

GUÍA DEL ESTUDIANTE

Orientación Educativa: Escolar

Primer Semestre

Marco Curricular Común de la Educación Media Superior





COLEGIO DE BACHILLERES DE TABASCO

Mtro. Fernando Yrys Hernández
Director General

Mtra. Ana Fanny Hernández Montero
Directora Académica

Lic. Celis del Carmen Ranero Lara
Subdirectora de Planeación Académica

Mtra. Guadalupe Soberanes Ramón
Jefa del Departamento de Programas de Estudio

Asignatura: **Orientación Educativa: Escolar**
Edición: **2026-2027A**

En la realización del presente material participaron:

Coordinador(a)
Martha Rosa Esquinca Díaz. Plantel 35

Asesores
María del Pilar Colorado Mejía Plantel 32
Rosalía Natividad Bautista Mayo Plantel 30
Yubany Hernández Aguilar Plantel 25

Revisado por:

Moderador(a).
Psic. Ana Delfina Pérez Herrera.

Este material fue elaborado bajo la coordinación y supervisión del Departamento de Programas de Estudio de la Dirección Académica del Colegio de Bachilleres del Estado de Tabasco y el contenido de este es gratuito, sin fines de lucro.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este material por cualquier medio electrónico o mecánico, sin autorización por escrito del Colegio de Bachilleres del Estado de Tabasco.



Índice

PRESENTACIÓN	5
MAPA DE LA FORMACIÓN	6
ENFOQUE DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA: ESCOLAR	8
CONOCE TU GUÍA DIDÁCTICA (SIMBOLOGÍA)	9
DOSIFICACIÓN PROGRAMÁTICA.....	11
META EDUCATIVA.....	13
PARTE I. SOY BACHILLER	14
SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 1	16
SESIÓN 1: ENCUADRE Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA.....	17
<i>Lectura 1: Orientación Educativa en el COBATAB.....</i>	<i>20</i>
SESIÓN 2. TIPOS DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA.	21
<i>Lectura 2: Orientación Educativa y sus tipos durante el bachillerato</i>	<i>21</i>
<i>Actividad 1. Análisis de Casos</i>	<i>23</i>
SESIÓN 3. MARCO CURRICULAR COMÚN (MCCEMS)	24
<i>Lectura 3: Marco Curricular Común de Educación Media Superior (MCCEMS)</i>	<i>24</i>
<i>Lectura 4. Modalidades de estudio del COBATAB</i>	<i>31</i>
<i>Actividad 2. Crucigrama sobre el MCCEMS</i>	<i>32</i>
SESIÓN 4. REGLAMENTO ESCOLAR	34
<i>Lectura 5. Reglamento Académico del COBATAB</i>	<i>34</i>
<i>Actividad 3. Casos del Reglamento escolar.....</i>	<i>42</i>
SESIÓN 5. EL REGLAMENTO Y CÓMO RESPETARLO	44
<i>Actividad 4_Decálogo del comportamiento</i>	<i>44</i>
SESIÓN 6. DISTINTIVOS DEL COBATAB	46
<i>Lectura 6. Principales identificadores del COBATAB</i>	<i>46</i>
<i>Actividad 6. Lapbook.</i>	<i>51</i>
SESIÓN 7. SISTEMA DE EVALUACIÓN Y ORGANIGRAMA	54
<i>Actividad 7. Organigrama</i>	<i>54</i>
PARTE II. IDENTIDAD Y HÁBITOS	57
PROPÓSITOS Y CONTENIDOS FORMATIVOS	58



SITUACIÓN DE APRENDIZAJE 2.	59
SESIÓN 8. FILOSOFÍA DEL ESTUDIANTE.....	60
<i>Lectura 1. Filosofía del estudiante</i>	63
<i>Actividad 1. Tendedero</i>	65
SESIÓN 9. HÁBITOS DE ESTUDIO	68
<i>Lectura 2. Hábitos de estudio</i>	68
<i>Actividad 2. Encuesta de hábitos y métodos de estudios.</i>	69
SESIÓN 10. ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.....	72
<i>Lectura 3: Administración del tiempo</i>	72
<i>Actividad 3. Agenda diaria ¿En qué se va mi tiempo?</i>	74
SESIÓN 11. MOTIVACIÓN PARA EL ESTUDIO.....	76
<i>Lectura 4: Motivadores internos y externos.</i>	76
<i>Actividad 4. Silueta de los factores internos y externos.</i>	78
SESIÓN 12. DÓNDE Y CÓMO ESTUDIAR	79
<i>Actividad 5: Estrategias para estudiar mejor.</i>	79
<i>Lectura 5: Lugar y estrategias de estudio</i>	80
SESIÓN 13: SUBRAYADO Y RESUMEN	85
<i>Lectura 6: Cómo es la técnica de Subrayado y Resumen</i>	85
<i>Actividad 6. Ejercicio de subrayado y resumen.</i>	88
<i>Actividad 7. Técnicas de Toma de nota, subrayado y resumen con mi personaje favorito.</i>	89
SESIÓN 14: CONDICIONES PARA ESTUDIAR PRODUCTIVAMENTE.	90
<i>Lectura 7: Condiciones de estudio</i>	90
<i>Actividad 8. Lámina creativa de las condiciones de estudio.</i>	94
SESIÓN 15. ORGANIZADORES GRÁFICOS	97
<i>Lectura 8: Los organizadores Gráficos como técnicas de estudio.</i>	97
<i>Actividad 9. Armado de organizadores gráficos tipo memorama.</i>	108
SESIÓN 16. REFLEXIÓN SOBRE LOS APRENDIZAJES.....	109
ANEXOS	110
REFERENCIAS.....	135
HIMNO AL COBATAB.....	137
PORRA INSTITUCIONAL.....	138
COBACHITO.....	139



Presentación

Se hace énfasis en que este primer semestre, la Orientación que se ofrecerá se denominaría: Orientación Educativa: Escolar, porque va dirigida al proceso de inducción al bachillerato, al conocimiento del MCCEMS, propio de Tabasco y a estrategias que ayuden a mejorar sus hábitos y técnicas de estudio.

La Orientación Educativa: Escolar pertenece al Curricular fundamental buscará establecer una identidad de pertenencia del Colegio de Bachilleres de Tabasco fortaleciendo y consolidando acciones, actividades y proyectos para lograr los aprendizajes de trayectoria que buscan que los estudiantes se formen como ciudadanas y ciudadanos responsables, con valores, comprometidos con su bienestar personal y social en el proceso formativo.

A través de Orientación Educativa se ofrece apoyo a los estudiantes para saber tomar decisiones mediante procesos informados que planeen su vida a partir de la reflexión y análisis de sus características personales, la situación familiar y el entorno socioeconómico.

La Orientación Educativa busca poner atención a poblaciones vulnerables con condiciones de alta marginación, alto grado de rezago social, en condiciones de pobreza, a municipios con presencia de indígenas y alto nivel delictivo con diferentes realidades y contextos; además impulsar su aprendizaje y el buen aprovechamiento escolar, así como promover su conclusión de estudios de manera pertinente y con excelencia.

La Orientación Educativa: Escolar será un proceso de acompañamiento durante el primer semestre de Educación Media Superior para favorecer y fortalecer el proceso de adaptación y transición personal y educativo.

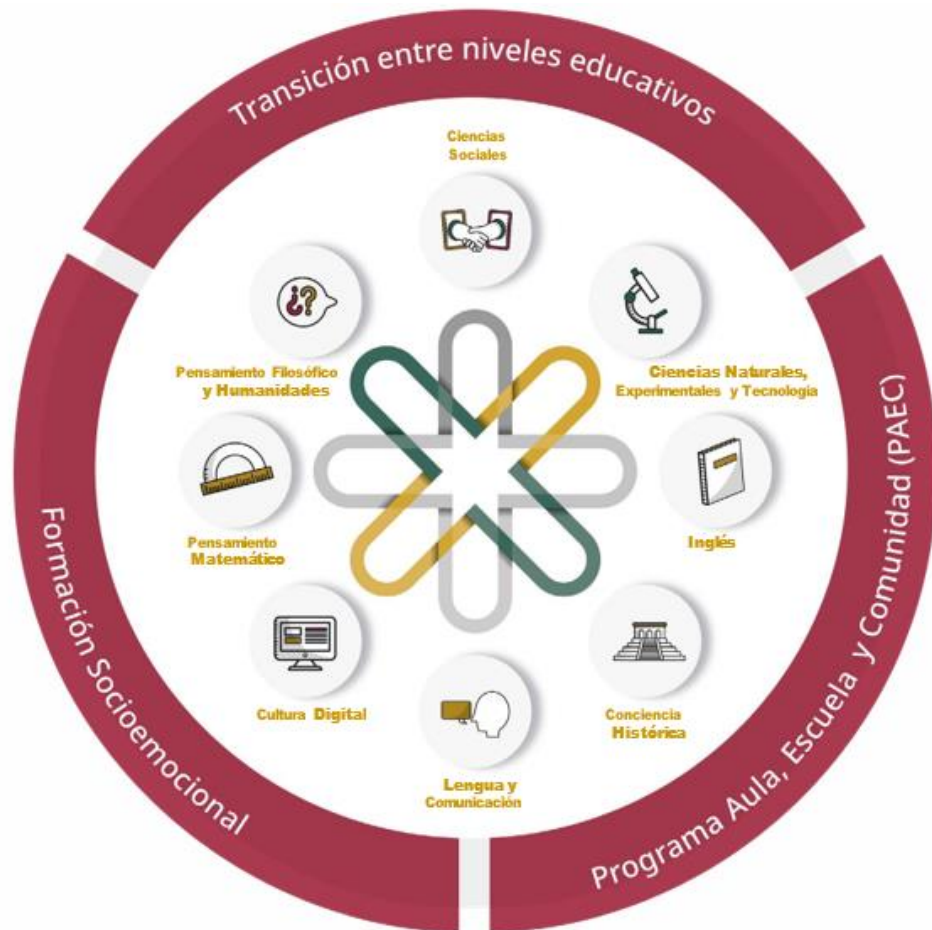
Se revisaran las diferentes condiciones del estudiante que influyen en sus técnicas de estudio, las condiciones tanto físicas, psicológicas y sociales que afectan su capacidad de atención, concentración y estrategias para estudiar con resultados más favorables, en este trayecto valoraran sus hábitos como la forma que administran su tiempo, incluyendo los motivadores internos y externos que lo llevan a ciertas actitudes ante el estudio, detectando la procrastinación y orientación para saber encontrar soluciones adecuadas a sus características personales.

Este primer semestre es una introducción hacia el conocimiento del COBATAB y adquirir su sentido de pertenencia, pero sobre todo a darse la oportunidad de tener un desempeño exitoso en este primer episodio de la Educación Media Superior.



Mapa de la formación

Currículum Fundamental y Ampliado del MCCEMS



-  Currículum fundamental
-  Currículum ampliado (Acompañamiento de las Trayectorias Estudiantiles)

Fuente: Elaborado por la COSFAC.

Esquema de Orientación Educativa en COBATAB.

Asignatura de propia creación

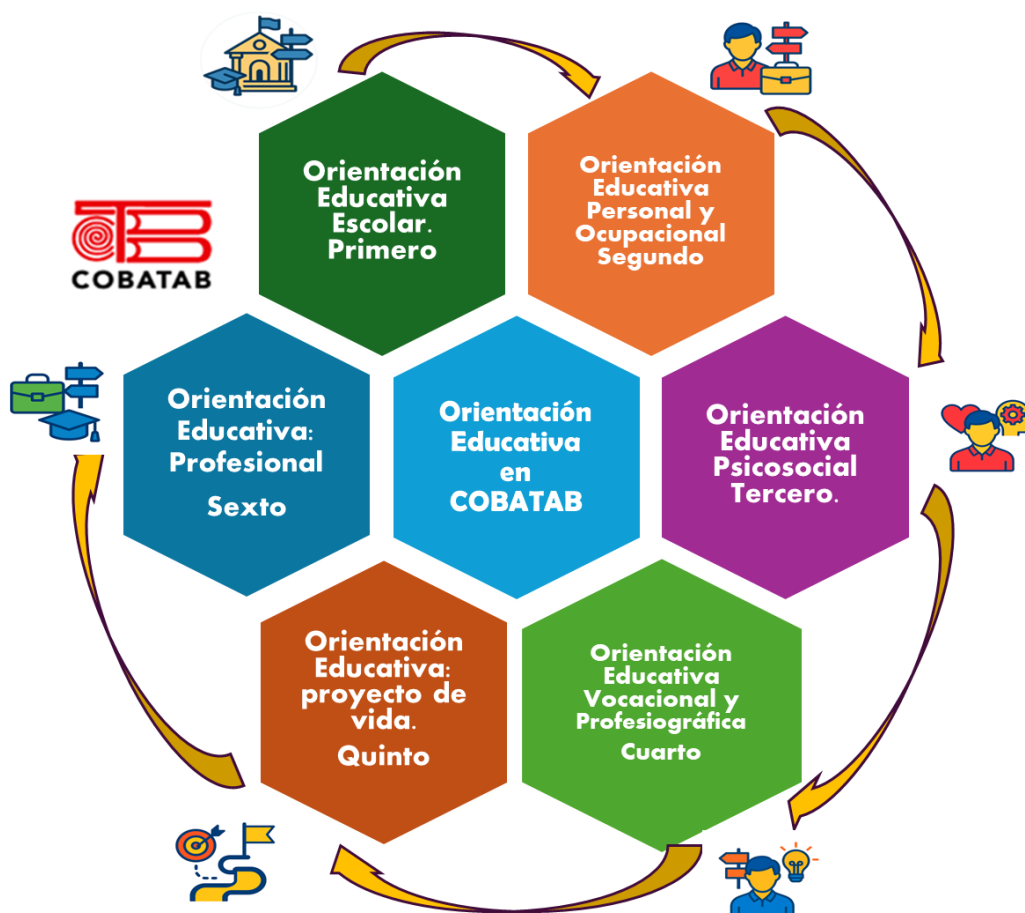


Ilustración 1. Estructura de Orientación Educativa. Diseño del equipo de Estructuración.



Enfoque de Orientación Educativa: Escolar

La Orientación Educativa Escolar está estructurada para proveer al estudiantado a lo largo del primer semestre de Educación Media Superior de espacios de reflexión para apoyar su desempeño y brindar dentro del trabajo áulico herramientas para que el proceso de adaptación y transición tanto personal como educativo sea un proceso enriquecedor para su vida que motive a continuar sus estudios.

La definimos como un espacio de acercamiento formal, integrador y motivador para que los estudiantes se integren con éxito a la comunidad escolar y adquieran estrategias que provoquen un mejor desarrollo de sus capacidades y mayor motivación para el estudio.

Orientación Educativa: Escolar está orientada en el trabajo reflexivo personal y en equipos, por lo que insta al estudiante a socializar en un ambiente de trabajo basado en el respeto a los derechos humanos y en una interacción pacífica.

Establecer espacios de reflexión para el conocimiento, sentido de pertenencia y nuevas estrategias en su desempeño escolar requiere no solo la introspección sino también la capacidad de reconocerse en la interacción con los demás, en sus procesos del trabajo colaborativo, en su compromiso personal y con los demás para cumplir objetivos propios y colectivos.

El trabajo en equipo es una alternativa dentro de la enseñanza, ya que fomenta dentro del salón de clases la participación de los alumnos, responsabilidad, diálogo y la tolerancia. La organización de la clase en pequeños grupos mixtos y heterogéneos donde los alumnos trabajan conjuntamente de forma coordinada entre sí. Los objetivos de los participantes deben estar estrechamente vinculados, de tal manera que cada uno de ellos sólo puede alcanzar sus objetivos sí, y sólo si, los demás consiguen alcanzar los suyos.

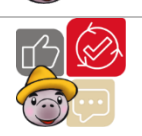
Son importantes para generar las actividades, la metodología de aprendizaje reflexivo consiste en impulsar el aprendizaje del estudiante a través de su propio proceso de investigación ante las cuestiones planteadas en el aula. El objetivo final de esta metodología es el desarrollo de las capacidades necesarias para que una persona se desenvuelva en un entorno cambiante: tener pensamiento crítico, ser resolutivo e independiente en la búsqueda de respuestas y soluciones y saber trabajar en equipo.

El docente debe considerar que los hábitos de estudio en el aula son métodos y estrategias que acostumbra a usar el estudiante para asimilar unidades de aprendizaje, actitudes para evitar distracciones, su atención al material específico y los esfuerzos que realiza a lo largo de todo el proceso. Así que es importante tener presente que el objetivo es dotar de herramientas al estudiante para crear sus métodos funcionales de estudio que acomoda a cada estudiante.

Se aplicarán test con la finalidad de que se conozcan e identifiquen sus puntos a mejorar como estudiante y hagan su propia filosofía para el estudio al mismo tiempo que aprendan a autorregularse

Conoce tu guía didáctica (Simbología)

Ícono	Descripción
	Lectura: Indica que el estudiante deberá realizar la lectura correspondiente a los conocimientos básicos del Programa de Estudio. Esta lectura proporciona los fundamentos teóricos esenciales para el desarrollo del submódulo.
	Encuadre: sección donde se muestra los productos a evaluar y el porcentaje correspondiente para la evaluación del parcial.
	Material audio visual: Representa recursos audiovisuales complementarios que refuerzan los contenidos básicos del Programa de Estudio. Se sugiere visualizar el material a través de un video, generalmente indicado con un código QR proporcionado por el docente.
	Actividad: Sección destinada a una actividad teórica o escrita que permite al estudiante aplicar, reflexionar o consolidar los aprendizajes esperados del Programa de Estudio. Su producto puede ser utilizado como parte de la evaluación formativa.
	Docente explica: Espacio sugerido para que el docente profundice, ejemplifique o adapte los conocimientos del Programa de Estudio al contexto de su grupo o comunidad educativa.
	Dosificación: Calendario que muestra la distribución de los conocimientos del Programa de Estudio a lo largo del semestre. Incluye fechas, temas y actividades a desarrollar.
	Actividad SIGA: Indica la actividad o producto que debe ser registrado en la plataforma SIGA como evidencia obligatoria del avance del estudiante. La palabra “EVIDENCIA” debe aparecer resaltada.
	Evaluación Diagnóstica: Actividad inicial del submódulo que permite identificar los conocimientos previos del estudiante. Sus resultados orientan la planeación didáctica y las estrategias de acompañamiento.
	Instrumento de evaluación: Documento que establece los criterios, niveles de desempeño y ponderaciones que se utilizarán para evaluar el producto esperado. Puede presentarse como rúbrica, lista de cotejo u otro formato adecuado.
	PAEC: Proyecto Aula-Escuela-Comunidad, una estrategia de innovación educativa que vincula el aprendizaje con el entorno social. Aquí se trabajan productos integradores o actividades comunitarias.
	Tarea (Extramuros): Actividad que se desarrolla fuera del horario escolar, en casa o en el entorno del estudiante. Refuerza lo aprendido en clase y promueve la vinculación del conocimiento con la vida cotidiana.

	Actividad lúdica: Propuesta de aprendizaje basada en el juego, diseñada para fomentar la participación, la creatividad y la comprensión de los contenidos de forma dinámica y significativa; empleando gamificación o ludificación.
	Situación didáctica: Presenta una situación problema, caso o pregunta retadora que genera duda o sorpresa, motivando al estudiante a cuestionar sus ideas previas y activar su pensamiento crítico.
	Actividad en equipo: Propuesta de trabajo colaborativo, diseñada para fomentar la participación coordinada, basada en las opiniones y habilidades de los integrantes.
	Actividad creativa: Sección incluida para realizar una actividad que requiere de elaborar un producto creativo o artístico.
	Retroalimentación: Momento para que el docente brinde comentarios constructivos sobre el desempeño del estudiante, con el fin de fortalecer su proceso de aprendizaje y orientar mejoras.
	¿Quién era?: Espacio destinado a presentar la vida y obra de personajes históricos y de aportación relevante y relacionada con el contenido de la UAC. Favorece la conciencia histórica.
	COBA-nota: Espacio dedicado a compartir noticias, curiosidades, casos reales o experiencias significativas relacionadas con el contenido, vinculando el aprendizaje con la actualidad.

Meta Educativa

Construye su sentido de pertenencia al conocer el MCCEMS y reflexionar sobre lo que significa ser estudiante, su relación con el desarrollo del acto de aprender a aprender para garantizar su desempeño académico y permanencia.



PARTE I. Soy bachiller





Propósitos y contenidos formativos

Propósitos formativos	Contenidos formativos
1. Valora las características de la formación que el COBATAB le ofrece a través de la orientación sobre el plan de estudios, los símbolos y características de la institución para tomar decisiones y participar en la comunidad educativa y social contribuyendo a favorecer su formación integral y a convivir en una cultura de paz.	• Encuadre • Definición de orientación educativa. • Áreas de intervención de la Orientación Educativa. • MCCEMS • Plan de estudios • Reglamento escolar • Reglamento escolar • Distintivos del COBATAB • Organigrama • Sistema de evaluación



Situación de Aprendizaje 1

¿Quihúbole con mi plantel?

Propósito de la situación

- * En equipos de seis estudiantes elaborarán un Lapbook donde representen los distintivos que dan identidad al COBATAB y sus significados como emblemas de respeto a esta institución.

Problema del contexto

- * Leonardo ingresó hace poco a la EMS, le gustaría conocer la formación que recibirá en su plantel del COBATAB (plan de estudios, perfil de egreso, funcionamiento del COBATAB, sus derechos y obligaciones), elementos importantes que le hagan sentirse orgulloso de pertenecer al COBATAB, los servicios que ofrecen como estudiante en su plantel.

Conflicto cognitivo

- ¿Qué servicios del plantel puede solicitar Leonardo cuando lo requiera?
- ¿Cómo le explicarías a Leonardo lo que es el MCCEMS?
- ¿Cuáles son dos derechos y dos obligaciones que Leonardo debe respetar para su permanencia en el plantel?
- ¿Cómo se clasifican las asignaturas impartidas durante los 6 semestres del COBATAB?
- ¿Qué beneficios tiene para Leonardo conocer cómo se evalúa en el COBATAB?
- ¿Cuál es significado que tiene, para Leonardo y cualquier otro estudiante, el conocer los elementos que identifican al COBATAB y la comunidad educativa?

Sesión 1: Encuadre y Orientación Educativa



Encuadre del Primer Parcial

Icono	Actividad	Porcentaje	puntuación
	EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA	5	
	Casos de tipo de orientación	10	
	Crucigrama del MCCEMS	10	
	Reglamento CASOS	20	
	Decálogo	20	
	Lapbook (SIGA)	30	
	Organigrama	5	
Total 100%			



Instrumento de evaluación de 1ª evaluación sumativa

Nombre del estudiante:						
Semestre:				Grupo:		
NÚM.	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD	%	CUMPLIÓ CON LA ACTIVIDAD		PORCENTAJE ALCANZADO
				SI	NO	
Situación de aprendizaje 01 ¿Quihúbole con mi plantel ?						
ACTIVIDAD 01	Evaluación Diagnóstica		5			
ACTIVIDAD 02	Casos de tipo de orientación		10			
ACTIVIDAD 03	Crucigrama sobre el MCCEMS		10			
ACTIVIDAD 04	Reglamento casos		20			
ACTIVIDAD 05	Decálogo		20			
ACTIVIDAD 06	Lapbook de distintivos del COBATAB SIGA		30			
ACTIVIDAD 07	Organigrama		5			
1ª. Evaluación sumativa			Total			



Evaluación diagnóstica

INSTRUCCIÓN: De manera individual solicita a los estudiantes responder al siguiente cuestionario.

DATOS GENERALES

Nombre(s) del alumno(s)

Matrícula(s)

Producto: Evaluación diagnóstica.

Fecha

¿Qué es Reglamento
Escolar ?

¿Cuáles son los
distintivos del Cobatab?

¿Qué es Orientación
Educativa?

¿Cuáles son las áreas de
Orientación Educativa?

¿Qué servicios ofrece la biblioteca del plantel?



Nota para el docente:

Para revisar las respuestas correctas, consultar el anexo 1 al final de la guía.



Lectura 1: Orientación Educativa en el COBATAB

Orientación Educativa: Escolar. Favorece el conocimiento e identificación de elementos para integrarse a la comunidad de aprendizaje, a la organización del Colegio de Bachilleres, la formación académica, servicios que éste le ofrece, su adaptación y el sentido de pertenencia. Además, propicia el conocimiento y cuidado de sí mismo, el desarrollo de habilidades

académicas, adquisición de nuevas estrategias y hábitos de estudio como base para integrarse con éxito a la comunidad del aprendizaje.



Ilustración 2. Orientación Educativa, Imagen generado por Copilot

La Orientación Educativa Escolar es una asignatura de propia creación del COBATAB y va orientada a apoyar el desempeño académico de los estudiantes, por tal razón se creó a fin de estudiarla y que los bachilleres comprendan hacia donde pretende orientarlo.

La orientación escolar es un proceso dirigido al desarrollo de habilidades y destrezas para aprender a aprender y formar hábitos, actitudes, valores y comportamientos positivos hacia el medio escolar en relación a las actividades de aprendizaje (Molina Contreras).

Su objetivo es coadyuvar en la formación integral de los educandos mediante programas que contribuyan al desarrollo de competencias y, a su vez, atienden las áreas institucional, escolar, vocacional y psicosocial que inciden en el proceso de enseñanza aprendizaje (SEP).



Pregunta detonadora: ¿De qué manera consideras te será útil la asignatura de Orientación Educativa Escolar? después de leer su definición y la explicación del maestro (SEP).



Nota para el docente: Solicita para la próxima clase traer su guía impresa o digital y firmado el encuadre por su padre o tutor.



Sesión 2. Tipos de Orientación Educativa.

Lectura 2: Orientación Educativa y sus tipos durante el bachillerato

Además, la Orientación Educativa Escolar (OEE) promueve en los estudiantes el desarrollo de habilidades y aptitudes que permiten mejorar el rendimiento escolar y progreso en su trayectoria académica, a través de brindarles apoyo para desarrollar habilidades y hábitos de estudio (SEP). La OEE es una rama de la Orientación Educativa que se divide en varias áreas de estudio para apoyar y orientar a los jóvenes bachilleres.

La orientación educativa es la disciplina que estudia y promueve las capacidades pedagógicas, psicológicas y socioeconómicas del ser humano, con el propósito de vincular su desarrollo personal con el desarrollo social del país (Pérez Porto y Merino).



Ilustración 3. Tipos de Orientación Educativa, Imagen generada por IA

Las áreas o tipos de Orientación Educativa en COBATAB las estudiarás entre primero a sexto semestre.

Tipo de orientación	Imagen
Área Institucional: facilita la integración del estudiante con la institución, a partir del fortalecimiento de su sentido de pertenencia.	
Área Escolar: que tiene la enorme responsabilidad de coadyuvar a la formación integral de los jóvenes en aspectos vitales como su desarrollo y bienestar emocional, su rendimiento académico, el desarrollo de una sana convivencia social con sus pares y docentes, la formación en valores y el respeto a los derechos humanos (Suárez).	
Área Vocacional: es el proceso de asesoramiento y autoconocimiento diseñado para ayudar a los estudiantes en la elección de su carrera o futuro profesional, el promover la reflexión de intereses, valores y aptitudes, valores y aptitudes personales para identificar y elegir las distintas opciones educativas y laborales que ofrece el entorno.	

Orientación Profesiográfica y/o profesional: surge a partir de la vocacional, proporciona información sobre las opciones profesionales que existen en el país a nivel superior, haciendo énfasis en el mercado de trabajo y problemática de cada uno de ellos (EBAC).	
Área Psicosocial: propiciar un futuro favorable para el alumno, desarrollar óptimamente las actitudes, comportamientos y habilidades a fin de lograr una relación armónica entre su mundo interno (personalidad) y el externo (entorno social) (Cerdeño Valdivia y Flores Pérez).	
Orientación y proyecto de vida: propicia el autoconocimiento y el desarrollo de la capacidad de elección y decisión de los estudiantes, mediante la reflexión sobre el compromiso requerido para la elaboración de un proyecto de vida que oriente sus acciones en lo personal, académico, profesional o en alguna actividad productiva durante su vida (Rosario).	

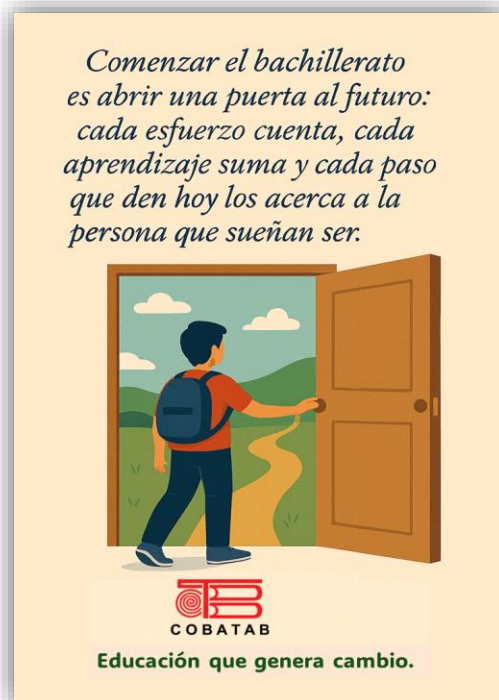


Ilustración 4. Cartel motivacional. Creado con IA Copilot.

Actividad 1. Análisis de Casos



Nombre: _____ Semestre: 1ero. Núm. De lista _____

EJERCICIO: TIPOS DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Lee los siguientes casos y responde dentro del recuadro que tipo de Orientación Educativa ofrece información para resolver la situación.

1. Emily está interesada en organizarse para lograr sus metas y necesita que la ayuden a saber cómo hacerlo para no perder de vista lo que es importante para la vida que desea tener en el futuro.

2. Néstor tiene dificultades para estudiar, su escritura es deficiente, se le olvidan las indicaciones y procedimientos, lleva notas muy bajas en el primer parcial. ¿Qué Orientación Educativa le puede ofrecer estrategias para mejorar su desempeño en la escuela?

3. Janet está interesada por elegir la carrera que puede estudiar después de de la preparatoria, y quiere ayuda para tomar la decisión correcta con base a sus intereses y aptitudes. ¿Qué tipo de la Orientación Educativa puede ayudar a Janet?

4. El dar a conocer al estudiante la historia del COBATAB, su himno, reglamento, logotipo, plan de estudio, servicios, lo hace la Orientación...

5. Si Pedro tiene problemas en sus calificaciones porque no cuenta con estrategias adecuadas para estudiar Química y Matemáticas ¿Qué tipo(s) de Orientación le puede ayudar para saber cómo estudiar?

6. Karina, ya sabe que profesión estudiar, pero necesita conocer las universidades que ofertan la carrera de su interés y cuál sería la más idónea para su formación profesional. ¿Qué área de la Orientación puede ayudarle?



Ilustración 5. Tipos de Orientación Educativa.
Generado por IA Copilot.



Sesión 3. Marco Curricular Común (MCCEMS)

Lectura 3: Marco Curricular Común de Educación Media Superior (MCCEMS)

El MCCEMS es la construcción de una propuesta educativa promovida por la Subsecretaría de Educación Media Superior, con la participación de todos los actores educativos. Tiene como propósito principal desarrollar una base de habilidades, de conocimientos y de cultura para adolescentes y jóvenes, que les permita aprender a aprender de por vida. Su aportación filosófica busca la formación de las capacidades para enfrentar los retos que presentan la incertidumbre del futuro, con los principios de una comunidad en bienestar y de integración solidaria.

Fundamentos del MCCEMS El Marco Curricular Común de la Educación Media Superior (MCCEMS)

Está sustentado en un nuevo paradigma que fue construido a partir de la reflexión colectiva entre docentes, autoridades y expertos sobre lo que significa brindar una educación integral a las y los estudiantes del grupo etario de 15 a 18 años.

Busca homogeneizar para garantizar que todos los y las jóvenes del país, independientemente de sus contextos, cuenten con una base cultural que les permita aprender a lo largo de su vida y constituirse como agentes de transformación social.

El MCCEMS se instrumentará en todos los planteles de educación media superior del país, en todos los subsistemas. Se desarrollará en las asignaturas equivalentes a un 60% de los contenidos curriculares poco más de los primeros tres semestres de la educación media superior, el equivalente en tiempo a lo que actualmente es el componente básico. Con esa base constituida, el estudiantado continuará en los semestres cuarto, quinto y sexto hacia la formación propedéutica y profesional, según corresponda, de acuerdo con el tipo de bachillerato que curse. Desde su construcción hasta su puesta en práctica, el MCCEMS promueve la participación de todos los actores escolares y comunitarios a favor del desarrollo integral de las y los jóvenes de todo el país

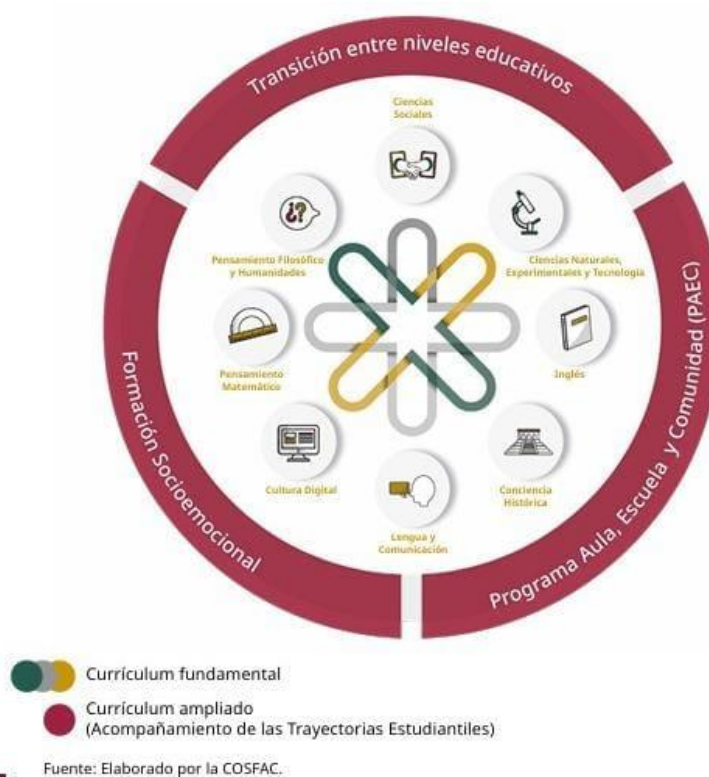


Ilustración 6. Currículum fundamental, Logo creado COSFAC

Los principios de la Nueva Escuela Mexicana en el MCCEMS.

