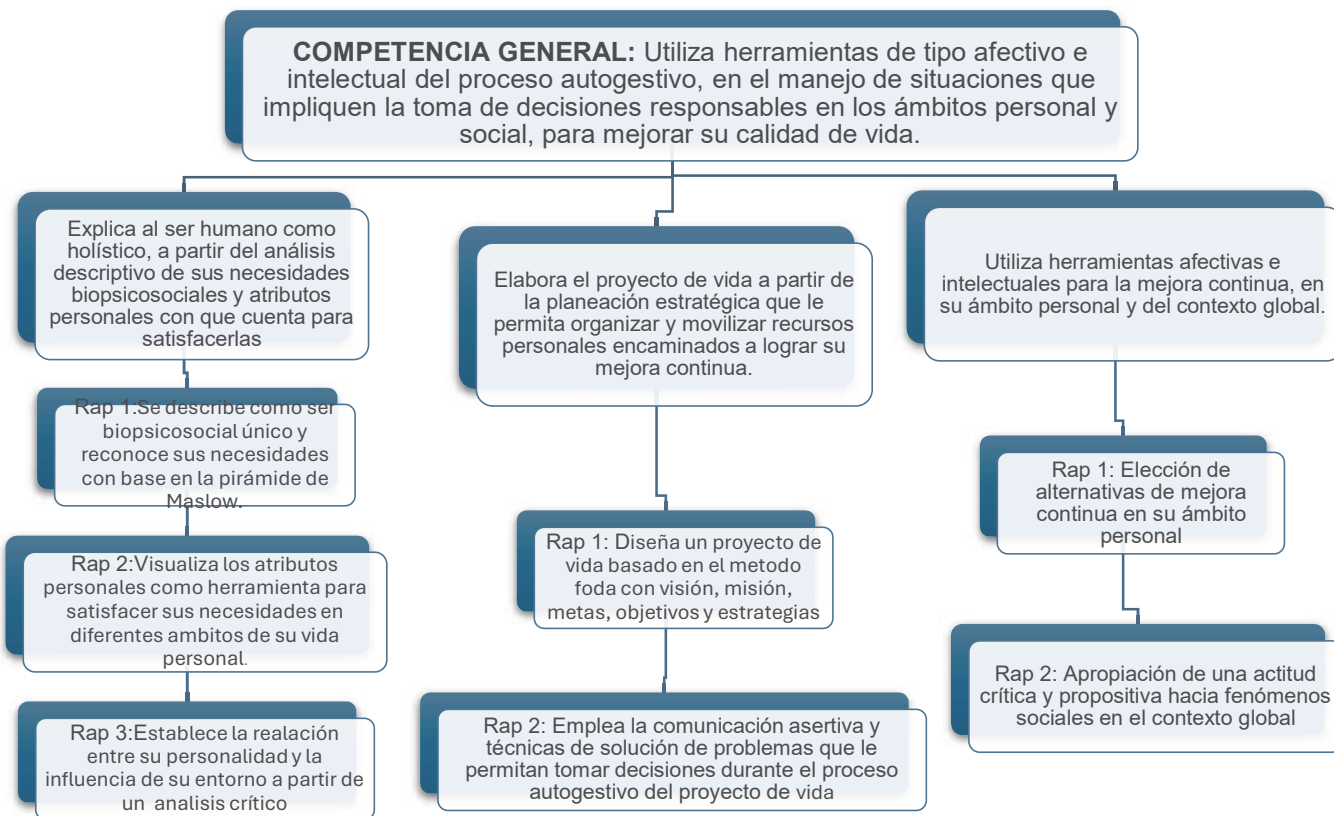




INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA



BIBLIOGRAFÍA:

