

SEP

SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



SUBSECRETARÍA DE
EDUCACIÓN MEDIA
SUPERIOR

DIRECCIÓN GENERAL
DEL BACHILLERATO

PROGRAMA DE TUTORÍA Y ORIENTACIÓN PARA EL TELEBACHILLERATO COMUNITARIO



TELEBACHILLERATO
COMUNITARIO

Dirección de Coordinación
Académica

Noviembre, 2018



Contenido

Presentación.....	3
Contexto.....	4
Tutoría y Orientación	6
Participantes en la tutoría y orientación.....	7
Objetivos generales de la tutoría y de la orientación.....	8
Acompañamiento docente para la tutoría y la orientación.....	9
Operación de la tutoría y la orientación en el TBC.....	10
Perfil docente para tutoría y orientación.....	12
Cómo implementar acciones de tutoría y orientación.....	13
Etapas de la tutoría y la orientación	15
Herramientas para llevar a cabo el acompañamiento.....	16
Consideraciones	20
Referencias para fortalecer la tutoría y la orientación.....	21
Fuentes consultadas	22
Bibliografía.....	23
Anexos.....	24



***Todo alumno es maestro y todo maestro es alumno.
Antonio Gramsci.***

Presentación

De acuerdo al Plan Nacional de Desarrollo 2013-2018, en lo que corresponde al **Capital humano para un México con Educación de Calidad**, se establece que el *Sistema Educativo Mexicano debe fortalecerse para estar a la altura de las necesidades que un mundo globalizado demanda. Los resultados de las pruebas estandarizadas de logro académico muestran avances que, sin embargo, no son suficientes. La falta de educación es una barrera para el desarrollo productivo del país ya que limita la capacidad de la población para comunicarse de una manera eficiente, trabajar en equipo, resolver problemas, usar efectivamente las tecnologías de la información para adoptar procesos y tecnologías superiores, así como para comprender el entorno en el que vivimos y poder innovar. Se reconoce en la práctica de la tutoría una forma efectiva y eficaz para mejorar el desempeño de los estudiantes.*

Por otro lado, el *Modelo Educativo para la Educación Obligatoria*, en adelante Modelo para la Educación Obligatoria, tiene como una de sus principales aportaciones el énfasis en el desarrollo de *Habilidades Sociemocionales (HSE)* como parte fundamental del currículo, lo que implica el reconocimiento del papel central de la capacidad de las y los estudiantes para relacionarse y desarrollarse como seres sanos, creativos y productivos. Ser felices, tener determinación, ser perseverantes y resilientes, es decir, que puedan lidiar y adaptarse a nuevas situaciones, y ser creativos¹.

La Dirección General de Bachillerato (DGB), a través de la Dirección de Coordinación Académica y con base en los *Lineamientos de Acción Tutorial y de Orientación Educativa*, elaboró el presente **Programa de Tutoría y Orientación en el Telebachillerato Comunitario (TBC)** con la finalidad de proporcionar elementos al cuerpo docente, quienes, junto con su experiencia profesional, fortalezcan una parte sustancial en la formación del estudiantado.

El presente documento tiene la intención de acercar a las y los docentes los conceptos y herramientas metodológicas básicas para ayudarlos a implementar un programa de

¹ Reimers, Fernando, *Teaching and Learning for the Twenty First Century*, Cambridge, Harvard Education Press, 2016, p. 11. En *Modelo Educativo para la Educación Obligatoria*, SEP, 2016. P. 63.



acciones de tutoría y de orientación que responda a las características y a las necesidades del estudiantado en los Telebachilleratos Comunitarios.

Queda claro que lo que se presenta en este documento no es exhaustivo. Por el contrario, es sólo un inicio para sentar algunas bases que permitan al personal docente dirigir sus conocimientos y creatividad para el logro del mejor desarrollo cognitivo y emocional de las y los estudiantes.

Contexto

En México, una fracción importante de la población que hoy no tiene acceso a la Educación Media Superior (EMS) se ubica en localidades pequeñas, debido a su tamaño, no es factible establecer un plantel convencional en cada una de ellas. Por esta situación, en apego al mandato constitucional, por razones de equidad y de justicia social en agosto de 2013 se implementa un nuevo servicio educativo denominado *Telebachillerato Comunitario (TBC)*.

De acuerdo con el *Documento Base de Telebachillerato Comunitario*, esta opción educativa tiene como objetivos:

1. Ampliar la cobertura de Educación Media Superior (EMS) a la población que por diversas razones no pueden acceder a un plantel convencional.
2. Contribuir a elevar el nivel educativo de la población, junto con los demás servicios existentes para atender en primera instancia a las y los jóvenes en edad típica de cursar el bachillerato.

La población que atiende, primordialmente, este servicio educativo es aquella que se encuentra en la edad típica, de 15 a 17 años; sin embargo, el rango de edad puede ampliarse, dependiendo de las necesidades de cada población y las posibilidades de atención del TBC.

Es un servicio educativo reciente por lo que ha experimentado modificaciones a su operación, que es distinta a la convencional, fortaleciendo su práctica educativa de conformidad con las necesidades de cada entidad y comunidad.



Como en cualquier plantel de EMS, en el TBC es fundamental incorporar estrategias para elevar la calidad, contribuir a la permanencia de las y los estudiantes hasta la culminación de sus estudios, ayudarlos a construir bases sólidas frente a los agentes externos que representan riesgos y ofrecer una mejor atención a la comunidad escolar para su desarrollo académico y personal, de acuerdo a las condiciones de operación que se tienen.

Para ello, es necesario el desarrollo de actividades de acompañamiento académico, social, socioemocional y vocacional que se concreten en acciones de tutoría y orientación, realizadas por las y los docentes a lo largo del proceso de enseñanza y aprendizaje; en este sentido, la plantilla docente del TBC tiene un papel fundamental.

La deserción escolar² representa un problema serio en la EMS que afecta no sólo al individuo sino a la sociedad. Una persona que no se prepara tiene menos posibilidades de acceder a estudios de nivel superior u obtener un trabajo bien remunerado y resulta de aporte limitado para sí mismo (a) y su familia. De acuerdo con diversos estudios nacionales e internacionales, la adolescencia es la etapa en la que un alto porcentaje de jóvenes abandonan sus estudios³.

Algunas de las causas más comunes del abandono escolar son: inasistencia a las clases, problemas de disciplina, consumo prematuro de tabaco, alcohol y drogas, materias no aprobadas y problemas económicos, entre otros⁴.

De igual forma, la imperiosa necesidad de emplear el tiempo de estudio para trabajar y apoyar con el gasto familiar, así como el acoso escolar, generan factores que inhiben las ganas o el entusiasmo por continuar con la educación. En el caso del TBC, la tasa de abandono en el ciclo escolar 2016 – 2017 fue del 20%⁵, mientras que el indicador nacional se encuentra en 14%⁶.

² Es el porcentaje de alumnos que abandonan las actividades escolares durante el ciclo escolar y al finalizar este con respecto al total de alumnos inscritos al inicio del ciclo. Fuente: Indicadores de desempeño y gestión. EMS. Sistema de Evaluación y Mejora V.2.0.

³ Secretaría de Educación Pública. Subsecretaría de Educación Media Superior. (2012) Reporte de la Encuesta Nacional sobre la Deserción en la EMS.