Principios en que se fundamenta la NEM

IMAGEN	PRINCIPIO	DESCRIPCIÓN
	1. Fomento a la identidad con México	La NEM fomenta el amor a la Patria, el aprecio por su cultura, el conocimiento de su historia y el compromiso con los valores plasmados en su Constitución Política (SEP-SEMS, 2019).
	2. Responsabilidad ciudadana	La responsabilidad ciudadana implica la aceptación de derechos y deberes personales y comunes. Bajo esta idea, las y los estudiantes formados en la NEM respetan los valores cívicos esenciales de nuestro tiempo: honestidad, respeto, justicia, solidaridad, reciprocidad, lealtad, libertad, equidad y gratitud, entre otros (SEP-SEMS, 2019).
	3. Honestidad.	Es el comportamiento fundamental para el cumplimiento de la responsabilidad social, que permite que la sociedad se desarrolle con base en la confianza y en el sustento de la verdad de todas las acciones para permitir una sana relación entre los ciudadanos (SEP-SEMS, 2019).
 Honestidad	4. Participación en la transformación de la sociedad	En la NEM la superación de uno mismo es base de la transformación de la sociedad. El sentido social de la educación implica una dimensión ética y política de la escuela, en cualquier nivel de formación, lo que representa una apuesta por construir relaciones cercanas, solidarias y fraternas que superen la indiferencia y la apatía para lograr en conjunto la transformación de la sociedad (SEP-SEMS, 2019)..

IMAGEN	PRINCIPIO	DESCRIPCIÓN
	5. Respeto de la dignidad humana	La NEM busca asumir la educación desde el humanismo, fomenta la comprensión y el aprecio por la diversidad cultural y lingüística, así como el diálogo y el intercambio intercultural sobre una base de equidad y respeto mutuo (SEP-SEMS, 2019)..
	6. Promoción de la interculturalidad	La NEM fomenta la comprensión y el aprecio por la diversidad cultural y lingüística, así como el diálogo y el intercambio intercultural sobre una base de equidad y respeto mutuo (SEP-SEMS, 2019).
	7. Promoción de la cultura de la paz	La NEM forma a los educandos en una cultura de paz que favorece el diálogo constructivo, la solidaridad y la búsqueda de acuerdos que permiten la solución no violenta de conflictos y la convivencia en un marco de respeto a las diferencias (SEP-SEMS, 2019).
	8. Respeto por la naturaleza y cuidado del medio ambiente	La NEM promueve una sólida conciencia ambiental que favorece la protección y conservación del entorno, la prevención del cambio climático y el desarrollo sostenible. Toma en cuenta los Objetivos del Desarrollo Sostenible y la Agenda 2030 de la Organización de las Naciones Unidas (SEP-SEMS, 2019).

Elementos que constituyen el MCCEMS y el COBATAB

El MCCEMS tiene la siguiente organización educativa:

Tabla 1. Tabla del MCCEMS. Tomado de DOF,2025

Currículum y tipo de formación	Componente de formación	Asignaturas	Currículum Ampliado (Acompañamiento de las trayectorias estudiantiles)
Fundamental	Fundamental (asignaturas obligatorias)	Lengua y Comunicación I, II y III	Transición entre niveles educativos. Programa Aula, Escuela y Comunidad (PAEC). Formación Socioemocional: - Práctica y colaboración ciudadana I, II - Educación para la salud I,II, III - Actividades físicas y deportivas I,II,III,IV,V,VI - Educación integral en sexualidad y género I,II,III - Actividades artísticas y culturales I,II,III,IV,V,VI
		Pensamiento Matemático I, II, III, IV***, V*** y VI***	
		Ciencias Naturales, Experimentales y Tecnología I, II***, III***, IV***, V y VI	
		Ciencias Sociales I***, II y III	
		Conciencia Histórica I, II y III	
		Pensamiento Filosófico y Humanidades I, II y III	
		Cultura Digital I, II y III***	
		Inglés I, II, III, IV y V****	
	Fundamental extendida obligatorio	Orientación Educativa I,II,III, IV,V y VI	
Laboral	Laboral	Competencias laborales básicas* y extendidas para carrera técnica**	

Tabla 2. Tabla del Currículo Laboral. Tomado de DOF-2025

TIPOS DE COMPETENCIAS	NIVEL DE FORMACIÓN LABORAL	OFERTA EDUCATIVA POR NIVEL DE FORMACIÓN LABORAL.
Competencias laborales básicas	Básicas	Curso ocupacional básico* Trayectoria ocupacional básica* Bachillerato General con formación ocupacional básica. (COBATAB)



Componente de Formación Laboral extendido

Componente de Formación Laboral: está compuesto por las asignaturas referentes a capacitaciones para el trabajo con competencias laborales básicas. Para el caso del Plan del COBATAB, se cuenta con 12 opciones. Prepara al estudiante para desarrollar procesos de trabajo específicos, por medio de procedimientos, técnicas e instrumentos, además de generar actitudes de valoración y responsabilidad ante esta actividad, lo que permitirá interactuar en forma útil con su entorno social y laboral

Esta formación proporciona al estudiante una comprensión del carácter dinámico de la vida productiva para reconocer el valor que encierra esta esfera del quehacer humano y comprender las transformaciones actuales en el ámbito laboral. Una de sus características es que implementa por Modulo (en lugar de cursar asignaturas se cursarán módulos independientes).

Las capacitaciones que ofrecen son:

Componente de Formación Laboral



Ilustración 7. Capacitaciones para el trabajo. Generada por IA.

Componente de Formación Fundamental Extendido:

Preparar al alumno para su continuación en estudios superiores, ya que en éste se abordan asignaturas que le permiten profundizar en aspectos particulares de las diversas disciplinas, con la intención de que adquiera los elementos necesarios que le ayuden a definir sus intereses profesionales. Se imparten en V y VI semestre, está constituido por 8 asignaturas (4 pares), con una carga horaria de 3 HSM, son de carácter optativo, el alumno debe elegir una de las 4 series que se ofrecen.

SERIE I. QUÍMICO BIOLÓGICO	D5OF	Organización del flujo de materia y energía en los organismos I	3	6	D6OF	Organización del flujo de materia y energía en los organismos II	3	6
	D5FB	Análisis de fenómenos y procesos biológicos	3	6	D6AF	Temas selectos de biología	3	6
	D5SA	Salud Integral I	3	6	D6SI	Salud Integral II	3	6
SERIE II. FÍSICO MATEMÁTICO	D5FF	Análisis de fenómenos físicos I	3	6	D6AE	Análisis de fenómenos físicos II	3	6
	D5VA	Taller de pensamiento variacional I	3	6	D6TV	Taller de pensamiento variacional II	3	6
	D5DT	Dibujo técnico I	3	6	D6DT	Dibujo técnico II	3	6
SERIE III. ECONÓMICO ADMINISTRATIVO	D5FA	Fundamentos de la Administración I	3	6	D6FA	Fundamentos de la Administración II	3	6
	D5EE	Economía I. La función de los agentes económicos en la sociedad	3	6	D6EC	Economía II: Política económica y política pública mexicana	3	6
	D5CC	Comunicación y sociedad I	3	6	D6CS	Comunicación y sociedad II	3	6
SERIE IV. HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES	D5SC	Temas Selectos de Ciencias Sociales I	3	6	D6TS	Temas Selectos de Ciencias Sociales II	3	6
	D5DS	Derecho y sociedad I	3	6	D6DS	Derecho y sociedad II	3	6
	D5CS	Comunicación y sociedad I	3	6	D6CS	Comunicación y sociedad II	3	6

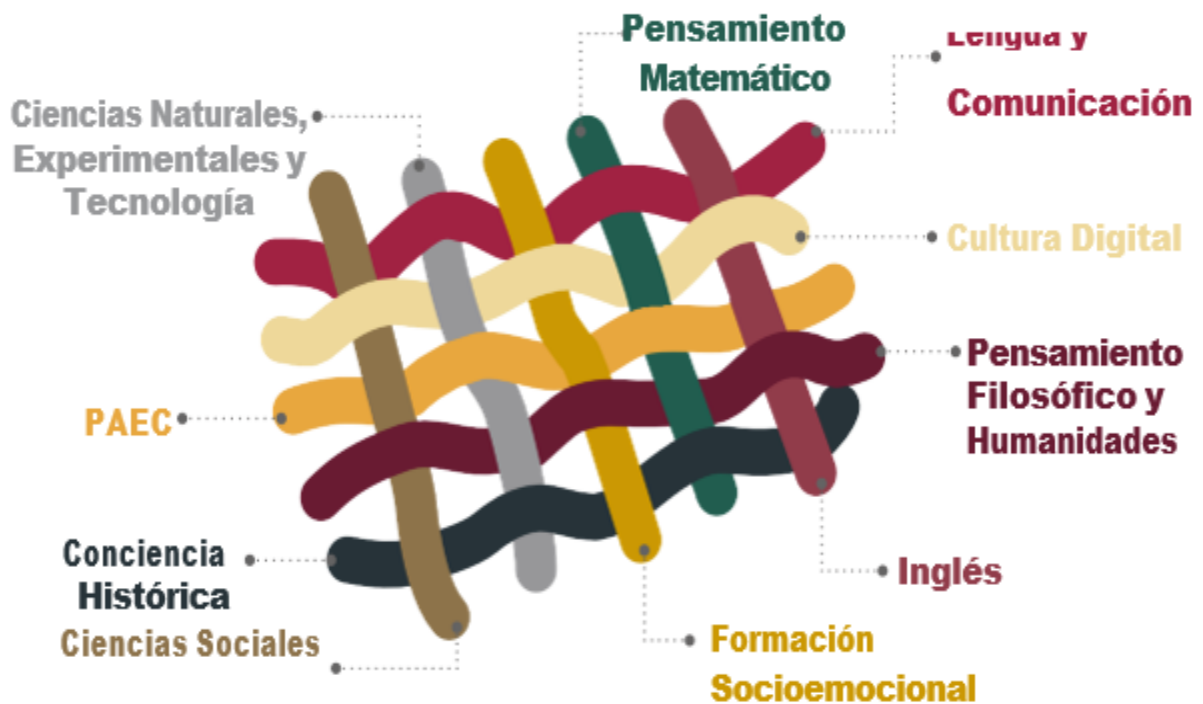
Ilustración 8. Componente de Formación Laboral, Generada por IA

Transversalidad

La transversalidad es una modalidad de la transferencia de conocimientos, organizada de manera horizontal, para implementar la combinación de conocimientos previos y/o nuevos entre las diferentes disciplinas del currículo escolar, y no solamente entre materias de la misma área, sino también entre materias de áreas distintas, es decir, se puede manejar de dos maneras y de forma incluyente (Gurría B.).

1. La primera, consiste en relacionar disciplinas correspondientes a un área específica (Gurría B.).
2. Segunda, la transversalidad nos da la posibilidad de conectar y combinar las materias de un determinado currículo unas con otras, mediante una visión global del contexto cultural, lo cual significa que el conocimiento no se da en partes independientes unas de otras, no es plano y sin sentido, sino que se da de manera general, incluyente, armónica y con sentido pleno, enfocado a la comprensión de un todo en cuanto a un determinado universo, pero dirigido, al mismo tiempo, a otros ámbitos (Gurría B.).

Con dicha transversalidad, se pretende favorecer al logro del perfil de egreso de la EMS y la articulación entre el currículum fundamental y el currículum ampliado; dejando de lado la segmentación del conocimiento a partir de una disciplina o asignatura, por una forma de acceder al conocimiento desde la mirada integral de las asignaturas.



Fuente: Elaborado por la COSFAC con base en esquema de Mejoredu (2024).

Ilustración 9. Transversalidad, imagen creada por COSFAC



Lectura 4. Modalidades de estudio del COBATAB

ILUSTRACIÓN



Ilustración 10. Modalidades de estudio, Imagen generada por Copilot



Ilustración 11. Modalidades de estudio, Imagen generada por Copilot

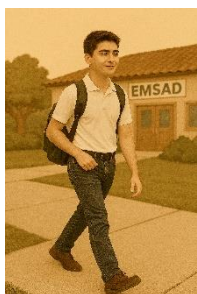


Ilustración 12. Modalidades de estudio, Imagen generada por Copilot



Ilustración 13. Modalidades de estudio, Imagen generada por Copilot

MODALIDADES

Sistema Escolarizado

El sistema escolarizado es presencial, es decir requiere de un docente que facilite el aprendizaje y estudiantes con disposición de aprender.

Requiere mínimamente del 80% de asistencia a clase en cada una de las materias por semestre que integra el plan de estudios.

Sistema en Línea

Esta modalidad está dirigida a la población mayor de 17 años que por diversas circunstancias, no pudieron iniciar o concluir sus estudios en el sistema escolarizado.

Es una modalidad que trabaja principalmente a través de asesorías en línea.

Promueve el estudio independiente.

El ritmo de avance depende de cada alumno.

El bachillerato se puede concluir en menos de tres años.

EMSaD

Es una alternativa de educación que permite continuar con los estudios de Educación Media Superior; a las poblaciones que, por diferentes situaciones, no tienen acceso a la educación escolarizada; Se conoce como Educación a Distancia porque el modelo se apoya con el uso de la tecnología como el internet, red satelital, entre otros y se combina con asesorías grupales e individuales.

Bachillerato intercultural

Es un modelo educativo destinado a los egresados del último nivel de la educación básica; parte del principio de que las personas, las comunidades y las culturas que componen la nación son diversas y merecen reconocimiento y trato equitativo. Este principio de la interculturalidad se convierte en otra oferta novedosa y pertinente para la Educación Media Superior en el Sistema Educativo Nacional.



Actividad 2. Crucigrama sobre el MCCEMS

Instrucciones para realizar el Crucigrama

De manera individual elabora el siguiente crucigrama con las pistas proporcionadas en la sección "Horizontales") y "Verticales". sobre la temática del MCCEMS , Posteriormente socializan sus respuestas en plenaria.

Busca el número correspondiente en la cuadrícula y escribe la respuesta en los casilleros blancos.

Asegúrate de que la palabra encaje exactamente con el número de espacios y que coincida con las letras de las palabras que ya has rellenado.

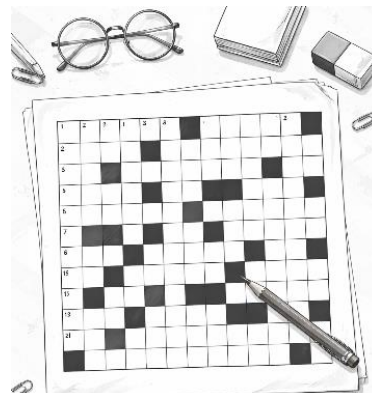


Ilustración 14. Crucigrama, imagen generada por IA

Horizontales

3. Este principio de la NEM fomenta el amor a la Patria.

5. _____ Son los ámbitos de formación que tienen espacios de acción, actividades y proyectos cotidianos diseñados para desarrollar capacidades personales y sociales en estudiantes.

6. _____ Se estructura en tres niveles: básico, técnico y tecnológico, integrando conocimientos, destrezas y valores.

8. Principio de la NEM que fomenta la comprensión y el aprecio por la diversidad cultural y lingüística. _____.

Verticales

1. Currículum _____ Articula y organiza saberes y experiencias de formación científica y humanista para el logro de aprendizajes.

2. Currículum _____ es el acompañamiento en la trayectoria de los estudiantes.

4. _____ se refiere a la combinación de conocimientos previos y/o nuevos entre las diferentes disciplinas del currículo escolar.

7. El _____ busca homogeneizar para garantizar que todos los y las jóvenes del país, independientemente de sus contextos, cuenten con una base cultural que les permita aprender a lo largo de su vida y constituirse como agentes de transformación social.



Ilustración 15. Cartel motivacional. Generado por IA Copilot.

Crucigrama sobre MCCEMS

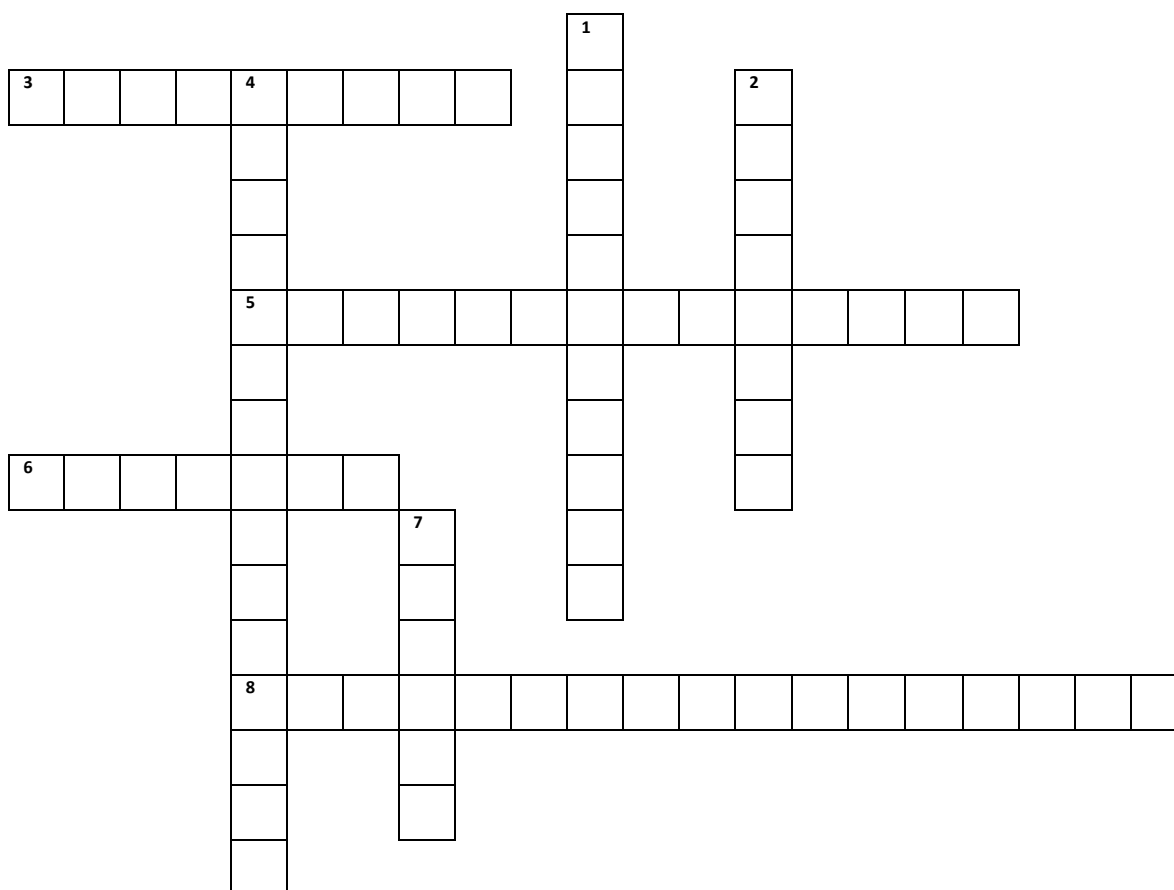


Ilustración 16. Crucigrama. Elaborado con aplicación.

Si te gusta el dibujo te invito a completar y dibujar el logo representativo del MCCEMS en el Anexo 8 y preséntaselo concluido a tu maestro.



Ilustración 17. Familia COBATAB. Generada con IA Copilot.



Nota para el

docente: Las respuestas correctas de la actividad 3 del crucigrama se encuentran en el Anexo 2.



Sesión 4. Reglamento Escolar

Lectura 5. Reglamento Académico del COBATAB

Reglamento que rigen la vida del COBATAB



Ilustración 18. Art. 3ro. Imagen Generado por IA

El Reglamento tiene por objeto normar la organización y el funcionamiento del Colegio de Bachilleres de Tabasco.

El presente ordenamiento se basa en la misión y visión del Colegio, en sus valores principios y premisas, por lo que su desarrollo obedece a la necesidad de normar las acciones relativas a todos los aspectos que interesan a los alumnos de la institución, tales como su ingreso, permanencia, egreso, servicios escolares y servicios académicos.

En este sentido, el Colegio ha estructurado este ordenamiento de forma tal, que permite el uso eficiente y racional de los recursos tecnológicos, humanos y materiales para ofrecer servicios de calidad a los alumnos, en un marco de transparencia y equidad.

Dado el carácter eminentemente social y público del Colegio, las aportaciones de recuperación solicitadas a los alumnos por los trámites y servicios ofrecidos no persiguen un fin de lucro, sino fomentar el uso adecuado de las instalaciones y sus servicios.



El Reglamento Escolar (COBATAB)

Conozcamos algunos de los principales artículos del reglamento, especialmente los artículos que establecen las normas de convivencia y respeto en la institución.



Ilustración 20. Reglamento. Tomado de Frepick

Artículo 2. Se expide el presente Reglamento que aplicará en lo sucesivo en lo referente al reconocimiento de validez oficial de estudios, admisión, inscripción, reinscripción, evaluaciones, cambios de plantel y turno, equivalencias y revalidaciones de estudios, certificaciones, derechos y obligaciones, siendo de observancia general y obligatorio para todos los órganos de gobierno, personal académico, personal administrativo, alumnado y aspirantes a educandos de este organismo. El desconocimiento del presente Reglamento no exenta de responsabilidad ni justifica su incumplimiento. Su

fundamentación jurídica radica en la Ley Orgánica del propio COBATAB.

Artículo 3. El presente Reglamento deberá darse a conocer a partir del curso de introducción al bachillerato en cada período escolar a los alumnos, maestros, padres de familia y personal administrativo, en cada centro educativo del COBATAB para su conocimiento y fiel cumplimiento. Tener impresos en la Biblioteca, Sala Audiovisual, Prefectura, Dirección, Sala de maestros y en versión electrónica en la página oficial del COBATAB.

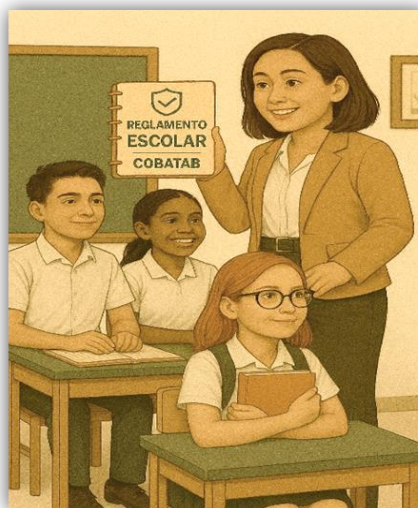


Ilustración 19. Reglamento Escolar, Imagen generada por Copilot



Ilustración 21. Inscripción. Generado con IA Copilot.

Artículo 4. Para ser alumno del COBATAB, se tiene que estar debidamente inscrito en cualquiera de sus modalidades de enseñanza.

Derechos y obligaciones de los alumnos

Derechos

Artículo 52. Son derechos de los alumnos:

I. Recibir enseñanza que contribuya a su desarrollo integral en igualdad de oportunidades y de acuerdo a los programas y planes de estudio vigentes.

II. Recibir un trato digno y respetuoso independientemente de sus condiciones personales, por parte del personal del centro educativo y de sus compañeros, así como servicios de acompañamiento.

III. Conocer oportunamente las disposiciones escolares, tales como horario de clases, calendario escolar, Reglamento Escolar vigente, lineamientos para el uso de sus instalaciones, como bibliotecas, laboratorios de ciencias, de informática e inglés, auditorio, sala audiovisual, áreas de esparcimiento y sanitarios, entre otros.

IV. Recibir clases diariamente de acuerdo con el horario de clases y al calendario escolar vigente.

V. Recibir del docente, al inicio del ciclo escolar, la información necesaria acerca de los programas de estudio, dosificación, secuencia didáctica y criterios de evaluación.

VI. Que se le apliquen las evaluaciones señaladas en el calendario escolar vigente, de las asignaturas a las que se encuentre inscrito, conforme a los criterios de evaluación establecidos por el docente y a lo estipulado en el presente Reglamento Escolar.

VII. A los alumnos con alguna discapacidad se les debe proporcionar las evaluaciones según sus necesidades.

VIII. Recibir atención adecuada y expedita ante cualquier inconformidad, solicitud de servicio educativo o problemática, de parte de su centro educativo o Dirección General del COBATAB.

IX. Recibir información oportuna, por parte del docente sobre su desempeño académico, y de las autoridades del centro educativo, cuando sus resultados no sean favorables.

X. Recibir a su ingreso al subsistema COBATAB la credencial que lo acredite como alumno.

XI. Utilizar los espacios recreativos, deportivos y demás instalaciones de servicio durante los horarios establecidos para tal fin dentro del horario de labores del centro educativo. El uso no debe implicar la interrupción de las actividades académicas del alumno.

XII. El centro educativo deberá implementar el uso de rampas, baños para personas con discapacidad; si se cuenta con alumnos con discapacidad visual, deberán tener los letreros en sistema Braille y puntos de referencia para el desplazamiento seguro.

XIII. Contar con las medidas de seguridad e higiene fundamentales para el desarrollo de las diferentes actividades o prácticas escolares.



Ilustración 22. Derechos y obligaciones de los alumnos, imagen generada por Copilot

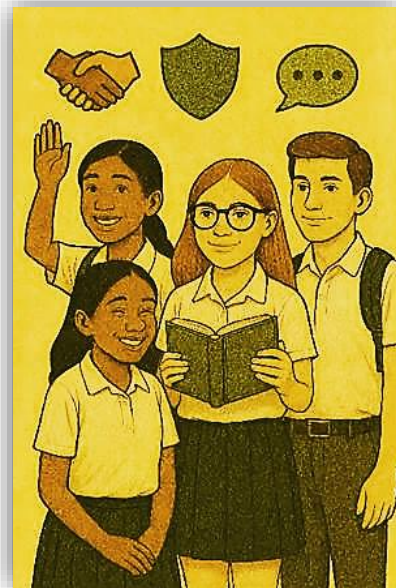


Ilustración 23. Derechos y obligaciones de los alumnos, imagen generada por Copilot

XIV. Acceder al seguro de salud para alumnos de educación media superior, mediante los servicios que presta el Instituto Mexicano del Seguro Social.

XV. Participar en concursos o eventos académicos, deportivos, culturales y cívicos, que promueva el COBATAB o cualquier otra institución; siempre y cuando esté avalado por el titular del centro educativo y previa autorización por escrito del tutor.

XVI. Justificar sus inasistencias a clases en un plazo no mayor a 3 días hábiles a partir de su última inasistencia con constancias médicas de instituciones de salud pública, de médicos especializados o constancias para asistir a eventos previamente autorizados por el titular del centro educativo.

XVII. En situaciones personales en las que no se cuente con documentos oficiales, el tutor deberá presentarse a la dirección del centro educativo para valorar la justificación de las inasistencias.

XVIII. Tener un tutor grupal designado por la dirección del centro educativo.

XIX. Elegir de manera democrática a un representante del grupo al que pertenece, dicho alumno deberá mostrar buena conducta y alto rendimiento académico, además de ser validada la elección, por el tutor grupal. En el caso de alumnos de segundo a sexto, deberá ser alumno regular.

XX. Es responsabilidad del titular del centro educativo validar y actualizar cada semestre, el padrón de becas correspondiente, de acuerdo a los alumnos activos, así como en el caso de existir nuevo ingreso de alumnos.

XXI. Es responsabilidad del alumno y el tutor, la entrega oportuna y veraz de sus documentos de identidad (acta de nacimiento, CURP y Certificado de Secundaria) y demás documentos que por normatividad se requieran.



Ilustración 24. Participar en concursos deportivos o académicos. Tomado de Freepik

Obligaciones

Artículo 53. Son obligaciones de los alumnos:

I. Cumplir con el presente Reglamento y demás disposiciones normativas del COBATAB, entre los que se incluyen los lineamientos para el uso de: talleres, laboratorios, biblioteca, aulas, sanitarios, instalaciones deportivas, culturales y recreativas, así como otros espacios de uso común determinados por el centro educativo.

II. Informar por medio de un escrito a la dirección del centro educativo, si el alumno presenta o adquiere alguna enfermedad o discapacidad, anexando el diagnóstico y recomendaciones del médico tratante.

III. Contribuir a que impere un ambiente de aprendizaje seguro, incluyente, tolerante y democrático, conduciéndose con disciplina, respeto y trato digno hacia los directivos, docentes, administrativos, personal de apoyo del Colegio y sus propios compañeros dentro y fuera del centro educativo.

IV. Estudiar con empeño y dedicación, esforzándose para conseguir el máximo rendimiento académico, según sus capacidades, y desarrollo integral de su personalidad, involucrándose plenamente en las actividades educativas.

V. Asistir con puntualidad y regularidad al centro educativo, respetando los horarios de clases establecidos, el calendario escolar vigente, las actividades y evaluaciones establecidas en cada una de sus asignaturas.

VI. Participar dignamente y guardar la disciplina debida en los actos cívicos y eventos académicos, deportivos y culturales en los que se represente al COBATAB.

VII. Portar digna y correctamente el uniforme oficial del COBATAB, dentro y fuera de los centros educativos. Será motivo de sanción el uso del uniforme en lugares y eventos distintos a los fines académicos, deportivos y culturales institucionales.

VIII. Cuidar las instalaciones, los materiales y equipo de carácter educativo, otorgados por el centro educativo.

IX. Abstenerse de realizar cualquier tipo de manifestación de orden político, religioso o sindical en las instalaciones del plantel.

X. Abstenerse de ejercer o participar en cualquier tipo de violencia ya sea de manera física o verbal, a cualquier integrante de la comunidad escolar, en caso de ser testigo de este hecho, informar a la autoridad escolar.

XI. Informar a quien para ello establezca el plantel, la introducción de medicamentos que, bajo prescripción médica, consuma.

XII. Queda prohibido grabar, compartir o publicar en redes sociales, imágenes, videos y/o material sin la autorización de la persona, que degraden la imagen de la institución y/o de cualquier miembro de la comunidad escolar, entendiéndose por esta: directivos, administrativos docentes, alumnos y padres de familia. La violación de esta disposición será considerada como falta grave.

XIII. Introducir armas de fuego, bebidas embriagantes, instrumentos punzocortantes, artefactos explosivos, aerosoles, instrumentos generadores de fuego, o cualquier otro tipo de sustancia que altere la conducta humana y que se considere peligrosa o puedan causar daño o lesiones a cualesquiera de los miembros de la comunidad escolar, o las instalaciones del plantel.

XIV. Provocar o participar individual o colectivamente en riñas, o cualquier acto de violencia dentro y/o en la periferia de las instalaciones del plantel.

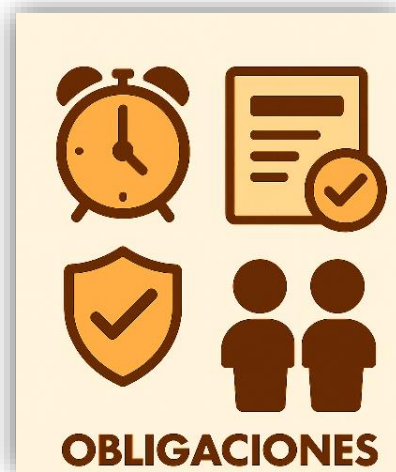


Ilustración 25. Obligaciones de los estudiantes. Imagen generada por Copilot

CAPITULO XII

Causas de responsabilidad

Artículo 54. En el presente Reglamento se establecen las causas de responsabilidad y las sanciones aplicables a los alumnos del COBATAB, así como las instancias que ejercerán al interior del centro educativo la facultad disciplinaria, competencia y procedimiento que debe seguirse ante las mismas, cuando se afecte a algún integrante del centro educativo y se deteriore la imagen de la institución.

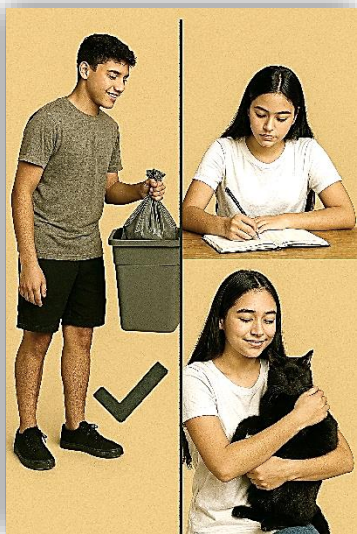


Ilustración 26. Causas de responsabilidad, imagen generada por Copilot

Artículo 55. El COBATAB, asume una educación humanista, que lleve a cada uno de los miembros de la comunidad educativa, a seguir como principios rectores: la inclusión, la equidad, la promoción y respeto de los derechos humanos, la justicia, la fraternidad, la democracia, la paz, el respeto y solidaridad, para una convivencia sana y pacífica en cada centro educativo.

Artículo 56. Se evitará toda forma de violencia y discriminación por religión, género, preferencia sexual, origen étnico y cultural, condición socioeconómica o discapacidad, en contra de otros alumnos, personal docente, personal administrativo y directivo, padres de familia y personas ajenas, dentro y fuera del centro educativo.

