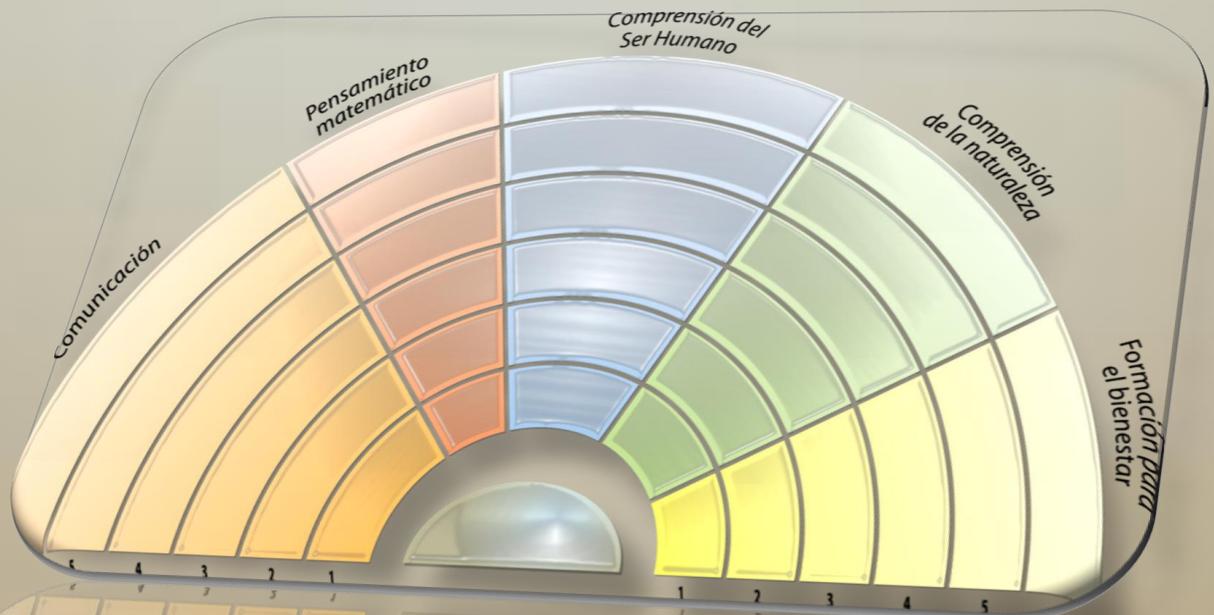




# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

## SISTEMA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

### BACHILLERATO GENERAL POR COMPETENCIAS



PROGRAMA DE LA UNIDAD DE  
APRENDIZAJE DE:

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

-PRIMER CICLO-



**BACHILLERATO GENERAL POR COMPETENCIAS**

**Programa de Unidad de Aprendizaje**

**I.- Identificación del curso**

Nombre de la Unidad de Aprendizaje:	<b>Educación para la salud<sup>1</sup></b>
-------------------------------------	--

Ciclo
Primero

Fecha de elaboración
Agosto 2008

Clave	Horas de teoría	Horas de práctica	Total de horas	Valor de créditos
	0	36	36	3

Tipo de curso	Taller
Conocimientos previos	Ninguno

Área de formación	Básica común obligatoria
-------------------	--------------------------

**II.- Presentación**

En el presente programa se integran los elementos de los acuerdos secretariales números 444 y 447 que conforman el Sistema Nacional del Bachillerato (SNB) con el propósito de establecer la correspondencia entre el Bachillerato General por Competencias y el Marco Curricular Común (MCC).

Esta Unidad de aprendizaje, tiene correspondencia con el campo disciplinar de ciencias experimentales del Marco Curricular Común del Sistema de Bachillerato Nacional; con el Bachillerato General por Competencias de la Universidad de Guadalajara, se encuentra ubicada en el eje curricular de Formación para el Bienestar.

En la actualidad todo lo que las personas piensan, dicen y hacen tiene una influencia considerable en su nivel de bienestar y de salud. Los estilos de vida saludables son la manera en que las personas se comportan ante la exposición de factores nocivos que representan riesgos a su salud, así mismo el comportamiento es un determinante decisivo para la salud física, mental y pública, vinculados al bienestar y a la calidad de vida.