⁴ Secretaría de Educación Pública, Instituto Nacional de Salud Pública. (2015) Análisis del Movimiento en Contra del Abandono Escolar en la Educación Media Superior.

⁵ Fuente: Dirección General del Bachillerato. Cédula de seguimiento 2016 – 2017.

⁶ Fuente: Estadística del Sistema Educativo México, Ciclo Escolar 2016-2017.

Aunque la eficiencia terminal⁷, no parece ser un problema grave en el TBC⁸, sí lo es el bajo desempeño que muestran las y los estudiantes en las evaluaciones estandarizadas como PLANEA⁹, por ello es apremiante realizar acciones que mejoren los resultados académicos y prevengan el abandono escolar. Las tutorías, junto con la orientación educativa, contribuirán a aportar elementos para un mejor desarrollo de las y los estudiantes dentro de esta opción educativa, sin que ello represente una carga extra de trabajo para las y los docentes, pues el objetivo es sistematizar y reencaminar lo que ya realizan como parte de las acciones cotidianas.

Tutoría y Orientación

La Dirección General del Bachillerato, define la acción tutorial como la aplicación de estrategias en el proceso de formación integral que los tutores desarrollan con el alumnado, estimulando el desarrollo de sus capacidades y enriqueciendo su [experiencia] educativa, al permitirle detectar y aprovechar sus potencialidades y capacidades críticas e innovadoras y mejorando su desempeño escolar¹⁰.

Por su parte, la orientación educativa, se puede entender como un proceso cíclico de acción y reflexión que implica una continua definición de acciones y estrategias que respondan a las expectativas y motivaciones del individuo en las diferentes etapas de su desarrollo¹¹. Desde la perspectiva de la Subsecretaría de Educación Media Superior, se concibe como un proceso de apoyo a la formación integral de los estudiantes, como personas comprometidas consigo mismas y con la sociedad, con mente crítica y habilidades para conseguir la auto-orientación y trabajar para adquirir y difundir los valores humanos¹².

⁷ Porcentaje de alumnos de una cohorte dada que terminan el nivel educativo de forma regular dentro del tiempo ideal establecido. Fuente: Indicadores de desempeño y gestión. EMS. Sistema de Evaluación y Mejora V.2.0.

⁸ Fuente: Estadística del Sistema Educativo México, Ciclo Escolar 2016-2017, se reporta en 69%

⁹ El TBC, reporta el nivel más bajo de desempeño en la EMS.

¹⁰ Secretaría de Educación Pública. Dirección General del Bachillerato. Lineamientos de acción tutorial. Pág.16.

¹¹ Molina, D.L. (2004) Concepto de Orientación Educativa: Diversidad y Aproximación. (Revista Iberoamericana de Educación. <https://rieoei.org/RIE/article/view/2924>

¹² Universidad de Guadalajara (2010), Manual Base para la Orientación Educativa del Sistema de Educación Media. En DGB (201) Lineamientos de Orientación Educativa. Pág. 5.

Ambas perspectivas sitúan a la actividad de la orientación en la escuela a diferentes ámbitos del desarrollo de la persona: el ámbito de mejora académica, el ámbito personal-social, ámbito vocacional y de toma de decisiones.

Desde la perspectiva del Modelo para la Educación Obligatoria, la tutoría, la orientación educativa y vocacional, junto con otros apoyos académicos, además de la atención a las habilidades sociemocionales, constituyen recursos para hacer las experiencias educativas más relevantes, integrales y satisfactorias para los estudiantes, que contribuyan a combatir el rezago y la deserción escolar¹³.

De acuerdo a lo ya dicho, las actividades de tutoría y las de orientación buscan ayudar al estudiantado a una conformación integral como personas autorealizadas, a mejorar el desempeño académico y evitar la deserción.

En el contexto de los TBC, hay que señalar que no existe personal específico para llevar a cabo las actividades relacionadas con la orientación o la tutoría, por lo que éstas estarán integradas a la práctica educativa a cargo del personal docente. En ese sentido, no habremos de establecer en este documento, necesariamente, una distinción entre las acciones de tutoría y orientación ya que, en suma, constituyen acciones de acompañamiento al estudiantado.

Se entenderá entonces, a la tutoría y a la orientación como una expresión de encarar la tarea educativa, que *privilegia la atención personalizada para cuidar el óptimo desarrollo de las potencialidades humanas* y lograr que los individuos alcancen la autorrealización en todas las esferas de su personalidad¹⁴

Participantes en la tutoría y orientación

Los agentes en las acciones de la tutoría y la orientación son: estudiantes, docentes, madres y padres de familia, y autoridades educativas locales.

Las y los estudiantes son los protagonistas del proceso, se conciben como personas capaces de autodirigir y construir su aprendizaje, asumiendo la responsabilidad de comprometerse con el desarrollo de su propio proyecto o plan de vida y son

¹³ SEP. (2017). Modelo Educativo para la Educación Obligatoria. Pág. 165.

¹⁴ González C. (2008). Herramientas básicas para el acompañamiento tutorial. Revista Mexicana de Orientación educativa. Vól. VI, núm. 14. México Pág. 14.



acompañados por las y los docentes como facilitadores del proceso para alcanzar su autodirección.

En las acciones de la tutoría y orientación se establece una relación dialógica entre docentes y estudiantes, en donde ambos se encuentran en un proceso de conocimiento para la resolución de diversas situaciones que afectan al estudiantado, ya sea el manejo de un conflicto o la toma de decisiones. A partir de estas experiencias, el cuerpo docente va desarrollando estrategias que le permitan atender de manera constructiva la diversidad de casos que se presenten.

Otro elemento de suma importancia es la participación de padres y madres de familia o tutores en la supervisión y acompañamiento en el desarrollo de las y los estudiantes con lo que se fortalece la triada: docente-estudiante-familia, obteniendo un equilibrio entre la parte académica y socio-emocional.

Por su parte la autoridad educativa estatal, tiene la responsabilidad de ofrecer capacitación y acompañamiento al personal docente para que esté en posibilidades de emprender un programa de tutoría y orientación de forma exitosa.

Objetivos generales de la tutoría y de la orientación.

Aun y cuando se reconoce que los TBC tienen limitaciones para la implementación de acciones de tutoría y orientación, en tanto centros educativos, están obligados a resolver las funciones tutoriales y de orientación, por lo menos en los siguientes objetivos:

1. Integrar a las y los alumnos a un nuevo entorno escolar, ya sea que inicien sus estudios de EMS o que procedan de una nueva institución.
2. Facilitar el desarrollo personal del estudiantado en el marco de sus necesidades y posibilidades como individuos, teniendo en cuenta las circunstancias que los rodean.
3. Dar seguimiento y apoyo a las y los alumnos en relación con sus procesos de aprendizaje y respecto a la realización de su trabajo académico.
4. Propiciar un clima escolar favorable al aprendizaje, que estimule y motive a las y los estudiantes, y crear espacios ubicados más allá del salón de clases destinados a apoyar el desarrollo de las y los jóvenes.

- Ofrecer orientación vocacional al estudiantado para que elijan con más elementos de información entre las opciones profesionales o académicas que se les presenten.

Acompañamiento docente para la tutoría y la orientación.