Artículo 57. El COBATAB, solo podrá establecer medidas correctivas, cuando los actos sean realizados dentro de las instalaciones o cuando se realicen fuera del centro educativo, y que estén relacionadas con la vida escolar, la imagen y prestigio del COBATAB.

Artículo 58. Se considera como primera instancia al titular del centro educativo y como segunda instancia la Comisión de Responsabilidades, quienes valoraran la gravedad de la falta, para determinar la sanción correspondiente.

Artículo 59. Son causas de responsabilidad, además de las previstas en otros ordenamientos de la institución, los contenidos en el presente Reglamento.

Artículo 60. Se consideran causas graves de responsabilidad en las que puede incurrir el alumno y que perjudican la convivencia en el centro educativo:

I. Los actos de indisciplina, injuria, ofensas y amenazas contra los miembros de la comunidad escolar, dentro y fuera del centro educativo.

II. Las vejaciones, humillaciones, agresiones físicas, verbales o psicológicas y la instigación a dichas acciones, así como el acoso escolar en contra de otros alumnos o de cualquiera de los integrantes; así como las expresiones que sean consideradas gravemente ofensivas contra los miembros de la comunidad escolar, verbalmente, por escrito o por medios electrónicos, audiovisuales o de telefonía.

III. Los daños graves causados a la infraestructura del centro educativo, de manera intencional o por uso indebido de las instalaciones o por materiales de diferente índole.

IV. La suplantación de identidad y la falsificación, alteración o sustracción de documentos oficiales.

V. Los actos injustificados que alteren el orden en el centro educativo como suspensión de actividades escolares o intervenir en asuntos del centro educativo, ajenos a sus actividades escolares.

VI. Las conductas perjudiciales para la salud y la integridad personal de los otros alumnos y demás miembros del centro educativo por asistir al centro educativo bajo los efectos del alcohol o de alguna droga, introducción de armas de cualquier tipo, uso, posesión o comercio de drogas, cigarros y bebidas alcohólicas u otros enervantes, salvo que, en este último caso, exista prescripción médica oficial y que el tutor comunique por escrito con antelación a las autoridades del centro educativo.

VII. El incumplimiento de las sanciones impuestas.

VIII. La grabación, publicidad o difusión no autorizada de imágenes y videos de los miembros de la comunidad escolar, a través de cualquier medio de información.

X. Ostentar la representación del COBATAB sin autorización correspondiente.

Introducirse o permitir el acceso al centro educativo de personas no autorizadas, así como por espacios no autorizados (bardas, estacionamientos, entre otros).

XI. Portar el uniforme en establecimientos donde se fomenten juegos de azar, vicios y adicciones; así como introducir estas conductas al centro educativo.

XII. Participar en actos vandálicos dentro y fuera del plantel o cometer delitos del fuero común.

XIII. Faltas a la moral dentro del centro educativo.

XIV. Incumplir con las obligaciones que como alumno se contemplan en el presente Reglamento. Otras acciones que a juicio de los directivos del centro educativo contravengan el objetivo primordial del Colegio que es ofrecer una educación integral de calidad.

Artículo 61. Serán consideradas como faltas graves de responsabilidad el incumplimiento de aquellas obligaciones contempladas en los artículos 52, 53 y 56, del presente Reglamento Escolar, y demás disposiciones que emita el COBATAB y no se encuentren tipificadas como graves.



Ilustración 27. Artículos y obligaciones. Imagen generada por Copilot

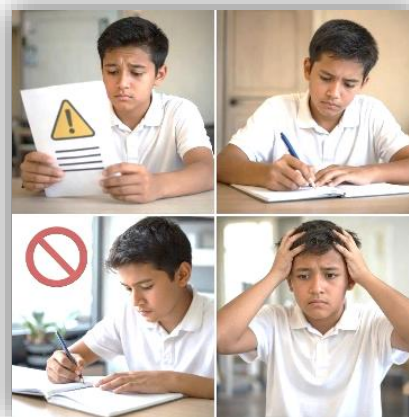
CAPÍTULO XVI

De la imposición de sanciones

Artículo 75. Las sanciones que resulten serán impuestas de acuerdo a la gravedad de la falta cometida, tomando en cuenta las circunstancias en que se cometió, la intencionalidad y la reincidencia, debiendo quedar documentada la falta.

Artículo 76. Cuando las faltas en las que incurra el alumno no sean graves, se aplicarán las siguientes sanciones:

- I. Amonestación por escrito, en no más de dos ocasiones, con copia al padre o tutor, considerándose la tercera como falta grave, misma que se anexará al expediente del alumno.
- II. Realización de trabajos académicos específicos.
- III. Realización de tareas que contribuyan a la mejora y desarrollo de las actividades del centro o, si procede, dirigidas a reparar el daño causado a las instalaciones o al material del centro o a las pertenencias de otros miembros de la comunidad educativa.
- IV. Suspensión del derecho de asistencia al centro por un plazo máximo de tres días lectivos. Durante el tiempo que dure la suspensión, el alumno deberá realizar los deberes o trabajos que se determinen para evitar la interrupción en el proceso formativo.



*Ilustración 28. Imposición de sanciones.
Imagen generada por IA*

Artículo 77. Las sanciones que se aplicarán a las faltas graves de responsabilidad serán independientes a la responsabilidad legal que pudiera resultar ante terceros y serán las siguientes:

- I. Suspensión temporal del centro educativo hasta por un semestre.
- II. Baja del centro educativo con opción a continuar estudios en la modalidad de enseñanza abierta.
- III. Baja definitiva del subsistema Colegio de Bachilleres.
- IV. En el caso de los alumnos del CEA, la suspensión temporal será hasta por tres módulos o baja definitiva del subsistema.

Artículo 78. Ante cualquier falta que amerite una sanción de acuerdo a los términos referidos en los artículos 76 y 77, el titular del centro educativo deberá notificar por escrito al alumno firmando al calce, con copia al tutor, en caso de que el alumno incurra en alguna de las faltas graves enunciadas en el artículo 79, también deberá reportarla a la Dirección de Registro y Control Escolar del COBATAB.

Artículo 79. Salvo los casos en que exista flagrancia, ninguna sanción será impuesta sin oír en defensa al interesado.

Artículo 80. El titular del centro educativo es la primera instancia para la solución de los conflictos que se presenten en su centro educativo y aplicará las sanciones previstas en este Reglamento.

Actividad 3. Casos del Reglamento escolar



Organizados en equipos de 4 estudiantes, reflexionarán los casos, para responder las preguntas, qué parte del Reglamento Escolar no se respeta, quién no la respeta y qué sanción corresponde.

1. David estuvo lanzando indirectas a Carlos quien se quedaba callado, pero ayer, las cosas se salieron de control y Carlos estalló, enfurecido, se fue contra su agresor, pero David lo esquivo mientras continuó burlándose. La impotencia del agredido, Carlos, hizo que tomara la mochila de su compañero y la lanzara a un lado, luego levantó una silla y la estrelló contra el cristal de una ventana, David, enojado, se encaró con él para terminar dándose de golpes, una compañera quiso separarlos y David gritó “No te metas” y la golpeó al empujarla para que se quitara. Llegaron maestros y encargados de orden y lograron con dificultad apartarlos. ¿Carlos y David deben ser castigados por igual? ¿Cuáles son los artículos del reglamento que infringió cada uno? ¿Qué sanción debe recibir David y cuál Carlos?



Ilustración 29. Reglamento imagen
Tomada de la red

- ¿Qué parte del reglamento no se respeta?: _____
- ¿Quién no la respeta?: _____
- ¿Qué sanción corresponde?: _____

2. Mario va a presentar un examen, por casualidad mientras el maestro calificaba vio la evaluación escrita en el escritorio del maestro y se atrevió a sustraerlo, en su casa lo contestó y al día siguiente, a la hora que estaba cambiando los exámenes para entregar el contestado, el maestro lo descubrió. Fue llevado a la dirección para aplicar una sanción. ¿Qué falta cometió Mario? ¿Qué sanción se le puede aplicar?

- ¿Qué parte del reglamento no se respeta?: _____
- ¿Quién no la respeta?: _____
- ¿Qué sanción corresponde?: _____

2. Regina con frecuencia es amonestada por llegar tarde a la escuela, ayer también sucedió que la encontraron fuera de su clase platicando con un amigo de otro grupo. ¿Está violentando algo del reglamento? Si contestas sí, indica qué artículo y si debe haber una sanción.

- ¿Qué parte del reglamento no se respeta? _____
- ¿Quién no la respeta? _____
- ¿Qué sanción corresponde? _____



Ilustración 30. Estudio
de Casos, imagen
generada con IA

3. Lucy salió de la escuela y convenció a sus amigas de tomar una botella de licor, ellos aceptaron divertidos y fueron a un parque apartado a consumirla, como estaban ya tomados y haciendo escándalo las arrestó la policía y al día siguiente se enteraron todos porque salió una nota en el periódico con una foto de todas, aún con el uniforme, dónde anunciaba que varios estudiantes del plantel habían sido detenidas ebrias y haciendo escándalo en la vía pública.

- ¿Debe la escuela sancionarla? ¿Sí o no, por qué y cómo? _____
- ¿Qué parte del reglamento no se respeta? _____
- ¿Quién no la respeta? _____
- ¿Qué sanción corresponde?: _____



Ilustración 31. Estudio de casos, Imagen generada con IA

4. A Riki le dice la encargada de orden que se acomode bien la camisa, hace como que se la acomoda, pero al rato la trae igual, además que no siempre lleva el uniforme correcto. Él dice que ella la trae contra él porque no lo deja en paz, además de que otros también llevan la camisa de fuera.

- ¿Está incumpliendo algún artículo del reglamento? _____

- ¿Qué parte del reglamento no se respeta? _____

- ¿Quién no la respeta? _____
- ¿Qué sanción corresponde? _____

5. Rogelio, aún no ha recibido su credencial oficial como estudiante del COBATAB, cada vez que va a solicitarla le indican que vaya al día siguiente y luego que más tarde.

- ¿Se transgrede algún derecho u obligación? _____
- ¿Qué parte del reglamento no se respeta? _____
- ¿Quién no la respeta? _____
- ¿Qué sanción corresponde? _____

6. Ángel cree que su calificación está equivocada, porque considera tener más puntos y por tanto mayor puntaje en su resultado.

- ¿Qué puede hacer conforme a sus derechos en el reglamento? _____

- ¿Qué parte del reglamento no se respeta? _____

- ¿Quién no la respeta? _____

- ¿Qué sanción corresponde? _____



Ilustración 32. Estudio de casos, Imagen generada con IA



Nota para el estudiante: Llevar material escolar (cartulina o un pliego de papel bond, plumones, recortes, colores o crayones, cinta adhesiva, tijeras y pegamento) para próxima clase.



Extraclase 1: En equipos de 6 integrantes identifica los distintivos del COBATAB, de la **lectura 5**, para presentar en la **sesión 6** el lapbook, **Actividad 6_Lapbook**. de forma creativa e innovadora de acuerdo con su imaginación, presentan los distintivos del COBATAB, donde refleje una labor artística entre todos los integrantes.

Sesión 5. El reglamento y cómo respetarlo



Actividad 4_Decálogo del comportamiento

¿Qué es un decálogo? Un conjunto de diez frases, expresiones u oraciones, que tienen como fin, establecer las principales normas y reglas a seguir para el buen ejercicio de actividades y profesiones en recintos específicos, como por ejemplo la escuela. En este sentido, tiene como objetivo garantizar una buena convivencia escolar mediante el diseño y puesta en práctica de un decálogo escolar (Junta de Andalucía., 2025)

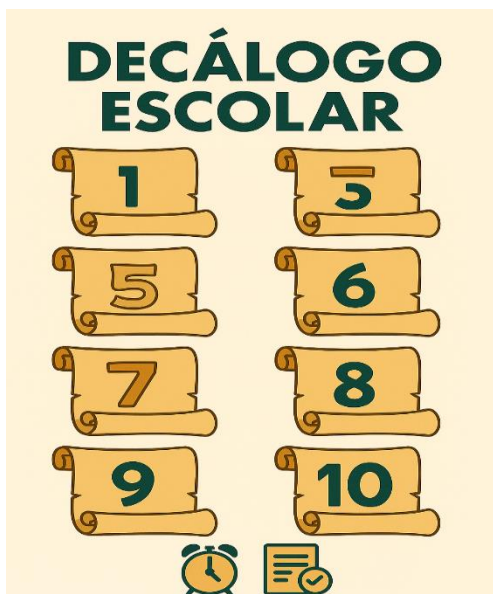


Ilustración 33. Decálogo escolar. Imagen generada por Copilot

Características de un decálogo

- Deben contener reglas, consejos o pautas que es obligatorio que sean respetadas.
- A pesar de que la idea general de un decálogo escolar o de otro tipo es que contenga 10 preceptos, pueden incluir menos o más normas, el título de este debe representar el contenido de este.
- Cuando se redacte un decálogo escolar o de cualquier otro tipo, debe tomarse en cuenta que debe ser breve, pues lo que se busca son normas o reglas claras, precisas y concisas para que el público a las que están destinadas pueda tener una comprensión absoluta de las mismas.
- Uno de los objetivos del decálogo es que pueda ser difundido y comunicado a todas las personas que participen en este o se vean involucradas de alguna manera para que puedan aplicarlas.

Instrucciones: De acuerdo con el Reglamento escolar y considerando una sección de este que se indica abajo, con tu equipo elaboren un decálogo sobre algo más relevante que ayude a cumplir los acuerdos de convivencia de su grupo y las normas que se deben respetar para una cultura de paz que beneficie el bienestar personal y colectivo.

Temas para los equipos:

- Eq.1: Derechos, artículo 55
- Eq.2: Obligaciones, artículo 56
- Eq.3: Disposiciones generales, artículos 57-61
- Eq.4: De las sanciones, artículos 75-80



Al terminar de elaborar su decálogo, péguenlo en la pared y expongan a sus compañeros.



Lista de cotejo del Decálogo

DATOS GENERALES					
Nombre del alumno(s)				SITUACIÓN DE APRENDIZAJE: ¿Qué onda con mi plantel?	
Producto: Decálogo				Fecha	
Materia: ORIENTACIÓN EDUCATIVA: ESCOLAR				Período:	
VALOR DEL REACTIVO	CARACTERÍSTICAS PARA CUMPLIR	VALOR OBTENIDO		CALIF	OBSERVACIONES o SUGERENCIA
		SI	NO		
1	El equipo identifica derechos y obligaciones en sus reglas de convivencia.				
2	Promueve la atención al reglamento vigente para hacer valer sus derechos y obligaciones a través de una frase.				
1	Se integran y participan respetuosamente en la elaboración de las reglas y normas para el decálogo.				
1	Participan todos los miembros del equipo en la integración del decálogo (Unir los 10 mandamientos del decálogo).				
2	La estrategia visual (cartel, lámina) es atractiva.				
2	El entregable es presentado por los integrantes del equipo en el tiempo solicitado y lo exponen en el grupo.				
1	La redacción de las reglas o normas es clara y sin falta de ortografía.				
10	CALIFICACIÓN				



Sesión 6. Distintivos del COBATAB

Lectura 6. Principales identificadores del COBATAB

Antecedentes y reseña histórica de la Educación media y del COBATAB (COBATAB, 2025)

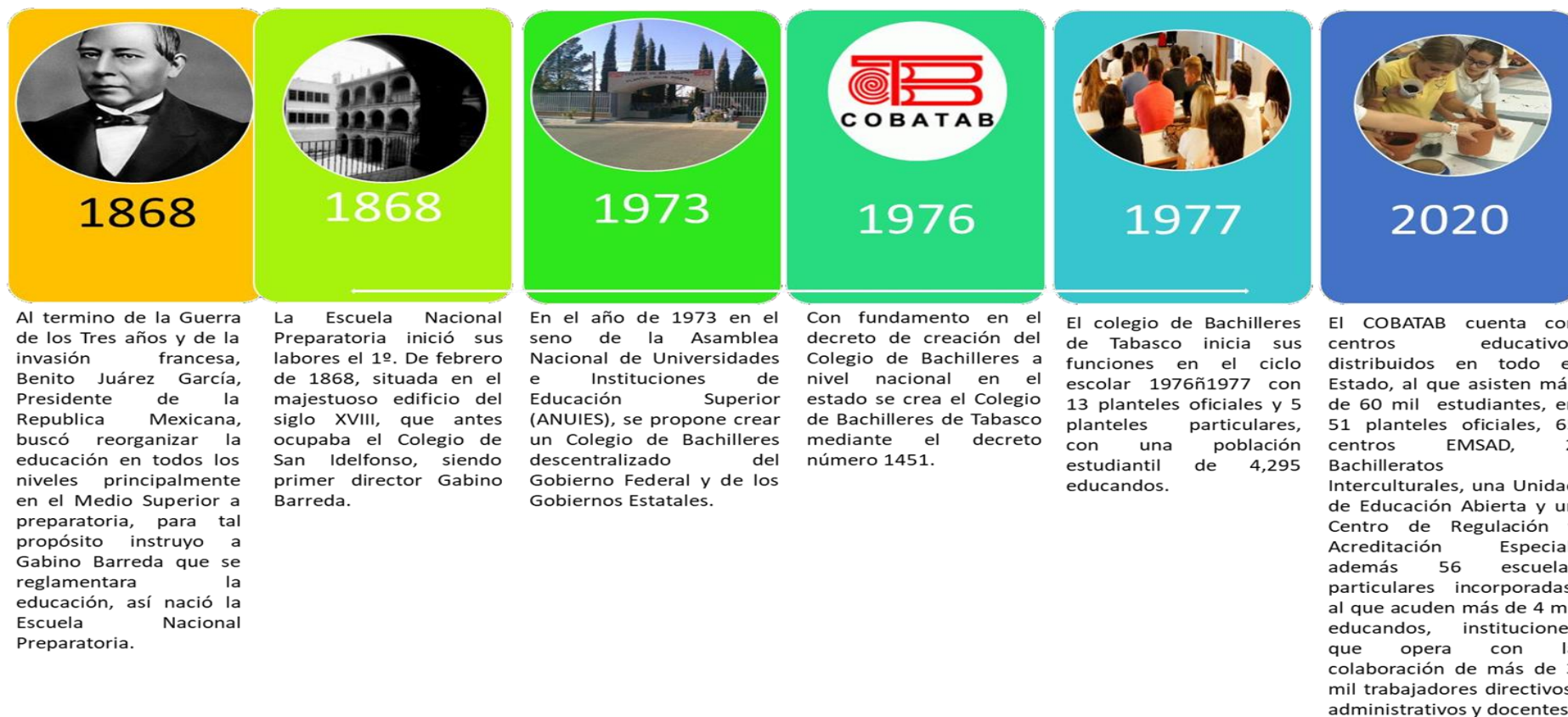


Ilustración 34. Antecedentes y reseña histórica de la educación media y del COBATAB, Imagen tomada de la red.



¿Qué es el Colegio de Bachilleres de Tabasco?

Es un organismo público descentralizado del Estado, con sede en la capital del país, que contribuye en la atención de la demanda de bachillerato general en la zona metropolitana de la Ciudad de México y en todos los Estados de la República Mexicana. Esta institución atiende una amplia población estudiantil, a través de las modalidades escolarizada, no escolarizada y mixta.



Ilustración 35. Colegio de Bachilleres de Tabasco. Imagen tomada de la Red

Objetivo del Bachillerato General:

Ofrecer una cultura general básica; que comprenda aspectos de la ciencia; de las humanidades y de la técnica; a partir de la cual se adquieran los elementos fundamentales necesarios para ingresar a estudios superiores y desempeñarse de manera eficiente, a la vez que se desarrollan las habilidades y actitudes esenciales sin que ello implique una formación técnica especializada, para la realización de una actividad productiva socialmente útil. (DGB, Emprendimiento, 2018)

Visión, Misión y Valores (COBATAB. , 2025).

Significa identificar espacios para que los estudiantes desarrollen de manera racional, ética y autónoma sus principios, los cuales les permitan mantener una adecuada relación con los demás, desde una perspectiva al bien común.



Ilustración 36. Misión Visión y Valores COBATAB. Diseño con SMART.

Lema

“Educación que genera cambio”

La educación despierta el pensamiento analítico y crítico de las personas. La sociedad cambia continuamente, lo que conlleva a aprender constantemente y a desplazar los viejos conocimientos por nuevos. Los cambios son el resultado de la educación permanente e incrementan el desarrollo creando nuevas perspectivas para el futuro.

Logotipo: origen y significado



COBATAB

Ilustración 38. Logotipo del COBATAB, imagen tomada de la Web.

El diseño del logotipo hecho en 1974 fue idea del Lic. Miguel Hisi Pedroza y en base al cual el Ing. Roberto Vázquez Alejandro, creó el de nuestro Estado.

El logotipo del Colegio de Bachilleres representa en forma gráfica la frase:

“La Educación como proceso permanente de evolución”

El diseño del logotipo fue hecho en 1974, fue idea del Lic. Miguel Hisi Pedroza y en base al cual el Ing. Roberto Vázquez Alejandro creó el de nuestro Estado.

Sus elementos:

C	De la palabra Colegio la letra C fue acompañada con una espiral que representa el desarrollo permanente o continua evolución en busca del avance simbolizado por la flecha al final.
B	La letra B se toma de la palabra Bachilleres que alude a la educación.
	Los libros que conforman la B constituyen el pilar de toda preparación.
T	Y la letra T colocada en medio es la inicial de nuestro Estado

Himno del COBATAB (COBATAB. , 2025)

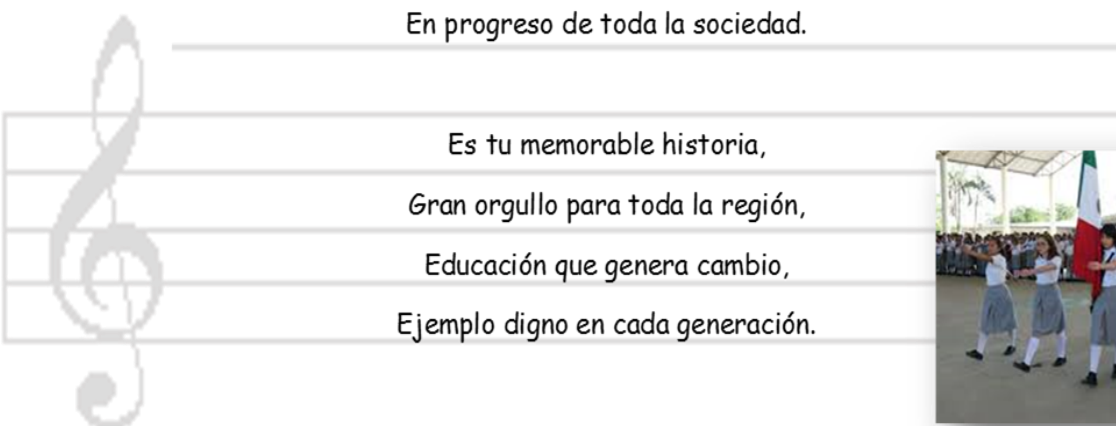
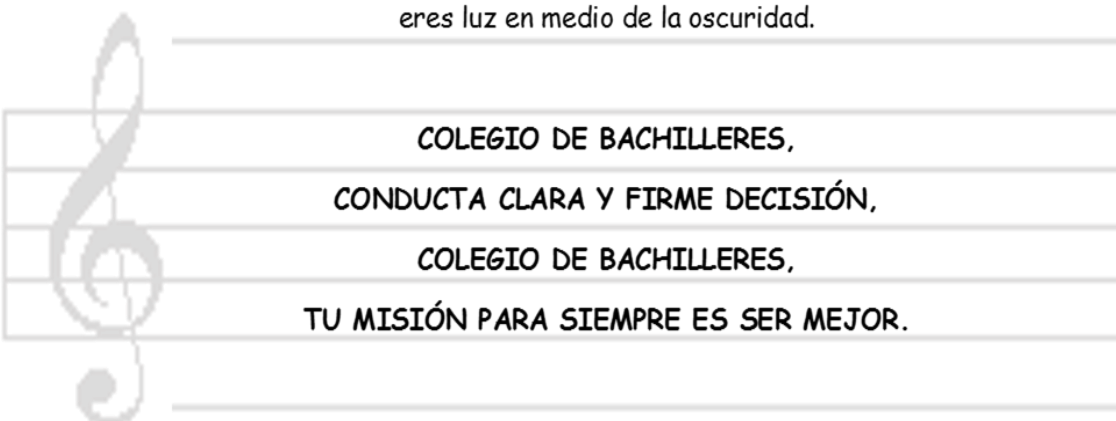
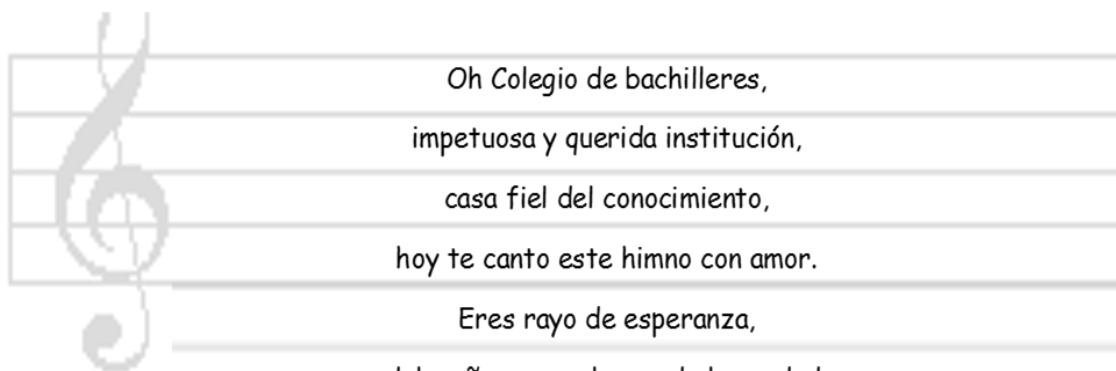


Ilustración 39. Estudiantes del COBATAB, imagen tomada de la

COBACHITO (COBATAB. , 2025)



La mascota institucional denominada “Cobachito”, se representa en un simpático manatí, que promueve el cuidado de los animales en peligro de extinción, el cuidado del medio ambiente y acciones de sustentabilidad, además de estar presente en las actividades cívicas y deportivas del COBATAB.

La misma fue presentada, en atención a una convocatoria, por la comunidad bachiller del Plantel 15, La Venta, Huimanguillo, en la que participaron 35 propuestas de 20 centros educativos del Subsistema, y fue electa en el pleno Consejo Consultivo de Directores en el año 2019.

Ilustración 40. Cobachito, Imagen tomada de la Web.



La interactividad y el carácter visual son los componentes esenciales de lo que es un lapbook. Se trata de una herramienta educativa, generalmente hecha de cartulina o papel, que permite organizar información sobre un tema específico a través de elementos manipulables. Este formato suele constar de minilibros, solapas desplegables y gráficos que se pueden abrir y cerrar lo que lo convierte en una experiencia didáctica y atractiva para aprender y repasar conceptos.

Actividad 6. Lapbook.



Ilustración 41. Lapbook, imagen tomada de la Web.

Tipos de Lapbook:

- **Lapbook temático.** Se centra en un tema específico, como la fotosíntesis, el ciclo del agua o la vida en el antiguo Egipto.
- **Lapbook cronológico.** Se utiliza para mostrar una secuencia temporal, por ejemplo, la sucesión de monarcas en España o el proceso de germinación de una planta.
- **Lapbook de investigación.** Es ideal para proyectos en los que se recopila mucha información, como la biografía de un personaje histórico o los ecosistemas.
- **Lapbook literario.** Está diseñado para trabajar el análisis de libros o textos literarios. Incluye información sobre los personajes, la trama, el desenlace, los temas y los valores que se presentan en la obra.

Elementos comunes en un lapbook

Un lapbook está compuesto por una serie de elementos interactivos y visuales que permiten organizar, presentar y revisar información de manera creativa.

- **Portada:** es la parte frontal del lapbook donde se presenta el título y, a menudo, una imagen o ilustración del tema principal. Sirve como introducción y contexto visual del asunto que se va a tratar.
- **Solapas o pestañas:** son piezas de papel que se doblan y abren para revelar información. Pueden tener diferentes formas (rectángulos,
- **Minilibros:** son cuadernos de pequeño tamaño con varias páginas de texto e imágenes. Pueden tener formas muy distintas: en acordeón, en estrella, con pliegues, etc.



Ilustración 42. Lapbook, imagen tomada de Pinterest

- **Desplegables:** se trata de elementos que se pliegan y despliegan, como acordeones o tiras de papel, y revelan más información al abrirse.
- **Ruedas giratorias (volantes):** son discos de papel montados sobre un eje que giran mostrando diferentes porciones de información. Las ruedas tienen ventanas o aberturas para revelar datos específicos a medida que se giran.
- **Bolsillos:** son pequeños sobres o bolsillos donde se colocan tarjetas, notas o fichas con información adicional.
- **Gráficos o diagramas:** se trata de ilustraciones o esquemas que ayudan a visualizar conceptos complejos, como diagramas de flujo, tablas comparativas, mapas o esquemas de procesos.
- **Cuadros de preguntas y respuestas:** son pequeños cuadros con preguntas que pueden abrirse para ver las respuestas debajo. Pueden estar en forma de solapas o en formato desplegable.



Materiales

Un listado básico debería contener:

- Cartulina o carpetas de colores (preferiblemente con solapas), Papeles de colores y/o cartulina, Tijeras, Pegamento, Lápices de colores, marcadores o rotuladores, Regla, Pegatinas, cinta adhesiva, imágenes impresas, Material de referencia (Guía del estudiante de OEE)



Te recomiendo estos tutoriales para hacer lapbook, para que decidas con tu equipo, da clic en el link o copia y pega en tu buscador.

https://www.tiktok.com/@lore_notes2/video/7462507662496894213?lang=es

https://www.tiktok.com/@lore_notes2/video/7510749463976267064?lang=es

<https://www.tiktok.com/@creacionesemibelccs/video/7506659756690427142?lang=es>

<https://www.youtube.com/watch?v=q2VBRhWMX48>



Ilustración 43. Materiales, imagen tomado de la red



Instrucciones

En equipo realiza un lapbook sobre la **Lectura 6: Principales identificadores del COBATAB** de la **Sesión 6** puedes encontrar todos los distintivos, el objetivo principal es que conozcas y te

familiarices con todos los elementos que dan identidad al Colegio de Bachilleres de Tabasco.

Dicho lapbook debe representar a cada uno de ellos de manera creativa, de tal modo que todos los integrantes participen con su talento en la elaboración del trabajo.



Ilustración 44. Lapbook. Imagen tomada de Pinterest

Para su elaboración deben considerar el instrumento de evaluación que se encuentra a continuación para identificar todos los criterios que se tomarán para evaluar el trabajo.



Lista de cotejo para Lapbook

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN					
LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR LAPBOOK					
Actividad: Elaborar un lapbook en representación de los distintivos que dan identidad al COBATAB					
DATOS GENERALES					
Producto: LAPBOOK				Fecha	
UAC: Orientación Educativa Escolar				Período	
VALOR DEL REACTIVO	CARACTERÍSTICAS PARA CUMPLIR	VALOR OBTENIDO		CALIF.	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA
		SI	NO		
1	El LAPBOOK está hecho con limpieza y buena presentación.				
2	El o los distintivos son atractivos y representan con respeto y dignidad el valor de este.				
1	La presentación del distintivo muestra la creatividad de los integrantes del equipo y en su elaboración colocan bolsillo, cuadernillos, solapas, minilibros, desplegables, etc. propios de un lapbook.				
1	Participan todos los integrantes en la elaboración del LAPBOOK				
2	Expone al menos un estudiante, platicando sobre el significado del distintivo y su origen.				
2	Muestran dominio del conocimiento del significado del distintivo, su letra y/o tono de acuerdo al mismo.				
1	Representa cuándo se usa o qué significa.				
10	CALIFICACIÓN				



Sesión 7. Sistema de Evaluación y Organigrama

Actividad 7. Organigrama

Es necesario que conozcas quienes son las personas que participan en tu plantel; para dar viabilidad a tu incorporación, pertenencia, integración, preparación fortalecimiento y egreso del Colegio de Bachilleres de Tabasco. Es preciso indagar, no solo en la estructura, sino la atención que puede ofrecer las personas y las áreas como escolar, disciplinar, administrativo, psicológico, procedimental, cultural, reglamentario y ambiental.

Instrucción: Identifica y registra en el organigrama el nombre de quien ocupa cada puesto en el organigrama.

