectivas en la adolescencia. Se puede organizar el trabajo de la siguiente manera: ❖ Proceso sugerido paso a paso ➢ Definición de preguntas de indagación ▪ ¿Qué capacidades, habilidades y destrezas tengo y cómo influyen en mis decisiones? ▪ ¿Qué cambios y emociones vivo en la adolescencia? ▪ ¿Cómo se definen mis metas personales y colectivas a corto, mediano y largo plazo? ▪ ¿Qué significa inclusión, equidad, dignidad, libertad y sentido de pertenencia en mi vida y mi comunidad? ❖ Búsqueda y recopilación de información ➢ Fuentes escolares: libros de texto, lecturas sobre adolescencia, autoconocimiento, sexualidad y proyecto de vida. ➢ Fuentes comunitarias: entrevistas a familiares sobre experiencias de vida, cambios en la adolescencia y valores transmitidos. ➢ Fuentes digitales y audiovisuales: videos educativos, infografías y recursos sobre metas, sexualidad, inclusión y equidad. ❖ Organización de la información ➢ Elaborar mapas conceptuales sobre autoconocimiento, emociones y sexualidad. ➢ Tablas con ejemplos de metas personales Vs. metas colectivas. ➢ Esquema sobre características de la familia y sentido de pertenencia. ❖ Análisis interdisciplinario de la información ➢ Relacionar el pensamiento estratégico y creativo con la toma de decisiones en juegos y deportes. ➢ Conversatorio sobre cómo las experiencias familiares influyen en la dignidad, la libertad y el sentido de pertenencia. ➢ Debate: <i>¿Por qué es importante pensar en metas colectivas además de personales?</i> ❖ Valoración de la información ➢ Reflexión grupal: ¿la información recopilada es suficiente y clara para diseñar un borrador de proyecto de vida? Si faltan datos o ejemplos, planear una segunda ronda de indagación (entrevistas, lecturas adicionales).			
6. Unimos las piezas	Pueden ajustar su borrador de acuerdo con las siguientes consideraciones:			
	- Revisar y corregir la versión de su borrador. - Socialicen sus avances. - Definan en asamblea de qué manera lo presentarán.			
7. ¡Ya lo tenemos!	ANTES - Acordar un espacio para llevar a cabo las presentaciones y decidir si será necesario utilizar algún recurso gráfico o electrónico. - Designar un moderador que se encargue de respetar el tiempo de cada presentación.	DURANTE - Asegurar la participación de todos. - Permitir la retroalimentación en las presentaciones.	DESPUÉS - Valorar el esfuerzo y las aportaciones de todos. - Realizar los ajustes pertinentes al borrador presentado.	PRODUCTOS PARCIALES Y DEFINITIVOS PRODUCTOS PARCIALES: - Lista de preguntas de indagación (individuales y colectivas). - Fichas de entrevistas familiares sobre experiencias de vida, cambios y valores. - Mapa conceptual sobre capacidades, habilidades, destrezas y autoconocimiento.

		- Tabla comparativa de metas personales y colectivas (corto, mediano y largo plazo). - Esquema de emociones y sentimientos en la adolescencia. - Cuadro de definiciones clave (inclusión, equidad, diversidad, dignidad, libertad). - Registro del conversatorio o debate grupal sobre metas colectivas, dignidad y pertenencia. - Lista de acuerdos y pendientes para completar la investigación antes de pasar al borrador del proyecto de vida. - Tabla de valoración del proyecto académico. PRODUCTO DEFINITIVO: - Borrador de proyecto de vida
--	--	---