Los tres docentes que intervienen en la operación de cada Telebachillerato Comunitario ofrecen el apoyo de tutoría y orientación entre el estudiantado en un sentido amplio.

De manera alterna al dominio del área disciplinar, las y los docentes, con apoyo de una capacitación constante, desarrollarán las habilidades necesarias para que las acciones de tutoría y orientación se convierta en un espacio de reflexión y análisis en donde los tutorados puedan acercarse a la construcción de su autonomía y al conocimiento de sí mismos.

En la práctica educativa cotidiana docentes y estudiantes participan de una interacción y compromiso recíproco. El docente y quien aprende se encuentran motivándose y comunicándose de manera constante; no son individuos aislados sino personas con emociones y situaciones personales vinculadas fuertemente a través de la convivencia e intercambio del proceso de enseñanza-aprendizaje (Huerta, 2015).

En este sentido la figura docente toma diversas facetas que se identifican con la del formador o “Didacta” y la del guía



Lázaro, 1994

Operación de la tutoría y la orientación en el TBC

El personal docente que conforma el Telebachillerato Comunitario se encargará de tuturar a los tres grupos que conforman cada semestre, de tal manera que cada profesor (a) se haga cargo de uno de los grupos. Los gráficos que se muestran a continuación son solo ilustrativos; la asignación de semestre y área disciplinar puede variar según las determinaciones de la coordinación estatal.

Ejemplo semestre con grupos nones:

Docente	Docente	Docente
Ciencias sociales y Humanidades	Matemáticas y Ciencias experimentales	Comunicación
1er. semestre	3er. semestre	5to. semestre

Ejemplo semestre con grupos pares:

Docente	Docente	Docente
Ciencias sociales y Humanidades	Matemáticas y Ciencias experimentales	Comunicación
2do. semestre	4to. semestre	6to. semestre

Los docentes de cada TBC ofrecerán la tutoría y orientación con el grupo que les corresponda, en atención al desarrollo de habilidades académicas, cognitivas, socioemocionales y ciudadanas. En el caso de que la problemática académica que se presente no sea de su área disciplinar, participarán de manera colegiada en la planeación de estrategias para apoyar a las y los estudiantes.

Adicional a las actividades de tutoría y orientación integradas en el trabajo cotidiano de cada una de las áreas disciplinares, se prevé que dentro del horario escolar cada docente cuente con una hora a la semana expofeso para abordar temas específicos.

De acuerdo a la edad y a sus características personales, las y los alumnos requieren atención a temas diferenciados. De esta forma, en la etapa de ingreso al bachillerato serán muy importantes las actividades de integración al nuevo nivel educativo, el autoconocimiento y la autorregulación, así como la elaboración de un diagnóstico para identificar las debilidades y potenciar las fortalezas.

En los semestres intermedios, con un mejor conocimiento de sus habilidades y potencialidades, la atención de la tutoría se focalizará en el acompañamiento de las y los estudiantes para la construcción de su plan de vida, además de impulsar la colaboración y la conciencia social.

Los dos últimos semestres, quinto y sexto, se encaminarán a la orientación vocacional de las y los estudiantes con la finalidad de acompañarlos académicamente para su ingreso a escuelas de educación superior o bien tener los elementos necesarios para incorporarse al mercado laboral, ya sea en proyectos emprendedores, de desarrollo comunitario o en otras instancias laborales. En esta etapa será muy importante fortalecer las habilidades para la toma de decisiones de manera responsable y la perseverancia, así como su actuar como ciudadanos y miembros activos de su comunidad y país.

Los temas de tutoría y orientación de acuerdo que han de considerarse de acuerdo al avance en el bachillerato se muestran en el gráfico. Es muy importante que las y los docentes tengan un registro de tutorías y orientación de acuerdo al tipo de atención proporcionada, sea individual, grupal o entre pares. Este registro debe contener los elementos mínimos que permitan dar cuenta de las acciones realizadas.



Perfil docente para tutoría y orientación

Para poder llevar a cabo las tareas de orientador y tutor las y los docentes deberán poseer o desarrollar las siguientes cualidades¹⁵:

Condiciones esenciales	Características personales	Características profesionales	
		Habilidades	Actitudes
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Tener conocimiento básico de: <ul style="list-style-type: none"> ○ La institución, sus normas y organización. ○ Plan de estudios. ○ Modelo educativo. ○ Dificultades académicas más comunes. ○ Recursos para mejorar el desempeño escolar. ➤ El contexto educativo. ➤ Contar con un sólido nivel académico. ➤ Ser un referente ético y profesional para los estudiantes. ➤ Desempeñarse como una persona transmisora de valores y promotora de cambios. ➤ Estar en formación continua. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ejercer la vocación de ser un docente-tutor. ➤ Tener salud mental y equilibrio emocional. ➤ Destacar por el grado de responsabilidad y compromiso. ➤ Actuar con empatía, confiabilidad y prudencia. ➤ Conocer estrategias y técnicas grupales. ➤ Mostar aceptación y respeto por las demás personas. ➤ Ayudar con generosidad a los estudiantes en mejorar sus experiencias académicas. ➤ Tener sensibilidad para establecer un nivel de contacto adecuado con los estudiantes. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Aptitud para las relaciones interpersonales. ➤ Capacidad para desempeñarse con disciplina. ➤ Comunicarse de manera asertiva. ➤ Capacidad de escucha activa. ➤ Empatía, solidaridad, generosidad. ➤ Capacidad de trabajo en equipo. ➤ Facilidad para interactuar con el alumnado. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Actitud de servicio. ➤ Interés solidario con los estudiantes. ➤ Respeto y compromiso con el desarrollo académico. ➤ Actitud de liderazgo. ➤ Objetividad, ética y gran profesionalismo.

¹⁵ Sosa Ameneyro, Maritza (2015). Guía para la práctica docente del Telebachillerato Comunitario. Tercer Semestre. Secretaría de Educación Pública. México.

Cómo implementar acciones de tutoría y orientación

Una función importante del docente-en el trabajo con los estudiantes, además de ser un facilitador del conocimiento, será brindar un acompañamiento integral.

Esta tarea de acompañamiento o tutoría es una labor que se realiza de manera natural, pues la convivencia en el centro de TBC permite establecer lazos de confianza y espacios de orientación no sólo para atender cuestiones académicas, sino aquellas inquietudes propias de la edad o alguna situación o problema que atraviesa el estudiante que buscará compartir para sentirse escuchado y orientado.

La sensibilidad y comprensión de las etapas por las que pasan las y los estudiantes es fundamental para orientarlos y guiarlos frente a las experiencias y decisiones que tendrán que enfrentar. Por otro lado, la tutoría incide en problemáticas que enfrenta la educación media, como son la reprobación, la deserción, el rezago, y la baja eficiencia terminal, entre otras.

Las actividades de tutoría y orientación, son posibles a partir de una relación estructurada y de confianza que permite a las personas jóvenes reunirse en torno a las y los docentes que tienen el interés y deseo de ofrecerles orientación, apoyo y ánimo, con el fin de desarrollar competencias en el carácter del aprendiz, con base en el establecimiento de objetivos previamente definidos.