- La Autoestima: Clave del Éxito, Mauro Rodríguez Estrada. Ed. El Manual Moderno 2002.
- Educar y Convivir en la Cultura Global: las exigencias de la ciudadanía. José Gimeno Sacristán. Ed. Morata.
- Los siete hábitos de los adolescentes altamente efectivos. Sean Covey. Ed. Grijalbo 24 a. Reemp.
- Tu proyecto de vida ¿Cómo hacerlo y para qué?, Angelina Cadena Flores e Irma Pérez Villaseñor. Ed. Éxodo México, 2008.
- Los seis pilares de la autoestima, Braden Nathaniel PAIDÓS 2002.
- El papel del trabajo en la transformación del mono al hombre, Federico Engels Diversas Editoriales 2005.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA "SER BIOPSIKOSOKIAL"

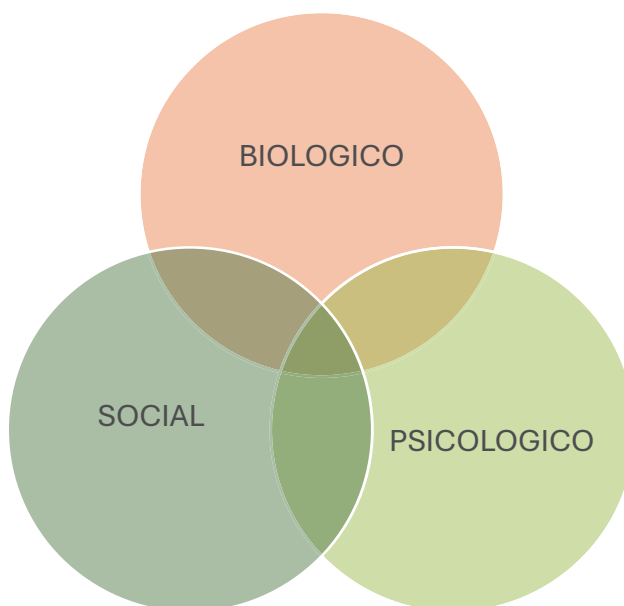
COMPETENCIA PARTICULAR: Explica al ser humano como holístico, a partir del análisis descriptivo de sus necesidades biopsicosociales y atributos personales con que cuenta para satisfacerlas.

RAP1: Se describe como ser biopsicosocial único y reconoce sus necesidades con base en la pirámide de Maslow.

CONTENIDO: YO INTEGRAL, NECESIDADES HUMANAS YPIRÁMIDE DE MASLOW, RELACIÓN HOMBRE NATURALEZA

1. El yo integral es la suma de las dimensiones biopsicosociales que te conforman, comprende sentimientos, emociones, pensamientos, reacciones, habilidades entre otros. Para poder estudiarlo mejor se estudian por separado las dimensiones que lo conforman, pero debes tener claro que ninguna de estas dimensiones es independiente de las otras, son parte de ti, por lo tanto, de tu "Yo Integral". El ser humano es el único ser con características biopsicosociales.

1. INSTRUCCIONES: En el siguiente esquema, incluye las principales características de cada una de las dimensiones del "yo integral"





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

2. Explica por qué se le debe considerar al individuo como un yo integral, argumenta y fundamenta esta explicación.

3. Investiga en diversas fuentes de consulta y define los siguientes conceptos relacionados al Yo

Yo

Personal

Yo

Real

Yo ideal

Para complementar el tema del ser biopsicosocial puedes ver el siguiente video

<https://youtu.be/tmonzq0gX5g?si=hKIKLArxrh5KAUfF>





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

- II. *Abraham Maslow (1908-1970) Fue un psicólogo estadounidense considerado como uno de los fundadores y principales exponentes de la psicología humanista, definiendo la salud mental como una búsqueda de la autorrealización. La aportación más conocida de Maslow es la "Pirámide de necesidades mejor conocida como pirámide de Maslow.*

