



Programa sintético de la Unidad de Aprendizaje: Habilidades para la Vida I	
<p>Propósito de la unidad de aprendizaje:</p> <p>Fomentar en el estudiante el desarrollo de su potencial en situaciones de la vida cotidiana, mediante la aplicación de estrategias que favorezcan su participación en el entorno.</p>	<p>Competencia particular 1:</p> <p>Construye una imagen de sí mismo aplicando estrategias que le permita reconocer sus atributos personales.</p>
<p>Competencia general de la unidad de aprendizaje:</p> <p>Desarrolla habilidades personales (cognitivas, afectivas y sociales), reconociéndose como ser integral para participar de manera asertiva en su contexto.</p>	<p>Competencia particular 2:</p> <p>Establece relaciones asertivas utilizando estrategias del manejo de emociones y sentimientos, reconociendo las diversas situaciones de estrés.</p>
	<p>Competencia particular 3:</p> <p>Resuelve situaciones de conflicto aplicando estrategias, mediante el proceso de toma de decisiones en su contexto.</p>
<p>Contenidos</p>	
<p>Competencia particular 1 :</p> <ul style="list-style-type: none"> • El adolescente como ser integral (biopsicosocial). • Reconoce y fortalece la Autoestima: autoconocimiento, auto concepto, autoevaluación, auto aceptación y auto respeto. • Atributos personales: actitudes, hábitos, aptitudes, valores, conocimientos y habilidades. <p>Competencia particular 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconocimiento y regulación de Emociones y sentimiento • Estrés • Comunicación asertiva y empática <p>Competencia particular 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proceso de toma de decisiones. • Conflictos: intrapersonal, interpersonal, intragrupal e intergrupar. • Factores de riesgo psicosociales en la adolescencia (adicciones, violencia y trastornos alimenticios). 	