MOMENTO 4	INTEGRACIÓN	Con el propósito de consolidar y reforzar los aprendizajes abordados durante el desarrollo del proyecto, se proponen a continuación una serie de ejercicios de repaso. Es fundamental que estos sean contextualizados y adaptados a la realidad de los estudiantes, realizando las adecuaciones necesarias de acuerdo con sus intereses, ritmos de aprendizaje y necesidades específicas: ❖ Ejercicio 1. “Mi línea de vida” ➤ Actividad: Cada alumno elabora una línea de tiempo personal donde marque cambios importantes, emociones vividas y metas alcanzadas en su vida hasta ahora. Luego, agrega metas a corto, mediano y largo plazo. ➤ Producto: Línea de vida ilustrada con reflexiones escritas. ❖ Ejercicio 2. “Decisiones en acción” ➤ Actividad: Se plantean situaciones hipotéticas de la adolescencia (Ej. presión de grupo, elección de una actividad escolar, manejo de emociones). En equipos, los alumnos analizan opciones y deciden en conjunto cuál sería la mejor acción. ➤ Producto: Registro escrito o cartel con la situación, alternativas discutidas y decisión tomada. ❖ Ejercicio 3. “Mapa de fortalezas colectivas” ➤ Actividad: En equipos, los alumnos elaboran un mapa en el que representen las capacidades, habilidades y destrezas de cada integrante. Después, reflexionan sobre cómo esas fortalezas pueden unirse para metas comunes. ➤ Producto: Mapa visual de fortalezas del equipo y propuesta de metas colectivas.
------------------	--------------------	---

SUGERENCIAS DIDÁCTICAS PARA EL DOCENTE

- 1) Preparación conceptual y didáctica**
 - a) Revisar previamente los conceptos clave: *capacidad, habilidad, destreza, autoconocimiento, dignidad, libertad, inclusión, equidad, diversidad, pensamiento estratégico, lúdico y creativo.*
 - b) Identificar ejemplos cotidianos y comunitarios que los alumnos puedan relacionar con estos conceptos (Ej. experiencias deportivas, familiares, de amistad).
 - c) Preparar recursos visuales (mapas conceptuales, esquemas) y situaciones hipotéticas para ejemplificar toma de decisiones, resolución de problemas y construcción de metas.
 - d) Anticipar posibles dificultades: confusión entre emociones, estados de ánimo y sentimientos; o entre metas personales y comunitarias.
 - e) Tener claridad sobre los P.D.A. específicos a desarrollar en cada sesión (Ej. TUSO 1.1 en dinámicas de autoconocimiento, EDUFIS 4.1 en juegos de toma de decisiones).
- 2) Activación de saberes previos y andamiaje**
 - a) Realizar dinámicas de apertura como “Quién soy yo” (cada alumno escribe tres características personales y las comparte).
 - b) Utilizar relatos familiares: pedir que los alumnos traigan anécdotas de cambios o decisiones importantes en su familia.
 - c) Actividades cortas de reconocimiento:
 - i) Clasificación de ejemplos de capacidades, habilidades y destrezas.
 - ii) Línea de tiempo personal con cambios vividos en la niñez y adolescencia.
 - d) Andamiaje gradual:
 - i) De lo personal (autoconocimiento, emociones, cambios) → a lo colectivo (metas comunes, pertenencia).
 - ii) De lo cotidiano (dinámicas familiares o escolares) → a lo abstracto (conceptos de equidad, inclusión, proyecto de vida).
 - e) Vincular actividades deportivas o lúdicas con la reflexión (Ej. un juego de estrategia en equipo para analizar decisiones colectivas → P.D.A. EDUFIS 5.1 y EDUFIS 4.1).
- 3) Fortalecimiento de habilidades comunicativas y cooperativas**
 - a) Favorecer la expresión oral y escrita: debates, conversatorios, murales de ideas, diarios personales de reflexión.
 - b) Promover el trabajo en equipos heterogéneos con roles rotativos: coordinador, relator, diseñador, portavoz.
 - c) Practicar la escucha activa y el respeto en la retroalimentación: que los alumnos aprendan a disentir con argumentos.
 - d) Diseñar actividades donde se vincule lo individual con lo colectivo (Ej. cada alumno escribe una meta personal, luego el equipo construye una meta común).
 - e) Utilizar dramatizaciones breves para representar conflictos de decisión y discutir alternativas de solución.
- 4) Gestión de recursos y contextos**