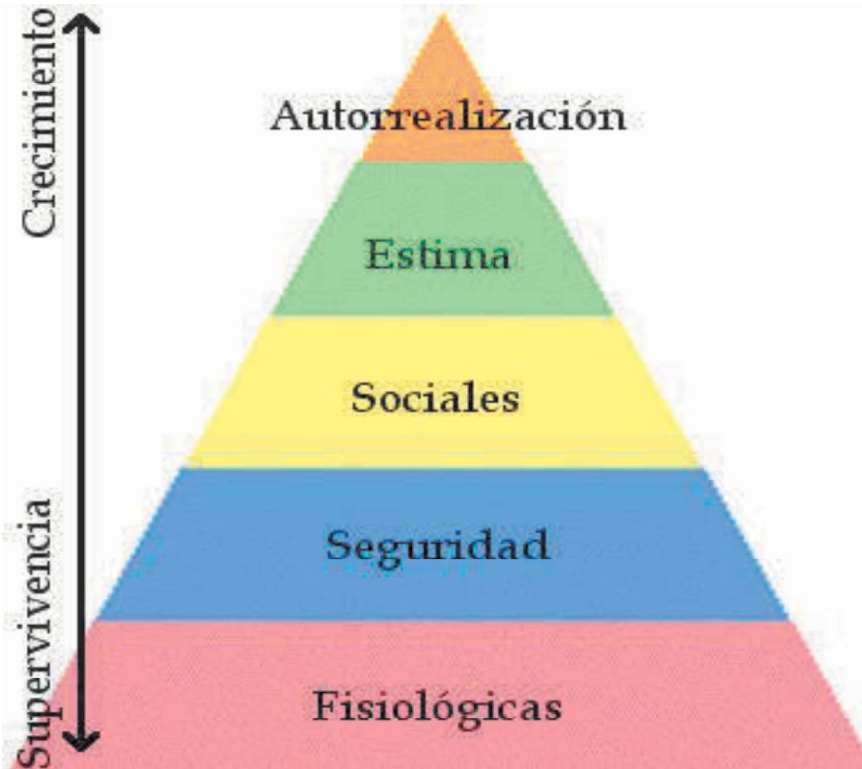
A continuación, completa lo que se te solicita

- 4. Define el concepto de "Necesidad"**

- 5. Realiza un cuadro sinóptico donde definas "Necesidad" e integres las necesidades superiores e inferiores y las necesidades humanas**



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA



6. Define y explica a qué se refiere cada uno de los niveles de la pirámide Maslow



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
 UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

7. Clasifica estos conceptos según el nivel de la pirámide al que corresponden en el siguiente cuadro y escribe un ejemplo
 AUTORRESPECTO, MIEDO, TRANSCENDENCIA, AMISTAD, SED, CANSANCIO, JUSTICIA, PRODUCTIVIDAD, SOLIDARIDAD, REPUTACIÓN, CREATIVIDAD, HAMBRE.

NECESIDADES	EJEMPLOS
FISIOLÓGICAS	
DE SEGURIDAD	
SOCIAL O DE PERTENENCIA	
RECONOCIMIENTO	
AUTORREALIZACIÓN	

8. ¿Qué sucede cuando un individuo tiene problemas para satisfacer sus necesidades fisiológicas? ¿cómo afecta socialmente?



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

9. ¿Qué pasa cuando una persona llega a la autorrealización? ¿Se llega al mismo tiempo en todos los ámbitos? Explica

III. *Federico Engels (1820-1895) fundador del socialismo científico, en su teoría sobre la evolución humana donde sugiere que la humanidad debe trascender los patrones ecológicamente destructivos del capitalismo y progresar hacia un modo de producción que opere en armonía con la naturaleza. Para Engels el trabajo es la condición básica y fundamental de toda la vida humana.*

Puedes ver el siguiente video para resolver lo que se te pide

<https://youtu.be/7WBLF5Phu6w?si=VmRiwPNUdphS5rR5>



o también leer el ensayo de Federico Engels “la importancia del trabajo en la transformación del mono en hombre”