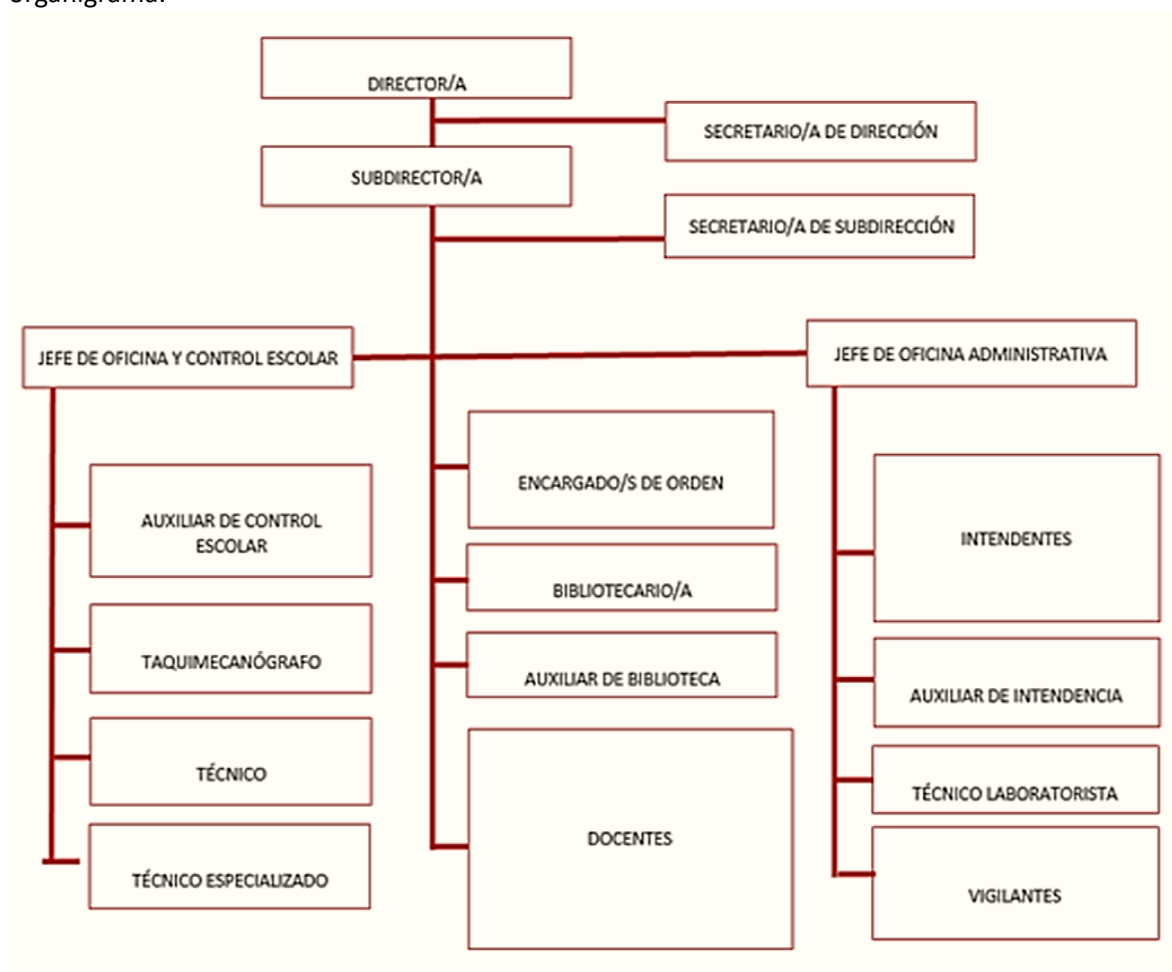
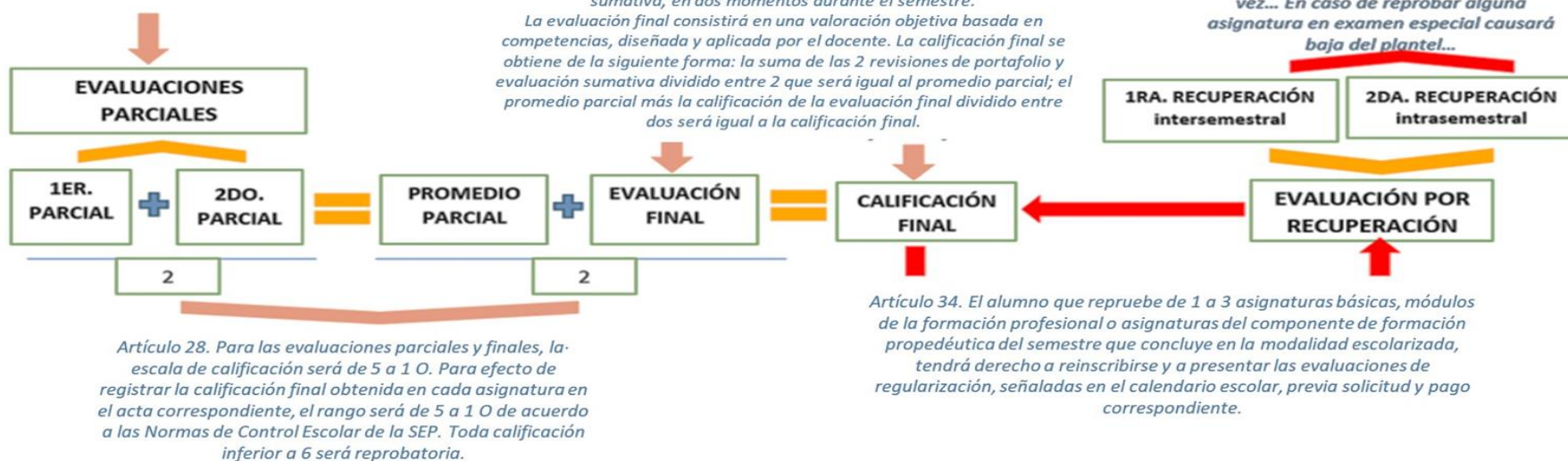


Ilustración 45. Organigrama de planteles. Diseño del equipo de estructuración.



Sistema de evaluación

Artículo 27. Para tener derecho a la revisión de portafolio, evaluación sumativa y su calificación, el alumno deberá contar con un 80% de asistencia a clases en las asignaturas, en el periodo comprendido en el calendario escolar vigente.



REVISIÓN DE EVALUACIONES

Artículo 38. En caso de que un alumno se inconforme con la calificación asignada en alguna evaluación, podrá solicitar revisión de la evaluación, dirigiéndose al titular del centro educativo en el que está inscrito, en un plazo no mayor a tres días hábiles después de haber recibido las calificaciones,

Ilustración 46. Sistema de evaluación, imagen tomada de COBATAB

Sistema de Evaluación

Dentro de Colegio de Bachilleres, el reglamento escolar atiende a la evaluación de los estudiantes en su proceso de formación y establece:

- La evaluación de los procesos de aprendizaje será permanente y tendrá como finalidad conocer de las nuevas habilidades educativas que el alumno haya hecho suyas como consecuencia del servicio educativo recibido. El docente deberá tomar en cuenta las participaciones del alumno en clases, tareas, prácticas, trabajos, de acuerdo a las exigencias de cada asignatura.
- La valoración objetiva de cada asignatura se efectuará mediante la aplicación de 2 evaluaciones parciales y una final. Obteniéndose la calificación final de la siguiente manera:
 - La suma de los 2 parciales dividido entre 2 que será igual al promedio parcial.
 - El promedio parcial más la calificación de la evaluación final, dividido entre 2, será igual a la calificación final. Ejemplos:

Materia	1er. Parcial	2do. Parcial	Promedio de parciales	Evaluación final	Promedio final
Cultura digital	6	5	5	7	6
Ciencias sociales	7	5	6	8	7
Humanidades	9	10	10	9	10
Práctica y colaboración ciudadana.	8	6	7	5	6

- La evaluación de los módulos de las capacitaciones basadas en normas de competencia laboral se registrará por los criterios emitidos por la dirección general de bachillerato.
- Para tener derecho a las evaluaciones parciales, el alumno deberá contar con un 80% de asistencia a clases en el Período comprendido entre cada una de ellas.
- El alumno que repruebe de 1 a 3 asignaturas del semestre en curso tiene derecho a regularizarse en 2 oportunidades de evaluación intersemestral e intrasemestral, señaladas en el calendario escolar, mediante las solicitudes y pagos correspondientes.
- El alumno que agotó sus posibilidades de regularización, conforme a los lineamientos vigentes y establecidos por la Dirección de Registro y Control Escolar puede solicitar un examen especial, el cual de reprobalo causará baja del plantel teniendo como opción continuar sus estudios en Preparatoria en Línea.



Extraclase 1: Solicita a los estudiantes que en pareja traer un cartel, indicar consulten la **Actividad 1_tendedero de carteles**, del bloque II se le asigna una de las frases enlistadas en la **lectura 1. Filosofía del estudiante**, de acuerdo con el número de lista con el tema “Ser estudiante”, analizan las frases y hacen un cartel para presentarlo en la siguiente clase.

El cartel se va a evaluar con las siguientes características:

- El cartel es atractivo a la vista.
- Contiene la frase célebre y el nombre del autor.
- Presenta su trabajo en buenas condiciones y creatividad.
- Exposición clara al momento de la presentación en clases.



Extraclase 2 Los estudiantes realizarán la **autoevaluación de la Lectura 1. Filosofía del estudiante del bloque II**.



Parte II. Identidad y Hábitos



Propósitos y contenidos formativos

Propósitos formativos	Contenidos formativos
2. Analiza los pensamientos filosóficos, hábitos de estudio, técnicas de aprendizajes y condiciones para el estudio que le permitan adecuar sus hábitos personales para generar mayor compromiso académico y asumirse como agente de cambio para la mejora de sus prácticas y experiencias académicas.	Filosofía del estudiante Hábitos de estudio Administración del tiempo. Motivación en el estudio. Factores interna Factores externos Estrategias de aprendizaje: Tomar y organizar apuntes Escucha activa. Técnicas de aprendizaje: Técnica de subrayado Resumen Condiciones para el estudio y modelamiento de hábitos. Físicas personales, Psicológicas, ambientales Errores en el estudio. Técnicas de aprendizaje con organizadores gráficos: Mapas mentales Mapa conceptual Cuadro sinóptico Diagramas Red semántica Cuadro comparativo



Situación de Aprendizaje 2. “Ruta hacia el logro académico”

Propósito de la situación

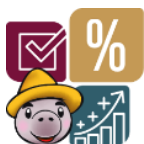
Diseña una lámina creativa sobre las condiciones de estudio que debe considerar un estudiante para el espacio donde estudia diariamente y lo presenta en el aula.

Problema del contexto

Ina se ha dado cuenta que su bajo desempeño académico está relacionado con su falta de interés en las actividades escolares (apatía), en parte de no saber cómo estudiar las asignaturas y termina por desistir en su intento, por lo tanto, no logra alcanzar los aprendizajes y además de que no tiene mucha habilidad con la lectura, pero ya no quiere tener bajos resultados.

Conflicto cognitivo

- ¿Cómo puede definir su papel como estudiante?
- ¿Sobre qué aspectos puede reflexionar para motivarse para el estudio?
- ¿Cuáles son los beneficios de ser estudiante y que pueden ayudar a Ina a interesarse en sus estudios?
- ¿Qué hábitos de estudio debe adquirir para aprender mejor?
- ¿Qué estrategias de aprendizaje necesita practicar para tener mejores resultados cuando estudia?
- ¿Cómo debe leer para aprovechar mejor el tiempo que invierte estudiando?



Sesión 8. Filosofía del estudiante

Encuadre del Segundo Parcial

Icono	Actividad	Porcentaje	Puntaje
	Cartel y Autoevaluación	10 %	
	Encuesta sobre los hábitos de estudio	5 %	
	Agenda diaria	5 %	
	Silueta de factores internos y externos	10 %	
	Estrategias para estudiar mejor con contrato personal.	15 %	
	Ejercicio de subrayado y resumen. Técnicas de Toma de nota, subrayado y resumen.	15 %	
	Lamina creativa SIGA	20 %	
	Armado los organizadores gráficos tipo memorama	20 %	
Total	100%		



Instrumentos de evaluación

2ª. Evaluación sumativa

Nombre del alumno:						
Semestre:				Grupo:		
ACTIVIDAD	NOMBRE DE LA ACTIVIDAD	TIPO DE ACTIVIDAD	%	CUMPLIÓ CON LA ACTIVIDAD		PORCENTAJE ALCANZADO
				SI	NO	
Situación de aprendizaje 02 Ruta hacia el logro académico						
1	Tendedero de carteles y evaluación diagnóstica.	Cartel	10 %			
2	Encuesta sobre los hábitos de estudio	Encuesta	5 %			
3	Agenda Diaria	Agenda	5 %			
4	Siluetas de factores internos y externos	Dibujo	10 %			
5	Estrategias para estudiar mejor con contrato personal.	Análisis y dibujo.	15 %			
6	Ejercicio de subrayado y resumen. Técnicas de Toma de nota, subrayado y resumen.	Ejercicio	15 %			
7	Lamina creativa SIGA	creatividad	20 %			
8	Armado los organizadores gráficos tipo memorama	Lamina	20 %			
Evaluación sumativa						

* Es calificación aprobatoria a partir de 60%

Nombre y firma del padre o tutor de conocimiento sobre la forma de evaluación en el primer parcial. _____



Evaluación Diagnóstica

Responde los siguientes cuestionamientos:

1. ¿Qué implica realmente ser estudiante en tu vida diaria y en tu futuro?
2. ¿De qué manera podrías mejorar tu aprendizaje utilizando técnicas de estudio? ¿Cuáles te han funcionado o podrías intentar?
3. ¿Cómo crees que un organizador gráfico puede ayudarte a comprender mejor la información?
4. ¿Qué factores psicológicos consideras importantes para lograr un buen desempeño al estudiar?





Lectura 1. Filosofía del estudiante

Filosofía del estudiante (Polo Calvo, s.f.)

Cuando una persona tiene una filosofía de vida significa que esta cuenta con determinados principios que moldean su estilo de vivir. Estos principios son los que orientan:

- El comportamiento.
- Los pensamientos.
- Y las percepciones que tiene cada uno sobre cada cosa y, en sí, son los que permiten alcanzar la autorrealización.

En este sentido, podemos decir que todos los estudiantes tienen una filosofía, la cual se basa en la búsqueda constante del aprendizaje y del crecimiento personal.

La **filosofía del estudiante** puede estar influenciada por diferentes aspectos y factores, como los valores y las ideas que adquiere el individuo a lo largo de su vida. En este sentido, podemos decir que se basa en...

- Poder aprender activamente sobre los temas que se imparten con el objetivo de superar la etapa.
- Identificar y apreciar las maneras propias de aprender que tiene cada persona, incluyendo el ritmo, las técnicas y estrategias que más se adecúan al estudiante.
- Adquirir habilidades y destrezas que servirán para el futuro.
- Siempre estar dispuesto a aprender constantemente, sobre cada vez más cosas a modo de implementar tu conocimiento en la vida real.

Además, **la filosofía del estudiante** busca potenciar la interacción entre los estudiantes, con el fin de promover un mejor proceso de enseñanza aprendizaje mientras todos los participantes de la clase se apoyan entre sí.

¿Cómo influye la filosofía en los estudiantes?

La educación es uno de los pilares de toda sociedad, pues permite impulsar el desarrollo, el cambio y la libertad de pensamiento en todas las personas.

El sistema educativo cuenta con diversos niveles, los cuales están compuestos por programas curriculares donde encontramos a la asignatura de Filosofía, una de las materias más importantes para la formación del estudiantado.

Estudiar sobre filosofía ayuda a los estudiantes a desarrollar su capacidad e inclinación por el pensamiento crítico, contribuyendo de manera distintiva, intensa e inmersiva a esta habilidad en el alumno. Esto permite una mejor comprensión general, y mayor dominio, de los temas al momento de estudiar. Es decir, potencia las capacidades de aprendizaje del estudiante.

Además, los cursos de filosofía y el desarrollo de lo que es la filosofía del estudiante pueden contribuir admirablemente al impulso del...

- Razonamiento lógico.
- Pensamiento libre y ético.
- Reconocimiento de los problemas morales.



Ilustración 47. Filosofía del estudiante, imagen generada por IA



Ejercicio de Autoevaluación

En el siguiente cuadro se presentan las características de un buen estudiante. Lee y reflexiona y coloca una (X) dependiendo de la frecuencia con que realizas cada una de ellas.

Nombre:	Grupo:		
Características	Siempre	Algunas veces	Nunca
Te esmeras en buscar los resultados de aprendizaje de manera creativa.			
Tienes la capacidad de leer de manera integral.			
Tienes la capacidad de escribir de manera efectiva			
Tienes la capacidad de hablar con fluidez para comunicarse con los demás.			
Te organizas para priorizar tus actividades académicas.			
Total			

Suma las columnas (siempre, algunas veces, nunca), dándole el valor de 1 punto a cada cuadro seleccionado.

- Sí el mayor puntaje es Siempre, eres un buen estudiante.
- Sí el mayor puntaje es Algunas veces, hay que reforzar algunos aspectos para mejorar tus fortalezas.
- Sí el mayor puntaje es Nunca, hay que reforzar hábitos de estudio para conseguir el éxito de ser un buen estudiante.

¿En qué frecuencia estas?



Actividad 1. Tendedero La Filosofía en Carteles



Ilustración 48. Tendedero de frases.

La finalidad principal del tendedero es conocer las frases filosóficas que autores reconocidos en el mundo de la literatura, la música, la filosofía, deporte y otros personajes célebres han expresado sobre su experiencia como estudiantes y educadores.

Tiene como objetivo que a través de reflexionar sobre ellas hagas tu propia filosofía de lo que es ser estudiante.

Para la próxima clase organizaremos entre toda una muestra de carteles, en el aula, sobre la Filosofía del

Estudiante basado en las reflexiones que sobre el ser estudiante han realizado los filósofos a través del tiempo, para ello debes realizar las siguientes **actividades extra-clase**:

- Elige un compañero para formar una bina.
- De la lista de frase que se presentan en la lectura 1; identifique las que corresponden a su número de lista y de ellas elijan una.
- Una vez elegida su frase deben elaborar una obra (cartel, pintura, tabloide) que contenga dicha frase y dibujos o imágenes alusivas a la idea de la frase. Deben tener cuidado de hacer lo más colorido y expresivo ya que será exhibido en otros espacios.
- Tienen una semana para concluir su producto y traerlo en la próxima clase
- Al iniciar la clase todo el grupo dispondrá el salón para que peguen sus trabajos en el tendedero.
- Cuando hayan acomodado todo (Calculemos 10 minutos) nos preparamos para presentar su trabajo, y expliquen qué les significa la frase.
- Los puntos que se calificarán en tu trabajo para el tendedero son: Creatividad, ilustración adecuada a la frase, escritura de la frase sin faltas de ortografía, nombre del pensador que dijo la frase. En el reverso nombre de los dos participantes, grupo, turno y sus números de lista.
- No olviden tomarse una foto con su trabajo en el tendedero si tienen que subir a Teams la evidencia.
- Después de observar todas las obras presentadas por los compañeros escribe las 3 frases que te interesaron más y su conclusión sobre qué significa ser estudiantes (Integrar al portafolio de evidencias).



Ilustración 49. Tendedero de frases. Imagen tomada de la red

FRASES

1. ¡Pobre discípulo el que no deja atrás a su maestro! (Aristóteles)
2. Quien poco piensa mucha yerra. (Leonardo Da Vinci)
3. Al estudiante que nunca se le pide que haga lo que no puede, nunca hace lo que puede. (John Stuart Mill)
4. Amargas son las raíces del estudio, pero los frutos son dulces. (Catón)
5. Aprender es descubrir que algo es posible. (Fritz Perls)
6. ¿Cuál es el primer principio político? La educación. ¿Cuál es el segundo? La educación. ¿Y el tercero? La educación. (Jules Michelet)
7. ¿Hay algo más necio que no aprender por no haber aprendido antes? (Séneca)
8. Aprender sin reflexionar es malgastar la energía. (Confucio)
9. Cada cual debe aplicarse a la educación propia hasta el último día de su vida. (Massimo T. D'Azeglio)
10. Como hay talentos por el estudio, hay tontos entontecidos por desuso. (Santiago Ramón Y Cajal)
11. Como un campo, aunque sea fértil, no puede dar frutos si no se cultiva, así le sucede a nuestro espíritu sin el estudio. (Cicerón)
12. Cuando no existen las posibilidades de educarse, de levantar dentro de la masa corpórea la estatua magnífica de un espíritu cultivado, no se es hombre, y mucho menos se puede ser ciudadano. (Indalecio Prieto)
13. Desde los primeros pasos de su educación el niño debe experimentar el placer del descubrimiento. (Alfred North Whitehead)
14. Donde hay educación, no hay distinción de clases. (Confucio)
15. Educar no es dar carrera para vivir, sino templar el alma para las dificultades de la vida (Pitágoras)
16. El buen alumno aprende con el profesor, sin el profesor y a pesar del profesor. (José Antonio Ortega)
17. El conocimiento no vale si no se comparte (Hernández Cruz Juan Miguel)
18. El estudio ha sido para mí el remedio supremo contra las desilusiones de la vida. No he conocido ninguna aflicción que una hora de lectura fuese incapaz de aliviar. (Montesquieu)
19. El hombre instruido lleva en sí mismo sus riquezas. (Fedro)
20. El hombre nada puede aprender sino en virtud de lo que ya sabe. (Aristóteles)
21. El primer paso para lograr es estudiar (Brian G.)
22. El verbo cardinal: estudiar (Brian G.)
23. En el estudio no existe la saciedad. (Erasmus De Rotterdam)
24. Es mejor aprender cosas inútiles que no aprender nada. (Séneca)
25. Es menester haber estudiado mucho para llegar a saber un poco. (Montesquieu)
26. Estudia como si fueras a vivir siempre; vive como si fueras a morir mañana. (Alanus De Insulis)
27. Estudiar...significa poseer métodos magistrales. Asimilar el método de trabajo no significa fortalecerlo para toda su vida: solo empieza a trabajar y el mismo trabajo te enseñará a ti... (Máximo Gorki)



Ilustración 50. Filosofía del estudiante, imagen generada por IA

28. Hace sesenta años yo lo sabía todo; ahora no se nada; la educación es el continuo descubrimiento de nuestra propia ignorancia. (Will Durant)
29. Hacer preguntas es prueba de que se piensa. (Rabindranath Tagore)
30. Hay estudiantes que les apena ir al hipódromo y ver que hasta los caballos logran terminar su carrera. (Woody Allen)
31. Indudablemente una parte de la función de la educación consiste en ayudarnos a escapar
32. --no del tiempo que nos toca vivir, pues estamos atados a él, sino de las limitaciones emocionales e intelectuales de nuestro tiempo. (T.S. Eliot)
33. Instruirse; instruirse siempre. Este es el verdadero alimento del alma. (Cicerón)
34. La alegría de ver y entender es el más perfecto don de la naturaleza. (Albert Einstein)
35. La educación es al alma lo que la escultura es a un bloque de mármol. (Joseph Addison)
36. La educación es al hombre lo que el molde al barro: le da la forma. (Jaime Balmes)
37. La educación es el desarrollo en el hombre de toda la perfección de que su naturaleza es capaz. (Immanuel Kant)
38. La educación no consiste en llenar un cántaro sino en encender un fuego. (William Butler Yeats)
39. Procura instruirte mientras vivas; no creas que la vejez trae consigo la razón. (Solón)
40. El hombre que se prepara tiene media batalla ganada. (Miguel de Cervantes)
41. ¡Estudia! No para saber una cosa más, sino para saberla mejor. (Séneca)
42. Al no prepararse, se está preparando para fracasar.
43. La juventud es el momento de estudiar la sabiduría; la vejez, el de practicarla. (Jean- Jacques Rousseau)
44. El que pregunta es tonto durante cinco minutos, pero el que no pregunta es tonto siempre. (Proverbio)
45. Los sabios aprenden cuando pueden, los tontos aprenden cuando tienen que hacerlo. (Arthur Wellesley)
46. La responsabilidad por el aprendizaje le pertenece al estudiante, independientemente de su edad. (Robert Martin)
47. Los estudiantes deben tener iniciativa, no deben ser meros imitadores. Tienen que aprender a pensar y actuar por sí mismos y ser libres. (Cesar Chávez)
48. Se aprende algo todos los días si se presta atención. (Ray LeBlond)



Ilustración 51. Filosofía del estudiante, imagen generada por IA



Ilustración 52. Foco, imagen tomada de la Web



Sesión 9. Hábitos de estudio

Lectura 2. Hábitos de estudio

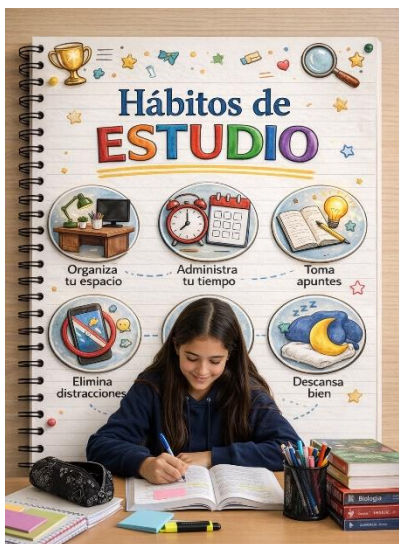


Ilustración 53. Hábitos de estudio.
Imagen generada por IA

Los hábitos de estudio son el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender de los alumnos. Son los métodos y estrategias que acostumbra a usar el estudiante para asimilar unidades de aprendizaje, su aptitud para evitar distracciones, su atención al material específico y los esfuerzos que realiza a lo largo de todo el proceso (FACTOR EBC, 2023). Entendemos como “Hábitos de estudio” a una serie de rutinas, técnicas y estrategias aplicadas por los estudiantes para adquirir la mayor cantidad de conocimientos posibles al estudiar (Unibetas, 2021).

A través de estos, se busca evitar las distracciones y poner la máxima atención posible al material que se utiliza para aprender.

Al aplicarlos, es posible incrementar la productividad y lograr una mayor retención de la información. De esta forma, se convierten en técnicas sumamente recomendables para cualquier persona que desee incrementar su rendimiento académico (Unibetas, 2021).



Hábitos de estudio.

Da clic en el siguiente enlace y ve el vídeo sobre hábitos de estudio. Duración de 3 minutos

<https://www.youtube.com/watch?v=OaDFHoFECOc>



Ilustración 54. Captura de pantalla del vídeo.



Actividad 2. Encuesta de hábitos y métodos de estudios.

DATOS GENERALES	
Nombre(s) del alumno(s)	Matrícula(s)
Producto:	Fecha
Asignatura : Orientación Educativa Escolar.	Período
Actividad: Bachiller, te propongo que analices detenidamente las preguntas que encontrarás en este cuestionario y que contestes con la máxima sinceridad. Es posible que el modo que tienes de estudiar no sea el más adecuado a tu capacidad ni el más conveniente para las materias que cursas. Así podrás averiguar qué es lo que puedes corregir en tus métodos y hábitos de estudio. Marca con una palomita ✓ el “SI” o el “NO” que mejor indique lo que haces.	

Tus condiciones materiales	Si	No
01. ¿Tienes un sitio fijo en casa reservado para estudiar?		
02. ¿El lugar donde estudias está alejado de ruidos? (Televisión, radios, autos, etc.)		
03. ¿El lugar donde estudias está libre de objetos que puedan distraerte?		
04. ¿Tu mesa de estudio tiene suficiente espacio?		
05. ¿Hay luz suficiente donde estudias?		
06. Cuando te pones estudiar ¿tienes a mano todo lo que vas a necesitar?		
Cómo distribuyes tu tiempo	Si	No
07. ¿Tienes un horario de estudio, de descanso, de juego, de sueño?		
08. ¿Sueles cumplir con ese horario?		
09. ¿Estudias fuera del horario de clases al menos 5 días por semana?		
10. ¿Tienes planificado el tiempo que piensas dedicar al estudio cada día?		
11. ¿Distribuyes un tiempo de estudio entre las distintas actividades y asignaturas que debes estudiar de acuerdo con su extensión y dificultad?		
12. ¿Sueles terminar cada día lo que te propusiste estudiar?		
13. ¿Incluyes Períodos de descanso en tu plan de estudio?		
Tú actitud personal	Si	No
14. ¿Asistes a clases con agrado?		
15. ¿Participas en clase positivamente y cumples los encargos que te encomiendan?		
16. ¿Miras al profesor cuando explica?		
17. ¿Sigues las explicaciones del profesor interesándote y preguntando dudas?		
18. ¿Tomas nota en la agenda cada día de lo que te manda el profesor a estudiar y de las actividades que has de hacer?		
19. ¿Te importan las notas de sus pruebas?		
20. ¿Estudias sin que te lo tengan que recordar?		
Cómo Estudias	Si	No



21. ¿Eres constante en el estudio?		
22. ¿Crees que sabes estudiar?		
23. ¿Revisas los textos o documentos de estudio (o parte de ellos) antes de estudiarlos?		
24. ¿Encuentras fácilmente las ideas principales de lo que lees?		
25.- ¿Subrayas las ideas o datos importantes de lo que lees?		
26. ¿Consultas el diccionario cuando no sabes lo que significa una palabra o duda sobre cómo escribirla?		
27. ¿Dedicas a la actividad de memorizar parte del tiempo que dedicas al estudio?		
28. ¿Escribes los datos importantes que son difíciles de memorizar?		
29. ¿Te formulas preguntas cuando estudias?		
30. ¿Tratas de resumir mentalmente lo que estudias?		
31. ¿Empleas alguna técnica que te ayude a recordar lo que has de memorizar?		
32. ¿Repasas los temas una vez estudiados?		
33. ¿Intentas relacionar lo aprendido en una materia con la de otra?		
34. ¿Pides ayuda cuando tienes dificultades en tus estudios?		
35. ¿Vas al día en tus estudios?		
36. Cuando te sienta a estudiar ¿empiezas enseguida?		
37. ¿Estudias con intensidad, esforzándote en aprender?		
38. ¿Haces esquemas de lo que estudias, siempre que sea posible?		
39. ¿Empleas el menor número de palabras para hacer esquemas?		
40. ¿Destacas en los esquemas las ideas principales?		
Cómo realizas tus trabajos	Si	No
41. ¿Te aseguras de que has comprendido bien lo que tienes que hacer antes de ponerte a trabajar?		
42. ¿Consultas otros libros además de los textos que te entrega el colegio?		
43. ¿Haces todo lo posible por redactar los ejercicios de manera clara?		
44. ¿Compruebas la ortografía, caligrafía y limpieza de lo que escribes?		
45. ¿Vas al día en la realización de las actividades que tienes que hacer?		
Los exámenes	Si	No
46.- ¿Conoces con bastante aproximación qué es lo que has de saber al término de una evaluación y cada materia?		
47. ¿Estás relativamente tranquilo cuando inicias un examen?		
48. Cuando estudias un examen ¿repasas los esquemas y apuntes que trabajó con anterioridad?		
49. ¿Se informas de cómo va a ser el examen antes de realizarlo? (Oral, escrito, desarrollo, alternativas, etc.)		
50. Al empezar un examen ¿escuchas con detalle las orientaciones que da el profesor?		
51. Durante un examen ¿contestas primero las preguntas que sabes mejor?		

52.- ¿Sueles ordenar mentalmente el contenido de las preguntas antes de empezar a responderlas?		
53.- ¿Es clara tu expresión escrita en la forma y en el contenido?		
54.- ¿Continúas con el examen hasta el final del tiempo para completar detalles olvidados?		
55.- ¿Sueles leer el examen una vez finalizado?		
56.- ¿Reconstruyes el contenido del examen una vez finalizado para hacer una evaluación aproximada del mismo?		
Total		

Instrucciones: Suma los Si como 1 punto. Puntuación:

- Si has obtenido entre 46 y 56 puntos, tus hábitos y técnicas de estudio son excelentes.
- Si has obtenido entre 36 y 45 puntos, tus hábitos y técnicas de estudio presentan desatinos, sin embargo, manejas nociones sobre cómo estudiar adecuadamente.
- Si has obtenido menos de 35 puntos, tus hábitos y técnicas de estudio son defectuosas y es necesario que adquieras nociones sobre cómo estudiar adecuadamente y las pongas en práctica.



En el siguiente link puedes realizar el test en línea, solo tienes que seguir las instrucciones:

<https://www.psicotecnicostest.com/testdepersonalidad/habitosdeestudiostest.asp>

En resumen:

Mis mejores hábitos de estudio son:

Debo corregir o mejorar:

¿Qué plan puedo hacer para mejorar mis hábitos de estudio?



Sesión 10. Administración del tiempo

Lectura 3: Administración del tiempo

El tiempo (Gutiérrez Juárez) es sin duda alguna el recurso más valioso que tenemos. Stephen Covey, uno de los personajes más reconocidos internacionalmente en cuanto a liderazgo, explica que la administración del tiempo no es la habilidad de sacarle más horas al día, ni se trata tampoco de multiplicarse a uno mismo para poder hacer y cumplir con más cosas, se trata de concretar lo que es más importante.

Ladrones de tiempo o desperdiciadores

Uno de los temas más preocupantes en lo referidos a la administración del tiempo son los “ladrones o desperdiciadores de tiempo”, entendiendo por éstos cualquier cosa, situación o persona que nos dificulta que logremos realizar las tareas planificadas. De acuerdo con Mayelín García (2009) los desperdiciadores pueden ser externos e internos, enseguida se enlistan ejemplos de cada uno de ellos:



Ilustración 56. Distractores externos, imagen generada por IA

- **Externos:** llamadas telefónicas, reuniones imprevistas, visitas inesperadas, excesivo flujo de papeles, dificultades con la comunicación entre otros.

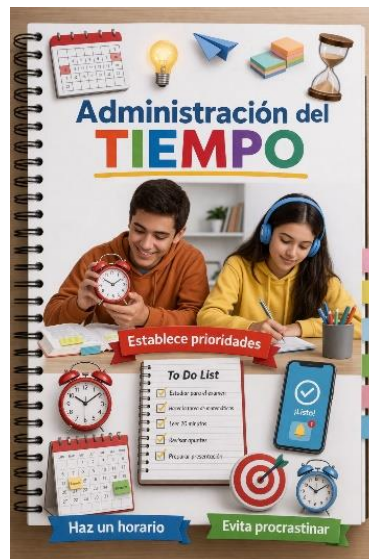


Ilustración 55. Administración del tiempo. Imagen generada por IA

- **Internos:** no definición de objetivos claros y medibles, dejar tareas inconclusas por querer hacer varias actividades a la vez, incapacidad para decir “NO” a los imprevistos de poca importancia y urgencia, así como pocos conocimientos y no tener habilidad para planificar teniendo en cuenta prioridades.

Recomendaciones para no derrochar el tiempo en distractores externos

- **Comprar una agenda:** Anotar citas, proyectos, actividades por realizar, marcar actividades como urgentes e importantes,

importantes, no urgentes.

