

# Fichas de repaso

Subdirección de Educación  
Básica para Adultos  
SECUNDARIA INICIAL

Semana del 25 al 29 de mayo.



Día 5



**GOBIERNO DE  
MÉXICO**

**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

**AEF MÉXICO**  
AUTORIDAD EDUCATIVA FEDERAL EN LA CIUDAD DE MÉXICO

## Presentación

Este material está diseñado para que las personas jóvenes y adultas, organicen sesiones de estudio durante el periodo de aislamiento, en las que generarán productos que se integrarán al Portafolio de Evidencias para la evaluación, en tanto se incorporan al trabajo en los CEDEX.

En las Habilidades Socioemocionales y Creatividad, se reconoce la importancia del bienestar en el desarrollo integral de la persona, por lo que, se propone una mirada amplia sobre el aprendizaje que, de la experiencia y la convivencia con los demás, cada estudiante puede extraer, para encontrar puntos positivos que le conduzcan a un estado de armonía.

## Tu maestro en línea

Durante toda esta contingencia contarás con el apoyo de profesores de la SEP dispuestos a resolver tus dudas.

Teléfono: **36 01 87 20**      Horario de atención:  
**Lunes a Viernes**  
**de 10:00 a las 18:00 hrs**

Llama a tu maestro

[tumaestroenlinea@nube.sep.gob.mx](mailto:tumaestroenlinea@nube.sep.gob.mx)





## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

### Autonomía

#### Indicadores de logro:

- Reflexionar sobre los aspectos del entorno que le afectan a sí mismo y a los demás.
- Dialogar con otros sobre sus intereses, valores y aspectos culturales, que contribuyen a su sano desarrollo.
- Decidir y poner en práctica principios que guían su actuar, con actitud flexible y responsable, en la definición de metas y líneas de acción de su proyecto de vida.



#### Materiales

- Cuaderno.
- Hojas blancas.
- Colores.
- Lápiz.



### Autonomía

Es una habilidad que cada persona desarrolla para desenvolverse en los diferentes ámbitos de la vida empleando su criterio de manera efectiva. Las personas jóvenes y adultas van mostrando la disposición creciente de aprender y emplear lo aprendido día a día para solucionar dificultades diversas.

La autonomía es un aspecto importante que permite tener claridad sobre el proyecto vital y, a la vez, es un soporte para desarrollar las competencias necesarias para lograr metas o solucionar dificultades.

En este sentido, otra habilidad que se relaciona directamente con la autonomía es la toma de decisiones, que es igualmente necesaria para desenvolverse con éxito en las actividades cotidianas pues se requiere sopesar los “pros” y los “contras” de las alternativas identificadas en cada caso o circunstancia.

En esta sesión, te invitamos a reflexionar sobre el manejo de situaciones personales, la interacción con los demás y la transformación del entorno como aspectos a considerar en el reto de construir un proyecto de vida de calidad para ti, en el tiempo que te ha correspondido vivir.



## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

Autonomía



### A usar tu cuaderno

#### ❖ Decidir con conocimiento.

Lee el siguiente texto, ¿alguna vez te has encontrado en una situación similar?

***Luisa fue en busca del regalo para un amigo muy estimado de su grupo, después de haber reunido el dinero que cada miembro le dio, con el fin de comprar algo que valiera la pena. En el grupo, le habían insistido en no elegir lo primero que viera o encontrara, ni el artículo de moda anunciado en televisión. Así entonces, Luisa tenía que estudiar bien el propósito y decidir por un regalo con el que estuviera segura de acertar; eso dependía de identificar lo que fuera efectivo para quien iba a recibir el regalo.***

Ayuda a Luisa en esta toma de decisiones, responde a las siguientes preguntas:

¿Cuál es el problema o situación que enfrenta Luisa?

¿Qué desea Luisa que suceda?

¿Qué posibles soluciones hay?

¿Cuáles son los “pros” y “contras” de cada una de ellas?

¿Qué solución parece la mejor?





## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

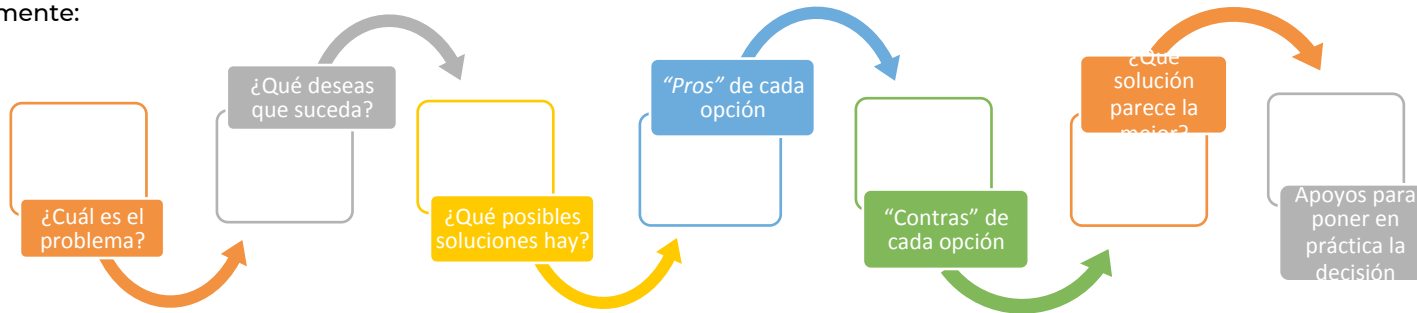
Autonomía



### A usar tu cuaderno

#### ❖ Aprendiendo de la experiencia.

Realiza un ejercicio de toma de decisiones, pero ahora desde **tus propias vivencias**. Primero, identifica un conflicto o problema que tengas actualmente:



Valora los posibles resultados de tu elección:

- Considerando los apoyos identificados.
- Sin apoyos.



### A compartir en familia

Comparte con amigos o familiares, los aspectos que identificas como necesarios para apoyarse positivamente en los retos que cada uno (a) enfrenta; escuchando también atentamente, de manera respetuosa y empática las diferentes opiniones.





## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

### Autonomía

#### ❖ Mis recursos personales y sociales.

Al completar el siguiente esquema, obtendrás una lista ordenada de aspectos valorables con los que cuentas hoy y que puedes emplear para enfrentar dificultades y alcanzar metas:

| YO SOY                        | POR EJEMPLO | YO TENGO                         | POR EJEMPLO |
|-------------------------------|-------------|----------------------------------|-------------|
| (característica positiva mía) |             | (en qué o quién confío)          |             |
| (hacia los demás)             |             | (en qué o quién me apoyo)        |             |
| (hacia el entorno)            |             | (de qué o quién soy responsable) |             |
| YO ESTOY                      | POR EJEMPLO | YO PUEDO                         | POR EJEMPLO |
| (actitud positiva hacia mí)   |             | (acción hacia mí)                |             |
| (actitud hacia los demás)     |             | (acción hacia los demás)         |             |
| (actitud hacia el entorno)    |             | (acción hacia el entorno)        |             |



### A compartir en familia

Una vez identificados los recursos personales y sociales que resaltas hoy, conversa y reflexiona con tus familiares sobre las experiencias vitales que ayudan a identificar pautas, a anticipar situaciones, a reconocer datos críticos y a diferenciar lo probable y lo posible; escuchando atentamente, de manera respetuosa y empática.



## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

Autonomía



### A usar tu cuaderno

Revisión de tus logros

| Lee los enunciados y marca con $\checkmark$ donde corresponde.   | Verdadero | Falso |
|--|-----------|-------|
| La autonomía y la toma de decisiones son necesarias en la valoración de alternativas en situaciones cotidianas.                |           |       |
| Complementar educativamente las experiencias vitales a través de la socialización permite nuevas oportunidades de aprendizaje. |           |       |
| Lo último a identificar para una toma de decisiones es el conflicto o problema actual.   |           |       |

#### PORTAFOLIO DE EXPERIENCIAS.

Integra los productos de aprendizaje que desarrollaste en la sesión:

- ✓ Cuestionario “Decidir con conocimiento”.
- ✓ Ejercicio “Aprendiendo de la experiencia”.
- ✓ Esquema “Mis recursos personales y sociales”.



## Ficha 5. Habilidades socioemocionales y creatividad

Autonomía



Para aprender más

Busca información sobre estos temas en:

[http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS\\_0.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf)

### Referencias:

Melero, J. (2010). Habilidades para la vida: *Un modelo para educar con sentido*. España. EDEX.

Mantilla, L. (2015). Habilidades para la vida: Guía de entrenamiento. Bilbao. EDEX



Tenemos algunos videos para ti.



Autonomía y mi proceso de aprendizaje:  
<https://www.youtube.com/watch?v=Rh7HqLiOz64>



Tus decisiones determinan tu futuro:  
<https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxbiBL8>