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

10. Haz un cuadro sinóptico con los elementos más importantes del ensayo de Federico Engels "El papel del trabajo en la transformación del mono en hombre" (mano, lenguaje, trabajo, instinto gregario, órganos de los sentidos, sociedad, naturaleza.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
 UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA "SER BIOPSIKOSOCIAL"
COMPETENCIA PARTICULAR: Explica al ser humano como holístico, a partir del análisis descriptivo de sus necesidades biopsicosociales y atributos personales con que cuenta para satisfacerlas.
RAP 2: Visualiza los atributos personales como herramienta para satisfacer sus necesidades en diferentes ámbitos de su vida personal
CONTENIDO: ATRIBUTOS HUMANOS, HÁBITOS DE LOS ADOLESCENTES ALTAMENTE EFECTIVOS, AUTOESTIMA

IV. Los atributos humanos refieren a la cualidad o característica inherente a una persona. El hombre posee atributos como son: conocimientos, habilidades, aptitudes, actitudes, valores y hábitos.

11. Relaciona las siguientes columnas escribiendo en el paréntesis correspondiente el número del concepto correcto.

1. HABILIDAD

() Cúmulo de experiencias formales e informales que he aprovechado en mi beneficio

2. HÁBITO

() Es una manera de actuar que se fija gracias al ensayo

3. APTITUD

() Disposición permanente con la que nos enfrentamos al mundo y a manifiesta la disposición del ánimo

4. CONOCIMIENTO

5. ACTITUD

() Expresión de una capacidad específica desarrollada que nos permite hacer bien las cosas

6. VALORES

() Serie de características del ser humano para adquirir un entrenamiento, conocimiento o habilidad

() Son ideales que comparten y aceptan los integrantes de un grupo y que influyen en el comportamiento individual y grupal.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

7. ¿Qué importancia tiene conocer nuestros propios atributos?

9. Explica la diferencia entre hábito y costumbre

10. Investiga y escribe la definición de Vicio y menciona algunos ejemplos

V. Stephen R. Covey (1932-2012) es un escritor estadounidense autor del libro "Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva" que se aplica para el liderazgo y la administración, en la unidad de aprendizaje de desarrollo personal nos ayuda a desarrollar el tema de los adolescentes altamente efectivos, que nos ayudan a crear estrategias adecuadas para tu superación personal y profesional

11. Conociendo tus atributos personales te será mucho más fácil entender los 7 hábitos de la gente altamente efectiva y ponerlos en práctica, por lo tanto, explica cada uno de ellos y ejemplifícalo

SER

PROACTIVO

COMENZAR CON EL FIN EN LA
MENTE



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

PRIMERO LO

PRIMERO _____

PENSAR

GANA/GANA _____

BUSCAR ENTENDER, LUEGO SER

ENTENDIDO _____

SINERGIZAR _____

AFILAR LA

SIERRA _____

12. Lee el siguiente caso y en base a los 7 hábitos de los adolescentes altamente efectivos ¿cómo tendría que actuar la protagonista para alcanzar sus metas de superación y éxito personal y poder ayudar a sus padres? Puedes utilizar como base las siguientes preguntas: ¿Cómo tiene que organizar Edna su tiempo para poder estudiar y trabajar sin descuidar sus actividades en la iglesia? ¿Como organizarían las prioridades de Edna para lograr sus objetivos? ¿Cuáles son los hábitos que tendrá que desarrollar Edna para convertirse en una adolescente altamente efectiva?

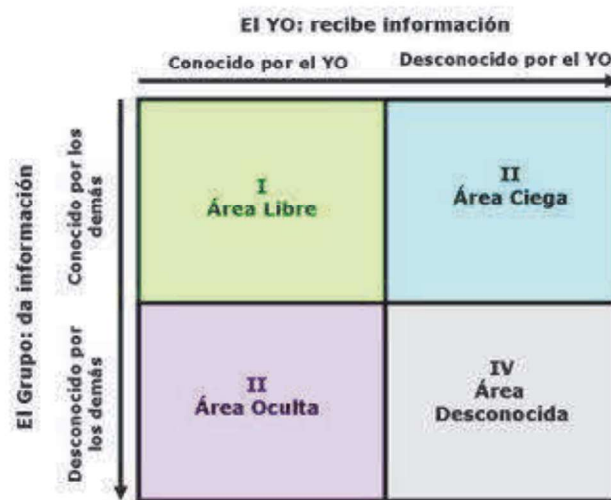
EDNA



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
 UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