- **Uso del teléfono:** Antes de llamar, evalúa la urgencia e importancia de tu llamada, planifica la conversación, para llamadas urgentes acorta la parte social de la conversación, ve directo al asunto que necesitas tratar. Establece Períodos de tiempo donde no recibirás llamadas sino sólo en caso de emergencias.
- **Uso del chat:** Destina una cantidad de tiempo al día para el chat, evita tener abierta la ventana de chat y las herramientas de trabajo al mismo tiempo. Utiliza el status como “No disponible” “Ausente” “Ocupado” la mayor parte del tiempo.
- **Uso de redes sociales:** Destina una cantidad de tiempo al día para revisarlos, dejarlo para horarios que no sean de estudio ni de realización de trabajos.

- **Televisión:** Limita la cantidad de tiempo para ver televisión, evita verla mientras estás estudiando. Aísla la TV. de tu área de estudio.
- **Interrupciones y visitantes inesperados:** un tiempo diario para visitas inesperadas e interrupciones, así como evitar visitar a tus amigos en horario de clases o estudio.
- **Reuniones:** Calendariza tu asistencia a reuniones de diversión sin descuidar tus estudios.
- **Aprende a decir “NO”:** Decir “no” puede ser una de las herramientas de administración de tiempo más poderosas que puedes llegar a dominar. Por supuesto, no se trata de evadir responsabilidades, sino de invertir nuestro tiempo en donde somos más productivos. Si la tarea en cuestión interfiere con los objetivos que tienes planteados, busca una manera sutil para negarte. Sugiere a otra persona que pueda hacer el trabajo con los mismos o mejores resultados y siempre de la manera más amable posible.
- **Concéntrate en la tarea actual:** Concéntrate al cien por ciento en una y sólo una tarea a la vez. Cuando logramos concentrarnos al 100% por espacios de horas, tenemos períodos altamente productivos. Sin embargo, lograr esta concentración y entrar en esta zona de productividad cuesta mucho trabajo y cualquier interrupción es suficiente para salir de ella. Es por lo que debes tratar de eliminar todas las distracciones posibles: desconecta el teléfono o activa la contestadora, apaga el celular, cierra el correo electrónico o los programas para “chatear” y cierra tu puerta.

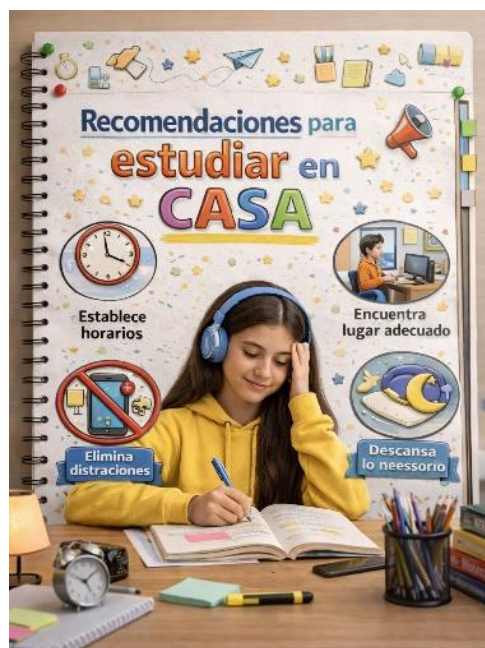


Ilustración 57. Recomendaciones para estudiar en casa, imagen generada por IA

Uno de los primeros hábitos que deben adquirir es el de estudiar de forma metódica. Si no conseguimos sentarnos a estudiar de forma regular, difícilmente podremos lograr otros objetivos.



Actividad 3. Agenda diaria ¿En qué se va mi tiempo?

Instrucciones: Anoten en el siguiente espacio las actividades que hacen en un día normal, desde que se levanta incluyendo clases, tareas, redes sociales, meriendas, comidas, siestas, tiempo de entretenimiento televisión, deportes, pasatiempos, tiempo en familia, amistades, entre otras actividades.

	Enlista las actividades	Necesarias	Importantes	Urgentes	Pérdida de tiempo	Sin efecto o comunes
Actividades de casa						
Escuela						
Redes sociales						
Tiempo en familia						
Tiempo de amigos						



Pasatiempo						
Comidas						

Después de realizar las anotaciones requeridas, clasifica las actividades en: Necesarias, Importantes, Urgentes, Perdida de tiempo, Sin efecto o comunes.

A continuación, responde las siguientes preguntas:

¿Crees que aprovechas bien el día?

¿Te parece suficiente el tiempo que dedicas a estudiar?

Cuando estudias, ¿en qué momento del día rindes más? ¿mañana, tarde o noche?



Extraclase: Leer en esta Guía la **sesión 11 titulada Motivación para el estudio**, subraya lo importante, responde las preguntas y realiza la **Actividad 4_Silueta de los factores internos y externos** de la pág. 86 (lee todas las instrucciones).

Sesión 11. Motivación para el Estudio

Lectura 4: Motivadores internos y externos.



Utilizando la analogía de un coche, se podría considerar la motivación como esa explosión inicial que hace funcionar el motor. Por supuesto, un coche posee más elementos que determinan su movimiento (volante, ruedas, acelerador, freno, etc.), pero sin el motor el coche no se mueve. A la hora de entender la motivación para estudiar, se puede considerar este como el factor más importante que determinará el éxito o el fracaso en los resultados académicos de los estudiantes (Piñeiro).



Contesta las siguientes preguntas detonadoras:

¿Qué te mueve para realizar tus actividades?

¿Qué te impulsa para estar aquí en un plantel del COBATAB?

¿Qué te llena de energía para dedicarte a ser estudiante?

Coexisten 3 fines principales por los que poner nuestro motor en marcha (Piñeiro):

- **Afiliación.** Cuando es la afiliación lo que nos motiva, el objetivo sería conseguir establecer vínculos afectivos satisfactorios o ser aceptado socialmente.
- **Logro.** En este caso, el fin sería conseguir lo que nos proponemos, lograr éxitos personales.
- **Poder.** Si nuestro objetivo estuviese relacionado con ostentar una posición de superioridad sobre los demás, poder decidir cosas por los demás o liderar al grupo, podemos afirmar que nuestra motivación nace de la búsqueda de poder.



Ilustración 58. Motivación en el estudio, imagen generada con IA

En mayor o menor medida todos tenemos estas tres motivaciones. Sin embargo, lo habitual es que cada individuo se decante por una de las tres, ya sea generalmente o en alguna etapa concreta de su vida. Conviene también tener en cuenta que cualquier acción motivada puede estar dirigida por uno o varios de estos motivos. En la adolescencia, como en cualquier etapa de la vida, conviven las tres motivaciones. Los motivos de afiliación y poder, que no son necesariamente negativos, también se desarrollan en esta etapa. No obstante, en el ámbito académico, la que nos conduce hacia el éxito es la motivación de logro.

Conviene además tener en cuenta que la motivación no es un fenómeno estático, sino que va fluctuando según las circunstancias del día a día de las personas. Veámoslo: Como vemos, se trata de un proceso que cambia continuamente, y que se corresponde con lo que coloquialmente conocemos como «círculo vicioso»: a mejores resultados mayores serán las expectativas y por lo tanto nuestra motivación se verá incrementada. Del mismo modo, cuando aumenta la motivación, generalmente, también aumenta la posibilidad de conseguir buenos resultados.

Motivación interna y externa (MIR-CURSOS)



Ilustración 59. Motivación intrínseca y extrínseca, imagen generada por IA

Una acción puede estar motivada intrínsecamente (interna) o extrínsecamente (externa). La diferencia radica en si obtenemos una recompensa interna o externa al llevar a cabo dicha acción.

Motivación intrínseca: la recompensa está en el mero placer de llevar a cabo una acción

Motivación extrínseca: la realización de la acción conlleva una recompensa externa, por ejemplo, obtener una buena nota, ganar dinero, obtener un halago, etc.

Enemigos internos y externos del estudiante (MIR-CURSOS).

Dos tipos de circunstancias son las que hacen fracasar más frecuentemente los horarios de estudio: los enemigos internos y los enemigos externos. A continuación, hablaremos de cada uno de ellos.

“Enemigos” internos: la distracción y los problemas personales (MIR-CURSOS).

Debes dejar para después del estudio las preocupaciones o problemas personales. Si no lo consigues, haz un alto de cinco o diez minutos, coge lápiz y papel, y escribe las contestaciones a las siguientes preguntas:

- ¿Qué es el problema?
- ¿Cuál es la causa?
- ¿Qué soluciones posibles tiene?
- ¿Qué solución voy a tomar?

Este sistema te ayudará a delimitar tu preocupación y te pondrá en condiciones de tomar decisiones rápidas.

Si te cansas rápidamente de estudiar y te distraes con facilidad, asígnate períodos de estudio cortos, por ejemplo, de 30 a 40 minutos, intercalando entre ellos breves descansos, por ejemplo, de cinco minutos (técnica Pomodoro).

“Enemigos” externos: la familia y los amigos (distractores). (MIR-CURSOS).

Es fundamental que tanto tu familia como tus amigos comprendan la seriedad, dificultad e importancia de la tarea que estás realizando. Durante las horas de estudio no se te debe interrumpir ni preguntar nada. El sitio de estudio es sagrado, fijo siempre (no vayas cambiando de una habitación a otra) y exclusivo del estudio. Tienes que explicarles todo esto para que respeten tu lugar y tiempo de trabajo, evitando toda interrupción (recados, teléfono) durante el mismo.



Recomendamos desconectar el celular durante el estudio y tus redes sociales, para evitar ser interrumpido constantemente por cosas que compiten por tu atención.



Actividad 4. Silueta de los factores internos y externos.

Instrucciones: En la siguiente silueta o puedes dibujar la silueta en tu libreta en la cual te represente escribe con rojo los enemigos internos (dentro de la silueta) y externos (fuera de la silueta) que te afectan a la hora de estudiar o hacer tareas. Con negro escribe tus motivadores internos (dentro de la silueta) y los motivadores externos (fuera de la silueta) que te ayudan a lograr tus objetivos académicos. Mira el ejemplo para que hagas el tuyo. **Ejemplo**

Enemigos internos

- Pienso en mi novia
- Me preocupa los problemas de mis padres.
- Tengo problemas con mi compañero.
- Me pongo a ver videos.
- Me entretengo con videojuegos.

Motivación intrínseca

- Cuando me lo propongo logro concentrarme.
- Me disciplino porque sé que puedo dar más.
- Me obligo a dejar a un lado mi celular.

Enemigos externos

- Mi mamá ve la novela con alto volumen
- En donde hago tarea también se sientan a platicar mis hermanos o pelean mis papas.

Motivación extrínseca

- Mi abuelita me apoya en todo.
- Quiero obtener 10 y que me reconozcan mi esfuerzo.
- Me ánima llegar a ser el primer profesionista familia.

Ilustración 60. Ejemplo diseñado por Psic. Martha Rosa Esquinca Díaz.

Ahora has el tuyo, puedes dibujar o tomar una de las siluetas que aparecen en el Anexo de esta guía.



Extraclase: Consulta en la siguiente Sesión 12, lean y subrayen lo principal en la **Lectura 5: Lugar y estrategias de estudio**, después revisen la **Actividad 5: Estrategias para estudiar mejor** y organízate con tu equipo para traer el material.

Sesión 12. Dónde y cómo estudiar

Actividad 5: Estrategias para estudiar mejor.



Para esta actividad el grupo se divide en dos, ya sea por lista o según la disposición del aula en dos partes, acuerden con el maestro o máximo en seis equipos. Cada equipo analiza tres *escenarios* de seis (ver Anexo 5). De acuerdo a lo que observa y a la **Lectura 5: Lugar y estrategias de estudio** deben indicar:

- ¿Qué ayuda a concentrarse en ese lugar? (luz, materiales, silencio, apuntes, silla cómoda, escritorio ordenado, posición adecuada para no cansarse, etc.)
- ¿Qué distrae? (Ruido intenso, audífonos, celular, pensamientos personales, falta de descanso, comer mientras estudia, mala iluminación, posición incómoda, etc.)



Elaboran una lista de **elementos ideales** del lugar de estudio o dibujan un espacio que contenga los elementos ideales para estudiar, pueden usar Canva, Jamboard o PowerPoint, pero deben presentar su diseño, para que todos sus compañeros lo vean, impreso o proyectado si tienen proyector disponible.

Para concluir:

- Cada alumno escribe las acciones concretas que puede hacer para mejorar su lugar de estudio y acercarlo a ser un lugar ideal, si ya lo tiene, cómo se asegurará de que permanezca así e ir agregando mejoras. Recuerda que el lugar ideal no es lujo, sino las condiciones y materiales necesarios para tener todo disponible en tu espacio para estudiar.
- Se elabora como “Contrato personal para mejorar mi lugar de estudio”

Ejemplo de **Contrato personal**:



Ilustración 61. Contrato personal. Diseño elaborado por Psic. Martha Rosa Esquina. Imágenes de la Web.



Lectura 5: Lugar y estrategias de estudio

Favorecer una rutina de estudio dentro de un ambiente adecuado elimina una parte considerable de los problemas de concentración en la tarea de estudiar (Supera tus notas). Un buen ambiente quizás no consiga mejorar mucho el rendimiento académico del alumno, pero **un ambiente negativo entorpece enormemente el avance académico** (Merino).



Ilustración 62. Dónde y cómo estudiar, imagen generada por IA

Por lo tanto, es positivo que el lugar de estudio sea dedicado única y exclusivamente para las tareas académicas y buscar otros lugares, aunque sea en la misma habitación, para la ejecución de las actividades de ocio (Merino).

- e) **Debes cuidar mucho la postura.** Con el tronco estirado y la espalda apoyada en el respaldo de la silla. A una distancia alrededor de 30 cm. del libro o apuntes.
- f) **Es muy importante estar decidido a la hora de ponerse a estudiar,** no titubees e intenta mentalizarte de que ese es el trabajo que tienes que una reflexión sobre todo lo que vas a necesitar
- g) También es muy importante que sepas que es lo que vas a hacer cada día y tenerlo todo **planificado (pero con flexibilidad).** Por eso es muy conveniente que hagas un horario de

a) **En una habitación que dispongas para ello,** si puede ser de tu uso exclusivo, sin malos olores, bien aireada y ventilada, ni con mucho calor ni con frío, sin molestias de ruidos, ni otro tipo de distracciones (televisión, cuarto de juegos de los hermanos, radio, etc.).

b) **Ten una mesa de trabajo amplia,** en la que puedas tener encima todo el material que vas a necesitar, sin otros objetos de distracción como revistas, juegos, adornos móviles, etc.

c) **La luz que sea preferiblemente natural**

d) **Tanto la mesa como la silla deberán estar en consonancia con tu altura, ser cómodas, pero no en exceso.** La silla debe tener respaldo y ser dura. La excesiva comodidad te llevará a rendir menos e incluso a dejar de estudiar, pero con la incomodidad ocurrirá lo mismo.



Ilustración 63. Postura recta. Tomado de Freepik

estudio diario realista, teniendo en cuenta tus capacidades, realizable y factible. Recuerda que cada hora debes descansar 10 minutos.

- h) **A la hora de hacer tu horario piensa cual es el mejor momento para estudiar,** siempre empieza por las asignaturas más fáciles para pasar posteriormente a las más difíciles y terminar con otras también fáciles.

- Las horas de ocio también son importantes, no te olvides de ellas.
- Debes dormir una media de 8 a 10 horas, es fundamental para luego rendir bien.



Ilustración 64. Dónde y cómo estudiar, imagen generada por IA

¿Cómo debo tomar apuntes?



Ilustración 65. Cómo debo tomar apuntes, imagen generada por IA

Asistir a clases y tomar apuntes de lo que dice el profesor sin dejarse nada importante no es dejarse tan fácil. Atender, entender, escribir, no perder el hilo, resumir... es agotador.

No te preocupes, existen una serie de recursos que pueden serte de ayuda para descifrar lo principal. Te resultarán muy útiles para, cuando llegues a casa, o incluso días después, puedas entenderlo todo y superar el examen que vendrá después. Evita las sorpresas.

Para tomar apuntes de una manera correcta, es indispensable que escuchemos al profesor o conferenciante con sumo interés. Deberemos anotar exclusivamente los puntos que consideremos necesarios para posteriormente reconstruir la clase o conferencia.

Se recomiendan las siguientes reglas sobre cómo mejorar la habilidad auditiva y así obtener buenos apuntes:

- Antes de asistir a la clase o conferencia, leer la tarea o los apuntes de la sesión anterior.
- Se debe uno concentrar en la conferencia, en lo que expone el conferenciante y no en sus movimientos, su voz o su técnica.
- Se debe mantener una actitud abierta, o sea, no resistirse a lo que dice el conferenciante, aunque no comulgue con nuestras ideas.

- d) Sentarse correctamente y no estar inclinado o casi acostado en el asiento.
- e) Se sugiere participar en el transcurso de la clase, haciendo preguntas o, en caso necesario, solicitar mayor explicación acerca de algún punto que no haya quedado claro (siempre y cuando se pueda).
- f) Escribir lo que se escucha con nuestras propias palabras y si así se desea, mediante el uso de símbolos.

Por otra parte, y en cuanto a incrementar la **"Habilidad para tomar notas"**, se sugiere lo siguiente:

1. Escribir la fecha e identificar cada uno de las diferentes asignaturas o materias.
2. Escribir con letra legible para que no haya problema cuando se desee descifrar las notas.
3. Utilizar nuestras propias palabras, esquemas, símbolos, etc.
4. Escribir en forma literal sólo definiciones o copiar tal como se dan: diagramas, dibujos e ilustraciones, además de los ejemplos.
5. También se recomienda, escribir tal como lo dice el profesor: fechas, lugares, fórmulas, ecuaciones, reglas, nombres, etc.
6. Escribir entre corchetes, nuestras propias ideas, preguntas y ejemplos.
7. Se recomienda subrayar o utilizar símbolos para identificar los puntos en donde el profesor haga hincapié.
8. El dejar un espacio entre nota y nota es bueno, ya que posteriormente al consultarlas se podrán aclarar o aumentar, si es que algo faltó por anotar.
9. La atención a la clase o conferencia debe ser la misma, tanto al inicio como al final de ellas. No se debe estar vigilando la hora que es, ya que no por estar mirándola a cada rato van a avanzar más rápidamente las manecillas.
10. Utilizar los márgenes para escribir abreviaturas, aumentar lo que se omitió o para corregir errores.
11. Se sugiere también, leer más adelante las notas, con el fin de saber si lo que se escribió se entiende sin dificultad alguna.
12. Subrayar sobre las notas, los puntos que se crean más relevantes y que podrían, en un momento, formar parte de un examen.



Ilustración 66. Habilidad para tomar apuntes, imagen generada por IA

Para finalizar, la habilidad de tomar notas o apuntes se irá perfeccionando con la práctica. Aprende todo lo que puedas en el transcurso de la clase.

No se recomienda estudiar para un examen con los apuntes de otro compañero, ya que lo que para uno es importante puede no serlo para el otro.

Método Cornell

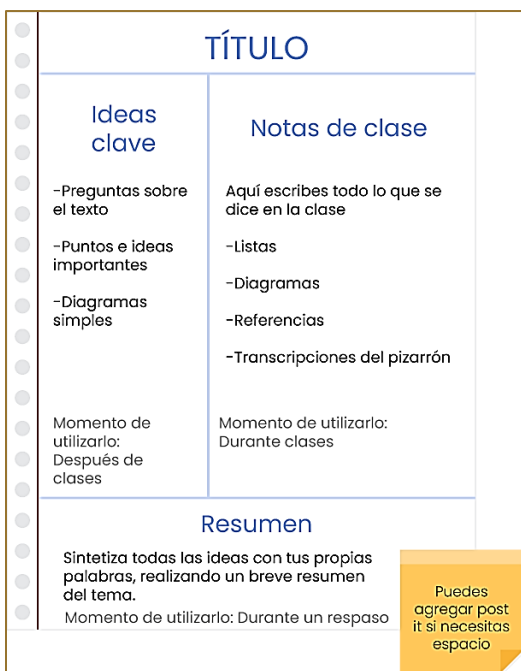


Ilustración 67. Método Cornell, Imagen diseñada por Psic. Martha Rosa Esquinca Díaz.

El método 5R ó 6R para tomar apuntes (Cornell Note Taking System) (Madison Universidad)

Cada hoja para tomar apuntes se divide en tres zonas: la columna de apuntes (notetaking), columna de **observaciones** y parte de abajo destinada a un resumen.

1. **Registra.** En la columna de apuntes, registra tantos hechos e ideas significativas como puedas. Utilice las oraciones telegráficas, pero cerciórese de que pueda reconstruir el significado completo más adelante. Escribe legible.
2. **Resume.** Después de clase, resume tus notas escribiendo en la columna de observaciones palabras clave y frases cortas. Resumir clarifica significados, revela relaciones, establece continuidad, y consolida la memorización.
3. **Recita.** Tapa la columna de apuntes con una hoja del papel. Entonces, mirando las palabras y las frases en la columna de observaciones solamente, el recita en voz alta y con tus propias palabras la clase o tema completo.
4. **Reflexiona.** El Profesor Hans Bethe, físico nuclear y Premio Nobel afirma, "... la creatividad viene solamente con la reflexión." Debes reflexionar haciéndote preguntas como las siguientes, por ejemplo. ¿Cuál es el significado de estos hechos? ¿En qué principio se basan? ¿Cómo puedo aplicarlos? ¿Cómo los integro con lo que sé ya?
5. **Revisa.** Pasa diez minutos cada semana repasando tus notas. Si los haces podrás retener mucho mejor su contenido de cara a los exámenes.
6. **Recapitulación.** Deja un espacio al final de cada hoja para una síntesis a modo de recapitulación.

Apuntes Cornell (learningtoolbox)

Método Cornell para tomar apuntes organizadamente. Divide el papel en tres columnas. Dibuja una línea horizontal cinco o seis líneas arriba del final. Usa un marcador negro para que se note Dibuja otra línea vertical como a dos pulgadas del izquierdo de la hoja.

Documenta

Escribe el nombre del curso, la fecha y el tema de la clase en la parte de arriba de cada hoja.

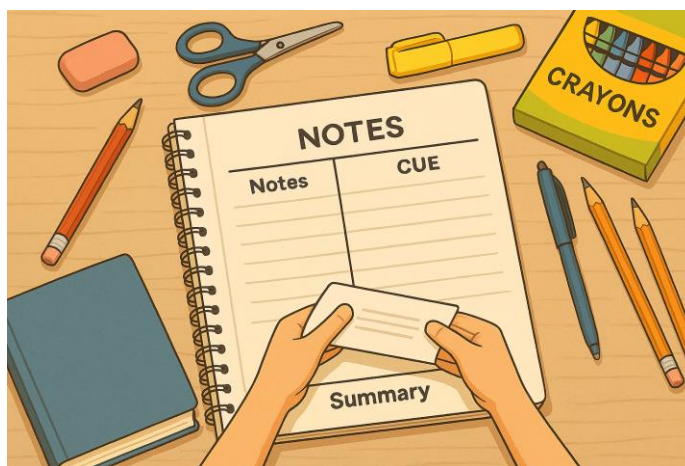


Ilustración 68. Apuntes Cornell, imagen creada con Copilot



Escribe tus apuntes

- El cuadrado grande de la derecha es para escribir los apuntes
- Brinca una línea entre las ideas y los tópicos
- No escribas enunciados completos. Usa abreviaturas, cuando es posible. Crea tus propias abreviaturas.

Revisa y clarifica

- Revisa tus apuntes lo más rápido que puedas después de clases.
- Saca las ideas principales, conceptos claves, fechas y personas, escríbelas en la columna izquierda

Estudia tus apuntes

- Vuelve a leer tus apuntes en la columna derecha.
- Pasa más tiempo estudiando las ideas en la columna izquierda y el resumen del final. Estas son las ideas más importantes y es muy probable que incluirá la mayoría de la información que vendrá en el examen.



Nota para el estudiante: Traer para la próxima clase una bibliografía del personaje o artista de su interés para realizar la **Actividad 7. Técnicas de Toma de nota, subrayado y resumen con mi personaje favorito.**

Sesión 13: Subrayado y resumen



Lectura 6: Cómo es la técnica de Subrayado y Resumen

¿En qué consiste el subrayado?

Pretende resaltar y presentar en síntesis el contenido esencial de un texto; las ideas principales y secundarias una raya debajo de las ideas fundamentales, es destacar o realizar lo importante de una lección.

¿Para qué subrayar?

Para destacar lo principal de un texto con objeto de facilitar el estudio y el repaso; es a la vez un medio para hacer resúmenes y esquemas.

Elementos del subrayado

1. Subrayado horizontal
2. subrayado vertical, al margen
3. anotaciones marginales como complemento de lo anterior.

Fases del subrayado

1. Dominio de la lectura mecánica
2. haber alcanzado un mínimo de comprensión lectora
3. Distinguir las ideas principales de las ideas secundarias; saber distinguir entre ideas y datos.
4. Saber reconocer o localizar las ideas principales de cada párrafo.
5. Saber qué es un párrafo y qué es una oración

¿Cuánto hemos de subrayar?

La cantidad está en función de la importancia del tema, de los fines al subrayar y del conocimiento que tengas del material.

1. Se subrayan las ideas y detalles importantes, los nombres técnicos, datos, fechas, etc., hazlo de modo que no tengas que recurrir al texto completo.
2. No conviene subrayar oraciones completas: basta con destacar las palabras clave de las mismas.
3. No utilices marcador, bolígrafo o pluma fuente porque estos dejan al libro inservible. Subraya con lápiz bicolor (rojo y azul). Es preferible de mina dura para que se puedan borrar.



Ilustración 69. Subrayado, imagen generada por IA

Técnica del subrayado

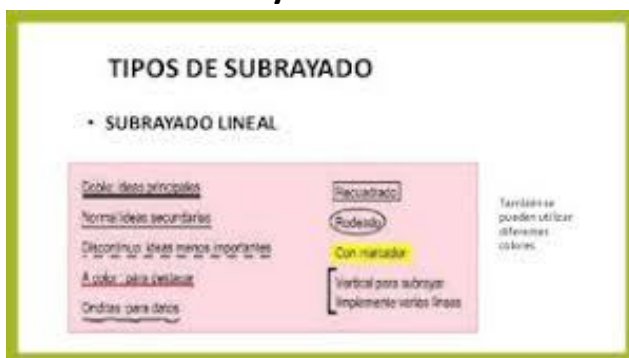


Ilustración 70. Técnica de subrayado. Diseño del equipo de estructuración.

1. **No subrayes cuando hagas tu primera lectura.** Espera a tener ideas claras sobre el tema.

2. **Subraya solo lo fundamental,** lo realmente importante. En cada párrafo encontrarás una idea fundamental: subraya con rojo y utiliza el azul para la idea complementaria.

3. **El texto subrayado ha de tener sentido por sí y en sí.** Tiene que haber una línea de continuidad entre las palabras que

están subrayadas.

4. **Economiza lo que puedas.** Si algo se puede destacar con una línea no utilices dos. Todo el párrafo fundamental se subraya trazando una línea vertical en el margen derecho de la página.

5. **Completa el subrayado del texto con notas en los márgenes.** En el margen izquierdo anota los elementos estructurales y en el margen derecho los elementos reales. Una sola pregunta puede abarcar diversos temas por eso es bueno titular y clasificar los distintos temas mediante notas marginales estructurales.

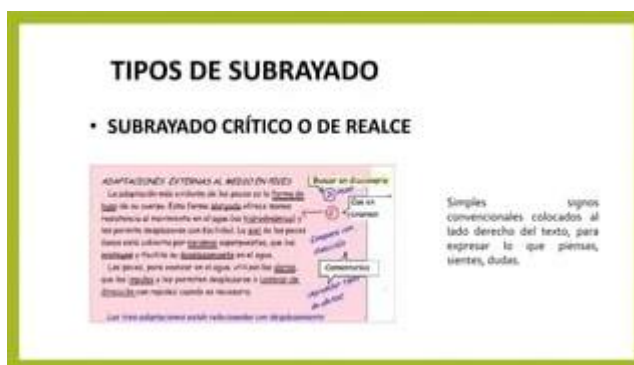


Ilustración 71. Técnica de subrayado. Diseño del equipo de estructuración.

6. **Si un párrafo o una definición requiere ser destacados en su totalidad,** no los subrayes. Basta con trazar una línea vertical en el margen derecho del texto que queremos destacar. Para subrayar más de 5 líneas seguidas se deberá recurrir a la línea vertical en el margen derecho.

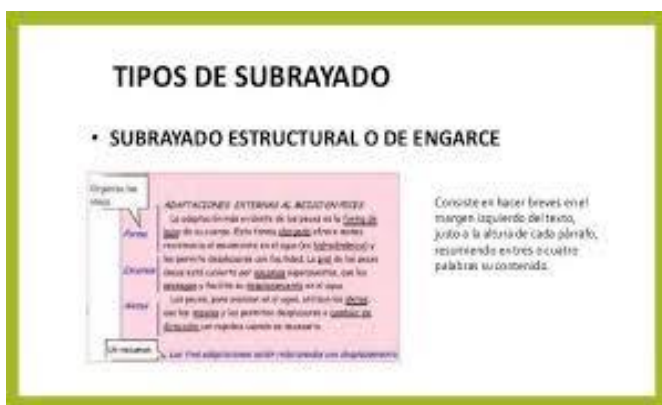


Ilustración 72. Técnica de subrayado. Diseño del equipo de estructuración.

Resumen

Un resumen es un texto breve en el que se sintetizan todas las ideas relevantes de un escrito de mayor tamaño o complejidad. Se estima que un resumen sea un 25 % del tamaño del original.

Los resúmenes son formas condensadas de un texto, un discurso o un tema. Además, se pueden entender sin recurrir al original, porque se mencionan las ideas y los conceptos centrales o importantes de forma clara, y se descarta todo aquello que sea superfluo, decorativo o suplementario.

Se redactan de manera objetiva, es decir, en tercera persona y sin emitir opiniones o valoraciones sobre el tema o el asunto, ni agregar información que no existe en el original.

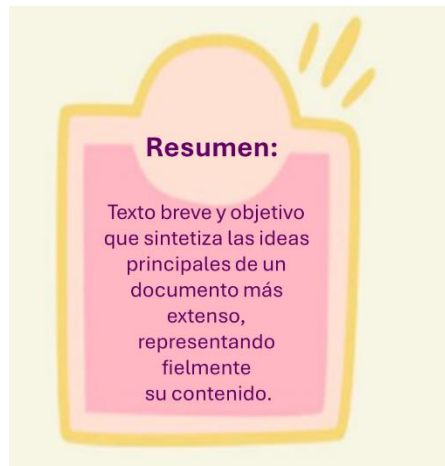


Ilustración 73. Resumen, Diseñado con fondo de freepik

¿Cómo se hace un resumen?

Para hacer un resumen de un texto, se puede seguir una serie de pasos:

1. **Reflexionar sobre el título.** Se debe analizar el título con el objetivo de comprender cuál es el tema principal y cómo se lo aborda en el texto.
2. **Leer el texto original.** Se debe leer el texto para comprender el tema y su estructura. De esta forma, se podrán seleccionar las palabras clave, es decir, todos los términos y construcciones que designan conceptos relacionados con el tema central.
3. **Analizar cada párrafo.** Se deben subrayar o resaltar las ideas principales y descartar las secundarias. Las ideas principales son las que sirven para describir y profundizar el tema central (suele haber una idea por párrafo). Las ideas secundarias mencionan ejemplos, detalles, información accesorio, aclaraciones, entre otros.
4. **Transcribir lo subrayado.** Se deben copiar las ideas principales en una hoja, pero ordenándolas de manera tal que formen oraciones y párrafos coherentes y bien redactados. En los resúmenes de estudio, las definiciones pueden ser iguales a las del texto original.
5. **Revisar lo escrito.** Se debe releer el texto final y eliminar las cosas que sobren.



Ilustración 74. Resumen 2, creada con IA Copilot.

Además, hay que añadir un título y especificar determinada información sobre el texto resumido, como autor, título y editorial.



Actividad 6. Ejercicio de subrayado y resumen.

En la siguiente lectura, aplica la técnica de subrayado y de resumen, marcando en el texto las ideas principales con azul y secundarias con rojo, posteriormente con las ideas subrayadas has tu resumen cuidando de que al leerlo tenga coherencia.

Historia de los videojuegos: evolución, beneficios y desventajas en los adolescentes

Los videojuegos forman parte importante de la vida de muchos adolescentes en la actualidad. La historia de los videojuegos comenzó en la década de 1950, cuando algunos científicos desarrollaron programas sencillos de entretenimiento en computadoras. Más adelante, en los años 70, surgieron las primeras consolas domésticas y juegos arcade. Uno de los más conocidos fue Pong, un juego de tenis de mesa muy simple que tuvo gran éxito. Durante los años 80, la industria de los videojuegos creció rápidamente gracias a consolas como Nintendo y Sega. Los videojuegos comenzaron a ser más atractivos por sus mejores gráficos, sonidos y niveles de dificultad. En los años 90 y principios de los 2000, la tecnología avanzó de manera importante. Los videojuegos pasaron de ser en dos dimensiones a experiencias en tres dimensiones, lo que permitió crear mundos más realistas. También surgieron las consolas modernas, como PlayStation, Xbox y Nintendo Wii. Además, el uso de internet permitió jugar en línea con personas de otros lugares del mundo.