El grupo de docentes puede realizar la tutoría en tres ámbitos, para los que se pueden ejercer diversas actividades de la siguiente forma:

Individual

Son las situaciones particulares que requieren acompañamiento y/o intervención por parte de los tutores docentes para apoyar a las o los estudiantes que hayan sido detectados con alguna situación particular de atención, como, por ejemplo, preparar un examen, resolver dudas sobre alguna materia, apoyo con estrategias de aprendizaje, apoyo en situaciones personales, entre otras.

Para este tipo de tutorías se requiere hacer del conocimiento de madre y/o padre de familia o persona responsable del cuidado del alumno (a) de las acciones que se realizarán para atender la situación detectada, incluirlos en la intervención que se llevará a cabo y con ello evitar una posible deserción escolar.

De igual forma se orientará y canalizará al alumno o alumna con la autoridad correspondiente para salvaguardar su seguridad y dignidad para recibir la atención adecuada y oportuna en caso que la situación lo requiera.

Grupal

Puede ser proporcionada por el tutor y/o algún experto en las temáticas a abordar. Estas pueden ser de carácter académico o bien de temas de desarrollo personal como orientación vocacional, bolsas de trabajo, opciones productivas, acoso escolar, equidad de género, educación sexual, prevención de la discriminación, entre otros.

Cuando se requiera el apoyo de alguna entidad externa para el abordaje, la profundización de alguna temática o la realización de actividades de apoyo, es importante dar prioridad a las instituciones de gobierno federal, estatal o municipal, así como universidades e institutos tecnológicos, entre otros. En caso de recurrir a organizaciones de la sociedad civil, nacionales e internacionales, es importante vigilar que estas no pertenezcan a un partido político o asociación religiosa.

Asimismo, se buscará la posibilidad que las actividades sean proporcionadas de manera gratuita o bien con bajos costos de recuperación, mismos que deben ser presentados de manera transparente y previamente a la comunidad estudiantil para contar con su aprobación y, de existir acuerdo, sean cubiertos de manera oportuna.

Las gestiones para la realización de dichos eventos estarán a cargo del Responsable del Centro o bien del Coordinador (a) Estatal de Telebachilleratos Comunitarios y buscarán abrir los espacios para la intervención en otros TBC creando una red de apoyo entre diversas instituciones municipales, estatales, nacionales e internacionales.

Entre pares

Se recomienda cuando ya las y los estudiantes tuvieron una sensibilización respecto a la importancia de mantener el respeto y solidaridad hacia sus compañeros, trabajar en comunidad y apoyarse mutuamente en la resolución de problemáticas académicas de otros compañeros. La tutoría entre pares debe encontrarse bajo la supervisión del tutor correspondiente quien deberá realizar el respectivo seguimiento. De igual forma, estas se deben de realizar al interior de las instalaciones y los horarios del TBC.

La tutoría entre pares será exclusivamente de temas académicos apoyándose en los estudiantes más aventajados o sobresalientes en el manejo de los temas a fin que, a través de una comunicación horizontal y de mayor cercanía se pueda avanzar en las dificultades presentadas por aquellos con deficiencias académicas.



Etapas de la tutoría y la orientación

Para realizar el programa de tutoría y orientación en cada centro educativo, deben considerarse los siguientes momentos:

Diagnóstico

El primer diagnóstico del estudiantado del Telebachillerato Comunitario lo realizan los docentes con la aplicación de la Evaluación Diagnóstica y el Curso Propedéutico para alumnos de nuevo ingreso a la EMS, que proporciona información sobre los conocimientos y habilidades que presentan en relación a la comprensión lectora y matemática. Además, es conveniente conocer los rasgos de personalidad que caracterizan a las y los estudiantes, las preferencias y estilos de aprendizaje, así como su contexto social. Con la información obtenida se ha de diseñar, de manera colegiada entre los tres docentes, las estrategias para fortalecer las áreas a desarrollar.

Planeación

En esta etapa hay que establecer un plan de acción que contemple las diversas estrategias de intervención y acompañamiento, mismo que permitirá plasmar las actividades a realizar, fechas, responsables, instituciones, trámites, canalizaciones o cualquier otra que se considere necesario.

En este momento es muy importante incorporar la participación de madres y padres de familia o responsable del estudiante a fin de obtener el apoyo correspondiente para fortalecer las estrategias que se establecen al interior del plantel, pero ahora fuera de éste.

Seguimiento

Observar el avance de las acciones que se hayan realizado para atender las problemáticas detectadas dentro del TBC teniendo el respectivo soporte documental o evidencias, mismas que deben tenerse a buen resguardo por parte de los docentes.

Evaluación

Verificar que las acciones resultantes de la planeación y del seguimiento hayan comenzado a dar resultados, sean positivos o negativos, mismos que serán de gran importancia para el proceso de enseñanza-aprendizaje de docentes, estudiantes y padres de familia.



La evaluación aportará conocimientos para ser aplicados de manera inmediata con los estudiantes tutorados, así como para generar experiencias para futuros eventos similares. De igual forma proporciona datos que pueden ser considerados para realizar informes de calidad y/o detección de problemáticas.

Herramientas para llevar a cabo el acompañamiento

A continuación, presentamos algunas de las habilidades, destrezas y competencias que se utilizan para realizar la labor como tutor/orientador.

Escucha activa

Esta acción es considerada como la base o cimientos del acompañamiento, ya que permite establecer una relación personal a partir de cualquiera de los ámbitos de tutoría/orientación propuestos antes. Contribuye a la construcción de un ambiente positivo y de aceptación que propicia lograr una comunicación abierta y sincera. A través de la escucha activa, se pueden determinar los intereses y necesidades de las y los alumnos, no a manera de interrogatorio, sino a través de ir “desenmarañando” todo aquello que cada estudiante aporta en las conversaciones cotidianas.

En los casos en que se cuente con los medios, también se puede echar mano de las redes sociales para reforzar la escucha activa; si bien la escucha no es en forma directa, es posible recibir y responder a las preguntas, sugerencias y consultas que hagan las y los alumnos. Con este tipo de comunicación se puede lograr empatía con los “medios” que usan los jóvenes para comunicarse, además que sentirán cercana la atención que se les proporcione.

La escucha activa es también de primera importancia para lograr la construcción de procesos de comunidad que promueva los aprendizajes colectivos y útiles para el grupo.

Construcción gradual de la confianza

Se establece a través de la convivencia cotidiana y se fortalece con el tiempo y las acciones que como tutor/orientador se realizan para demostrar a cada estudiante que existe un genuino interés en él y que sus metas y anhelos son posibles. Es por ello que las acciones de tutoría y orientación deben ser permanentes y constantes a lo largo de semestre.

Definición de metas y construcción de destrezas

Las metas que se tienen en el acompañamiento de tutoría y orientación de manera a las necesidades y anhelos que se hayan fijado las y los estudiantes. Por ello, se debe definir, corresponsablemente con cada uno de ellos, una estrategia que favorezca el desarrollo de su potencial y que parta de su conocimiento y necesidad para establecer los objetivos y líneas de acción.

Una vez que han sido establecidos los objetivos, es importante que de manera conjunta definan el compromiso para caminar hacia el mismo rumbo. Es decir, docente y estudiante establecen qué destrezas o actitudes son necesarias potencializar o transformar para alcanzar la meta y cuáles son las condiciones para lograrlo.

