

## PROGRAMA DE CURSO

<b>Nombre de la asignatura:</b> Desarrollo Humano I	<b>Ciclo:</b> Otoño 2018
<b>Profesor(a):</b> Cristina Montejo, Cecilia Medina, Dulce Coba, María Méndez, Guillermo Talavera, Oscar Parrao, Carlos Interián.	<b>Clave:</b> ABIM-013
<p><b>Objetivo general:</b> El/la estudiante se reafirma como una persona biopsicosocialhistórico en proceso de crecimiento a través de la reflexión de su historia de vida y reconocimiento de su ser dentro y fuera de su entorno comunitario</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La/el alumno realiza acciones para su continuo desarrollo a partir de su autoconocimiento y detección de áreas de oportunidad</li> <li>• La/el estudiante emplea diversos recursos académicos que faciliten su desempeño universitario</li> <li>• La/el estudiante aplica normas de conducta y convivencia que generan relaciones más satisfactorias y pacíficas</li> </ul>	<p><b>Horas:</b> 48 <b>Créditos</b> 6</p>
<b>Antecedentes académicos:</b> Ninguno	
<b>Articulación con otras experiencias formativas del mapa curricular:</b> Desarrollo Humano II, Taller de resolución de conflictos	
<p><b>Competencias generales y específicas a desarrollar</b></p> <p><b>Competencia general:</b> El alumnado identifica sus áreas de oportunidad para su desarrollo personal y establece pautas para su mejora en beneficio propio y comunitario</p> <p><b>Competencias específicas:</b> El alumnado genera habilidades para su vida personal y como parte de una comunidad que permitan su desarrollo congruentemente con el cuidado del medio ambiente, comunidades y personalmente.</p>	
<b>Contribución al perfil de egreso:</b> Permite al alumnado generar competencias que guíen su desempeño como personas sanas, comprometidas consigo mismas, su cultura, su comunidad y el medio ambiente	

### Temario

Sem.	Tema/Objetivo/Subtemas	Actividades de aprendizaje	Bibliografía
<b>Tema 1: Autocuidado y vida universitaria</b>			
<b>Objetivo: Brindar al estudiante herramientas para el fortalecimiento de su desempeño profesional y crecimiento personal</b>			
I	Presentación de la Misión y Visión institucional y su relación con la materia y la carrera.	Exposición del contenido de la asignatura.	

Sem.	Tema/Objetivo/Subtemas	Actividades de aprendizaje	Bibliografía
	Presentación del programa del curso.		
<b>II</b> <b>25 de agosto</b>	Autocuidado y vida universitaria (higiene, seguro médico, estilo de vida saludable, resistir presión social, responsabilidad, leer la cartilla) TREC -explorar ideas limitantes, expectativas	taller de autocuidado (higiene, seguro médico, 8 hábitos de estilo de vida saludable) <b>Evaluación</b> Diario (pintar, dibujar, grabación, texto, etc.) PERMANENTE Taller de TREC <b>Evaluación</b> Ejercicios TREC	Escobar y Pico (2013) Carrasco, I. (2005).
<b>III y IV</b>	Evaluación de hábitos de estudio explorar ideas limitantes en torno a la parte académica y de desarrollo, salir de zona de confort. Autodisciplina	Taller de hábitos de estudio Aplicación de hábitos de estudio <b>Evaluación</b> Programa de hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje Horario de Actividades semanal	Tierno, Bernabé (1994).
<b>V y VI</b>	Hemisfericidad, canales de percepción VAK, considerar su evaluación de lectoescritura	Inventario y mostrarle actividades y estrategias que puede hacer para cada canal <b>Evaluación:</b> Plan de fortalecimiento de canales sensoriales y hemisferios cerebrales	Pérez Pérez, Williams (2012). Gastelú Alberto, Isaac Martínez, (2002) Armstrong, Thomas. (2009)
<p><b>Tema 2: Miatsil: identidad y otredad. Deira</b>  <b>Objetivo:</b> Identificar los elementos comunitarios y culturales que están involucrados en la conformación de la identidad y como éstos pueden favorecer la vida personal y universitaria</p>			

Sem.	Tema/Objetivo/Subtemas	Actividades de aprendizaje	Bibliografía
VII Y VIII	Miatsil: identidad y otredad: historia de vida, árbol genealógico, Comunidad	<p>Semana 5 historia de vida (Presentar historias de vida) árbol genealógico Taller de su nombre en maya <b>Evaluación:</b> Historia de vida por escrito en el diario árbol genealógico</p> <p>Semana 6 Visita al corazón de la península: Presentación de su comunidad: <b>Evaluación</b> Periódico mural y exposición</p>	Otis (2009) Domínguez (2002)
IX	Generación de identidad: cotidianidad, particularidades	<p>Elaboración y presentación de un promocional de cineminuto sobre su comunidad (avisar desde semana 5)</p> <p><b>Evaluación:</b> Reflexión de lo que encontraste, sentiste, en su diario Promocional cineminuto de su comunidad</p>	Bonfil Batalla (1991) Rodríguez Sánchez, J.L.(1989)
<p><b>Tema 3: Cuidados: de y hacia mí, de y hacia ti</b> <b>Objetivo: Fortalecer las habilidades para el autocuidado mediante la realización de ejercicios de reconocimiento corporal y la identificación de hábitos relacionados con su desarrollo físico para el autocuidado, la prevención de adicciones y el ejercicio de sus derechos sexuales.</b></p>			
X	Mi cuerpo y yo	Taller de corporalidad <b>Evaluación</b>	Johnson Felipe (2009)