En la actualidad, los videojuegos pueden encontrarse en consolas, computadoras, tabletas y teléfonos celulares. Entre los desarrolladores más importantes destacan Nintendo.; Sony, creadora de la consola PlayStation; Microsoft, desarrolladora de Xbox; y Sega. Estas empresas han contribuido al crecimiento y popularidad de los videojuegos en todo el mundo. Existen juegos de aventura, deportes, estrategia, simulación y aprendizaje. El uso de videojuegos puede ofrecer beneficios importantes para los adolescentes. ayudan a desarrollar habilidades como la concentración, la memoria, la coordinación y la resolución de problemas. Algunos videojuegos también favorecen el trabajo en equipo, la creatividad y el aprendizaje de idiomas, especialmente el inglés. Además, pueden servir como una forma de entretenimiento y relajación después de las actividades escolares.

Sin embargo, también existen desventajas cuando se usan de manera excesiva. Pasar demasiado tiempo jugando puede afectar el rendimiento escolar, el descanso y la convivencia familiar. Algunos adolescentes pueden volverse sedentarios, lo que afecta su salud física. Además, ciertos videojuegos contienen violencia o lenguaje inapropiado que puede influir negativamente en su comportamiento. Por esta razón, es importante que los adolescentes utilicen los videojuegos de manera responsable, equilibrando esta actividad con el estudio, el deporte y la convivencia con otras personas. De esta manera, los videojuegos pueden ser una herramienta positiva y divertida en su vida diaria.



EXTRACLASE Revisen las instrucciones de la **Actividad 8. Lámina creativa de las condiciones de estudio** y organicen su equipo para elegir el tema y consultar en la **Lectura 7: Condiciones de estudio** ubicada en la **Sesión 14** de la Guía, ver de qué trata y elaboren el producto (Lamina creativa) que se solicita para exponer en clase.



Actividad 7. Técnicas de Toma de nota, subrayado y resumen con mi personaje favorito.

Instrucciones: Aplica las técnicas de subrayar y resumir en la siguiente actividad. Busca una biografía de tu personaje favorito (artista, poeta, político, deportista, etc.), hay varias plataformas donde puedes encontrarlo, subraya lo más destacado que sea representativo de su trayectoria, busca algunas imágenes que puedan ilustrarlo y fíjate que el resumen sea coherente. Considera los puntos marcados en el instrumento de evaluación y comparte lo que aprendiste de tu artista.

Ejercicio de retroalimentación Revisen de manera individual los hábitos de estudio considerando los siguientes criterios: 1= deficiente al 6= Excelente. Ajustar

No.	Criterio	Calificación del 1 al 6
1.	Encabezado bibliográfico (Autor, título, año)	
2.	Transmite la información objetiva sin juicios de valor personales	
3.	Contiene fechas importantes del personaje	
4.	Identifica las ideas centrales del personaje	
5.	Agrega notas, símbolos, o remarca conceptos importantes.	
6.	Enmarca los sucesos o actividades importantes del personaje.	
7.	Brevedad para hacer anotaciones.	
Total		



Extraclase: Elaborarás con tu equipo una lámina creativa para la siguiente sesión, para ella debes traer: Cartulina, hojas de colores, pegamento, tijeras, imágenes o dibujos apropiados a los temas, plumones, marcadores, etc. Consulta la **Actividad 8. Lámina creativa de las condiciones de estudio**, en Sesión 14, elijan un tema, lean el tema en la Lectura y organicéense para llegar preparados. Pueden adelantar con el recorte de imágenes, alguna estructura de su lámina para poder concluirla en clase en poco tiempo y luego exponerla o traerla preparada y en clase organizar su exposición. Deben acordar con el maestro de acuerdo a los tiempos.



Sesión 14: Condiciones para estudiar productivamente.

Lectura 7: Condiciones de estudio



El fin esencial del estudio es la formación integral de la persona, capacitándola para llevar una vida con plenitud, tanto a nivel individual como colectiva.

Estudiar

Consiste en la utilización de todo nuestro mecanismo mental, en la tarea de aprender y de comprender algún tema. Es un arte entendido como el dominio de una serie de destrezas, habilidades y técnicas que implica el uso de:

- **Motivación.** El estudiante estará motivado para el estudio cuando sepa cuáles son los objetivos de la tarea y tenga real interés en lograrlos.
- **Concentración.** Dirección atencional de la conciencia movida por ciertos intereses espontáneos o suscitados por el profesor, de modo que el aprendiz sea capaz de perdurar en la tarea.
- **Actitud.** El estudiante ha de tomar parte activa en el proceso. No es ni debe ser considerado como un simple receptor. En el fondo, todas las etapas requieren su participación y disposición.
- **Organización.** Una planificación personal coherente y objetiva para manejar en buenos tiempos el material de estudio.
- **Compresión.** Esta no es sino el resultado de todos los factores mencionados. Se trata de la captación de significados, del establecimiento de relaciones, de la capacidad para tener nuevas deducciones. Además de las normas indicadas para llegar a la comprensión de lo leído debe recordarse que está se ve dificultada no solo cuando el cansancio afecta al estudiante sino cuando los textos que ha de manejar son difíciles en cuanto al aspecto conceptual, o bien cuando su lenguaje y estilo resultan oscuros o poco atractivos.
- **Repetición.** Entendido como las prácticas más que como simple reiteración, constituye un aspecto fundamental del proceso.



Ilustración 75. Condiciones de estudio, Imagen generada por IA

Objetivo esencial del estudio:

- La aceptación de la responsabilidad de ser un estudiante que se prepara para ser un buen profesional.

- Partiendo de lo anterior, comprender la necesidad de dominar las técnicas para alcanzar calidad en nuestro trabajo en menos tiempo.

Persiguen:

1. La adquisición de conocimientos
2. La puesta en práctica de estos conocimientos.

No se trata únicamente de ofrecer una metodología de estudio para la adquisición de conocimiento, también es preciso dotarla de calidad humana, de creatividad e incorporarla a la dinámica de nuestra vida. Saber estudiar significa saber cómo hay que pensar, observar, concentrarse, organizar y analizar, en suma, ser mentalmente eficiente.



*Ilustración 76. Condiciones físicas adecuadas.
Tomado de Freepik*

Condiciones de Uso:

Las condiciones son aquellas características que pueden facilitar o dificultar el proceso de aprendizaje en una persona. Un ambiente externo adecuado, un lugar de estudio idóneo y un ambiente familiar agradable son necesarios para poder estudiar de una manera provechosa y eficaz.

Condiciones Físicas personales:

- El cuerpo ha de encontrarse en óptimas condiciones: es mejor no estudiar después de una comida fuerte, una emoción intensa o después de beber alcohol.
- No es aconsejable fumar mucho o tomar mucho café.
- Dormir mucho o demasiado poco provocará que no estemos al 100% de nuestras capacidades. En general debemos mantenernos en forma.

Condiciones Psicológicas.

Nos orientan para obtener un equilibrio mental, dentro de las mismas se puede destacar.

- **Voluntad:** se requiere un gran esfuerzo de la voluntad. Para estudiar primero hay que querer hacerlo. Algunas causas de la falta de voluntad son la indiferencia, falta de atención, inercia y sumisión. Para desarrollarla se debe evitar el nerviosismo, cansancio, ideas negativas, impulsividad y se necesita ejercitar con atención, percepción, memoria y planificación del tiempo.
- **Motivación e interés.** puede ser promovido por causas internas (como el pasar un examen) o bien, internas relativas al interés por aprender. Es muy importante conocer aquellas que nos mueve a realizar la actividad de estudio para así poder determinar el nivel de compromiso personal y poder optimizarlo.



Ilustración 77. Condiciones físicas adecuadas para el estudio, 2 Imagen generada por Copilot

- **Confianza.** Es fundamental que creas en tus posibilidades, ser realista, pensar que con esfuerzo se puede conseguir.
- **Solución de problemas.** Se debe buscar la manera de solucionarlos antes o después ya que puede ser una gran distracción durante el tiempo de estudio.
- **Autocontrol emocional.** Saber identificar cuándo una emoción se apodera es importante, ya que al momento de estudiar se debe mantener un nivel de concentración adecuado, sin emociones que alteren el proceso.



Ilustración 78. Condiciones ambientales, Imagen generada por Copilot

Condiciones ambientales

- **Lugar de trabajo.** Debe estar decorado a su gusto. En la mesa de estudio y el espacio inmediato no debe haber nada que no sirva para el estudio, sobre todo objetos con valor sentimental.
- **Aislamiento.** Que permita la concentración, debe evitar: a) conversaciones, llamadas telefónicas en las horas de estudio. Si comparte habitación acuerde guardar silencio o poner horarios.
- **Iluminación.** Preferiblemente natural. Cuando no es posible, se recomienda luz artificial blanca iluminando la zona de trabajo desde la izquierda en el caso de los diestros y lo contrario a los zurdos.
- **Temperatura.** Indican que para la actividad mental la temperatura ideal ronda entre los 17 y 22 grados. Por encima o por debajo se producen efectos indeseables, sobre todo en Períodos largos. El frío produce inquietud, nerviosismo, el calor, sopor, inactividad.
- **Ejercicio físico:** hacer diariamente ejercicio físico o bien practicar algún deporte con regularidad.
- **Sueño.** Tratar de dormir al menos 8 horas diarias.
- **Alimentación.** En general comer sano, a horas regulares, evitando las comidas pesadas o largas horas con el estómago vacío. Ingerir diariamente, leche, frutas, y verduras en abundancia. Evitar comidas chatarra y rápidas.

Errores en las técnicas de estudio.

- **Técnica de estudio.** Si no nos funciona bien, sería un error no probar con otra distinta. Se deben probar otras técnicas para memorizar, con mapas mentales, con asociaciones de ideas para fijar conceptos, con crear tu propio test, fichas, hay para elegir.
- **Estudiar en lugares no adaptados para el estudio.** Mesas bajas, sillas incómodas, poca luz, es necesario crear espacios agradables donde podamos aislarnos y concentrarnos, colgar nuestros esquemas en la pared, tener espacio para asignaturas.



Ilustración 79. Errores en las técnicas de estudio, Imagen generada por Copilot

- **Atracones.** Error típico, es dejar todo para el último momento y luego pegarse a estudiar de doce horas en levantar la vida de los libros. Sin organización ni planificación no se logrará estudiar un poquito cada día. Al menos cinco días a la semana se estudia, una hora o dos con un descanso en medio de 15 minutos.
- **Mala organización.** No planificar el tiempo que requiere, no tener al día los apuntes. Calcule el tiempo necesario para terminar un trabajo contando con que seguro surgirán problemas

Procrastina



*Ilustración 80. Procrastinar en la adolescencia.
Generada por Copilot.*

Si alguna vez has postergado una tarea importante para, digamos, poner en orden alfabético las especias en tu alacena, sabes que no sería justo describirte como flojo. No es pereza o mala gestión del tiempo.

Es procrastinación, postergar hasta mañana. Sin embargo, es más que postergar voluntariamente. La procrastinación también deriva de la palabra del griego antiguo Akrasia, hacer algo en contra de nuestro mejor juicio. “Es hacerse daño a uno mismo”, dijo Piers Steel.

Cuando procrastinamos, no solo estamos conscientes de que estamos evadiendo la tarea en cuestión, sino también de que hacerlo es probablemente una mala idea. Y, aun así, lo hacemos de todas maneras. “No tiene sentido hacer algo que sabes que tendrá consecuencias negativas”. “Las personas se enganchan en este círculo irracional de procrastinación crónica debido a una incapacidad para manejar estados de ánimo negativos en torno a una tarea”.

Es una manera de enfrentar las emociones desafiantes y estados de ánimo negativos generados por ciertas tareas: aburrimiento, ansiedad, inseguridad, frustración, resentimiento y más.

La solución tiene que ver con manejar nuestras emociones de una manera diferente.



Ilustración 81. Procrastinar, Imagen tomada de Freepik



Actividad 8. Lámina creativa de las condiciones de estudio.

Elabora con tu equipo una lámina creativa, basados en la **Lectura 7_Condiciones de estudio**, que se encuentra en la siguiente página. Identifiquen el tema para su equipo, reúnan el material que requieran y representen también cómo aplicar las estrategias para incorporarlas como hábitos a su quehacer diario como estudiante a fin de que favorezcan su concentración y comprensión.

Represente y expliquen el tema que elijan y las estrategias para incorporarlas como hábitos a su quehacer diario como estudiante a fin de favorecer su concentración y comprensión. Los temas son los siguientes:

1. Equipo 1 Estudiar
2. Equipo 2 Condición de estudios psicológicas
3. Equipo 3 Condiciones de estudio físicas,
4. Equipo 4 Condiciones de estudio ambientales
5. Equipo 5 Errores en las técnicas de estudio
6. Equipo 6 procrastinar



Ligas de Acceso

En el siguiente link puedes ver cómo realizar una lámina creativa para

exposición:

<https://www.tiktok.com/@mente.creativa05/video/7500628313895931142?lang=es>

<https://www.tiktok.com/@mente.creativa05/video/7511034814049438981?lang=es>

Una vez que tienes todos los materiales que quieres incluir en tu lámina creativa el siguiente paso es empezar a hacerlo.



Materiales requeridos: Cartón, cartulina, hojas de colores, pegamento, tijeras, imágenes o dibujos apropiados a los temas, plumones, etc.



Ilustración 82. Lámina creativa, imagen tomada de Printed.

Es importante que revises el instrumento de evaluación para que no te falta nada de lo que se va a evaluar.

Te damos todos los pasos a seguir:

1. Planificar tu diseño.
2. Ve a la lectura "Condiciones de estudio" e identifica el tema que corresponde a tu equipo.

3. Diseña los títulos, recorta imágenes o los dibujos que vas a incluir.
4. Decide cómo quieres organizarlas, debes incluir imágenes para hacer visual tu lámina.
5. Pega tus imágenes, recortes o dibujos y recuerda dejar espacios para poder añadir conceptos, información, detalles, frases u otros adornos.
6. Incluye un apartado al final de tu trabajo en donde integres las reflexiones finales sobre estrategias sugeridas para mejorar.
7. Decora tu lámina de manera creativa.
8. ¡Listo!



Ilustración 83. Lámina creativa, imagen generada



Importante

Recuerda que debes de incluir distintas estrategias de hábitos de estudios para que le sirvan de ayuda a otros compañeros que desconocían esa táctica de estudio. Con tu ayuda los hábitos de estudio serán mejor.



Nota para el estudiante : Lean la **Lectura 8_Organizadores Gráficos** de la sesión siguiente. Ver **Actividad 9_Armado de tarjetas tipo memorama de los organizadores gráficos**. Pueden ponerse de acuerdo repartiendo los temas entre los miembros del equipo.



Extraclase:

Deberán traer Pliego de papel bond, cartulina o papel Krap, tijeras, hojas blancas, pegamento, plumones, su guía de la asignatura



Instrumento de evaluación

LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR

para LAMINA CREATIVA

Actividad: Elaborar una lámina creativa sobre las condiciones de estudios.

DATOS GENERALES

Producto: Lámina creativa

Fecha

UAC: Orientación Educativa Escolar

Período

VALOR DEL REACTIVO	CARACTERÍSTICAS PARA CUMPLIR	VALOR OBTENIDO		CALIF.	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA
		SI	NO		
1	Presenta un título claro y relacionado con el tema				
1	La información es correcta, precisa y relevante				
1	La lamina muestra organización y estructura lógica				
1	Uso adecuado y armonioso de los colores				
1	Incluye imágenes, gráficos o dibujos pertinentes				
1	Evidencia creatividad y originalidad				
1	La letra es legible y de buen tamaño				
1	Uso correcto de la ortografía y redacción				
1	Distribución equilibrada de la información				
1	Cumple con las indicaciones establecidos por el docente				
10	CALIFICACIÓN				



Sesión 15. Organizadores Gráficos

Lectura 8: Los organizadores Gráficos como técnicas de estudio.

Mapa Conceptuales (Universo)

Los mapas conceptuales son por tanto un medio de visualizar conceptos y relaciones jerárquicas entre conceptos.

Los mapas conceptuales tienen por objeto representar relaciones significativas entre conceptos en forma de proposiciones. Una proposición consta de dos o más términos conceptuales unidos por palabras para formar una unidad semántica.

Los elementos fundamentales que componen un mapa conceptual son éstos:

Los conceptos: regularidad en los acontecimientos o en los objetos que se designa a través de un término. «Su estructura», «Su presentación», o «jerárquica» son ejemplos de conceptos.

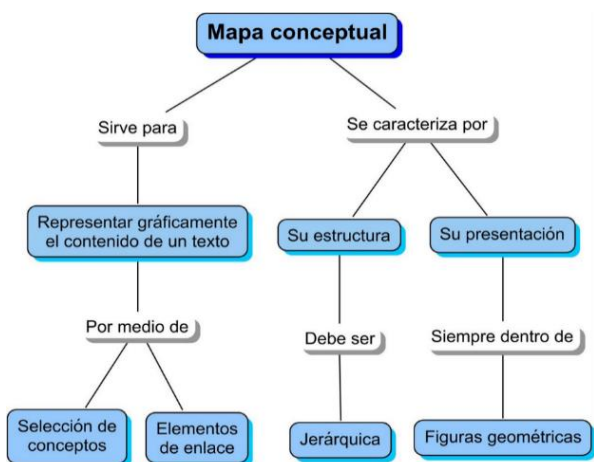


Ilustración 84. Mapa conceptual, imagen tomada de la red

Palabras de enlace: que se utilizan para unir los conceptos y para indicar el tipo de relación que se establece entre ellos. Por ejemplo, si relacionamos los conceptos «Mapa conceptual» y «Su estructura», mediante las palabras de enlace «Se caracteriza por» o «requieren», las proposiciones que genera son parecidas, pero no idénticas.

Las proposiciones: dos o más términos conceptuales unidos por palabras para formar una frase coherente o una unidad semántica. «Mapa conceptual sirve para representar gráficamente el contenido de un texto» o «Su estructura debe ser jerárquica» son ejemplos de proposiciones.

Los mapas conceptuales deben ser jerárquicos; es decir, los conceptos más generales e inclusivos deben situarse en la parte superior del mapa y los conceptos progresivamente más específicos y menos inclusivos, en la inferior.

Los conceptos **están incluidos en cajas o círculos**, mientras que las relaciones entre ellos se explicitan mediante líneas que unen sus cajas respectivas.

Las líneas, a su vez, tienen palabras asociadas que describen cuál es la naturaleza de la relación que liga los conceptos.

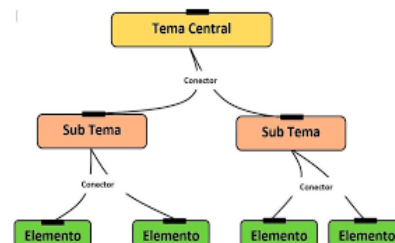


Ilustración 85. Mapa conceptual, imagen tomada de la red

Pasos para elaborar un mapa conceptual:

- Lee e identifica las ideas o conceptos clave.
- Selecciona el concepto más general del tema y precisa su significado.
- Localiza y jerarquiza los demás conceptos a partir del primero. Esto significa que los organices de los más generales a los más específicos. Si lo requieres crea categorías que incluyan a otros conceptos.
- Busca las conexiones entre los conceptos y selecciona las palabras enlace que exprese mejor la relación entre ellos.
- Examina todas las conexiones que pueden establecerse entre los conceptos, incluyendo los más retirados.
- Los mapas jerárquicos se ordenan arriba el concepto general y abajo las siguientes categorías y cada categoría de izquierda a derecha.
- Si el tema es muy extenso es mejor elaborar un mapa conceptual por subtema.



Ilustración 86. Mapa mental, imagen tomada de la red

Mapa mental (Editorial Etecé)

¿Qué es un mapa mental?

Un mapa mental es un tipo de diagrama que permite representar distintos conceptos, palabras, ideas, lecturas o tareas, dispuestos gráficamente de distintas maneras alrededor de una palabra clave o concepto central.

Los mapas mentales representan visualmente la jerarquía de las ideas. A partir de una palabra o frase clave, derivan conceptos principales, de los que se desprenden conceptos secundarios o detalles. De esta forma, los mapas mentales emulan el pensamiento irradiante y asociativo, ya que representan cómo una idea se conecta con otras de manera similar a como ocurre en la mente.

Esta herramienta tiene el objetivo de presentar la información de una manera más dinámica, y, por lo tanto, facilita el aprendizaje, la asimilación, el análisis, la organización y la síntesis de distintos temas. Por eso, los mapas mentales pueden ser empleados para estudiar, explicar, realizar exposiciones, tomar nota, entre otras tareas.

¿Cómo hacer un mapa mental?

Cuando se realiza un mapa mental para estudiar, dar una clase o hacer una exposición, es recomendable seguir una serie de pasos: (Observa en el mapa mental de abajo cada paso por el número correspondiente)

- **Analizar el tema.** Generalmente, el tema ya está dado por una consigna o una directriz y se debe determinar cuáles son los conceptos principales o las ideas organizadoras, los secundarios, los detalles y las ideas complementarias. Es recomendable hacer referencia a todos estos ítems con palabras clave.
- **Colocar el tema central o el concepto fundamental.** Suele ir en el centro de la hoja y se puede escribir en un círculo o un rectángulo.
- **Colocar los conceptos principales o las ideas organizadoras básicas.** Se colocan más cerca del tema central y en el sentido de las agujas del reloj. Es recomendable escribir cada uno con un color distinto y enumerarlos para indicar el orden de lectura
- **Colocar los conceptos secundarios.** Se colocan cerca del concepto principal o la idea organizadora de la que se desprenden. Es recomendable escribirlos con el mismo color que el concepto principal o la idea organizadora.
- **Añadir los conceptos terciarios, las ideas complementarias, los detalles y los ejemplos.** Si hay información complementaria se la coloca cerca del concepto secundario del que parte y con el mismo color.
- **Unir los elementos.** Se unen los elementos con líneas que imitan la forma de las dendritas cerebrales o las ramas de un árbol. Si se encuentran más cerca del tema central, las líneas deben ser más gruesas; y si se encuentran más lejos, deben ser más finas. También se pueden emplear líneas rectas y, en ese caso, todos los conceptos deben ir en círculos o rectángulos.
- **Agregar imágenes.** Es recomendable añadir fotografías, ilustraciones, símbolos y/o íconos que acompañen a los conceptos, puesto que permiten memorizar la información con mayor facilidad. Además, en algunos casos, las imágenes pueden reemplazar a las palabras clave



Ilustración 87. Mapa mental2, imagen generada por IA

Para dibujar un mapa mental; dibuje un círculo en el centro. Representado a la idea principal. Después dibuje ideas vinculadas a la idea principal, y luego, de nuevo, ideas de las ideas principales, y así sucesivamente. Además, coloca a cada idea marcas y colores característicos. Lo ideal es que vayas construyendo tu mapa, poniendo ideas empezando por la derecha y siguiendo las agujas del reloj.

Cuadro sinóptico (Lucidchart)

Los cuadros sinópticos se caracterizan por la jerarquía que siguen, organizando la información en orden de importancia y relevancia. Esta estructura se desarrolla a partir de un tema principal, el cual funciona como ancla para organizar el resto del contenido.

Uso de llaves en cuadros sinópticos

Las llaves en los cuadros sinópticos “ { “ se utilizan como conectores de ideas para organizar la información en grupos y subgrupos de ideas. Hay ocasiones en las que no se necesita usar llaves, en especial cuando se trata de otros tipos de cuadros sinópticos.



Ilustración 88. Cuadro sinóptico, imagen tomada de la Web.

Tipos de cuadros sinópticos

Existen 3 tipos de cuadros sinópticos:

- De llaves
- De diagrama y
- En red

La diferencia principal entre éstos es la manera en la que presentan la información visualmente.

Los cuadros sinópticos de llaves son los más comunes y se caracterizan por su uso de llaves para organizar la información en ideas principales, secundarias y complementarias.

Tipos de Cuadros Sinópticos



Ilustración 89. Tipos de cuadros sinópticos, imagen generada por IA

Los cuadros sinópticos de diagrama siguen el mismo modelo jerárquico, sin embargo, utilizan líneas como conectores y son conocidos por su uso de palabras clave para representar conceptos.



Ilustración 90. Uso del cuadro sinóptico, imagen generada por IA

El alumno la entienda más fácilmente. De igual manera, el alumno puede utilizar un cuadro sinóptico para organizar el material de una manera que le facilitará recordar el contenido más fácilmente.

Cuadros sinópticos en red siguen un proceso de creación más libre ya que en lugar de jerarquizar las ideas, todos los conceptos se escriben sin ningún orden en específico. Luego, estas ideas se conectan por medio de líneas para enlazar y crear relaciones entre ellas.

Usos del cuadro sinóptico

Un cuadro sinóptico es muy útil tanto para el maestro como para el alumno. El maestro puede utilizarlo para presentar la información de una manera visualmente lógica para que el

Ventajas del cuadro sinóptico

El usar cuadros sinópticos tiene muchas ventajas. Por ejemplo:

- La presentación de la información es limpia y organizada.
- Al obtener los datos más importantes de un texto, el cuadro sinóptico nos permite comprender mejor la información.
- El formato permite que personas entiendan la información resumida, aunque no tengan un conocimiento previo del tema.
- Al condensar la información del texto, el estudiante se da la oportunidad de leer y repasar el contenido, lo cual le permite dominar los conceptos más fácilmente.
- Estudiar se convierte en una tarea más sencilla, ya que el cerebro humano trabaja mejor cuando se trata de datos agrupados, y no esparcidos.



Ilustración 91. Ventaja del cuadro sinóptico, imagen generada por IA



Ilustración 92. Pasos para elaborar cuadros sinópticos, imagen generada por IA

Pasos para elaborar cuadros sinópticos

Los cuadros sinópticos se presentan con “llaves”, columnas o diagramas la información resumida.

Para preparar cuadros sinópticos se siguen los siguientes pasos:

- Organizar ideas esenciales del texto.
- Las ideas esenciales que te quedan del texto, después de haberlo subrayado y resumido, se relacionan a partir de su nivel de generalidad.
- Algunas ideas esenciales incluyen a las otras. Para cada idea localiza el lugar que le corresponde en su relación con las demás. No todas las ideas tienen relación entre sí.
- Para las ideas que si se relacionan. Fíjate cual se desprende de cual.
- Al igual que en otros casos, en los cuadros sinópticos se llaman elementos Sutra ordinarios a las ideas generales que incluyen a otras particulares. Elementos coordinados, a las ideas del mismo grado de generalidad que no se incluyen unas a otras.
- Elementos subordinados, a las ideas más particulares que se engloban dentro de las supraordinales.
- Esquematizar las ideas esenciales y sus relaciones.

- Después de que organizaste las ideas clave en supraordinales, coordinadas y subordinadas y definiste las relaciones que existe entre ellas, puedes representar tales relaciones en un esquema y así estructurar el cuadro sinóptico.

Diagramas (Serafini)

Es un esquema que representa sobre la hoja relaciones entre varias palabras clave o frases breves. En un diagrama, las ideas son expuestas de una manera ordenada y sistemática, que permite mostrar las relaciones entre ellas; este esfuerzo induce al estudiante a construir estructuras mentales identificando ideas subordinadas según un orden lógico. Organizar las informaciones en un diagrama facilita la percepción y el recuerdo de las relaciones entre las ideas, y resulta muy cómodo para realizar repastos rápidos.

Te apoyan para comprender y esquematizar tu tema y hay dos tipos que puedes utilizar.

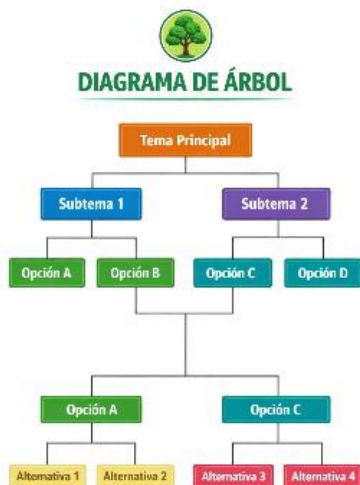


Ilustración 94. Diagrama de árbol, imagen generada por IA



Ilustración 93. Diagramas, imagen generada por IA

• Diagrama de árbol:

Se estructura de manera jerárquica; primero se coloca el título del diagrama y se sigue por niveles (1,2, etc.) que indica una información más detallada. El ordenamiento es de izquierda a derecha y cada frase está unida al concepto principal.

• Diagrama radial:

Su estructura se desarrolla en todas direcciones, es decir, el concepto principal se coloca al centro de la página y las frases relacionadas se unen a él en forma de abanico; las uniones pueden ser directas (con flechas o direcciones) o indirectas (sin flechas).

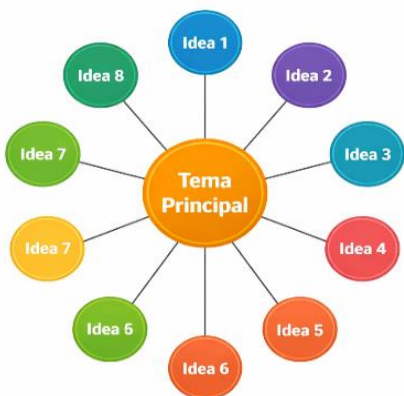


Ilustración 95. Diagrama Radial, imagen generada por IA

En un diagrama radial, el título o concepto principal del diagrama se coloca en el centro de la hoja, y las frases o palabras-clave son relacionadas inmediatamente con el título y unidas a él a través de arcos. **La diferencia fundamental con respecto al árbol consiste en desarrollar la estructura en todas direcciones, abriéndola en abanico.** Ello garantiza un buen aprovechamiento del espacio de la hoja; sin embargo, falta un ordenamiento implícito que, en cambio, está presente en un árbol entre todos los nudos de nivel inferior, relacionados con un nivel superior. Ese ordenamiento puede ser reproducido de manera explícita numerando los arcos que parten de un mismo nudo.

• Diagrama de Flujo

Los diagramas de flujo de procesos son representaciones visuales de un sistema, de las operaciones que lo componen y de su orden. Realmente pueden ayudar a toda organización en la conceptualización y comunicación de la etapa de planificación inteligente.

La manera en que puedes construir un diagrama es la siguiente:

- **Define la idea más importante** o el concepto fundamental del texto para ponerlo como raíz o centro del radio.
- **Selecciona un concepto que aparece en los bordes** (la periferia) del diagrama (escoge el concepto principal la primera vez que se realiza este paso; las veces sucesivas, escoge un concepto genérico).
- **Decide si este concepto debe ser ampliado posteriormente**, buscando otros conceptos relacionados con él de manera subordinada.
- **Identifica** para cada idea o concepto determinado en el punto 2 las palabras clave o frases breves.
- **Organiza** las palabras-clave o frases breves seleccionadas en el tipo de diagrama visualmente más agradable.
- Al finalizar la elaboración de un diagrama radial, estudia la disposición de los nudos sobre la hoja a fin de aprovechar la superficie entera, haciendo que todas sus partes tengan una densidad de información homogénea.

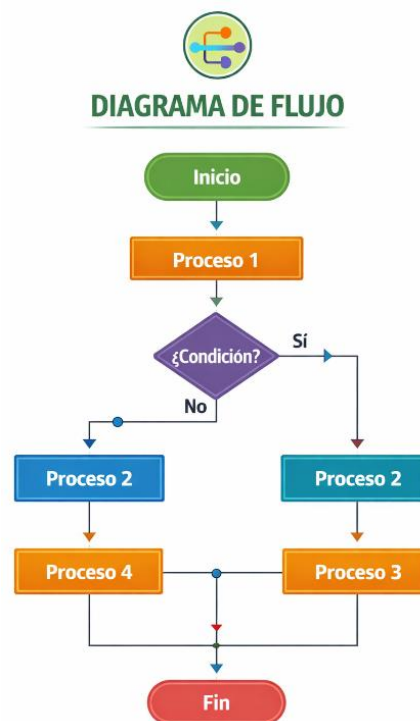


Ilustración 96. Diagrama de flujo, imagen generada por IA

Red semántica(J. y. Pérez Porto).

Se denomina red semántica al esquema que permite representar, a través de un gráfico, cómo se interrelacionan las palabras. De esta forma, se grafican los saberes lingüísticos a través de un diagrama. Otro nombre por el que se conoce este concepto es esquema de representación en red. Una red semántica es un esquema que representa gráficamente las interrelaciones de las palabras

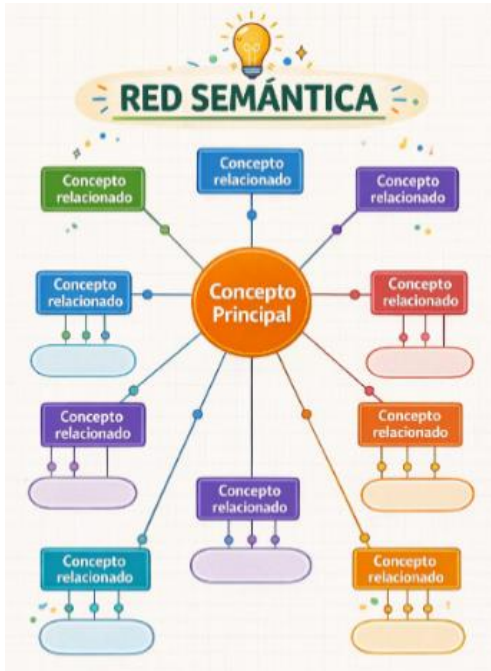


Ilustración 97. Red semántica, Imagen generada por IA

Representación de una Red Semántica (J. y. Pérez Porto)

Existen dos formas posibles para representar una red semántica, que se definen a continuación:

- **Un grafo:** se trata de un conjunto de elementos denominados nodos o vértices que se conectan a través de enlaces conocidos como arcos o aristas, gracias a los cuales es posible entablar relaciones binarias (se dan entre elementos de dos conjuntos y ofrecen pares ordenados que cumplen una determinada propiedad) entre dichos objetos.
- **Un árbol:** cuando una red semántica no representa un ciclo, entonces es posible utilizar un árbol, que es un grafo en el que cualquier par de vértices debe estar conectado por un solo camino.
- **Los nodos** de la red semántica son los conceptos o palabras. Cuando existe un vínculo semántico (es decir, de significado) entre ellos, se unen a través de una línea.