Aliento e inspiración

Alentar a las y los alumnos es sin duda una de las habilidades que más aprecian, pues fortalece su autoestima y les brinda la seguridad de que podrá lograr las metas planteadas. Existen muchas formas de brindar este apoyo y motivar a la persona, ya sea con palabras, con ejemplos o con el compartir experiencias similares que hayas vivido haciendo énfasis en cómo lograste salir adelante.

Elaboración de un plan de vida

La elaboración del plan de vida y formación profesional, puede ser la herramienta clave para involucrar al alumno en la dirección y control de su trayectoria escolar y realizar su seguimiento

Recomendaciones para operar la tutoría y la orientación.

Para permitir el acercamiento de las y los docentes con la comunidad estudiantil y fortalecer los canales de comunicación, el espacio de tutoría y orientación puede promover la realización de actividades culturales, deportivas y recreativas. Asimismo, es un buen lugar para relacionar los conocimientos disciplinares aprendidos con su entorno inmediato con el desarrollo de proyectos formativos, productivos o de desarrollo comunitario.

Una de las actividades culturales que puede promover el espacio de tutoría y orientación es establecer un círculo de lectura dentro de los Telebachilleratos Comunitarios, que permita a las y los jóvenes acercarse a conocer diversos autores.



Esto fortalece su gusto por la lectura, sobre todo si se utilizan libros de temas que les sean interesantes. Con dicha actividad, también podrán identificar las partes de un texto, personajes principales, tipo de escrito, contextos y hechos históricos, entre otros.

Las actividades deportivas donde participen las y/o los docentes permitirán el compañerismo y fortalecerán el ámbito académico. Actividades como futbol soccer, carreras atléticas, voleibol o béisbol se practican ya en algunos Telebachilleratos Comunitarios permitiendo a docentes y estudiantes crear un espacio de comunicación.

Entre las actividades recreativas puede mencionarse el juego de ajedrez, que es de fácil de conseguir y transportar, estimula el pensamiento analítico de las y los estudiantes y no requiere de un espacio amplio para desarrollarse.

La realización de los proyectos formativos y de desarrollo comunitario permiten a las y los jóvenes estudiantes poner en práctica los conocimientos disciplinares aprendidos para solución a problemáticas cotidianas de la comunidad o bien en proyectos productivos a través de la interacción con sus compañeros, docentes y miembros de la comunidad. Esta dinámica de trabajo es una excelente oportunidad para implementar acciones tutoriales que, en el día a día, permitan observar y detectar conductas contrarias a las deseables en la interacción grupal, así como promover actividades correctivas.

En el caso de la orientación vocacional, las y los Coordinadores Estatales del Telebachillerato Comunitario establecerán contacto con las Universidades, Tecnológicos u otras instituciones educativas en el estado, a fin de contar con el apoyo de éstas para que proporcionen información de modalidades, carreras, planes de estudio, programas, becas y otra información que sea de utilidad para las y los estudiantes en el proceso de elección.

Actividades para reconocer necesidades y problemas en el aprendizaje.

Identificar necesidades y problemas en el aprendizaje puede ser una actividad compleja para la que probablemente requerirán, para las y los docentes-tutores de los TBC, requerirán el apoyo de expertos en el área psicológica para la aplicación de



evaluaciones específicas a fin de valorar las dificultades de aprendizaje y de atención de las y los estudiantes.

Estos son algunos sitios en donde podrán encontrar más información sobre actividades para reconocer necesidades de aprendizaje:

- Understood. Dificultades de aprendizaje y atención.
<https://www.understood.org/es-mx/learning-attention-issues>
- Herramientas Básicas para el Acompañamiento Tutorial. Revista Mexicana de Orientación Educativa.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272008000300003

Una vez realizada la detección de la población con problemas y necesidades de aprendizaje, las y los docentes-tutores deben ofrecer respuestas educativas a su alcance de forma oportuna y pertinente para continuar con el proceso de aprendizaje.

Otro aspecto que puede mejorar la capacidad de aprender suele ser el nivel de desarrollo en las habilidades socioemocionales (HSE). Las HSE son herramientas que permiten a las personas entender y regular sus emociones, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y desarrollar relaciones positivas, tomar decisiones responsables, y definir y alcanzar metas personales¹⁶.

Las actividades del programa Construye T, impulsado por la Subsecretaría de Educación Media Superior (SEMS), son de gran apoyo para las y los docentes. Es fundamental que el personal docente del TBC participe en la formación específica de esta estrategia a fin de que la conozcan a profundidad y lleven a cabo las adecuaciones pertinentes conforme a las necesidades y características de los tutorados, los recursos y condiciones con las que cuenta cada TBC. Estas actividades se encuentran desarrolladas en: <http://www.construye-t.org.mx/>

A manera de anexo se refieren con detalle las diferentes actividades del programa en relación al autoconocimiento y la autorregulación.

¹⁶ SEP. Programa ConstruyeT. <http://www.construye-t.org.mx/habilidades>



Consideraciones

El ejercicio del espacio de tutoría y orientación debe contemplar aspectos como el objetivo, el espacio físico en el que se desarrollará, la confidencialidad, la normatividad y la recopilación de evidencias documentales.

Es muy importante mencionar que el objetivo de las actividades de los docentes del TBC es la mejora de la calidad educativa y favorecer el desarrollo autónomo de las y los estudiantes, además de evitar la deserción escolar, procurando, en todo momento, la seguridad del estudiantado y del grupo docente mismo.

Las tutorías individuales deben realizarse dentro de las instalaciones del TBC. En estos casos, debe verificarse que éstas se lleven a cabo en un ambiente de privacidad y tranquilidad.

Las tutorías grupales pueden realizarse al interior del TBC o en algún otro espacio (salón municipal, unidad de salud, plaza pública, auditorio municipal, jardín, etc.), siempre observando las medidas de seguridad y comodidad en el traslado y permanencia de las y los asistentes, que indique la normativa estatal al respecto.

Un factor importante dentro de cualquier tutoría es la **CONFIDENCIALIDAD**, la cual debe prevalecer en todo momento, principalmente cuando se trate de atención individual en las que los factores de incidencia en el desempeño del estudiante tengan que ver con situaciones de problemas de aprendizaje, abuso sexual, violencia intrafamiliar, ingresos económicos, acoso escolar y preferencias sexuales, entre otros.

No guardar el principio de confidencialidad, aparte de ser una grave falta a los principios éticos profesionales de las y los docentes, puede conducir a una queja o denuncia de tipo penal por parte de los afectados, así como a daños psicosociales irreversibles en uno o varios estudiantes.

Los docentes del TBC deben conocer la normatividad que rige a la administración pública tanto federal, estatal y municipal en materia de responsabilidades de los servidores públicos, los correspondientes Códigos de Ética, el documento base y demás normativa que regulan a este servicio educativo.

Para llevar a cabo el proceso de tutorías se recomienda tener evidencias documentales fotográficas, audio o las que se consideren necesarias, a buen resguardo, con la



finalidad de dar seguimiento puntual y oportuno a las intervenciones que lleve a cabo cada uno de los tutores docentes o alguna otra institución u organización.

Referencias para fortalecer la tutoría y la orientación.

Comisión Nacional de Derechos Humanos. (Información respecto a temas de prevención, investigación y defensa de los derechos humanos en México).