En la adolescencia existe una diversidad de cambios que llevan a estilos de vida saludables o libres, es por ello que en esta unidad de aprendizaje se conocerán, los estilos de vida, la promoción de la salud, la

<sup>1</sup> Programa evaluado por el Consejo para la Evaluación de la Educación Tipo Media Superior A.C. (COPEEMS) mediante Dictamen de fecha 16 de febrero del 2011.

atención de está y la toma de decisiones de hábitos y estilos de vida.

La unidad de aprendizaje está organizada en tres módulos. El primer módulo, es un acercamiento a la salud, donde se revisarán los conceptos básicos sobre salud, bienestar, calidad de vida, promoción y atención de la salud; en el segundo módulo revisarán e identificarán hábitos inadecuados de salud, estrategias de afrontamiento, riesgos en la salud y conductas de autocuidado; y por último en el tercer módulo, se diseñarán estrategias para mejorar la calidad de vida, tanto física, intra - personal e inter - personal.

<p><b>III.- Competencia genérica</b></p>	<p>Formación para el bienestar</p>
<p><b>IV.- Competencias del Bachillerato general por competencias de la Universidad de Guadalajara</b></p> <p><b>Marco Curricular Común del Sistema Nacional Bachillerato.</b></p>	<p>“Esta competencia tiene como propósitos la promoción, el fortalecimiento de estilos de vida sanos, y la consolidación de la identidad y pertenencia a grupos sociales. Ello se logra fomentando valores, hábitos, actitudes, respeto a la naturaleza y toma de decisiones en pro de una vida con calidad.”<sup>2</sup></p> <p>En el contexto del MCC del SNB esta unidad de aprendizaje contribuye al desarrollo de las siguientes competencias genéricas<sup>3</sup>:</p> <p><b>Se autodetermina y cuida de si</b></p> <p><i>3. Elige y practica estilos de vida saludable</i></p> <p>Atributos de la competencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo</li> <li>• Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodea</li> </ul> <p><b>Se expresa y comunica</b></p> <p><i>4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.</i></p> <p>Atributos de la competencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maneja las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información y expresar ideas.</li> </ul> <p><b>Piensa crítica y reflexivamente</b></p> <p><i>5. Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.</i></p>

<sup>2</sup> Sistema de Educación Media Superior. (2008). *Bachillerato General por Competencias del SEMS de la U. de G. Documento base*, págs. 52-53.

<sup>3</sup> Secretaría de Educación Pública. (2009). ACUERDO número 444 por el que se establecen las competencias que constituyen el marco curricular común del Sistema Nacional del Bachillerato. *Diario oficial*. Primera sección, Cap. II, art. 4.

Atributos de la competencia:

- Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva, comprendiendo como cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo
- Ordena información de acuerdo a categorías, jerarquías y relaciones
- Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para procesar e interpretar información.

*6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.*

Atributos de la competencia:

- Elige las fuentes de información más relevantes para un propósito específico y discrimina entre ellas de acuerdo a su relevancia y confiabilidad
- Evalúa argumentos y opiniones e identifica prejuicios y falacias
- Reconoce los propios prejuicios, modifica sus puntos de vista al conocer nuevas evidencias, e integra nuevos conocimientos y perspectivas al acervo con el que cuenta
- Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética

**Aprende de forma autónoma**

*7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.*

Atributos de la competencia:

- Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento
- Identifica las actividades que le resultan de menor y mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos y obstáculos
- Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

**Trabaja en forma colaborativa**

*8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.*

Atributos de la competencia:

- Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos
- Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva
- Asume una actitud constructiva, congruente con los conocimientos y habilidades con los que cuenta dentro de distintos equipos de trabajo.



**V.- Objetivo general**

El alumno será capaz de planear estrategias que le lleven a desarrollar estilos de vida saludable a partir de la identificación y evaluación de los elementos que la integran, para con ello fomentar hábitos, valores y actitudes que prevengan y fortalezcan su salud en pro de una mejor calidad de vida.