Así se va desarrollando la red semántica que plasma, en su esquema, la interrelación de los conceptos.

Cómo crear una red semántica paso a paso:

- Identifica los conceptos que deseas incluir en la red semántica.
- Dibuja un nodo para cada concepto y etiquétalo con el nombre del concepto.
- Conecta los nodos con líneas o flechas para representar las relaciones entre los conceptos. Etiqueta cada línea o flecha con el tipo de relación que representa.
- Organiza los nodos en una jerarquía si es necesario, con los conceptos más generales en la parte superior y los conceptos más específicos en la parte inferior.

Línea del tiempo

Una línea del tiempo (timeline en inglés) es la representación visual cronológica de los eventos más importantes de un tema, un Período, un proceso o la vida de una persona (Giani, Concepto.de).

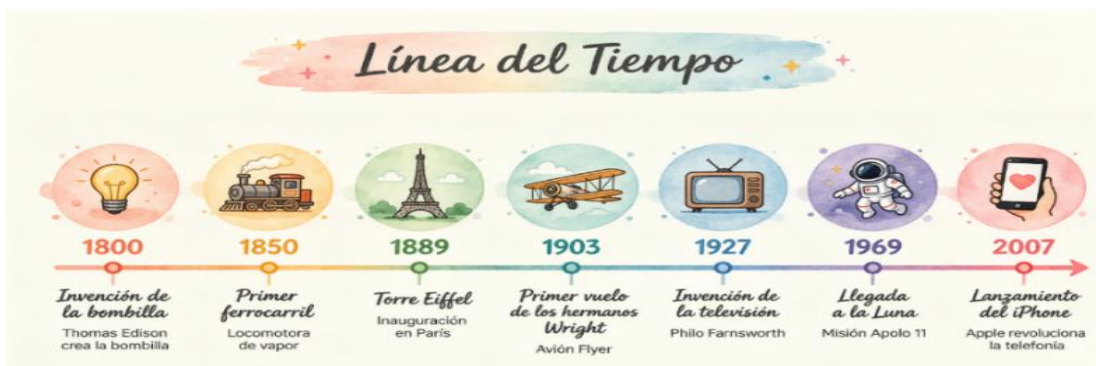


Ilustración 98. línea del tiempo, Imagen generada por IA

Sus partes:

- Se colocan de manera lineal (vertical u horizontal)
- Fechas o época
- Ilustración representativa del evento
- Breve título del evento. O breve reseña de pocas palabras
- Se utilizan colores diferentes, gráficos, imágenes y divisiones.

¿Cómo hacer una línea de tiempo? (Giani, Concepto.de).

Para elaborar una línea de tiempo, se deben seguir los siguientes pasos:

- **Determinar la escala de la línea.**
Se debe decidir qué período temporal abarcará el gráfico: toda la historia humana, un gobierno puntual, un año o un siglo específico, desde un momento determinado hasta la actualidad, etc.
- **Determinar los hitos principales.**
Se deben ubicar y organizar previamente los eventos más importantes o trascendentales de la información que será representada en la línea, ya que estos grandes hitos serán los principales del gráfico.



Ilustración 99. Componentes de la línea del tiempo, imagen generada por IA

- **Determinar la información contextual.** ¿Qué otros hitos o eventos de importancia general —que no son específicos sobre el tema a abordar— convendría resaltar en la línea de tiempo para dar contexto? Por ejemplo, si se desea representar los instantes clave de la Revolución francesa, probablemente se deberán resaltar los eventos históricos que ocurrieron en los países vecinos.

- **Trazar la línea y ubicar los puntos.** La línea se traza de izquierda a derecha o de arriba hacia abajo, y sobre ella se distribuyen los hitos en orden cronológico, avanzando hacia el presente (o el fin del período de interés).

Componentes de una línea de tiempo (Giani, Concepto.de).

Los componentes o elementos de una línea del tiempo son:

- **Título.** Es el nombre del tema principal.
- **Período.** Es el Período de tiempo que se representará. Consta de un punto inicial y uno final. Puede abarcar días, semanas, meses, años, siglos o eras.
- **Eje.** Es la línea que muestra el paso del tiempo y suele tener una flecha del lado derecho. Se la debe segmentar de forma pareja, para que la misma distancia siempre represente la misma cantidad de tiempo.
- **Hitos.** Son los acontecimientos o hechos que se refieren de forma breve y que se marcan en el eje con pequeñas líneas transversales. Pueden incluir breves descripciones textuales y/o ir acompañados por imágenes.
- **Fechas.** Son las que indican cuándo ocurrió cada hito.
- **Intervalos.** Son los espacios que hay entre un hito y otro. En algunos casos, se marcan

Cuadros comparativos (Significados.com)

El cuadro comparativo es una herramienta gráfica que sirve para comparar dos o más elementos de manera organizada. Nos permite vincular y establecer las características, diferencias o similitudes que existen entre dos o más conceptos, fenómenos o temas de investigación. También se conoce como tabla comparativa.

Los cuadros comparativos se caracterizan por permitir una lectura organizada de la información,

Cuadro Comparativo		
Criterios	Opción A	Opción B
Característica 1	Descripción de la característica en la Opción A.	Descripción de la característica en la Opción B.
Característica 2	Descripción de la característica en la Opción A.	Descripción de la característica en la Opción B.
Ventajas	Lista de beneficios y ventajas. - Beneficio 1 - Beneficio 2	Lista de beneficios y ventajas. - Beneficio X - Beneficio Y
Desventajas	Lista de desventajas. - Desventaja 1 - Desventaja 2	Lista de desventajas. - Desventaja X - Desventaja Y

Ilustración 100. Cuadro comparativo, imagen generada por IA

pues exponen de forma clara los puntos a destacar y contrastar. Además, la clasificación de la información facilita su retención y formular conclusiones.

El cuadro comparativo tiene varias ventajas. Por ejemplo, permite procesar y analizar datos con rapidez, clasificar información, organizar el pensamiento y facilitar la formulación de conclusiones o juicios de valor. Los cuadros comparativos suelen ser utilizados como una herramienta de estudio o análisis.

Estructura de un cuadro comparativo

- Los cuadros comparativos están **compuestos por columnas y filas**, y su número varía según los elementos y variables a comparar. También dependerá de la cantidad de categorías.

- En las **columnas se colocan los elementos a contrastar entre sí**. Por ejemplo: texto narrativo, texto descriptivo y texto argumentativo.
- **En las filas se colocan las variables o categorías** a tomar en cuenta para la comparación. Por ejemplo: definición, características y ejemplos.

Visualmente, el resultado sería el siguiente:

Cómo hacer un cuadro comparativo

Para la elaboración de un cuadro comparativo, es necesario seguir una serie de pasos.

- **Primer paso:** identificar elementos
- **Segundo paso:** identificar categorías de comparación.
- **Tercer paso:** rellenar el cuadro comparativo.



Ilustración 101. Cómo hacer un cuadro comparativo, imagen generada por IA



Actividad 9. Armado de organizadores gráficos tipo memorama.

Consideren las siguientes indicaciones:

Para la siguiente actividad es necesario organizarse en equipos.

Acuerden con su maestro de cuantos elementos se integrarán los equipos.

Deberán leer previamente la **Lectura 8 _Organizadores Gráficos** que está al inicio de esta sesión.

Pueden leer todo cada uno y luego repartirse los tipos de organizadores gráficos para que haya especialistas de los temas, puesto que al realizar el armado de tarjetas no podrán consultar su Guía didáctica, dependerán de sus habilidades y conocimientos.



Ilustración 102. Juego tipo memorama. Tomado de Freepik.

- Deben recortar las tarjetas que aparecen en el **Anexo**.
- Cuando estén todas recortadas esperaran la instrucción del maestro, volteando las tarjetas sin ver su contenido.
- A la indicación del maestro solo podrán voltear una y tomarla si no saben a qué organizador gráfico corresponde.
- Cuando a otro compañero toque el turno de levantar una nueva tarjeta deben identificar si se complementa con las que ya tienen y si completan la información de un organizador gráfico. Si es así el que levanto la última tarjeta le corresponde pegarlas en una hoja blanca.
- Un organizador gráfico completo incluirá de 3 a 4 tarjetas, dependiendo del que se trate, que son: una de la imagen del organizador, otra su nombre y el procedimiento para elaborarlo que puede constar de 1 a dos tarjetas.
- Identifiquen el tipo de organizador gráfico, sus características y posibles usos usando las tarjetas recortables que el maestro indicara.
- Al término del tiempo que indique el maestro, se recogerán las hojas de los organizadores que haya armado cada equipo.
- Esta actividad se complementa con la actividad de la sesión 16.



Nota para el estudiante: Revisar el Anexo “Juego de memorama de organizadores gráficos” y recorten un solo juego para el equipo, indique el tiempo que tienen para recortar y preparar las tarjetas boca abajo.

Sesión 16. Reflexión sobre los aprendizajes

Preguntas detonadoras:



¿Qué aprendí en este semestre?

¿Cómo me siento al concluir el primer semestre del bachillerato?



Situación didáctica:

Problema del contexto

Ina se ha dado cuenta que su bajo desempeño académico está relacionado con su falta de interés en las actividades escolares (apatía), en parte de no saber cómo estudiar las asignaturas y termina por desistir en su intento, por lo tanto, no logra alcanzar los aprendizajes y además de que no tiene mucha habilidad con la lectura, pero ya no quiere tener bajos resultados.



De acuerdo a los aprendizajes adquiridos en este semestre responde las preguntas relacionadas con el problema.

Conflicto cognitivo

- ¿Cómo puede definir su papel como estudiante?
- ¿Sobre qué aspectos puede reflexionar para motivarse para el estudio?
- ¿Cuáles son los beneficios de ser estudiante y que pueden ayudar a Ina a interesarse en sus estudios?
- ¿Qué hábitos de estudio debe adquirir para aprender mejor?
- ¿Qué estrategias de aprendizaje necesita practicar para tener mejores resultados cuando estudia?
- ¿Cómo debe leer para aprovechar mejor el tiempo que invierte estudiando?



ANEXOS



Anexo 1

EJERCICIO: TIPOS DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Lee los siguientes casos y responde dentro del recuadro que tipo de Orientación Educativa ofrece información para resolver la situación.

1. Emily está interesada en organizarse para lograr sus metas y necesita que la ayuden a saber cómo hacerlo para no perder de vista lo que es importante para la vida que desea tener en el futuro.

2. Néstor tiene dificultades para estudiar, su escritura es deficiente, se le olvidan las indicaciones y procedimientos, lleva notas muy bajas en el primer parcial. ¿Qué Orientación Educativa le puede ofrecer estrategias para mejorar su desempeño en la escuela?

3. Janet está interesada por elegir la carrera que puede estudiar después de de la preparatoria, y quiere ayuda para tomar la decisión correcta con base a sus intereses y aptitudes. ¿Qué tipo de la Orientación Educativa puede ayudar a Janet?

4. El dar a conocer al estudiante la historia del COBATAB, su himno, reglamento, logotipo, plan de estudio, servicios, lo hace la Orientación...

5. Si Pedro tiene problemas en sus calificaciones porque no cuenta con estrategias adecuadas para estudiar Química y Matemáticas ¿Qué tipo(s) de Orientación le puede ayudar para saber cómo estudiar?

6. Karina, ya sabe que profesión estudiar, pero necesita conocer las universidades que ofertan la carrera de su interés y cuál sería la más idónea para su formación profesional. ¿Qué área de la Orientación puede ayudarle?



Anexo 2

Crucigrama sobre el MCCEMS

Instrucciones para realizar el Crucigrama

Elabora el siguiente crucigrama con las pistas proporcionadas en la sección "Horizontales") y "Verticales". sobre la temática del MCCEMS y plan de estudio.

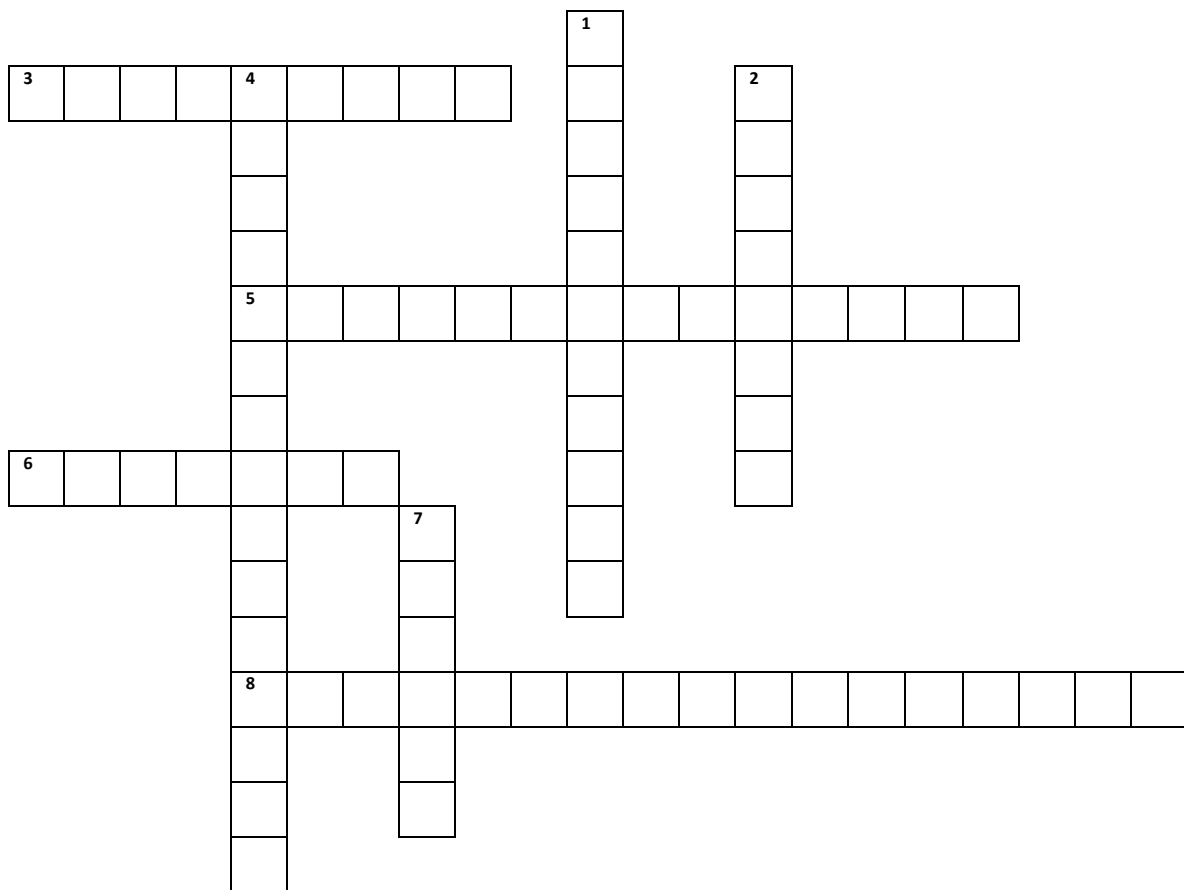
Busca el número correspondiente en la cuadrícula y escribe la respuesta en los casilleros blancos. Asegúrate de que la palabra encaje exactamente con el número de espacios y que coincida con las letras de las palabras que ya has rellenado.

Horizontales

3. Este principio de la NEM fomenta el amor a la Patria. Identidad
- 5.- Socioemocional Son los ámbitos de formación que tienen espacios de acción, actividades y proyectos cotidianos diseñados para desarrollar capacidades personales y sociales en estudiantes.
- 6.- Laboral Se estructura en tres niveles: básico, técnico y tecnológico, integrando conocimientos, destrezas y valores.
- 8.- Principio de la NEM que fomenta la comprensión y el aprecio por la diversidad cultural y lingüística. Interculturalidad.

Verticales

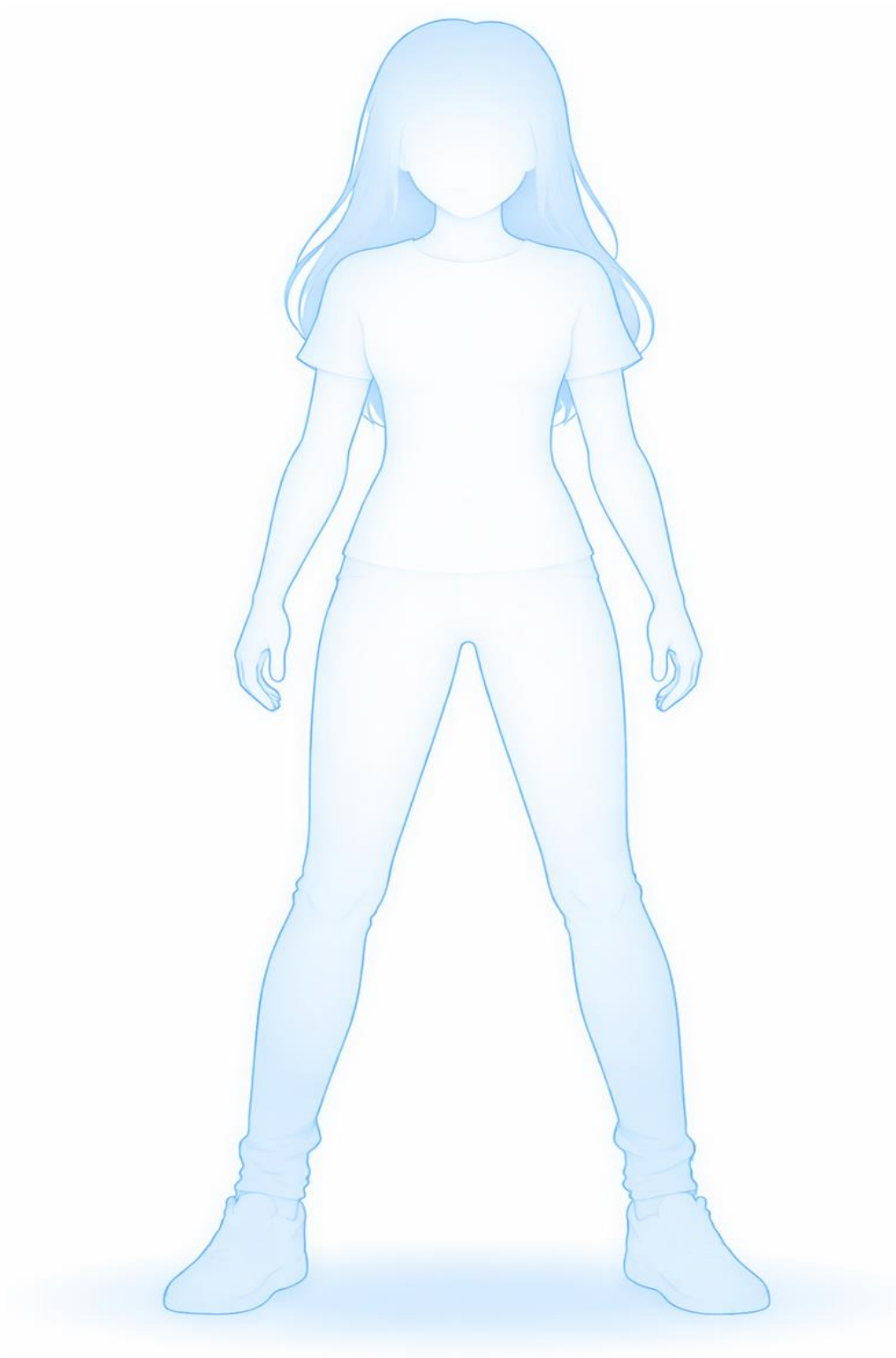
- 1.- Currículum Fundamental Articula y organiza saberes y experiencias de formación científica y humanista para el logro de aprendizajes.
- 2.- Currículum ampliado es el acompañamiento en la trayectoria de los estudiantes.
- 4.- Transversalidad se refiere a la combinación de conocimientos previos y/o nuevos entre las diferentes disciplinas del currículo escolar.
- 7.- El MCCEMS busca homogeneizar para garantizar que todos los y las jóvenes del país, independientemente de sus contextos, cuenten con una base cultural que les permita aprender a lo largo de su vida y constituirse como agentes de transformación social.





Anexo 3

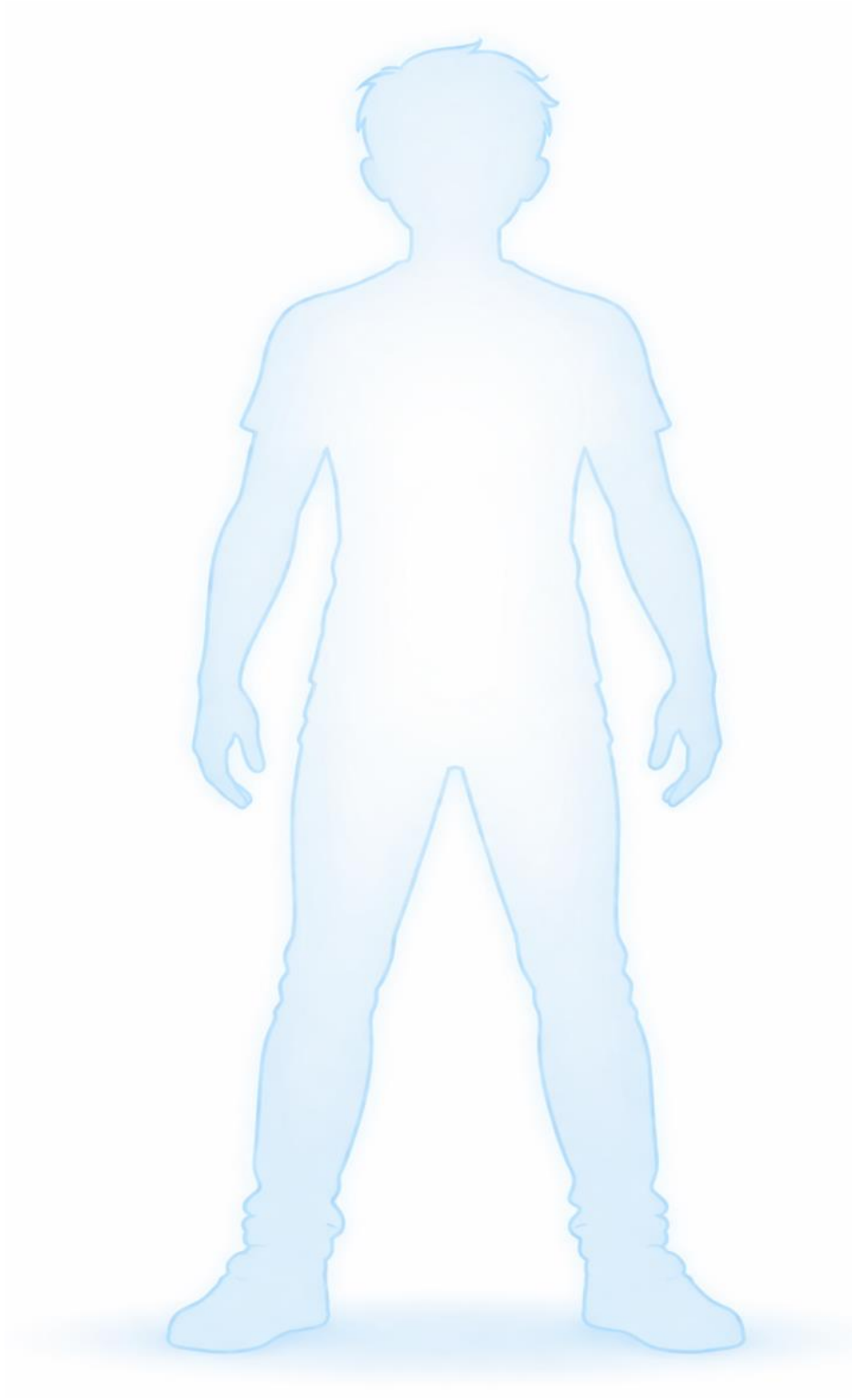
Silueta de los factores internos y externos. Femenino





Anexo 4

Silueta de los factores internos y externos. Masculino





Anexo 5

Figura 1.





Figura 2



figura 3





Figura 4



figura 5





figura 6





Anexo 6

Subrayado y resumen.

Historia de los videojuegos: evolución, beneficios y desventajas en los adolescentes

Los videojuegos forman parte importante de la vida de muchos adolescentes en la actualidad. La historia de los videojuegos comenzó en la década de 1950, cuando algunos científicos desarrollaron programas sencillos de entretenimiento en computadoras. Más adelante, en los años 70, surgieron las primeras consolas domésticas y juegos arcade. Uno de los más conocidos fue Pong, un juego de tenis de mesa muy simple que tuvo gran éxito. Durante los años 80, la industria de los videojuegos creció rápidamente gracias a consolas como Nintendo y Sega. Los videojuegos comenzaron a ser más atractivos por sus mejores gráficos, sonidos y niveles de dificultad. En los años 90 y principios de los 2000, la tecnología avanzó de manera importante. Los videojuegos pasaron de ser en dos dimensiones a experiencias en tres dimensiones, lo que permitió crear mundos más realistas. También surgieron las consolas modernas, como PlayStation, Xbox y Nintendo Wii. Además, el uso de internet permitió jugar en línea con personas de otros lugares del mundo.

En la actualidad, los videojuegos pueden encontrarse en consolas, computadoras, tabletas y teléfonos celulares. A lo largo de la historia, varias empresas han sido fundamentales en el desarrollo de esta industria. Entre los desarrolladores más importantes destacan Nintendo.; Sony, creadora de la consola PlayStation; Microsoft, desarrolladora de Xbox; y Sega, famosa por juegos como Sonic. Estas empresas han contribuido al crecimiento y popularidad de los videojuegos en todo el mundo. Existen juegos de aventura, deportes, estrategia, simulación y aprendizaje. Incluso de han convertido en una forma de competencia profesional a través de los deportes electrónicos o eSports.

El uso de videojuegos puede ofrecer beneficios importantes para los adolescentes. ayudan a desarrollar habilidades como la concentración, la memoria, la coordinación y la resolución de problemas. Algunos videojuegos también favorecen el trabajo en equipo, la creatividad y el aprendizaje de idiomas, especialmente el inglés. Además, pueden servir como una forma de entretenimiento y relajación después de las actividades escolares.

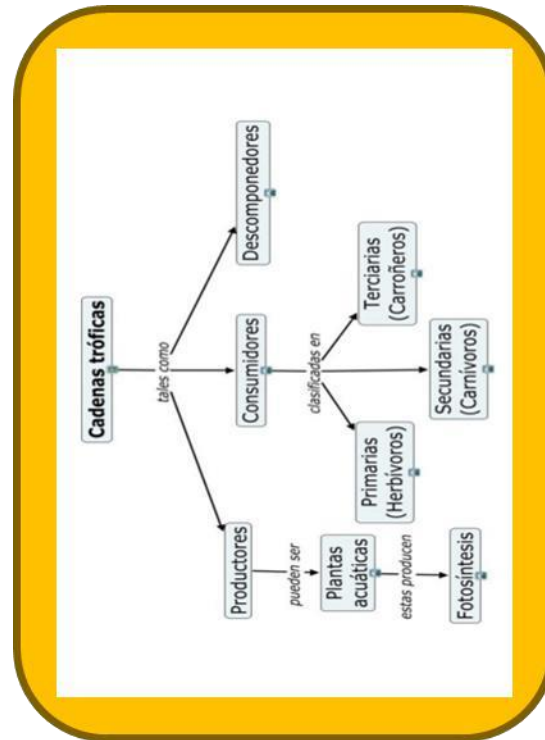
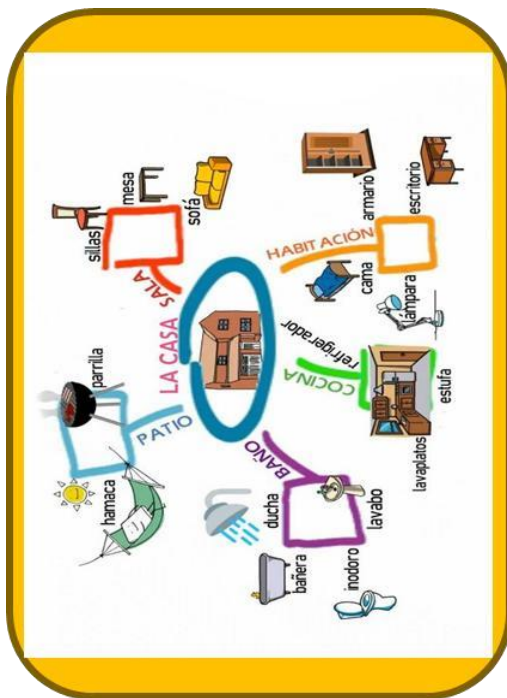
Sin embargo, también existen desventajas cuando se usan de manera excesiva. Pasar demasiado tiempo jugando puede afectar el rendimiento escolar, el descanso y la convivencia familiar. Algunos adolescentes pueden volverse sedentarios, lo que afecta su salud física. Además, ciertos videojuegos contienen violencia o lenguaje inapropiado que puede influir negativamente en su comportamiento.

Además, los videojuegos se pueden clasificar en diferentes categorías según su contenido y forma de juego. Existen videojuegos de acción, de deportes, de simulación y educativos, diseñados para aprender mientras se juega. También existen videojuegos multijugador, que permiten interactuar con otras personas en línea. Por esta razón, es importante que los adolescentes utilicen los videojuegos de manera responsable, equilibrando esta actividad con el estudio, el deporte y la convivencia con otras personas. De esta manera, los videojuegos pueden ser una herramienta positiva y divertida en su vida diaria.

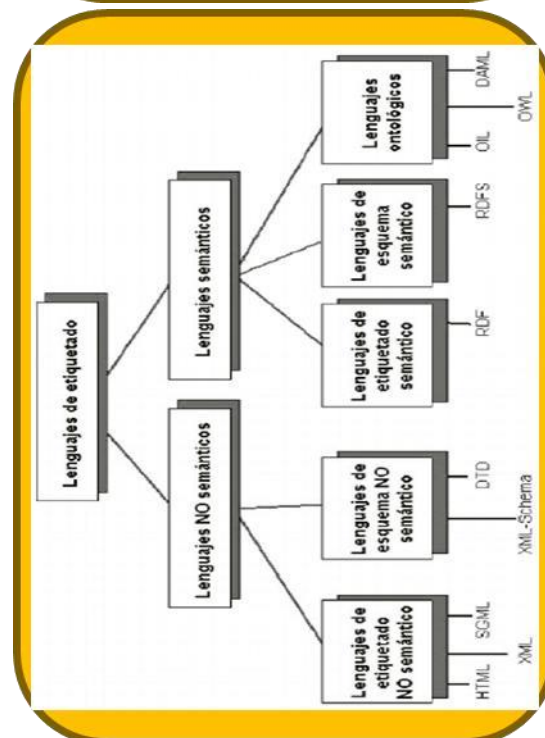
Resumen de la actividad 6

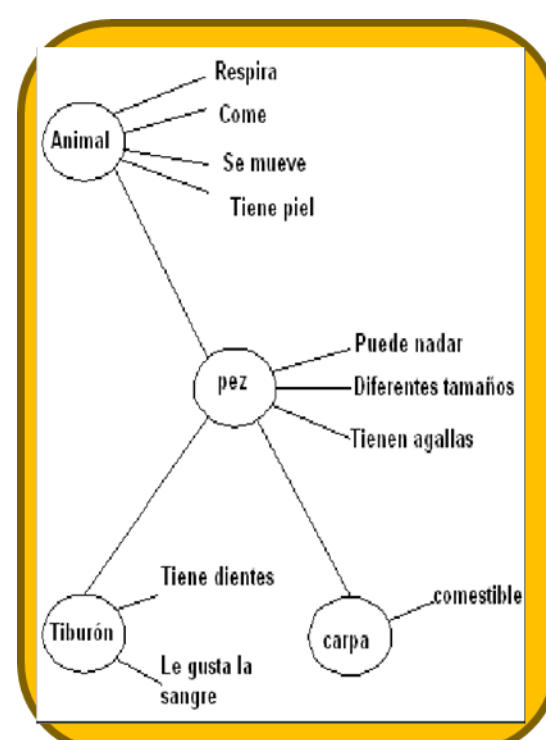
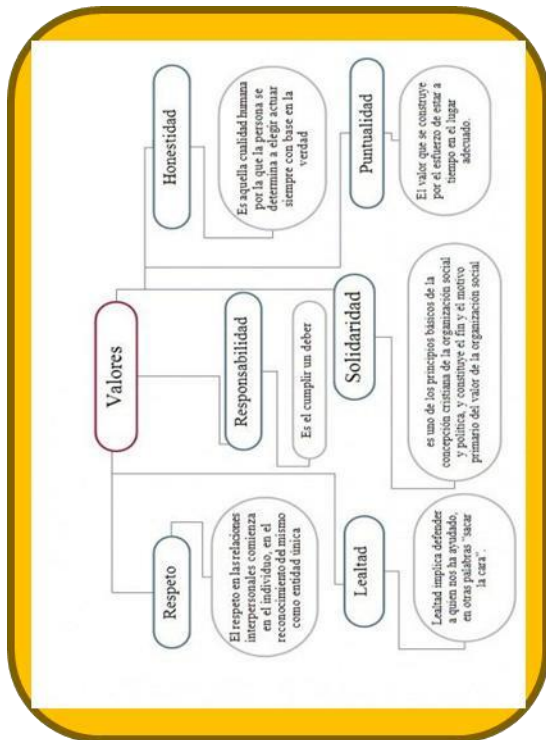
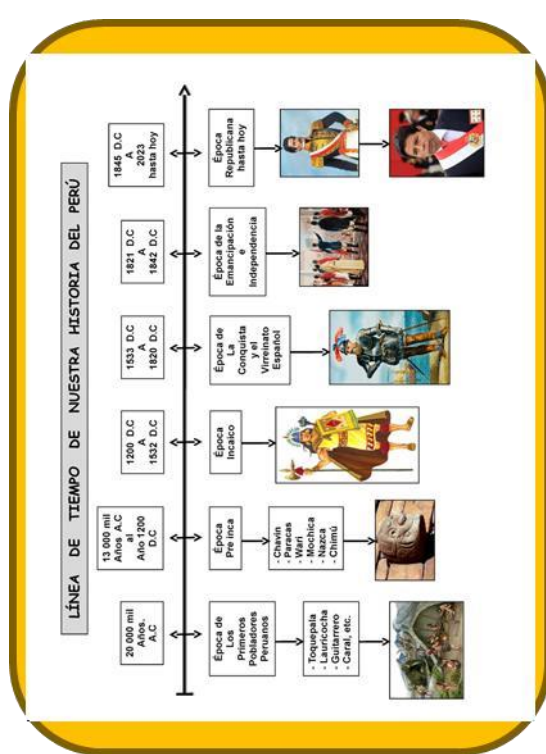
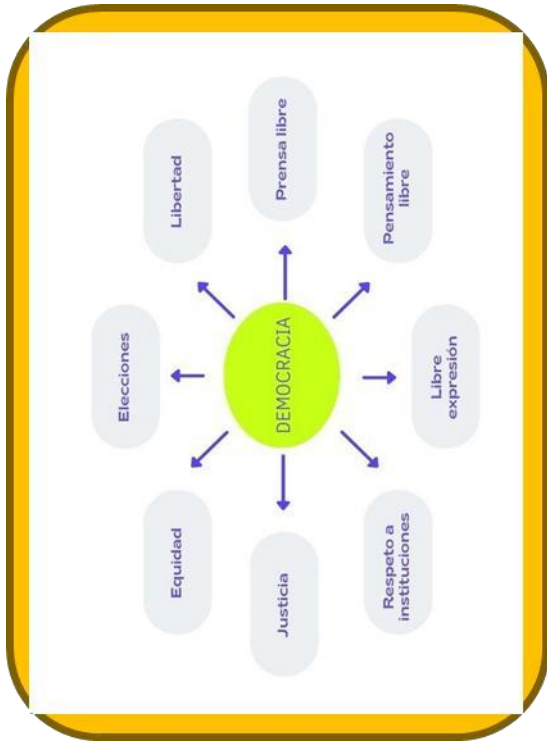
ANEXO 7

Actividad 9. Armado de tarjetas tipo memorama de organizadores gráficos (Recortables)



CUADRO COMPARATIVO VACUNAS COVID				
unBetas!				
Apto para	Pfizer	Moderna	Johnson & Johnson	AstraZeneca
Dosis	Mayores de 16	Adultos	Adultos	Adultos
Efectos secundarios	Dos dosis lapso 21 días.	Dos dosis lapso 28 días.	Una dosis	Dos dosis lapso 12 semanas.
Tipo de vacuna	Mensajero RNA (mRNA)	mRNA	Vacuna portadora	Vacuna portadora
	95%	94%	72%	76%
	Escalofríos, dolor de cabeza, dolor, cansancio y / o erupción en el lugar de la inyección.	Escalofríos, dolor de cabeza, dolor, cansancio y / o erupción en el lugar de la inyección.	Fatiga, fiebre, dolor de cabeza, dolor en el lugar de la inyección.	Sensibilidad, dolor, calor, erupción, picazón, inflamación o hinchazón en el lugar de la inyección.