<http://www.cndh.org.mx/>

Organización de las Naciones Unidas sede México. (Información respecto a temas de prevención, investigación y defensa de los derechos humanos en México desde una perspectiva internacional).

<http://www.onu.org.mx/>

Consejo Nacional para la Prevención de la Discriminación. (Información para la prevención de la discriminación en México).

<http://www.conapred.org.mx/>

Comisión Nacional contra las Adicciones (CONADIC). (Información para prevenir o tratar las adicciones).

<http://konectate.org.mx/>

Instituto Mexicano de la Juventud. (Información de interés para los jóvenes en México como actividades, premios, becas, opciones productivas y más).

<http://www.imjuventud.gob.mx/>

Instituto Nacional de las Mujeres. (Información para las mujeres a fin de garantizar un mejor acceso, relaciones libres de violencia, equidad de género, becas, programas y más).

<http://www.gob.mx/inmujeres/>

Manuales para el uso del lenguaje incluyente y no sexista.

<https://www.gob.mx/conavim/documentos/manuales-para-el-uso-del-lenguaje-incluyente-y-no-sexista>

Guías para la Práctica Docente en el Telebachillerato Comunitario. Semestres 1 a 6.

http://www.dgb.sep.gob.mx/servicios-educativos/telebachillerato/materiales_impresos.php

Test de personalidad gratis. Nerys Type Exprorer. (Test interactivo para identificar 16 estilos de personalidad).



<https://www.16personalities.com/es/test-de-personalidad>

Test psicológicos gratuitos. (Test de personalidad interactivo).

<https://www.123test.es/test-de-personalidad/>

Test de estilo de aprendizaje. (Test interactivo)

<http://ceca.uaeh.edu.mx/multimedia/estilos/>

Test de estilo de aprendizaje. (PDF)

<http://pnliafi.com.ar/wp-content/uploads/2016/07/test-canal-de-aprendizaje-de-preferencia.pdf>

Understood. Dificultades de aprendizaje y atención.

<https://www.understood.org/es-mx/learning-attention-issues>

Fuentes consultadas

Dirección General de Bachillerato

<http://www.dgb.sep.gob.mx/>

Sistema Nacional de Tutorías Académicas (SiNaTa)

http://www.sems.gob.mx/en_mx/sems/sinata

Código de Conducta para los Servidores Públicos de la SEP

<http://www.gob.mx/sep/acciones-y-programas/codigo-de-conducta-sep-19566>

Asesorías y Tutorías

<http://portal.uacm.edu.mx/Estudiantes/Latutor%C3%ADa/tabid/1921/Default.asp>

X

Guía para la práctica docente del Telebachillerato Comunitario. Primer Semestre.

http://www.dgb.sep.gob.mx/servicios-educativos/telebachillerato/guias-para-docente/Guia_docente_TBC_1_2015.pdf



Bibliografía

Ayala, Francisco. (1998). *La función del profesor como asesor*. México: Trillas, ITESM

Dirección General del Bachillerato (2015). Documento Base Telebachillerato Comunitario. Octubre de 2015.

Delval, Juan. (2013) *La educación democrática para el siglo XXI*, Siglo XXI Editores. México.

González, Rubén. (2008) Herramientas Básicas para el Acompañamiento Tutorial. *Revista Mexicana de Orientación Educativa*. Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-75272008000300003

Guía para el uso de un lenguaje incluyente y no sexista en la CNDH. Comisión Nacional de los Derechos Humanos.

Huerta Cruz, M (et. al). (2015) *Guía para la Práctica Docente en el Telebachillerato Comunitario*. Segundo semestre. Secretaría de Educación Pública, México.

Molina, D.L. (2004) Concepto de Orientación Educativa: Diversidad y Aproximación. (Revista Iberoamericana de Educación. <https://rieoei.org/RIE/article/view/2924>

Müller, Marina, (2005) *Docentes Tutores, orientación, educativa y tutoría*. Editorial Bonum, Argentina.

Reimers, Fernando, *Teaching and Learning for the Twenty First Century*, Cambridge, Harvard Education Press, 2016, p. 11. En *Modelo Educativo para la Educación Obligatoria*, SEP, 2016. P. 63.

Sosa Amenyro, Maritza (2015). *Guía para la práctica docente del Telebachillerato Comunitario*. Tercer Semestre. Secretaría de Educación Pública. México.

Universidad de Guadalajara (2010), *Manual Base para la Orientación Educativa del Sistema de Educación Media*. En DGB (S/F) *Lineamientos de Orientación Educativa*. Pág. 5.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DE BACHILLERATO
DIRECCIÓN DE COORDINACIÓN ACADÉMICA

ANEXOS

Actividades de Autoconocimiento

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Diagnóstico	Genérica	¿Qué voy a ver en este curso?		Material para el alumno 1.0
Autodiagnóstico	Genérica	¿Quién soy?	Factores que integran mi identidad	Material para el alumno 1.1
Motivación	Ética	¿Qué valoro?	Reconocer que es lo que más me importa	Material para el alumno 1.2
Autodiagnóstico	Ciencias sociales	Mis logros en la vida	Reconocer logros que han obtenido a lo largo de su vida y fortalezas que le han ayudado a alcanzarlos	Material para el alumno 1.3
Habilidades	Genérica	¿En qué soy bueno?	¿En qué me gustaría mejorar?	Material para el alumno 1.4
Motivación	Comunicación	Las personas que han estado para mi	Identificar a las personas que forman parte de mi red de apoyo	Material para el alumno 1.5
Actitudes	Matemáticas	Puedo buscar ayuda	Identificar la importancia de pedir ayuda e identificar miembros de su red de apoyo	Material para el alumno 1.6
Motivación	Genérica	Una mirada en mi futuro	Establecer una meta a largo plazo e identifique posibles obstáculos a vencer.	Material para el alumno 2.1
Autodiagnóstico	Humanidades	Mis metas personales a corto, mediano y largo plazo	Identificar y formular metas personales a corto, mediano y largo plazo.	Material para el alumno 2.2
Motivación	Comunicación	¿Qué características no me gustaría poseer?	Identificar conductas, actitudes o pensamientos que desea evitar.	Material para el alumno 2.3
Motivación	Ciencias Experimentales	La persona que admiro	Identificar características admirables en los demás	Material para el alumno 2.4
Meta Cognición	Ciencias sociales	¿Y si no logro mis metas? Aprendo de mis errores	Aprender de los errores	Material para el alumno 2.5
Motivación	Matemáticas	Mis metas académicas	Reconocer que toda tarea difícil se puede dividir en tareas más sencillas.	Material para el alumno 2.6
Actitudes	Ciencias sociales	¿Qué obstáculos me impiden lograr mis metas?	Identificar obstáculos internos y externos que les dificultan lograr sus metas	Material para el alumno 3.1
Actitudes	Humanidades	¿Qué pasa cuando las emociones nos controlan?	identificar los efectos de dejarse controlar por las emociones	Material para el alumno 3.2
Autodiagnóstico	Comunicación	¿Sobre cuáles obstáculos tengo control y sobre cuáles no?	Identificar obstáculos internos y externos reconociendo la posibilidad de modificarlos.	Material para el alumno 3.3