Mujer, de 15 años. Soltera, sus papas son empleados, es única hija le gustaría mejorar sus calificaciones para solicitar una beca en la escuela ya que menciona que a sus padres se les complica seguir apoyándola en la escuela; a su mamá le dijeron que la empresa donde trabaja va a cerrar y quedaría desempleada, los dos estudiaron hasta la primaria. Le gustaría seguir estudiando una carrera para poder ayudar a sus padres económicamente y solventar sus gastos, en su tiempo libre participa en una sociedad religiosa en su comunidad.

- VI. *En la búsqueda del éxito personal, podemos hacer uso de ciertas herramientas que nos dan idea de nuestras conductas y rasgos de nuestra personalidad, además de que pueden ayudarnos a encontrar soluciones para hacer frente a situaciones diversas y a relacionarnos mejor con nuestros pares, docentes, jefes o padres. Una de esas herramientas es la ventana de Johari, que se divide en cuadrantes y se presenta a continuación*



13. Completa el siguiente cuadro con los conceptos correspondientes para mayor referencia en tu ventana de Johari



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

AREA LIBRE	
AREA CIEGA	
AREA OCULTA	
AREA DESCONOCIDA	

14. De acuerdo con la ventana de Johari aquí representada haz un ejercicio de "Feedback" es decir pregunta a los demás lo que piensan o ven en ti y llena tu propio esquema, no olvides poner primero lo que sabes respecto a ti y compáralo con lo que dicen los demás.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

VENTANA DE JOHARI PERSONAL

15. ¿Consulta diferentes fuentes y define la Autoestima

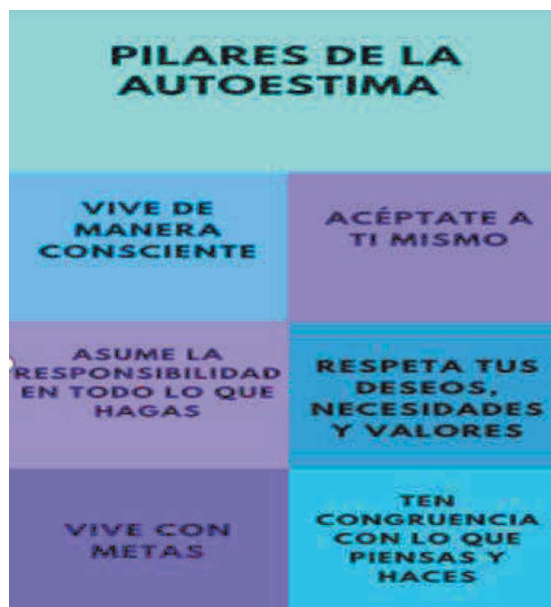
16. Completa definiendo correctamente cada uno de los peldaños la escalera de la autoestima



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

AUTOESTIMA	
AUTORRESPECTO	
AUTOACEPTACIÓN	
AUTOEVALUACIÓN	
AUTOCONCEPTO	
AUTOCONOCIMIENTO	

17. ¿Cuál es la relación que existe entre la escalera y los pilares de la autoestima?





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

18. Define y explica cada uno de los pilares de la autoestima

UNIDAD 1 DEL PROGRAMA "SER BIOPSIICOSOCIAL"
COMPETENCIA PARTICULAR: Explica al ser humano como holístico, a partir del análisis descriptivo de sus necesidades biopsicosociales y atributos personales con que cuenta para satisfacerlas.
RAP 3: Establece la relación entre su personalidad y la influencia de su entorno social y natural a partir del análisis crítico de los factores con los que se interrelaciona de manera activa
CONTENIDO: RELACIÓN HOMBRE NATURALEZA, PROCESO DE SOCIALIZACIÓN, IDIOSINCRASIA NACIONAL, PARADIGMAS

19. ¿Qué importancia tiene la naturaleza para los seres vivos?