**VI.- Competencias específicas**

**Correspondencia con las Competencias  
Disciplinares del Marco Curricular Común<sup>4</sup>**

1. Identifica los diferentes conceptos sobre estilos de vida saludables por medio de estrategias cognitivas para fomentar hábitos, valores y actitudes que prevengan y fortalezcan su salud en pro de una mejor calidad de vida.
2. Compara hábitos y conductas a través de la reflexión personal para propiciar estilos de vida saludables.
3. Valora su potencial generando nuevas estrategias que le permitan descubrir estilos de vida sanos.

**Ciencias experimentales.**

12. Decide sobre el cuidado de su salud a partir del conocimiento de su cuerpo, sus procesos vitales y el entorno al que pertenece.

**VII.- Atributos de la competencia**

*Conocimientos* (saberes teóricos y procedimentales)

Conceptos: salud, estilos de vida saludables y libres, conductas de autocuidado, conductas de riesgo, hábitos adecuados e inadecuados, niveles de atención, promoción de la salud, atención a la salud, nocivo, actitud, tabaquismo, alcoholismo, drogadicción, sustancias adictivas, estrategias de afrontamiento, emociones básicas, decisión, acción, bienestar, calidad de vida.

*Habilidades* (saberes prácticos)

- Análisis.
- Comunicación oral.
- Gestión de la información.
- Organización escrita de la información.
- Trabajo autónomo.
- Trabajo colaborativo.

*Actitudes* (Disposición)

<sup>4</sup> Secretaría de Educación Pública. (2009). ACUERDO número 444 por el que se establecen las competencias que constituyen el marco curricular común del Sistema Nacional del Bachillerato. *Diario oficial*. Primera sección, Cap. III, art. 7.



Al trabajo autónomo.  
Al trabajo colaborativo.  
Disciplina positiva.  
Crítica constructiva  
Atención y respeto a sí mismo y hacia a sus compañeros

*Valores* (Saberes formativos).

Tolerancia.  
Cumplimiento.  
Puntualidad.  
Responsabilidad.  
Honestidad.  
Solidaridad.  
Respeto

### **VIII.- Desglose de módulos**

Módulo 1. “Acercamiento a la salud”

- Tema1. Salud y calidad de vida.
- Tema 2. Promoción y niveles de atención para la salud.
- Tema 3. Estilos de vida.

Módulo 2. “Construyendo mi salud”

- Tema 1. Conductas de autocuidado.
- Tema 2. Hábitos inadecuados de nuestra salud.
- Tema 3. Riesgos en la salud.
- Tema 4. Estrategias de afrontamiento.

Módulo 3. “Construyendo mi salud”

- Tema 1. Descubriendo el potencial para un cambio.
- Tema 2. Mejorando mi calidad de vida.
- Tema 3. Integración de un plan de vida saludable.

### **IX.- Metodología de trabajo**

Esta Unidad de Aprendizaje se implementa como taller, donde se trabajará a partir de dinámicas, ejercicios, exposiciones orales tanto individuales como de equipo y grupales así mismo se llevarán a cabo experiencias vivenciales las cuales proporcionan la oportunidad de escuchar otros puntos de vista, enriqueciendo así las decisiones de una manera más clara y asertiva.

Por otro lado, el profesor podrá utilizar diversos materiales didácticos para enriquecer el trabajo en el aula los cuales pueden ser impresos, audiovisuales, digitales o multimedia. Sus principales funciones son: a) motivar al estudiante para el aprendizaje, b) introducirlo a los temas (organizador previo) c) ordenar y sintetizar la información d) llamar la atención del alumno sobre un concepto e) reforzar los conocimientos; y los diseñará tomando en cuenta las características de sus estudiantes.

Así mismo se requiere que el alumno trabaje de manera autónoma y colaborativa donde se manifiesten



una serie de valores como son respeto, tolerancia, responsabilidad, solidaridad, equidad, honestidad, entre otros.

La forma de evaluación será de manera continua, mediante productos de aprendizaje, los cuales se guardarán en un portafolio de evidencias y serán tomados en cuenta en una rúbrica, la cual evaluará las evidencias de aprendizaje de la construcción de los conocimientos, habilidades, actitudes y valores.