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Habilidades	Ciencias experimentales	Entender las emociones	Identificar las emociones que le obstaculizan y las que le ayudan a obtener sus metas académicas.	Material para el alumno 3.4
Actitudes	Ciencias sociales	Las emociones pueden ser un obstáculo	Identificar las emociones que le obstaculizan y las que le ayudan a obtener sus metas académicas	Material para el alumno 3.5
Autodiagnóstico	Matemáticas	Aspectos de nuestro mundo interno que influyen en el logro de nuestras metas	Identificar algunas fortalezas y áreas de oportunidad relacionadas con la atención y las emociones	Material para el alumno 3.6
Autodiagnóstico	Genérica	¿Cómo trabajo con mis obstáculos?	Usar la estrategia de MEROP para lograr una meta a corto plazo.	Material para el alumno 4.1
Aptitudes	Humanidades	¿Cómo se comporta mi atención?	Identificar el estado actual de su atención y sus consecuencias dentro del salón de clases.	Material para el alumno 4.2
Habilidades	Comunicación	La agitación mental	Reconocer cuándo su mente está agitada y aplicar una técnica para calmarla.	Material para el alumno 4.3
Habilidades Cognitivas	Ciencias experimentales	La atención se puede entrenar	Identificar que la atención se puede entrenar por medio de prácticas como la atención a la respiración.	Material para el alumno 4.4
Atención	Ciencias sociales	Aquello que entiendo es mi realidad	Reconocer que el enfocar su atención solamente en un aspecto parcial de una situación puede generar problemas donde no necesariamente los hay	Material para el alumno 4.5
Administración Del Tiempo	Matemáticas	La mente del cambio	Reconocer momentos en los cuales la mente está distraída y agitada.	Material para el alumno 4.6
Comprensión De Lectura	Genérica	Las emociones y el bienestar	Identificar la importancia de las emociones en su propia experiencia de bienestar.	Material para el alumno 5.1
Diagnostico	Humanidades	Las emociones en mis relaciones	Identificar la importancia de las emociones en sus relaciones.	Material para el alumno 5.2
Actitud	Comunicación	Reconocer las emociones en los demás	Identificar la importancia de reconocer las emociones en los demás.	Material para el alumno 5.3
Autodiagnóstico	Ciencias experimentales	Mis emociones recurrentes	Identificar las emociones más recurrentes en su vida.	Material para el alumno 5.4
	Ciencias sociales	Las emociones se pueden trabajar	Reconocer la posibilidad de transformar las emociones	Material para el alumno 5.5

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Actitudes	Matemáticas	Las emociones en la escuela	Reconocer emociones que surgen en la clase y que identifiquen cómo afecta al aprendizaje.	Material para el alumno 5.6
Comprensión de Lectura	Genérica	¿Qué son las emociones?	Explorar las ideas que tienen sobre las emociones	Material para el alumno 6.1
Actitudes	Humanidades	¿Cuándo nos ciegan las emociones?	Identificar el periodo refractario de una emoción	Material para el alumno 6.2
	Comunicación	Función evolutiva de las emociones	Reconocer que las emociones tienen un componente evolutivo e identificar los momentos en que dicho componente puede ayudar y cuando puede ser un obstáculo	Material para el alumno 6.3
Comprensión de Lectura	Ciencias experimentales	Las emociones en el cerebro	Conocer la función de la corteza prefrontal y del sistema límbico durante una emoción	Material para el alumno 6.4
Habilidades Lingüísticas	Ciencias sociales	Episodio emocional	Identificar qué es un episodio emocional y algunos disparadores.	Material para el alumno 6.5
Atención	Matemáticas	Componentes de una emoción	Identificar los tres componentes del proceso emocional.	Material para el alumno 6.6
Comprensión De Lectura	Genérica	Atención y bienestar	Reconocer la relación entre la atención y el bienestar.	Material para el alumno 7.1
Habilidades	Humanidades	Aprendiendo a parar	Conocer y practicar la herramienta PARAR para regular su conducta.	Material para el alumno 7.2
Atención	Comunicación	Desbalances de la atención y sus desventajas	Identificar los desbalances de la atención y las desventajas que estos traen a su vida.	Material para el alumno 7.3
Habilidades Lingüísticas	Ciencias experimentales	Habla y escucha atenta	Aplicar la técnica de habla y escucha atenta.	Material para el alumno 7.4
Motivación	Ciencias sociales	Las ventajas de una atención en balance	Identificar las ventajas de contar con una atención en balance.	Material para el alumno 7.5
Administración del Tiempo	Matemáticas	Técnicas de relajación	Conocer y aplicar la técnica de relajación escaneo del cuerpo.	Material para el alumno 7.6
Habilidades Cognitivas	Genérica	Neuroplasticidad	Explicar qué es y cómo funciona la neuroplasticidad.	Material para el alumno 8.1
Comprensión de Lectura	Humanidades	Cuna es igual a destino	Reconocer que su contexto no determina su futuro y que ellos tienen la capacidad para decidir y diseñar su porvenir.	Material para el alumno 8.2
Actitudes	Comunicación	Ideas que me limitan	Identificar algunas ideas que limitan su desempeño académico.	Material para el alumno 8.3

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Actitud	Ciencias experimentales	Siempre hay algo que podemos cambiar	Identificar que pueden cambiar su manera de percibir una dificultad para lograr su meta académica.	Material para el alumno 8.4
Diagnostico	Ciencias sociales	El autoconocimiento y el cumplimiento de metas	Identificar la posibilidad de transformar sus emociones destructivas.	Material para el alumno 8.5
Motivación	Matemáticas	Aprender del fracaso	Reconocer en sus fracasos oportunidades de crecimiento	Material para el alumno 8.6
Habilidades	Genérica	El mundo de las emociones	Identificar el nivel de energía y valencia que generan las emociones en "el medidor emocional".	Material para el alumno 9.1
Atención	Humanidades	El aspecto cognitivo de las emociones	Identificar el aspecto cognitivo de una emoción	Material para el alumno 9.2
Atención	Comunicación	El aspecto facial de las emociones	Detectar la expresión facial de algunas emociones en ellos mismos y en las otras personas.	Material para el alumno 9.3
Atención	Ciencias experimentales	Cómo se sienten las emociones en el cuerpo	Reconocer las sensaciones corporales que experimentan ante una emoción.	Material para el alumno 9.4
Comprensión de Lectura	Ciencias sociales	¿Por qué llora la Llorona?	Incrementar el lenguaje emocional.	Material para el alumno 9.5
Atención	Matemáticas	Aspecto dual de las emociones	Reconocer el aspecto dual de las emociones	Material para el alumno 9.6
Autodiagnóstico	Genérica	Atención a las sensaciones del cuerpo	Reconocer las diversas sensaciones que experimenta el cuerpo.	Material para el alumno 10.1
Actitudes	Humanidades	¿Qué sensaciones experimentas?	Identificar las sensaciones que experimentan en distintas situaciones.	Material para el alumno 10.2
Habilidades Cognitivas	Comunicación	¿Estoy leyendo?	Aplicar una técnica para leer con atención.	Material para el alumno 10.3
Habilidades	Ciencias experimentales	Comer atento	Aplicar una técnica de atención teniendo como objeto el sentido del gusto.	Material para el alumno 10.4
Atención	Ciencias sociales	Atención a los sentidos	Identificar los diferentes estímulos de los sentidos a fin de utilizarlos como parte de su entrenamiento de la atención.	Material para el alumno 10.5
Atención	Matemáticas	Para entender los sonidos	Reconocer los sonidos como soporte para el entrenamiento de la atención.	Material para el alumno 10.6

