



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
SECRETARIA ACADÉMICA
DIRECCIÓN DE EDUCACION MEDIA SUPERIOR
CENTRO DE ESTUDIOS CIENTÍFICOS Y TECNOLÓGICOS No. 13
“RICARDO FLORES MAGÓN”

GUÍA

de estudio para
presentar ETS de la
UNIDAD DE APRENDIZAJE
Orientación Juvenil y Profesional I
CICLO ESCOLAR 2026-2
TURNO Matutino

Presidente de academia: Eva Gabriela Rodríguez Barrera

Fecha de Elaboración: 27-03-2026



Área: Humanística	Nombre de la Unidad de Aprendizaje: Orientación Juvenil y Profesional I	Nivel/semestre: Primero
-----------------------------	---	-----------------------------------

Instrucciones generales de la guía:

Aspectos a considerar antes de presentar el examen:

Se deberá responder con tinta de bolígrafo negra y/o azul

Procedimiento para la revisión del ETS:

El alumno deberá asistir al área correspondiente para solicitar el formato de revisión de examen, en dónde el jefe de área firmará e informará al profesor correspondiente para realizar dicha revisión.

El profesor tiene 72 hrs. a partir de la aplicación del examen para subir calificaciones de tal manera que el alumno puede solicitar la revisión a partir de que transcurra ese tiempo.

Presentación:

A través de la lectura, análisis, reflexión y el diálogo.

Recuerda que lo importante es investigar y poner el máximo esfuerzo para comprender.

Objetivos

Conocer, investigar y fortalecer conocimientos de las etapas de la vida.

Las actividades de esta unidad de aprendizaje se encuentran directamente relacionadas con la vida, por lo que tendrás que ser más observador contigo mismo y retomar tu experiencia para el desarrollo de habilidades requeridas en la preparación de ti mismo para la carrera técnica.

Justificación

Como parte del proceso de la adolescencia existen cambios y momentos que pueden ser cruciales para la vida, para lo cual se requiere de bases fundamentales que se busca guiar y orientar para la mejor vivencia posible.

Evaluación

Por acuerdo de academia la guía no tiene valor sobre la evaluación del ETS.



Estructura y contenidos

UNIDAD I: Reconocimiento de las etapas del ciclo vital

RAP 1: Conoce características bio-psicosociales del ciclo vital

RAP 2: Identifica las características de la adolescencia a partir de su experiencia personal, escolar y familiar

RAP 3: Integra las aportaciones de cada instancia del entorno inmediato en la construcción de su identidad.

- Teoría de desarrollo de identidad de acuerdo a Erickson.
- Adolescencia.
- Ciclo vital de la familia, tipos de familia.
- La escuela como formadora de valores.
- Identidad Politécnica.

UNIDAD II. Identificando y descubriendo las habilidades sociales

RAP 2.1: Identifica las capacidades sociocognitivas y afectivas personales.

RAP 2.2: Valora el alcance y limitaciones de sus propias habilidades a partir de las teorías ya revisadas.

- La importancia de la familia y la escuela como grupos generadores de identidad.
- Habilidades Sociales asertividad, autoestima, empatía, Inteligencias múltiples e inteligencia emocional.

UNIDAD III. Aplicando las herramientas sociocognitivas y afectivas

RAP 3.1: Describe las distintas estrategias para el desarrollo de habilidades sociales.

RAP 3.2: Utiliza distintas estrategias en la solución de problemas en su entorno

- Fracaso y deserción escolar
- Adicciones
- Ansiedad
- Depresión
- Estrés
- Suicidio
- Trastornos Alimenticios (más comunes)
- Violencia y sus tipos



Actividades de estudio

UNIDAD I:

RAP 1: CONOCE CARACTERÍSTICAS BIO-PSICOSOCIALES DEL CICLO VITAL

- A. Investigar y realiza un mapa conceptual ubicando los datos que correspondan de acuerdo con cada una de las etapas de la "teoría de la identidad de Erik Erikson".
- B. Investiga y realiza un resumen con las etapas del "Ciclo Vital Familiar de la Teoría de Lauro Estrada".
- C. Investiga y realiza un resumen acerca de los tipos de familia.
- D. Elabora tu fotografía familiar, resalta el tipo de familia a la que pertenece, la etapa en la que se encuentran cada uno de ellos de acuerdo con el ciclo vital de la familia, frase y los valores que identifican a tu familia.
- E. Investiga y realiza un mapa mental de los factores que intervienen en la construcción de la identidad (familia, escuela y otros grupos sociales).
- F. Recurre a los enlaces digitales en donde encontrarás la historia del Instituto Politécnico Nacional y los símbolos politécnicos. Anota en breve los datos más relevantes de los videos.
- G. Recurre a la página del CECYT13 y conocerás la historia del CECYT13.

RAP 2: IDENTIFICA LAS CARACTERÍSTICAS DE LA ADOLESCENCIA A PARTIR DE SU EXPERIENCIA PERSONAL, ESCOLAR Y FAMILIAR.