#### X. Procesos académicos internos

El trabajo interdisciplinario, se lleva a cabo a través de las reuniones de las academias y departamentos, a través de la realización de cuando menos tres sesiones: al inicio del ciclo, durante y al final de éste; sus funciones se orientan a la planeación, realización o seguimiento y evaluación de actividades, relativas a:

- Los programas de estudio de las unidades de aprendizaje que le son propias.
- Los criterios de desempeño de las competencias específicas y los niveles de logro.
- Las estrategias pedagógicas, los materiales didácticos y los materiales de apoyo.
- Los momentos, medios e instrumentos para la evaluación del aprendizaje.
- Las acciones para mejorar el aprovechamiento académico, la eficiencia terminal, y la formación integral del estudiante, a través de la tutoría grupal.
- Los requerimientos para la actualización docente.
- La divulgación de los resultados y productos de su trabajo.

#### XI. Perfil académico del docente y su función

Perfil docente BGC <sup>5</sup>	Perfil docente MCC <sup>6</sup>
<p>I. Competencias técnico pedagógicas</p> <p>Se relacionan con su quehacer docente, abarcan varios procesos: planeación didáctica, diseño y evaluación de estrategias y actividades de aprendizaje, gestión de la información, uso de tecnologías de la información y la comunicación, orientados al desarrollo de competencias.</p> <p>Competencias:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planifica procesos de enseñanza y de aprendizaje para desarrollar competencias en los campos disciplinares de este nivel de estudios.</li> <li>• Diseña estrategias de aprendizaje y evaluación,</li> </ul>	<p>Las competencias y sus principales atributos que han de definir el Perfil del Docente del SNB, son las que se establecen a continuación:</p> <p>3. Planifica los procesos de enseñanza y de aprendizaje atendiendo al enfoque por competencias, y los ubica en contextos disciplinares, curriculares y sociales amplios.</p>

<sup>5</sup> Sistema de Educación Media Superior. (2008). *Bachillerato General por Competencias del SEMS de la U. de G. Documento base*, págs. 99-100.

<sup>6</sup> Secretaría de Educación Pública. (2008). ACUERDO número 447 por el que se establecen las competencias docentes para quienes impartan educación. *Diario oficial*, Cap. II págs. 2-4.

<p>orientadas al desarrollo de competencias con enfoque constructivista-cognoscitivista.</p> <p>Desarrolla criterios e indicadores de evaluación para competencias, por campo disciplinar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestiona información para actualizar los recursos informativos de sus UA y, con ello, enriquecer el desarrollo de las actividades, para lograr aprendizajes significativos y actualizados.</li> <li>• Utiliza las TIC para diversificar y fortalecer las estrategias de aprendizaje por competencias.</li> <li>• Desarrolla estrategias de comunicación, para propiciar el trabajo colaborativo en los procesos de aprendizaje.</li> </ul> <p>El docente que trabaja en educación media superior, además de las competencias antes señaladas, debe caracterizarse por su sentido de responsabilidad, ética y respeto hacia los adolescentes. Conoce la etapa de desarrollo del bachiller, y aplica las estrategias idóneas para fortalecer sus aprendizajes e integración.</p> <p>II. Experiencia en un campo disciplinar afín a la unidad de aprendizaje.</p> <p>Educación para la salud.</p> <p>1. Experiencia académica: en el desarrollo de estrategias de aprendizaje y evaluación, para el manejo de contenidos relacionados con las definiciones de salud, tipos de salud, los procesos de salud-enfermedad y niveles de atención para la salud.</p> <p>2. Formación profesional: en ciencias afines a la unidad de aprendizaje, preferentemente en ciencias Médicas, Biología, Psicología, Nutrición, Epidemiología, Enfermería, Químicas.</p>	<p>4. Lleva a la práctica procesos de enseñanza y de aprendizaje de manera efectiva, creativa e innovadora a su contexto institucional.</p> <p>5. Evalúa los procesos de enseñanza y de aprendizaje con un enfoque formativo.</p> <p>2. Domina y estructura los saberes para facilitar experiencias de aprendizaje significativo.</p> <p>6. Construye ambientes para el aprendizaje autónomo y colaborativo.</p> <p>7. Contribuye a la generación de un ambiente que facilite el desarrollo sano e integral de los estudiantes.</p> <p>1. Organiza su formación continua a lo largo de su trayectoria profesional.</p> <p>8. Participa en los proyectos de mejora continua de su escuela y apoya la gestión institucional.</p>
--	--