- a) Recursos impresos: lecturas sobre adolescencia, identidad, sexualidad, equidad.
- b) Recursos digitales: videos cortos de orientación para adolescentes, infografías sobre equidad de género, inclusión y diversidad cultural.
- c) Recursos comunitarios: entrevistas a familiares sobre experiencias de vida, testimonios de líderes comunitarios o entrenadores deportivos.
- d) Recursos materiales: cartulinas, marcadores, hojas para bitácoras personales, materiales deportivos sencillos para juegos estratégicos.
- e) Contextualización: adaptar los contenidos al entorno local (Ej. prácticas deportivas comunes en la comunidad, problemas sociales o de convivencia propios de la zona).

5) Planeación anticipada del monitoreo

- a) Elaborar una rúbrica o lista de cotejo que incluya: participación, trabajo en equipo, claridad en las metas planteadas, uso correcto de conceptos y habilidades de reflexión crítica.
- b) Observar y registrar avances en una bitácora docente, anotando logros, dudas y dificultades de cada equipo.
- c) Implementar auto y coevaluación: que los alumnos valoren su desempeño y el de sus compañeros (Ej. mediante preguntas guía: *¿qué aprendí? ¿qué aportó mi equipo?*).
- d) Brindar retroalimentación continua, destacando logros y ofreciendo sugerencias de mejora de manera oportuna.
- e) Planear momentos para revisar si los aprendizajes se están logrando con base en los P.D.A. (Ej. sesiones específicas para evaluar TUSO 3.1 o TEC 7.1 en la práctica).

6) Ejecución didáctica del proyecto en el aula

- a) Nombre de la actividad: "Periódico mural: sustentabilidad y equidad para un futuro común"
 - i) Momentos de desarrollo de la actividad
 - (1) Investigación y análisis de información
 - (a) Formar equipos y asignar roles (investigador, redactor, diseñador, expositor).
 - (b) Investigar en fuentes confiables:
 - (i) Procesos productivos en México y el mundo (agricultura, industria, comercio).
 - (ii) Prácticas sustentables en producción, distribución y consumo.
 - (iii) Concepto de desarrollo sustentable y principios éticos relacionados.
 - (iv) Desigualdades socioeconómicas: causas, efectos y repercusiones en la calidad de vida.
 - (v) Interpretación del Índice de Desarrollo Humano (IDH) y del Índice para una Vida Mejor.
 - (c) Registrar datos, ejemplos y casos reales (locales y globales).
 - (2) Organización y representación de datos
 - (a) Clasificar la información en secciones:
 - (i) Prácticas sustentables (ejemplos y beneficios).
 - (ii) Procesos productivos y sus impactos (sociales, económicos, ambientales).
 - (iii) Desigualdades socioeconómicas (gráficas comparativas de IDH, mapas de concentración y dispersión).
 - (iv) Propuestas de acción para reducir desigualdades y promover sustentabilidad.
 - (b) Elaborar tablas y gráficas para mostrar datos estadísticos.
 - (c) Redactar textos breves y claros para cada sección del periódico mural.
 - (3) Diseño de la estrategia detonadora
 - (a) Cada equipo diseña un periódico mural en cartulina o papel bond (dimensiones sugeridas: 90 x 120 cm) que incluya:
 - (i) Título atractivo y propósito del trabajo.
 - (ii) Secciones con información organizada y visual (imágenes, gráficos, mapas).
 - (iii) Artículos breves que destaquen:
 - 1. Importancia del desarrollo sustentable.
 - 2. Principios éticos en la preservación del ambiente.
 - 3. Propuestas para reducir desigualdades socioeconómicas.
 - (iv) Incorporar elementos creativos (colores, ilustraciones, infografías) para hacerlo llamativo y comprensible.
 - (4) Socialización y reflexión
 - (a) Exposición de los periódicos murales en el aula o espacio común.
 - (b) Cada equipo explica:
 - (i) Cómo diferenció prácticas sustentables y procesos productivos.
 - (ii) Qué datos encontró sobre desigualdades socioeconómicas y sus efectos.
 - (iii) Qué propuestas plantea para un desarrollo sustentable y equitativo.
 - (c) Debate grupal:
 - (i) ¿Por qué es importante la sustentabilidad para la calidad de vida?
 - (ii) ¿Cómo podemos reducir las desigualdades en nuestra comunidad?
 - (d) Registro individual de conclusiones y compromisos para promover prácticas sustentables y equidad.