Sem.	Tema/Objetivo/Subtemas	Actividades de aprendizaje	Bibliografía
		Asistencia durante toda la sesión Reflexión y dibujo de su estructura osea en su diario.	
XI	Desarrollo físico: Peso, talla, cintura, cadera, presión arterial, nutrición, automedicación,	Feria de la salud <b>Evaluación</b> Cartilla de vacunación y asistencia Cartilla ProSIU salud y Encuesta de Salud Diario	American Academy of Pediatrics (2007)  DOF (2010)  Sánchez, Álvarez, Flores, Arias y Saucedo (2014).
XII	Adicciones Habilidades para la vida I	Taller de habilidades para la vida para prevención de adicciones. Invitar a UNEME para materiales <b>Evaluación:</b> Elaboración y colocación de carteles y tuits callejeros	CONADIC, (s/f). Guía práctica y sencilla para el Promotor Nueva Vida. Talavera y Martínez, (s/f). Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables para una nueva vida Guía para el promotor de "Nueva Vida".
XIII	Derechos sexuales y reproductivos consentimiento y cultura de violación, Diversidad, pareja y amor romántico, habilidades para la vida II	Taller de derechos sexuales y reproductivos <b>Evaluación</b> Informe de campaña en redes sociales	Cartilla de derechos sexuales y reproductivos Blog de Coral Herrera Gómez
XIV	Sexualidad sana y responsable	Feria de la sexualidad <b>Evaluación:</b> Reporte de stands visitados en Diario	Cartilla de derechos sexuales y reproductivos Blog de Coral Herrera Gómez
<p><b>Tema 3: Viviendo con intención</b> <b>Objetivo:</b> Conocer y poner en prácticas conocimientos y habilidades para una vida plena y armoniosa con su entorno.</p>			

Sem.	Tema/Objetivo/Subtemas	Actividades de aprendizaje	Bibliografía
XV	Habilidades para vivir con intención 4 r Composta Actiidades para el tianguis	Talleres sobre  Prtipicación e investigación de sus comunidades o implementen	UNICEF, (2001). Cuadernillo de medio ambiente para comunidades indígenas. SAGARPA, (s/f). Elaboración de composta.
XVI	Buen vivir y desarrollo humano sostenible	Lectura reflexionada Discusión de propuestas de buen vivir y desarrollo humano sostenible en contextos cercanos  <b>Evaluación:</b> Integración por grupo de una carta-propuesta para el buen vivir y el desarrollo humano sostenible  Evaluación de la asignatura	AUIAW (Universidad Intercultural Amawtay Wasi). 2004.
XVII	<b>-Evaluación comprehensiva</b> -Entrega y retroalimentación de portafolios de evidencias		

## Evaluación

A. Criterios y procedimientos de evaluación y acreditación del estudiante	Porcentaje
Evaluaciones parciales Portafolio de evidencias y diario (3 entregas como parciales cierre de tema)	30%
Evaluación Comprehensiva Seguimiento a su programa de hábitos de estudios 20% Seguimiento de plan de fortalecimiento de canales de percepción y hemisferios 20%	20%

Asistencia a Clubes	15%
Interculturalidad Valores: Trabajo en equipo, empatía, participación, puntualidad,	10%
Asistencia a 2 horas semanales de actividades artísticas, recreativas y culturales deportivas	10%
Introducción al Programa Educativo	10%
Programa de Introducción al Modelo Intercultural (PIMI)	5%

## Evaluación del Profesor(a) en Aula por parte del coordinador(a) o profesor(a) designado(a)

### Criterios.

1. Puntualidad en el inicio y la conclusión de la clase.
2. Comunicación de los objetivos de la clase comunicados con claridad.
3. Desarrollo del tema de la clase.
4. Participación de la mayoría de los estudiantes de la clase.
5. Estrategia(s) pedagógica congruente con los objetivos de la clase.
6. Uso de apoyo(s) didáctico(s).
7. Atención a las dudas u observaciones de los estudiantes.
8. Interés por parte de los estudiantes en el tema de la clase.
9. Respeto mutuo entre profesor y estudiantes.
10. Evaluación del aprendizaje del tema integrada al desarrollo de la clase.

### Perfil del docente:

Formación y/o experiencia en desarrollo humano, técnicas de estudio, Terapia racional emotiva conductual, sexualidad, buen vivir, derechos humanos, técnicas agroecológicas y otras habilidades transdisciplinares.