**Función del docente**

En este modelo, los actores se piensan como sujetos de aprendizaje; se confiere un papel activo a los docentes y a los alumnos, no sólo respecto de su participación en el proceso de enseñanza-aprendizaje, sino también en la elaboración de contenidos, objetivos y estilos de aprendizaje. Por tal motivo, la actividad

docente debe tender hacia una integración transdisciplinar en la que los conceptos, referencias teóricas, procedimientos, estrategias didácticas, materiales y demás aspectos que intervienen en el proceso, se organizan en función de unidades más inclusivas, con estructuras conceptuales y metodológicas compartidas por varias disciplinas.

Su función docente se sintetiza de la siguiente manera: el estudiante es el principal actor; ello implica un cambio de roles, el docente es un facilitador del aprendizaje, sistematiza su práctica y la expone, lo que provoca que los estudiantes asuman un papel más activo y se responsabilicen de su proceso de aprendizaje.<sup>7</sup>

## XII.- Evaluación del aprendizaje

a) Evaluación diagnóstica	Instrumentos
Tiene como propósitos evaluar saberes previos y con la posibilidad acreditar las competencias específicas de la unidad de aprendizaje.	Examen o prueba objetiva, cuestionarios, test, lluvia de ideas, simulaciones, demostración práctica y organizadores gráficos entre otras.
b) Evaluación formativa	Instrumentos
Se realiza durante todo el proceso de aprendizaje y posibilita que el docente diseñe estrategias didácticas pertinentes que apoyen al estudiante en su proceso de evaluación.  Se presenta a través de evidencias que deben cumplir con ciertos criterios, los cuales pueden ser indicados los niveles de logros a través de rúbricas, listas de cotejo, de observación, entre otras.	Portafolio de evidencias Ensayo Organizadores gráficos Periódico mural Sociodrama
Producto de evaluación por módulo	Criterios de evaluación
<b>Módulo I</b> Portafolio de evidencias el cual contiene todos los productos realizados por tema.	Entrega en tiempo y forma de los productos de aprendizaje que se encontrarán en el portafolio de evidencias así mismo se evalúa el trabajo individual, en equipo y grupal considerando los siguientes valores: respeto, puntualidad, honestidad, actitud positiva y colaborativa. Tomar en cuenta las rúbricas que elabore el profesor.
<b>Módulo II</b>	La entrega en tiempo y forma de 4 productos de aprendizaje

<sup>7</sup> Sistema de Educación Media Superior, (2008). *Bachillerato General por Competencias del SEMS de la U. de G. Documento base*, págs. 78-79.



<p>Portafolio de evidencias que incluye los productos.</p> <p><b>Módulo III</b> Ensayo Portafolio de evidencias</p>	<p>(mapa conceptual, periódico mural, SQA y sociodrama) los cuales forman parte del portafolio de evidencias; así mismo se evaluará el trabajo individual, en equipo y grupal considerando los siguientes valores: respeto, puntualidad, honestidad, actitud positiva y colaborativa.</p> <p>En este módulo el criterio de evaluación se realiza por medio de dos rúbricas una específica para el ensayo y otra para el portafolio de evidencias así como el trabajo individual, en equipo y grupal considerando los siguientes valores: respeto, puntualidad, honestidad, actitud positiva y colaborativa</p>								
<p>c) Evaluación sumaria</p>									
<p>Con ella se busca determinar el alcance de la competencia, así como informar al estudiante el nivel del aprendizaje que alcanzó durante el desarrollo de la unidad de aprendizaje y su respectiva acreditación y aprobación.</p> <p>Se entregará al final de cada módulo o de cada tema, un producto de aprendizaje los cuales serán evaluados a través de rúbricas, estos deberán de estar recopilados en el portafolio de evidencias de cada módulo para su evaluación</p> <table data-bbox="228 1014 984 1203"> <tr> <td>Producto de aprendizaje</td> <td>60 %</td> </tr> <tr> <td>Valores y actitudes</td> <td>25 %</td> </tr> <tr> <td>Examen</td> <td>15 %</td> </tr> <tr> <td>Total</td> <td>100 %</td> </tr> </table> <p><b>Ponderación para cada Módulo</b></p> <p>El módulo I % 25 El módulo II % 30 El módulo III % 45</p>		Producto de aprendizaje	60 %	Valores y actitudes	25 %	Examen	15 %	Total	100 %
Producto de aprendizaje	60 %								
Valores y actitudes	25 %								
Examen	15 %								
Total	100 %								