Para fortalecer los PDA de educación física, se sugiere una actividad como la siguiente:

❖ Actividad: "El juego de los caminos estratégicos"

- Propósito: Que los estudiantes vivencien, a través del juego motriz y la cooperación, cómo el pensamiento estratégico, las emociones y la toma de decisiones colectivas permiten diseñar metas comunes y fortalecer el proyecto de vida inclusivo y equitativo.
- Desarrollo de la actividad:
 - Calentamiento Inicial

- Juego de persecución simple (*pilla-pilla*) para activar la interacción motriz y comenzar a generar confianza grupal.
- Juego principal: “Los caminos de las decisiones”
 - Organización: Se forman equipos de 6–8 estudiantes. Cada equipo debe atravesar un circuito de conos, cuerdas y obstáculos que simbolizan “retos de la vida”.
- Reglas:
 - En cada estación del circuito habrá una *tarjeta con un dilema* (ejemplo: “Tienes que elegir entre estudiar más o ayudar en casa”, “Un amigo te invita a probar una sustancia dañina, ¿qué harías?”).
 - El equipo debe decidir en conjunto una estrategia para superar el obstáculo y argumentar brevemente su decisión.
 - Hay retos “defensivos” (evitar perder un objeto, proteger un espacio) y “ofensivos” (lograr llegar primero, conseguir un balón).
- Enfoque estratégico: Cada decisión del equipo influye en el tiempo total que tardan en completar el circuito.
- Reflexión final en círculo
 - Cada equipo comparte cómo se sintió al tomar decisiones colectivas.
 - Se destacan las emociones experimentadas (alegría, frustración, tensión, satisfacción).
 - Se vincula con el diseño de metas personales y colectivas, reflexionando:
 - ♦ ¿Cómo se parecen estos juegos a las decisiones de la vida real?
 - ♦ ¿Qué aprendimos sobre trabajar en equipo?
 - ♦ ¿Qué metas personales y colectivas podemos proponernos como grupo para mejorar nuestra convivencia y bienestar?

RECURSOS

MATERIALES EDUCATIVOS DE TELESECUNDARIA:

Acervo – aprende_mx. (2023, 30 de noviembre). *Borrador de proyecto de vida. Video detonador* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=q7zrmQRI_uE

Acervo – aprende_mx. (2023, 30 de noviembre). *Un proyecto de vida estratégico* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=xuRabV26ixA>

SEP (2024). *Un proyecto de vida estratégico, proyecto parcial de aula*. En Colección Ximhai. Nuestro libro de Proyectos Telesecundaria: Tomo I. Primer grado de telesecundaria, ciclo escolar 2024–2025 (Primera Ed., Págs. 262–277) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2024/T1LP1.htm#page/262>

SEP (2024). *Me conozco, reconozco y lo expreso, proyecto académico 2*. En Colección Ximhai. Nuestro libro de Proyectos Telesecundaria: Tomo I. Primer grado de telesecundaria, ciclo escolar 2024–2025 (Primera Ed., Págs. 269–272) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2024/T1LP1.htm#page/269>

SEP (2024). *Sin metas no hay futuro, proyecto académico 1*. En Colección Ximhai. Nuestro libro de Proyectos Telesecundaria: Tomo I. Primer grado de telesecundaria, ciclo escolar 2024–2025 (Primera Ed., Págs. 264–268) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2024/T1LP1.htm#page/264>