20. ¿Cómo consideras que debe ser la relación de los Seres Humanos con la naturaleza?

21. ¿Qué acciones del ser humano dañan la naturaleza?



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

VII. La socialización es un proceso que acompaña al ser humano a lo largo de su vida, este proceso determinará nuestra personalidad y adaptación a cualquier ambiente o circunstancia que se nos presente

22. Realiza un gráfico que integre los factores de socialización y los tipos de socialización, es importante que incluyas ejemplos para cada uno



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

23. Define Cultura

24. Con base a la definición de cultura ¿cuáles son los agentes de transmisión de la cultura?

25. IDIOSINCRASIA DEL MEXICANO

- A) Busca dos o tres definiciones de idiosincrasia, posteriormente elabora una propia
B) Lee el texto "La muerte es una "fiesta" en la idiosincrasia del mexicano ", se encuentra en la siguiente dirección

<http://www.centinelacatolico.org/node/325>

- c) Analiza qué significa la muerte para el mexicano, que costumbres hay en nuestra cultura

- D) En general ¿Cuál es la idiosincrasia del mexicano? Y ¿Cuáles son sus características?

- E) ¿Cómo podemos contribuir para modificar las características actuales del mexicano?

26. ¿Por qué la Idiosincrasia puede ser determinante para frenar el crecimiento del país?



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

27. ¿Qué es un Paradigma?

28. ¿Cómo podría un paradigma impedir o modificar nuestra idiosincrasia Nacional?

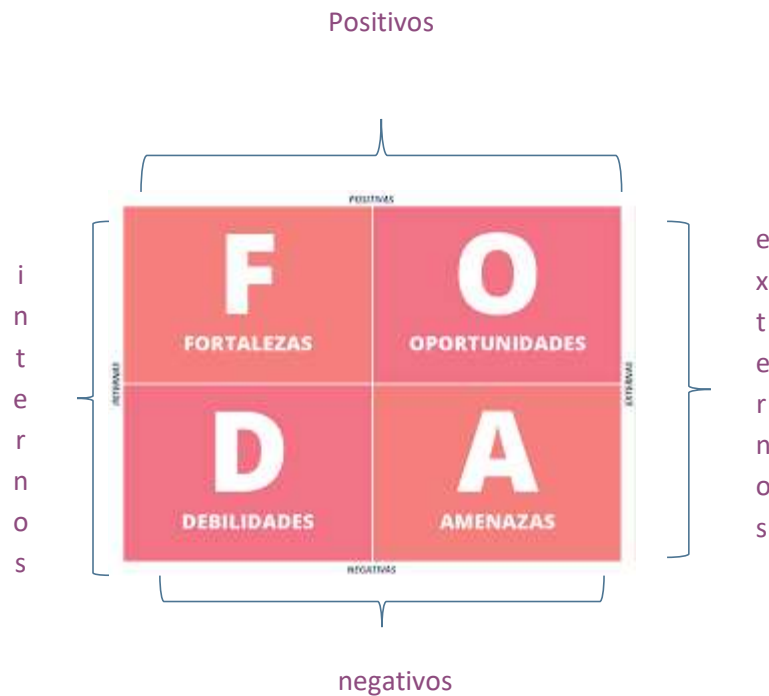
UNIDAD 2 DEL PROGRAMA: PROYECTO DE VIDA Y PROCESO AUTOGESTIVO

COMPETENCIA PARTICULAR: Elabora el proyecto de vida a partir de la planeación estratégica que le permita organizar y movilizar recursos personales encaminados a lograr su mejora continua.

RAP 1: Diseña un proyecto de vida basado en el método FODA con visión, misión, metas, objetivos y estrategias.