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Actitud	Genérica	Si te acuerdas, aplica PARAR	Utilizar las sensaciones corporales para tomar distancia de la fuerza de las emociones que generan reacciones destructivas.	Material para el alumno 11.1
Actitudes	Humanidades	¿Qué haces cuando te sientes mal?	Identificar qué pueden hacer cuando se sienten mal.	Material para el alumno 11.2
Actitudes	Comunicación	Si puedes, evita la situación	Elaborar un breve plan de acción para evitar situaciones que sobrepasen sus capacidades internas.	Material para el alumno 11.3
Comprensión de Lectura	Ciencias experimentales	Houston, tenemos un problema	Establecer un plan para actuar de una manera diferente ante una emoción.	Material para el alumno 11.4
Comprensión de Lectura	Ciencias sociales	Aprender a surfear	Reconocer que trabajar con las emociones implica perseverancia y cometer errores.	Material para el alumno 11.5
Atención	Matemáticas	Mis emociones recurrentes	Identificar las emociones más recurrentes que sienten en la clase de matemáticas.	Material para el alumno 11.6
Actitudes	Genérica	Cambio mi futuro	Evaluar el logro o cambios de metas establecidas al inicio del semestre y los obstáculos.	Material para el alumno 12.1
Inventario de Intereses	Humanidades	¿Qué me gustaría recomendar del curso?	Reflexionar sobre los temas del curso.	Material para el alumno 12.2
Actitudes	Comunicación	¿Qué puedo decir de la atención?	Reflexionar sobre las técnicas de atención vistas en el curso.	Material para el alumno 12.3
Memoria	Ciencias experimentales	¿Cuántas emociones conozco?	Examinar cuánto ha aumentado su vocabulario emocional.	Material para el alumno 12.4
Habilidades Cognitivas	Ciencias sociales	¿Qué estrategias me ayudaron más?	Enumerar diferentes estrategias utilizadas en el curso e identifiquen cuál consideran más útil.	Material para el alumno 12.5
Diagnóstico	Matemáticas	¿Cómo me fue con la tarjeta MEROP?	Evaluar la estrategia de la tarjeta MEROP para lidiar con situaciones de la escuela.	Material para el alumno 12.6

Actividades de Autorregulación

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Diagnóstico	Genérica	¿Cómo vamos a trabajar?	Identificar un conjunto de acuerdos para trabajar con sus emociones durante el curso.	Material para el alumno 1.1
Motivación	Humanidades	Un curso que me ayuda a lograr mis metas	Identificar la importancia de regular sus emociones para alcanzar sus metas personales.	Material para el alumno 1.2
Actitudes	Comunicación	Mis relaciones con los demás	Identificar el objetivo general del curso: aprender estrategias para manejar sus emociones y contribuir con ello a mejorar sus relaciones.	Material para el alumno 1.3
Habilidades	Ciencias experimentales	¿Por qué me hablan de emociones en la escuela?	Explorar la relación que existe entre la regulación emocional y el logro de las metas académicas.	Material para el alumno 1.4
Comprensión de Lectura	Ciencias Sociales	El bienestar emocional	Identificar la importancia de manejar sus emociones para experimentar mayor bienestar.	Material para el alumno 1.5
Actitudes	Matemáticas	Lidiar con las dificultades	Explorar cómo lidiar con las dificultades a través de trabajar consigo mismos.	Material para el alumno 1.6
Habilidades Cognitivas	Genérica	El bienestar se puede desarrollar	Identificar las emociones que les generan malestar y problemas con la finalidad de regularlas y generar un estado de bienestar emocional.	Material para el alumno 2.1
Autodiagnóstico	Humanidades	¿Quién creo que soy?	Reconocer que las emociones y los estados de ánimo cambian, no son estáticos.	Material para el alumno 2.2
Habilidades	Comunicación	Las emociones cambian	Reconocer que las emociones y los estados de ánimo cambian, no son estáticos.	Material para el alumno 2.3
Actitudes	Ciencias experimentales	¿Cómo sé que puedo cambiar?	identificar los hábitos que han logrado modificar	Material para el alumno 2.4
Comprensión de Lectura	Ciencias Sociales	¿Naturalmente cooperativos o naturalmente egoístas?	Reflexionar sobre diferentes posturas en la historia acerca de la naturaleza humana y nuestro potencial de ser una sociedad más cooperativa	Material para el alumno 2.5
Motivación	Matemáticas	Quitarnos las etiquetas que no nos ayudan	Identificar que sus etiquetas no los definen como personas	Material para el alumno 2.6

Temática	Área Disciplinar	Actividades de aprendizaje	Habilidades a desarrollar	Lecciones Construye T
Habilidad lingüística	Genérica	Los problemas de reprimir lo que sientes	Identificar algunas desventajas de reprimir las emociones.	Material para el alumno 3.1
Actitudes	Humanidades	Desventajas de dejarse llevar por las emociones	Identificar algunas desventajas de reaccionar impulsivamente.	Material para el alumno 3.2
Atención	Comunicación	Los mecanismos de las emociones	Identificar las ventajas de utilizar el Mapa para navegar las emociones.	Material para el alumno 3.3
Atención	Ciencias experimentales	Ahorrarnos algunos problemas	Identificar que las emociones se pueden regular al trabajar con las situaciones que las detonan	Material para el alumno 3.4
Comprensión De Lectura	Ciencias Sociales	Las emociones y la atención	Identificar que las emociones se pueden regular al cambiar el foco de atención.	Material para el alumno 3.5
Atención	Matemáticas	Regular las emociones entrenando la mente	Identificar que las emociones se pueden regular al trabajar con su aspecto cognitivo.	Material para el alumno 3.6



REGISTRO DE TRABAJO TUTORIAL

Individual

Grupal

NOMBRE COMPLETO DEL O LA DOCENTE RESPONSABLE DE LA TUTORÍA

CICLO ESCOLAR

CCT

SEMESTRE

TURNO

NECESIDADES OBSERVADAS (ACADÉMICAS-PSICOEMOCIONALES)	ACTIVIDADES DE TUTORÍAS A DESARROLLAR	COMENTARIOS DE RESULTADOS

Fecha para la realización



REGISTRO DE TUTORIAS EN EL TELEBACHILLERATO COMUNITARIO

NOMBRE COMPLETO DEL O LA DOCENTE RESPONSABLE DE LA TUTORÍA

CICLO ESCOLAR

CCT	SEMESTRE		TURNOS	
No.	FECHA	NOMBRE DEL TUTORADO	NOMBRE Y/O FIRMA DEL TUTORADO	OBSERVACIONES
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR
DIRECCIÓN GENERAL DEL BACHILLERATO

CARLOS SANTOS ANCIRA
DIRECTOR GENERAL DEL BACHILLERATO

EMMA ALVARADO ORTIZ
DIRECTORA DE COORDINACIÓN ACADÉMICA

JOSÉ MARÍA RICO No. 221, COL. DEL VALLE, DEL. BENITO JUÁREZ,
C.P. 03100, CIUDAD DE MÉXICO