¿Cómo se hace?

1. Las ideas esenciales que te quedan del texto, después de haberlo subrayado y resumido, se relacionan a partir de su nivel de generalidad.
2. Algunas ideas esenciales incluyen a las otras. Localiza el lugar que le corresponde en su relación con las demás. No todas las ideas tienen relación entre sí.
3. Para las ideas que si se relacionan. Fíjate cual se desprende de cual.
4. Se llaman elementos Sutra ordinarios a las ideas generales que incluyen a otras particulares. Elementos coordinados, a las ideas del mismo grado de generalidad que no se incluyen unas a otras.

¿Cómo se hace?

1. Lee e identifica las ideas o conceptos clave.
2. Selecciona el concepto más general del tema y precisa su significado.
3. Localiza y jerarquiza los demás conceptos a partir del primero. Esto significa que los organices de los más generales a los más específicos. Si lo requieres crea categorías que incluyan a otros conceptos.
4. Busca las conexiones entre los conceptos y selecciona las palabras enlace que exprese mejor la relación entre ellos.

¿Cómo se hace?

1. Selecciona los elementos a comparar: Antes de comenzar, identifica los objetos, conceptos o temas que deseas comparar. Pueden ser dos o más elementos relacionados.
2. Define los criterios de comparación: Decide qué aspectos o características deseas analizar. Por ejemplo, si estás comparando dos productos, podrías considerar precio, calidad, funciones, etc.
3. Recopila información relevante: Investiga y reúne datos sobre cada elemento. Esto te ayudará a llenar tu cuadro con detalles precisos.

¿Cómo se hace?.

1. Analizar el tema. Generalmente, el tema ya está dado por una consigna o una directriz y se debe determinar cuáles son los conceptos principales o las ideas organizadoras, los secundarios, los detalles y las ideas complementarias. Es recomendable hacer referencia a todos estos ítems con palabras clave.
2. Colocar el tema central o el concepto fundamental. Suele ir en el centro de la hoja y se puede escribir en un círculo o un rectángulo.
3. Colocar los conceptos principales o las ideas organizadoras básicas. Se colocan más cerca del tema central y en el sentido de las agujas del reloj. Es recomendable escribir cada uno con un color distinto y enumerarlos para indicar el orden de lectura.



¿Cómo se hace?

Se estructura de manera jerárquica; primero se coloca el título y se sigue por niveles (1,2, etc.) que indica una información más detallada.

El ordenamiento es de izquierda a derecha y cada frase está unida al concepto principal anterior.

¿Cómo se hace?

- 1 Define la idea más importante o el concepto fundamental del texto para ponerlo como raíz o centro del radio.
- 2 Selecciona un concepto que aparece en los bordes (la periferia) (escoge el concepto principal la primera vez que se realiza este paso; las veces sucesivas, escoge un concepto genérico).
3. Decide si este concepto debe ser ampliado posteriormente, buscando otros conceptos relacionados con él de manera subordinada.

¿Cómo se hace?

1. Identifica los conceptos que deseas incluir.
2. Dibuja un nodo para cada concepto y etiquétalo con el nombre del concepto.
3. Conecta los nodos con líneas o flechas para representar las relaciones entre los conceptos.
4. Etiqueta cada línea o flecha con el tipo de relación que representa.
5. Organiza los nodos en una jerarquía si es necesario, con los conceptos más generales en la parte superior y los conceptos más específicos en la parte inferior



¿Cómo se hace?

1. Determinar la escala de la línea. Se debe decidir qué período temporal abarcará el gráfico: toda la historia humana, un gobierno puntual, un año o un siglo específico, desde un momento determinado hasta la actualidad, etc.
2. Determinar los hitos principales. Se deben ubicar y organizar previamente los eventos más importantes o trascendentales de la información que será representada en la línea, ya que estos grandes hitos serán los principales del gráfico.
3. Organizar la información. Se debe organizar la información en un cuadro comparativo. Se debe crear una tabla con columnas y filas. En la primera columna, coloca los nombres de los elementos que estás comparando. En las columnas siguientes, escribe los criterios de comparación.
4. Organiza la información en el cuadro: Crea una tabla con columnas y filas. En la primera columna, coloca los nombres de los elementos que estás comparando. En las columnas siguientes, escribe los criterios de comparación.
5. Realiza el análisis: Llena las celdas de la tabla con la información correspondiente. Resalta las similitudes y diferencias entre los elementos.
6. Obtén conclusiones: Al finalizar, observa los datos en tu cuadro comparativo. ¿Qué conclusiones puedes extraer? ¿Cuál de los elementos es más adecuado según tus criterios?
7. Examina todas las conexiones que pueden establecerse entre los conceptos, incluyendo los más retirados.
8. Los mapas jerárquicos se ordenan arriba el concepto general y abajo las siguientes categorías y cada categoría de izquierda a derecha.
9. Si el tema es muy extenso es mejor elaborar uno por subtema.
10. Colocar los conceptos secundarios. Se colocan cerca del concepto. Es recomendable escribirlos con el mismo color que el concepto principal.
11. Añadir los conceptos terciarios, las ideas complementarias, los detalles y los ejemplos. del que parte y con el mismo color.
12. Unir los elementos con líneas que imitan dendritas cerebrales o ramas de un árbol. También se pueden emplear líneas rectas y, en ese caso, todos los conceptos deben ir en círculos o rectángulos.
13. Agregar imágenes. Es recomendable añadir fotografías, ilustraciones, símbolos y/o íconos que acompañen a los conceptos,. Además, en algunos casos, las imágenes pueden reemplazar a las palabras clave.



5. Elementos subordinados, a las ideas más particulares que se engloban dentro de las supraordinales.

6. Esquematizar las ideas esenciales y sus relaciones.

7. Después de que organizaste las ideas clave en supraordinales, coordinadas y subordinadas y definiste las relaciones que existe entre ellas, puedes representar tales relaciones en un esquema y así estructurar el cuadro sinóptico.

4. Identifica para cada idea o concepto determinado en el punto 2 las palabras clave o frases breves. Organiza las palabras-clave o frases breves seleccionadas en el tipo de organizador.

5. Al finalizar la elaboración de este organizador, estudia la disposición de los nudos sobre la hoja a fin de aprovechar la superficie entera, haciendo que todas sus partes tengan una densidad de información homogénea.

**DIAGRAMA
JERARQUICO**

**MAPA
CONCEPTUAL**

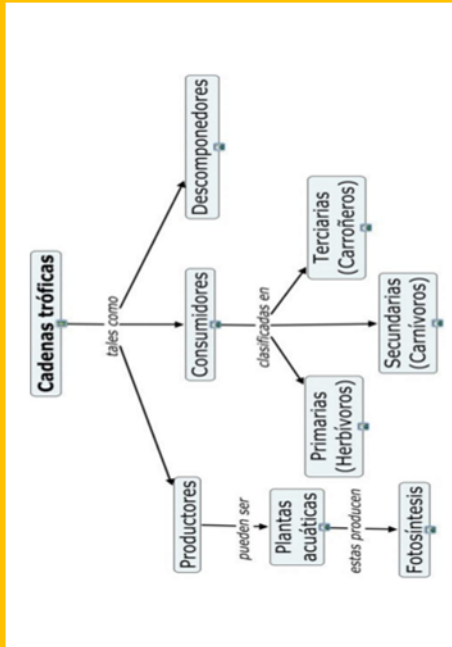


**CUADRO
SINÓPTICO**

**CUADRO
COMPARATIVO**

DIAGRAMA RADIAL

**MAPA
MENTAL**



¿Cómo se hace?

1. Lee e identifica las ideas o conceptos clave.
2. Selecciona el concepto más general del tema y precisa su significado.
3. Localiza y jerarquiza los demás conceptos a partir del primero. Esto significa que los organices de los más generales a los más específicos. Si lo requieres crea categorías que incluyan a otros conceptos.
4. Busca las conexiones entre los conceptos y selecciona las palabras enlace que exprese mejor la relación entre ellos.

5. Examina todas las conexiones que pueden establecerse entre los conceptos, incluyendo los más retirados.
6. Los mapas jerárquicos se ordenan arriba el concepto general y abajo las siguientes categorías y cada categoría de izquierda a derecha.
7. Si el tema es muy extenso es mejor elaborar uno por subtema.

MAPA CONCEPTUAL

CUADRO COMPARATIVO VACUNAS COVID

¡Betas!

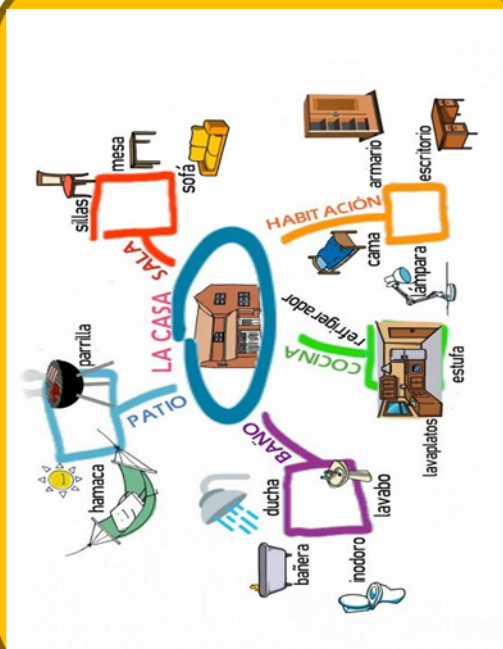
Apto para	Pfizer	Moderna	Janssen & Johnson	AstraZeneca
Dosis	Mayores de 16	Adultos	Adultos	Adultos
Efectos secundarios	Dos dosis lapso 21 días.	Dos dosis lapso 28 días.	Una dosis	Dos dosis lapso 12 semanas.
Tipo de vacuna	Excitativos, dolor de cabeza, dolor cansancio y/o enrojecimiento e hinchazón en el lugar de la inyección Mensajero RNA (mRNA)	Excitativos, dolor de cabeza, dolor cansancio y/o enrojecimiento e hinchazón en el lugar de la inyección mRNA	Fatiga, fiebre, dolor de cabeza, dolor en el lugar de la inyección Vacuna portadora	Sensibilidad, dolor, calor, enrojecimiento, prurito, hinchazón o hinchazón en el lugar de la inyección Vacuna portadora
	95%	94%	72%	76%

¿Cómo se hace?

1. Selecciona los elementos a comparar: Antes de comenzar, identifica los objetos, conceptos o temas que deseas comparar. Pueden ser dos o más elementos relacionados.
2. Define los criterios de comparación: Decide qué aspectos o características deseas analizar. Por ejemplo, si estás comparando dos productos, podrías considerar precio, calidad, funciones, etc.
3. Recopila información relevante: Investiga y reúne datos sobre cada elemento. Esto te ayudará a llenar tu cuadro con detalles precisos.

4. Organiza la información en el cuadro: Crea una tabla con columnas y filas. En la primera columna, coloca los nombres de los elementos que estás comparando. En las columnas siguientes, escribe los criterios de comparación.
5. Realiza el análisis: Llena las celdas de la tabla con la información correspondiente. Resalta las similitudes y diferencias entre los elementos.
6. Obtén conclusiones: Al finalizar, observa los datos en tu cuadro comparativo. ¿Qué conclusiones puedes extraer? ¿Cuál de los elementos es más adecuado según tus criterios?

CUADRO COMPARATIVO



¿Cómo se hace?.

1. Analizar el tema. Generalmente, el tema ya está dado por una consigna o una directriz y se debe determinar cuáles son los conceptos principales o las ideas organizadoras, los secundarios, los detalles y las ideas complementarias. Es recomendable hacer referencia a todos estos ítems con palabras clave.
2. Colocar el tema central o el concepto fundamental. Suele ir en el centro de la hoja y se puede escribir en un círculo o un rectángulo.
3. Colocar los conceptos principales o las ideas organizadoras básicas. Se colocan más cerca del tema central y en el sentido de las agujas del reloj. Es recomendable escribir cada uno con un color distinto y enumerarlos para indicar el orden de lectura.

4. Colocar los conceptos secundarios. Se colocan cerca del concepto. Es recomendable escribirlos con el mismo color que el concepto principal.
5. Añadir los conceptos terciarios, las ideas complementarias, los detalles y los ejemplos. del que parte y con el mismo color.
6. Unir los elementos con líneas que imitan dendritas cerebrales o ramas de un árbol. También se pueden emplear líneas rectas y, en ese caso, todos los conceptos deben ir en círculos o rectángulos.
7. Agregar imágenes. Es recomendable añadir fotografías, ilustraciones, símbolos y/o íconos que acompañen a los conceptos,. Además, en algunos casos, las imágenes pueden reemplazar a las palabras clave.

MAPA MENTAL

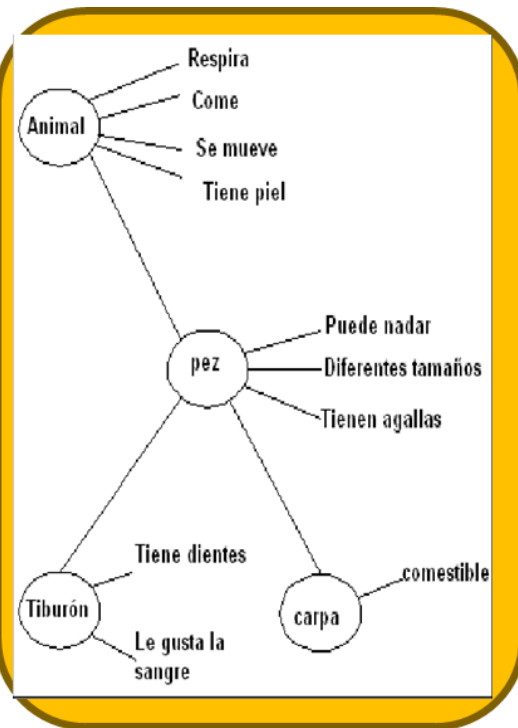


¿Cómo se hace?

1. Las ideas esenciales que te quedan del texto, después de haberlo subrayado y resumido, se relacionan a partir de su nivel de generalidad.
2. Algunas ideas esenciales incluyen a las otras. Localiza el lugar que le corresponde en su relación con las demás. No todas las ideas tienen relación entre sí.
3. Para las ideas que si se relacionan. Fíjate cual se desprende de cual.
4. Se llaman elementos Sutra ordinarios a las ideas generales que incluyen a otras particulares. Elementos coordinados, a las ideas del mismo grado de generalidad que no se incluyen unas a otras.

5. Elementos subordinados, a las ideas más particulares que se engloban dentro de las supraordinales.
6. Esquematizar las ideas esenciales y sus relaciones.
7. Después de que organizaste las ideas clave en supraordinales, coordinadas y subordinadas y definiste las relaciones que existe entre ellas, puedes representar tales relaciones en un esquema y así estructurar el cuadro sinóptico.

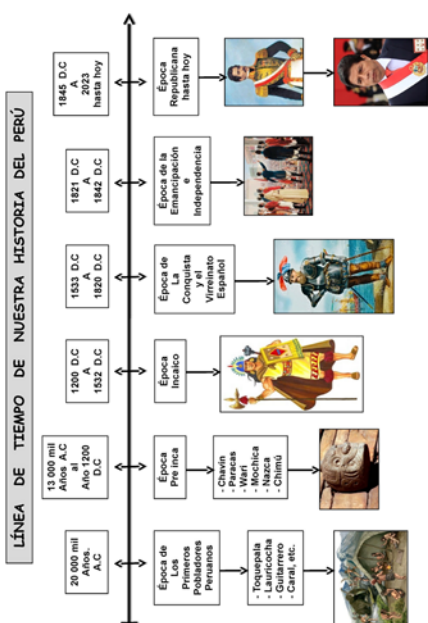
CUADRO SINÓPTICO



¿Cómo se hace?

1. Identifica los conceptos que deseas incluir.
2. Dibuja un nodo para cada concepto y etiquétalo con el nombre del concepto.
3. Conecta los nodos con líneas o flechas para representar las relaciones entre los conceptos.
4. Etiqueta cada línea o flecha con el tipo de relación que representa.
5. Organiza los nodos en una jerarquía si es necesario, con los conceptos más generales en la parte superior y los conceptos más específicos en la parte inferior

RED SEMÁNTICA



¿Cómo se hace?

1. Determinar la escala de la línea. Se debe decidir qué período temporal abarcará el gráfico: toda la historia humana, un gobierno puntual, un año o un siglo específico, desde un momento determinado hasta la actualidad, etc.
2. Determinar los hitos principales. Se deben ubicar y organizar previamente los eventos más importantes o trascendentales de la información que será representada en la línea, ya que estos grandes hitos serán los principales del gráfico.

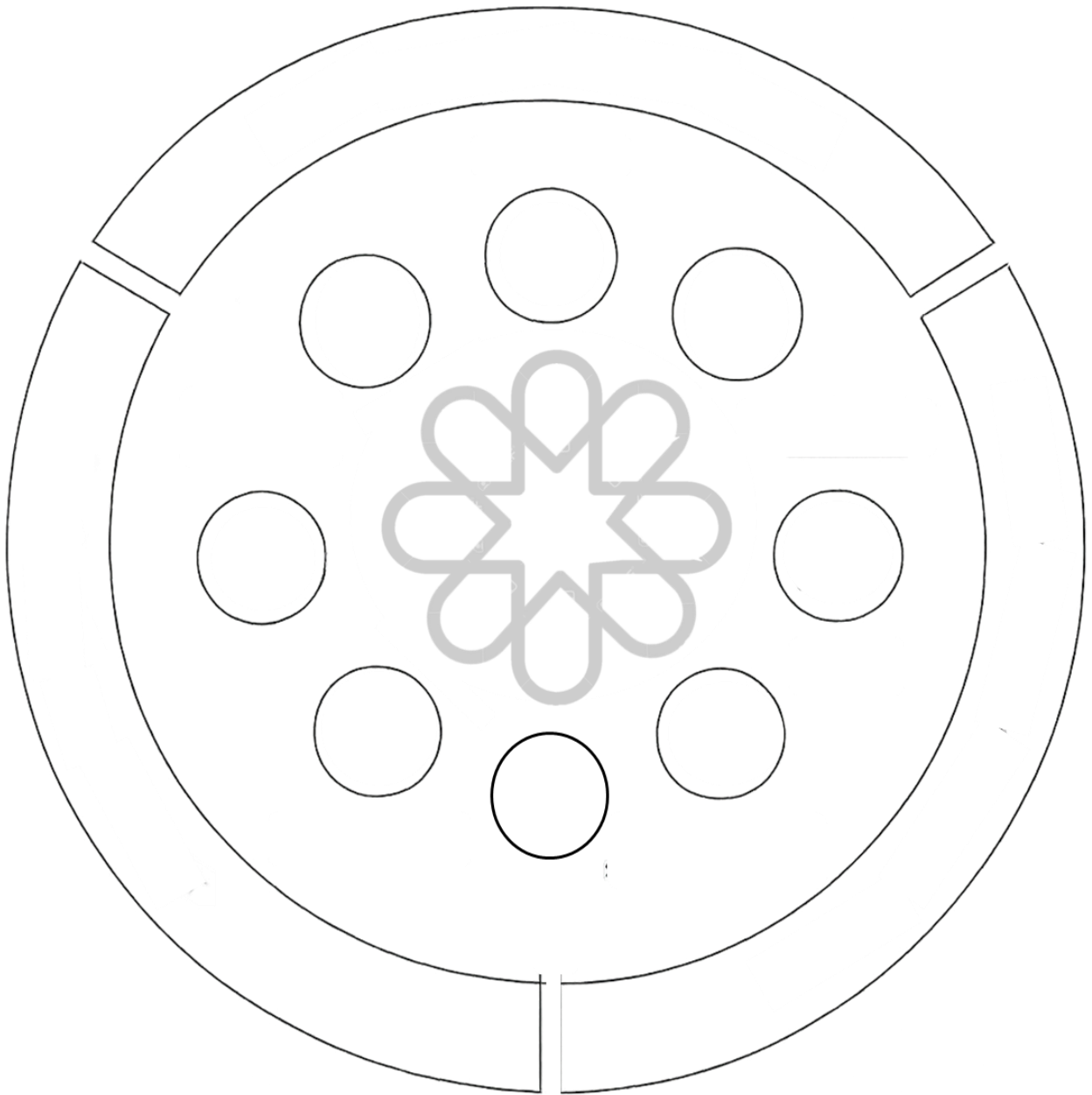
3. Determinar la información contextual. ¿Qué otros hitos o eventos de importancia general - que no son específicos sobre el tema a abordar—convendría resaltar en la línea de tiempo para dar contexto? Por ejemplo, si se desea
4. Trazar la línea y ubicar los puntos. La línea se traza de izquierda a derecha o de arriba hacia abajo, y sobre ella se distribuyen los hitos en orden cronológico, avanzando hacia el presente (o el fin del período de interés).

LINEA DEL TIEMPO



Anexo 8

Completa y colorea la figura como corresponde según el logo representativo del MCCEMS





Referencias

- Anónimo. Proverbios famosos y frases célebres. 2016. <
<http://www.frasesde.org/frases-de-educacion.php>> .
- Arancibia Rojas, Claudia. «EdutekaLab: Rubrik.» 04 de 05 de 2023. Rúbrica para la Evaluación de un Cortometraje sobre Problemática Juvenil para Estudiantes de 15-16 años en la Asignatura de Expresión Artística. <https://edtk.co/rbk/506>.
- Cerdeño Valdivia, Evelin Valdivia y Jesús. Flores Pérez. Instituto Mexicano de Psicooncología. 10 de 2017.
https://www.academia.edu/41552026/Orientaci%C3%B3n_psicosocial .
- CLASE 8 METODOLOGIA. «CLASE 8 METODOLOGIA.doc.» s.f. TERCERA UNIDAD DIDACTICA: ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE. EMA 08: EL SUBRAYADO.
<https://docs.google.com/document/d/1KvekVa47Lqup94ggD2FNBUrBaw5f9EeZDzPSz9GRdo/edit?hl=es&pli=1> .
- COBATAB. COBATAB. 2020.
<https://cobatab.edu.mx/conocenos/mision.html> .
COBATAB. 06 de 2020. Antecedentes históricos. COBATAB.
<https://www.cobatab.edu.mx/conocenos/antecedentes.html> .
- GOBIERNO DE TABASCO. 23 de 03 de 2022. Periódico Oficial. Gobierno de Tabasco.
<https://tabasco.gob.mx/PeriodicoOficial/descargar/2865>.
- Colegio SFD. Hábitos de estudio. Escuela Virtual para padres. s.f. <https://escuela-virtual-para-padres.webnode.page/habitos-de-estudio/como-fomentar-el-habito-de-estudio/>.
- EBAC. Escuela Británica de Artes Creativas y tecnológicas.
06 de 2023. <https://ebac.mx/blog/orientacion-profesional>.
- Giani, Carla. (2024). Mapa mental. Editorial Etecé. «Concepto.de.» 02 de 2024. Ed. Editorial Etecé. <https://concepto.de/mapa-mental/>.
- FACTOR EBC. Ventana EBC. 31 de 03 de 2023. <https://www.ebc.mx/ventana/buenos-habitos-de-estudio-que-son-ejemplos/>.
- Giani, Carla. (2024) Resumen. Ed. Concepto.de. <https://concepto.de/resumen-2/> .
- Giani, Carla (3 de marzo de 2025). Línea de tiempo. Ed. concepto.de.
<https://concepto.de/linea-de-tiempo/> .
- Madison Universidad, James. The learning toolbox home, James Madison Universidad. 2013.
<http://coe.jmu.edu/learningtoolbox/cornellnotes.html> .
- Merino, Nicolas. «Cepteco, psicopedagogia, infantil-juvenil.» 2012. EL LUGAR DE ESTUDIO. <https://cepteco.com/el-lugar-de-estudio/> .
- MIR-CURSOS. Curso Intensivo MIR de (Asturias). 2021. <https://curso-mir.com/material-y->



[servicios/imagenes/2021-05-23-04-Nuestro-m%C3%A9todo-de-preparaci%C3%B3n intensiva- 2021.pdf](#) .

Molina Contreras, Denyz Luz. «Revista Iberoamericana de Educación.» S.F. CONCEPTO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA: DIVERSIDAD Y APROXIMACIÓN. Ed. Venezuela Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora. 06 de 2024. <https://rieoei.org/historico/deloslectores/736Molina108.PDF> .

SEMÁNTICA. <https://definicion.de/red-semantic/> .

Pérez Porto, Julián y María Merino. Definición.De. 11 de 2021. <https://definicion.de/orientacion-educativa/> .

Piñeiro, Daniel. «THIND AHEAD.» s.f. Motivación para estudiar: la clave del éxito académico. <https://thinkaheadeducation.com/educacion-internacional-madrid/psicologia-educativa/motivacion-para-estudiar-2/> .

Polo Calvo, Cristina. EUROINNOVA International Online Education. s.f. <https://www.euroinnova.mx/blog/la-filosofia-del-estudiante> .

Rosario, G.L. Slideshare . 08 de 2016. <https://es.slideshare.net/RosarioGL/orientacin-hacia-un-proyecto-de-vida>.

SEP. Secretaría de Educación Pública. Gobierno de México. 11 de 2017.

<https://www.gob.mx/sep/articulos/la-orientacion-educativa-tiene-un-papel-primordial-en-la-prevencion-del-abandono-escolar#:~:text=La%20Orientaci%C3%B3n%20Educativa%20es%20un,para%20de finir%20su%20vida%20futura>.

SEP-SEMS. (07 de 2019). SEMS. Obtenido de La Nueva Escuela Mexicana: principios y orientaciones pedagógicas.: <https://dfa.edomex.gob.mx/sites/dfa.edomex.gob.mx/files/files/NEM%20principios%20y%20orientacio%C3%ADn%20pedago%C3%ADgica.pdf>

Supera tus notas. Supera tus notas. Universidad de la Vida, creado por Wix.com. 01 de 2016. <https://superatusnotas10.wixsite.com/djm1/single-post/2016-1-10-d%C3%B3nde-y-c%C3%B3mo-estudiar> .

Unex.es. «UNEX.es.» s.f. Cuestionario sobre hábitos de estudio . <https://www.unex.es/conoce-la-uex/centros/veterinaria/informacion-academica/patt/Cuestionario%20Habitos%20de%20Estudio.pdf> .

UniBetas. (2021) Hábitos de Estudio. UNIBETAS. 30 de 11 de 2021. <https://unibetas.com/habitos-de-estudio/> .

Universo. «El periódico de los universitarios, Uni verso.» El periódico de los universitarios 2011. <https://www.uv.mx/universo/290/infgral/infgral13.htm> .



Himno al COBATAB



¡Oh!, Colegio de Bachilleres, impetuosa y querida

institución casa fiel del conocimiento,
hoy te canto este himno con amor,
eres rayo de esperanza del mañana,
eres la voz de la verdad.

¡Oh!, Colegio de Bachilleres, eres
luz en medio de la oscuridad.

//Colegio de bachilleres conducta
clara y firme decisión

Colegio de bachilleres tu misión
para siempre es ser mejor.//

En Tabasco se ha sembrado
la semilla que un día germinara,
el impulso de la vida modernista
en progreso de toda la sociedad,
es tu memorable historia gran
orgullo para toda la región,
educación que genera cambio,
ejemplo digno en cada generación.



Porra Institucional

Institucional

¡Somos!

¡Somos!

Jóvenes Bachilleres

Jóvenes Bachilleres

Con Valor y Lealtad

De Norte a Sur

De Este a Oeste

Somos líderes Bachilleres del Sureste
COBATAB Unido, COBATAB Fortalecido.
Este encuentro lo gano porque lo gano
Como dijo el Peje, me canso ganso.

¡Somos!

¡Somos!

Jóvenes Bachilleres

Jóvenes Bachilleres

¡Somos!

¡Somos!

Jóvenes Bachilleres

Jóvenes Bachilleres

COBATAB Unido, COBATAB Fortalecido





Cobachito

El Manatí

Mascota institucional



Colegio de Bachilleres,
Está de fiesta señores
Pues todos sus estudiantes
Hoy celebran con honores.

Que ya llegó la alegría
Es hora de motivar
Bailemos con algarabía
Cobachito nos guiará.

Allá por el acahual
En los ríos de Tabasco
Aconchado en unas ramas
O nadando sin parar.

Un manatí se ha ganado
El cariño de la gente
Cobachito le han llamado
Y no para de bailar.

Cobachito, con él vamos a ganar
Cobachito, eres espectacular
Cobachito, respetamos tu hábitat
Cobachito, mascota del COBATAB.

Mientras la orquesta se escucha
Y la porra se emociona
Los jóvenes bachilleres
A una voz ovacionan.

Con orgullo representan
A una gran institución
COBATAB está presente
Y Cobachito ya llegó.



¡Hola!

Qué alegría saludarte en este momento de tu trayectoria académica.

Estás viviendo una de las etapas más significativas y enriquecedoras de tu vida. El bachillerato no consiste únicamente en aprobar asignaturas; es una etapa en la que descubres quién eres, desarrollas tus talentos y comienzas a construir el camino que deseas seguir. Es también una oportunidad para fortalecer tus valores, impulsar tu formación integral y prepararte para ser un ciudadano responsable, comprometido con su comunidad y con la construcción de una sociedad mejor.

Sabemos que el día a día puede presentar desafíos. Hay momentos de cansancio, dudas y temas que parecen difíciles de comprender. Precisamente por ello hemos preparado esta guía para ti. No la veas como una obligación más, sino como una herramienta de apoyo diseñada por personas que creen en tu capacidad para aprender, crecer y alcanzar tus metas.

Cada página de este material tiene el propósito de brindarte claridad, facilitar tu estudio y recordarte que eres capaz de dominar cualquier tema cuando trabajas con constancia, dedicación y confianza en ti mismo. El éxito académico no surge por casualidad; es el resultado del esfuerzo diario y de la determinación para seguir adelante.

Aprovecha este recurso al máximo. Pregunta, practica, comete errores y vuelve a intentarlo. Equivocarse forma parte del aprendizaje; aprender de cada experiencia es lo que te permitirá avanzar.

Recuerda que no estás solo. Estamos aquí para acompañarte en cada paso de este proceso. Confía en tu talento y da lo mejor de ti cada día.

¡Mucho éxito en tus estudios!



Fernando Yrys Hernández
Director General
Colegio de Bachilleres de Tabasco