### Bibliografía

#### Principal

Armstrong, Thomas. (2009). Inteligencias múltiples en el aula: guía práctica para educadores Editorial: Paidós, México.

Bonfil Batalla, Guillermo. Pensar nuestra cultura. Ensayos. Alianza Editorial, 1991.

Bernabé Tierno. (1994). *Las mejores técnicas de estudio. Saber leer, tomar apuntes y preparar exposiciones* (5° Ed.). Madrid: Ediciones Tema de Hoy.

Rodríguez Sánchez, J. L. 1989. Transtorno de identidad, factor común en los alumnos "problema" de bachillerato. Tesis Maestría. Psicología con orientación Clínica. Departamento de Psicología, Escuela de Ciencias Sociales, Universidad de las Américas Puebla. Mayo. Derechos Reservados © 1989.

Johnson Felipe. Hacia la pregunta por la corporalidad: Reflexiones sobre el cuerpo humano en cuanto organismo ALPHA N° 29 Diciembre 2009 (167-184) (2009) ISSN 0716-4254

Instituto Nacional para la prevención integral de las Adicciones. (2010). *Habilidades para la vida: Guía Práctica y Sencilla para el Promotor Nueva Vida*. Distrito Federal: CONADIC

UIAW (Universidad Intercultural Amawtay Wasi). 2004. *Aprender en la Sabiduría y el Buen Vivir*. Quito: UNESCO

CONADIC, (s/f). *Guía práctica y sencilla para el Promotor Nueva Vida*. Consultado el 9 de agosto del 2016. Disponible en: [http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva\\_vida/nvhabilidades\\_guiapractica.pdf](http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/nvhabilidades_guiapractica.pdf)

Talavera, S. y Martínez, M., (s/f). *Prevención de las adicciones y promoción de conductas saludables para una nueva vida. Guía para el promotor de "Nueva Vida"*. Consejo Nacional Contra las Adicciones. Consultado el 9 de agosto del 2016. Disponible en: [http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva\\_vida/nv1e\\_prevenccion.pdf](http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/nv1e_prevenccion.pdf)

SAGARPA, (s/f). *Elaboración de composta*. Consultado el 9 de agosto del 2016. Disponible en: <http://www.sagarpa.gob.mx/desarrollorural/documents/fichasaapt/elaboraci%C3%B3n%20de%20composta.pdf>

UNICEF, (2001). *Cuadernillo de medio ambiente para comunidades indígenas*. Consultado el 9 de agosto del 2016. Disponible en: <http://www.unicef.org/argentina/spanish/manual-medioambiente-def2.pdf>

Carrasco, I. (2005). *Terapias racionales y de reestructuración cognitiva*. En F.J. Labrador, J.A. Cruzado y M. Muñoz. *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta* (pp. 667-708) Madrid: Ediciones Pirámide.

Sánchez, M.; Álvarez, A.; Flores, T.; Arias, J.; y Saucedo M. (2014). El reto del estudiante universitario ante su adaptación y autocuidado como estrategia para disminuir problemas crónicos, degenerativos. *Revista Educación y salud*. Vol. 2 (No. 4).

American Academy of Pediatrics (2007). Cuidado de salud para estudiantes universitarios. Health Care for College Students. Recuperado de: <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/young-adult/Paginas/Health-Care-for-College-Students.aspx>

Diario Oficial de la Federación "DOF", (2010). NORMA Oficial Mexicana NOM-008-SSA3-2010, Para el tratamiento integral del sobrepeso y la obesidad. Recuperado de: [http://www.dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=5154226&fecha=04/08/2010](http://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5154226&fecha=04/08/2010)

Williams Pérez Pérez (2012). Teorías y modelos que explican el funcionamiento cerebral: procesos de percepción, memoria y aprendizaje. Recuperado el 2016 en: [http://depa.fquim.unam.mx/amyd/archivero/FUNCIONAMIENTOCEREBRAL\\_1117.pdf](http://depa.fquim.unam.mx/amyd/archivero/FUNCIONAMIENTOCEREBRAL_1117.pdf)

Alberto Isaac Gastelú Martínez, (2002) Aprendizaje por Hemisfericidad Cerebral. Recuperado el 2016 en: [http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/virtuami/file/ext/miplan\\_estudian\\_actv\\_hemisfericidad.pdf](http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/virtuami/file/ext/miplan_estudian_actv_hemisfericidad.pdf)

Escobar, M. y Pico, M. (2013). Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales, 2010-2011. Revista Facultad Nacional de Salud Pública, 31: 178-186

Domínguez, L. (2001). Identidad, valores y proyecto de vida. Revista Cubana de Psicología, 9: 164-166

Otis, M. (2009). Los jóvenes como ciudadanos comprometidos y partidarios del cambio a través del programa Lexington Leadership Academy. En Checkoway, M. y Gutiérrez, M. (Eds). Teoría y práctica de la participación juvenil y el cambio comunitario. España: GRAÓ