CONTENIDO: MÉTODO FODA, PLAN DE VIDA: VISIÓN, MISIÓN, METAS Y ESTRATEGIAS PERSONALES, ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO

29. Investiga qué es el método FODA y define cada uno de sus cuadrantes. a partir de ahí esboza tu proyecto de vida.



ELABORÓ: TERESA GEORGINA GUZMÁN JIMÉNEZ



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
 UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

30. Escribe con base al método FODA 4 fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas tuyas que tengas identificadas en ti

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.

31. Investiga en la página del CECyT 11 Wilfrido Massieu y anótalas en el siguiente cuadro

MISSION	VISION

32. De acuerdo a la actividad anterior y después de consultar tu libro escribe ¿ Qué entiendes por Misión? _____

33. ¿Qué entiendes por Visión?



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

34. Según tu proyecto de Vida escribe en el siguiente cuadro tu Misión y Visión personal

MISIÓN	VISIÓN

VIII. Tener un plan de vida, te ayuda a dirigir tus esfuerzos y energía a metas y objetivos concretos relacionados con tu autorrealización tanto personal como profesionalmente. La importancia de conocerte es determinante para definir tus gustos y preferencias, el saber administrar tu tiempo te ayudará a jerarquizar tus actividades para poder disfrutar tranquilamente de tu tiempo libre. Tomar las decisiones correctas nos hará llegar más fácilmente a nuestros objetivos, para esto debemos saber identificar problemas o situaciones que necesiten de vuestra atención.

35. Investiga los siguientes conceptos relacionados a Plan de Vida

A) Plan:

B) Proyecto:

C) Planeación estratégica



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

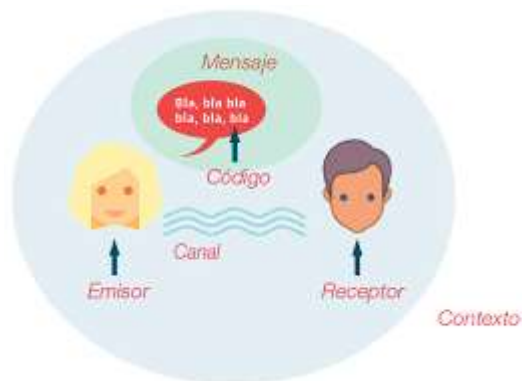
D) Autogestión:

UNIDAD 2 DEL PROGRAMA: PROYECTO DE VIDA Y PROCESO AUTOGESTIVO

COMPETENCIA PARTICULAR: Elabora el proyecto de vida a partir de la planeación estratégica que le permita organizar y movilizar recursos personales encaminados a lograr su mejora continua.

RAP 2: Emplea la comunicación asertiva y técnicas de solución de problemas que le permitan tomar decisiones durante el proceso autogestivo del proyecto de vida

CONTENIDO: COMUNICACIÓN ASERTIVA Y EMPÁTICA, ANÁLISIS DE PROBLEMAS, TOMA DE DECISIONES Y AUTOEVALUACIÓN



36. Define qué es comunicación



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

37. ¿Qué es comunicación asertiva?

38. ¿Qué es comunicación Empática?

39. En los elementos de la comunicación define cada uno junto con sus características principales

EMISOR:

MENSAJE:

CANAL:

RECEPTOR:



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

40. Desde la perspectiva del Desarrollo Personal define que es un problema.

41. Haz un diagrama con los pasos a seguir para la resolución de un problema

42. Define el concepto de toma de decisiones.

43. Para tomar decisiones debemos conocer sus características como son: efectos futuros, reversibilidad, impacto, calidad y periodicidad. Explica cada una de estas características



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

44. Realiza un diagrama con los pasos a seguir para la toma de decisiones

IX. Todo proceso debe tener un tiempo de autoevaluación, es importante saber si estás haciendo lo correcto, si las metas y objetivos planteados son lo que en verdad quieres, o si debes cambiar o modificar tus estrategias.

45. Existen diferentes herramientas para llevar a cabo el proceso de autoevaluación, aquí te proponemos una que se aplica en el mundo empresarial, pero que puedes aplicar también a tu proyecto de vida, deberás definir cada una de las etapas y buscar alguna otra para compararlas.





INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

46. Ahora puedes definir lo que es la Autoevaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 3: Aplicación de herramientas afectivas e intelectuales para la mejora continua

COMPETENCIA PARTICULAR: Utiliza herramientas afectivas, intelectuales y prácticas para dar solución a problemas en sus diferentes ámbitos

RAP 1: Desarrolla un plan de mejora continua, con metas y herramientas que le permitan calidad de vida

CONTENIDOS: CALIDAD DE VIDA Y ESTRATEGIAS, CÍRCULOS DE CALIDAD, DISEÑA ESTRATEGIAS PARA LOGRAR CALIDAD PERSONAL, ELABORA PLAN DE MEJORA CONTINUA.

47. ¿A qué se refiere el término Calidad de Vida? ¿Qué elementos debemos considerar para poder decir que tenemos calidad de vida?

48. Escribe por lo menos tres conceptos diferentes de calidad.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

49. Enumera las características de la calidad

50. ¿A qué se refiere el término Calidad de Vida? ¿Qué elementos debemos considerar para poder decir que tenemos calidad de vida?

51. Explica que son los círculos de calidad

52. Explica el término "Cultura de Calidad"

Para poder entender mejor este tema, puedes consultar este video

<https://youtu.be/KvitqfuxFtw?si=1qQ2G5WZnPYcGSBs>

o buscar alternativas diferentes en la red.

53. ¿Investiga que son las normas ISO, su origen y para que se utilizan?



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
 UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

54. Para qué sirve un plan de mejora continua?

55. ¿Cuáles son los requerimientos necesarios para un plan de Mejora Continua?

56. Realiza un cuadro donde puedas dar seguimiento a tu plan de mejora continua, puedes usar como base el siguiente

ACCIONES DE MEJORA A LLEVAR A CABO	DIFICULTAD	PLAZO	IMPACTO O CONSECUENCIAS	PRIORIDAD

UNIDAD DIDÁCTICA 3: Aplicación de herramientas afectivas e intelectuales para la mejora continua
COMPETENCIA PARTICULAR: Utiliza herramientas afectivas, intelectuales y prácticas para dar solución a problemas en sus diferentes ámbitos
RAP 2: Asume una actitud crítica y propositiva hacia fenómenos sociales en el contexto global
CONTENIDO: GLOBALIZACIÓN, COMPETITIVIDAD, CERTIFICACIÓN, PARADIGMAS, DESCRIBE CARACTERÍSTICAS DE LA GLOBALIZACIÓN, IDENTIFICA CARACTERÍSTICAS DE LA COMPETITIVIDAD.

X. Para desenvolverte en al mundo profesional debes conocer las tendencias de desarrollo, y el contexto económico e histórico que te toca vivir, para eso es importante que conozcas los siguientes conceptos, que ayudarán también a pensar mejor tu futuro profesional



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

57. Define que es Globalización

58. Haz un breve análisis de alguna noticia del periódico que describa de alguna manera el concepto de globalización y explica por qué

59. A partir de lo que entiendes por globalización explica ¿qué papel juega México en el Mundo Globalizado?

60. Analiza y describe cuál es tu contribución o participación personal dentro del contexto de la Globalización.



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS 11
"WILFRIDO MASSIEU"
SUBDIRECCIÓN ACADÉMICA DEPARTAMENTO DE
UNIDADES DE APRENDIZAJE DEL ÁREA HUMANÍSTICA

61. Escribe el concepto de competitividad

62. Menciona tres empresas o marcas que conozcas que consideres altamente competitivas, describe el producto con el que los conoces y las características que tu consideras sean motivo de su liderazgo

63. Con base a tu perfil real, ¿qué rasgos personales necesitas desarrollar para ser competitivo en el mundo globalizado?

64. Describe tu perfil Ideal

65. ¿Cuáles son los paradigmas personales que tienes que romper o cambiar para lograr ser un excelente estudiante y alcanzar tu plan de vida?