SEP (2024). *Un momento divertido para decidir, proyecto académico 3*. En Colección Ximhai. Nuestro libro de Proyectos Telesecundaria: Tomo I. Primer grado de telesecundaria, ciclo escolar 2024–2025 (Primera Ed., Págs. 273–277) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2024/T1LP1.htm#page/273sx>

SEP (2024). *Un proyecto de vida estratégico*, Recurso interactivo. Obtenido de https://telesecundaria.sep.gob.mx/Repositorio/Interactivos/1/int/PPA/DHC/DHC_G1_T1_PPA1/index.html

SEP. (2023). *Autoconocimiento e identidad*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 154) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/154>

SEP. (2023). *Autoconocimiento*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 203) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/203>

SEP. (2023). *Autocuidado y bienestar colectivo*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 163) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/163>

SEP. (2023). *Beneficios de establecer metas individuales*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 234) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/234>

SEP. (2023). *Capacidades en el adolescente*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 116) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/116>

SEP. (2023). *Construcción de relaciones afectivas, inclusivas y equitativas*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 168) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/168>

SEP. (2023). *Contexto familiar y comunitario*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 166) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/166>

SEP. (2023). *Cortometrajes defectuosos*. Múltiples lenguajes. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 69) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1MLA.htm#page/69>

SEP. (2023). *Desarrollo del pensamiento creativo y estratégico*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 151–153) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/151>

SEP. (2023). *Diversidad y sentido de pertenencia*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 125–128) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/125>

SEP. (2023). *Diversidad*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 124) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/124>

SEP. (2023). *El autoconcepto y la construcción*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 161–162) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/161>

SEP. (2023). *El deporte educativo y la colaboración*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 129) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/129>

- SEP. (2023). *El descubrimiento y la construcción de nuevas potencialidades*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 155-159) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/155>
- SEP. (2023). *El descubrimiento y la construcción de nuevas potencialidades*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 155-159) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/155>
- SEP. (2023). *Elementos relevantes en el diseño de metas personales y colectivas*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 240-241) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/240>
- SEP. (2023). *Inclusión y equidad*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 173) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/173>
- SEP. (2023). *La disponibilidad corporal*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 120-123) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/120>
- SEP. (2023). *La interacción y el trabajo en equipo*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 130-132) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/130>
- SEP. (2023). *Las capacidades, habilidades y destrezas motrices*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 117-120) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/117>
- SEP. (2023). *Las habilidades emocionales y su desarrollo*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 199) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/199>
- SEP. (2023). *Metas individuales que favorecen el bienestar colectivo*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 233) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/233>
- SEP. (2023). *Potenciales subjetivo y comunitario, habilidades para el proyecto de vida*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 239) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/239>
- SEP. (2023). *Solución de conflictos a partir del diálogo*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 237-238) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/237>
- SEP. (2023). *Toma de decisiones a partir del juego*. En Colección Ximhai. De lo Humano y lo Comunitario. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 147) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1HUA.htm#page/147>
- SEP. (2023). *Torneo de fútbol*. Múltiples lenguajes. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Pág. 126) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1MLA.htm#page/126>
- SEP. (2023). *Vida comunitaria, Yutsa To'on*. Múltiples lenguajes. Primero de secundaria, ciclo escolar 2023–2024 (Primera Ed., Págs. 88-89) México: Comisión Nacional de Libros de Texto Gratuitos. Obtenido de <https://libros.conaliteg.gob.mx/2023/T1MLA.htm#page/88>

RECURSOS DE APOYO SUGERIDOS:

- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y competencias básicas para la vida*. Wolters Kluwer.
- Erikson, E. H. (2004). *Identidad, juventud y crisis*. Paidós.
- Goleman, D. (2013). *Inteligencia emocional*. Editorial Kairós.
- López, F., & Lázaro, S. (2014). *Adolescencia y desarrollo personal: Autoconcepto, emociones y valores*. Narcea Ediciones.
- Marina, J. A. (2018). *El cerebro adolescente*. Ariel.
- Naranjo, C. (2016). *Cambiar la educación para cambiar el mundo*. Editorial Océano