### XIII.- Acreditación

Las requeridas por la normatividad “Reglamento general de evaluación y promoción de alumnos de la Universidad de Guadalajara”:

**Artículo 5.** “El resultado final de las evaluaciones será expresado conforme a la escala de calificaciones centesimal de 0 a 100, en números enteros, considerando como mínima aprobatoria la calificación de 60.”  
**Como es una unidad de aprendizaje donde el valor no es numérico sino cualitativo: Acreditado (A) o no acreditado (NA), la propuesta es que se tome como referencia lo que menciona el artículo como mínimo para acreditar, ya en academia podrán hacer los cambios o propuestas para convertir de un valor numérico a uno de tipo cualitativo.”**



**XIV.- Bibliografía**

**A) Básica para el alumno**

Jáuregui Gómez, G.I. y Zurita Sumohano, M. de los A. (2009). *Educación para la Salud*. México: Mac Graw Hill.

Oblitas, L.A. (2006). *Psicología de la salud y calidad de vida*. 2ª Ed. México: Thomson

Sánchez Mora, Ma. Del C. (2009). *Educación para la salud, cuidado personal y bienestar social*. México: Santillana.

**B) Complementaria**

Castro, M.A. y Millé, C. (1998). *Construye tu vida sin adicciones, modelo de prevención*. México: SSA y Consejo Nacional contra las adicciones

Frankl V. (2001). *Psicoterapia y Existencialismo. Reimpresión*. España: Herder

García-Vinegras, V. & González, C. (2000). "La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales". *Rev Cubana Med Gen Integr*. 16 (6): 586-592

Higashida Airoso, B.Y. (2008). *Ciencias de la Salud I*. México: McGraw Hill

Rogers C., (2003). *El proceso de convertirse en persona*. México: Paidós

**C) Biblioteca digital <http://wdg.biblio.udg.mx/>**

Jané Camacho, E. y Vázquez Navarrete, M. L. (2003). *Modelos de atención a la salud*. Universidad de Barcelona Virtual. Consultado el 03 de septiembre de 2010 en la base de datos de OCENET

Sarría, A. et al (2003). *Anorexia nerviosa*. Nutrición en pediatría. Ediciones Ergon, S.A. Consultado el 06 de Septiembre de 2010 en la base de datos de OCENET

S/A. (2003). *Condicionantes contextuales del comportamiento alimentario*. Universidad de Barcelona Virtual. Consultado el 06 de septiembre de 2010 en la base de datos de OCENET

**Referencias**

Secretaría de Educación Pública. (23 de Junio de 2009). ACUERDO número 444 por el que se establecen las competencias que constituyen el marco curricular común del. Diario oficial, pág. Primera sección.

Secretaría de Educación Pública. (29 de Octubre de 2008). ACUERDO número 447 por el que se establecen las competencias docentes para quienes impartan educación. Diario oficial, págs. Tercera sección 1-6.

Sistema de Educación Media Superior. (2008). Bachillerato General por Competencias del SEMS de la U. de G. Documento base. Guadalajara, Jalisco, México: s/e.

**Elaborado por:**

Nombre	Escuela
--------	---------



Graciela Isabel Jáuregui Gómez	Escuela Preparatoria No. 10
María del Rocío Rodríguez Benítez	Escuela Preparatoria Regional de Sayula
Luis Cesar Torres Nabel	Dirección de Educación Continua Abierta y a Distancia/ SEMS
Maurilia de los Ángeles Zurita Sumohano	Dirección de Educación Propedéutica / SEMS

**Ajuste al MCC por:**

**Fecha: noviembre de 2010.**

Nombre	Escuela
Maurilia de los Angeles Zurita Sumohano	Dirección de Educación Propedéutica

**Revisado por**

Dirección de Educación Propedéutica