- A. Investiga sobre los cambios físicos, psicológicos y sociales de todo adolescente.
- B. Con base en las primeras cinco etapas psicosociales de la teoría de la identidad de Erik Erikson, realiza tu línea del tiempo y realiza la línea de vida con base en ellas.
- C. Redacta en una cuartilla como has vivido tu proceso como "Adolescente" con los cambios biológicos, psicológicos y sociales.
- D. La Escuela conformadora de valores" Explica los valores, normas y costumbres que te ha transmitido la escuela a través de un mapa mental.



E. Identidad Politécnica con base en los videos sobre la Historia del IPN y la historia del CECYT 13, realiza un collage con los símbolos politécnicos y los del CECyT 13 "Ricardo Flores Magón".

RAP 3: INTEGRA LAS APORTACIONES DE CADA INSTANCIA DEL ENTORNO INMEDIATO EN LA CONSTRUCCIÓN DE TU IDENTIDAD.

Crea un mapa conceptual y explica la importancia de la familia, la escuela, los amigos y de otros grupos que te han ayudado a la conformación de tu identidad.

UNIDAD II

RAP 2.1: IDENTIFICA LAS CAPACIDADES SOCIOCOGNITIVAS Y AFECTIVAS PERSONALES.

Contesta las siguientes preguntas:

- A. ¿Qué son las capacidades o habilidades cognitivas?
- B. Define claramente cada una de las habilidades cognitivas y cita un ejemplo de cada una.
- C. Elabora un mapa conceptual de las 8 inteligencias múltiples de Howard Gardner.
- D. Realiza el test en línea de las inteligencias múltiples e imprime los resultados, elabora un escudo de las tres inteligencias cuyos resultados hayan sido los más altos.
- E. ¿Qué son las habilidades sociales?
- F. Desarrolla un cuadro sinóptico con las definiciones y características de las "Habilidades Sociales" (Asertividad, Autoestima, Empatía).

RAP 2.2: VALORA EL ALCANCE Y LIMITACIONES DE SUS PROPIAS HABILIDADES A PARTIR DE LAS TEORÍAS YA REVISADAS.

- A. Inteligencia Emocional. Identifica las emociones (alegría, tristeza, furia o ira, miedo o temor, asco o desagrado) y escribe las características de cada una.

UNIDAD III

RAP 3 .1: DESCRIBE LAS DISTINTAS ESTRATEGIAS PARA EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES.

A.- Realiza la Silueta de la autoestima retomando los conocimientos adquiridos en las unidades I y II. Identifica y escribe características más sobresalientes en tu persona.

- Tres características positivas físicas
- Tres características positivas emocionales



- Tres características negativas físicas
- Tres características negativas emocionales
- Tu tipo de inteligencia predominante y en que la utilizas

RAP 3.2: Utiliza distintas estrategias en la solución de problemas en su entorno.

A. Define brevemente que es un riesgo

B. Elabora un cuadro desarrollando los principales factores de riesgos psicológicos y sociales en la adolescencia.

C. Desarrolla un mapa mental de la sexualidad con los aspectos sociales, sus factores de riesgo y factores protectores.

D. Investiga y desarrolla los siguientes temas (causas y consecuencias):

- Fracaso y deserción escolar
- Adicciones
- Ansiedad
- Depresión
- Estrés
- Suicidio
- Trastornos Alimenticios (más comunes)
- Violencia y sus tipos

Bibliografía básica

Jane Collins. "Orientación Juvenil y profesional 1", Pearson, ALEC 2020.

Alarcón Dávila Susana, Rivero Sánchez Juana Ma., Loaiza Mérediz Alfredo. "Orientación y Juvenil y Profesional I" Grupo editorial Éxodo, 2020.

Centros de Integración Juvenil, A.C. "Habilidades para la Vida", Guía para educar con valores.



Materiales para la solución de la guía

Video Información de la historia del IPN

<https://www.repositoriodigital.ipn.mx/bitstream/123456789/24843/1/4-HistoriaIPN.pdf>

Historia y datos del IPN <https://www.youtube.com/watch?v=tnk9-j5gP9E> MISIÓN E HISTORIA-IPN

www.ipn.mx La historia del Instituto Politécnico Nacional una de las mejores escuelas (2019) <https://www.mexicodesconocido.com.mx/instituto-politecniconacional.html>

El siguiente enlace te servirá para obtener la información sobre la historia del CECYT 13 “Ricardo Flores Magón” <https://www.cecyl13.ipn.mx/conocenos/mision-y-vision.html>

Etapas del Desarrollo Psicosocial www.youtube.com/watch?v=vIXh2jNB1NQ En las siguientes páginas encontrarás información acerca de la etapa de la adolescencia <http://www.sicapacitacion.com/librospsicologia/LA%20Adolescencia.PDF>

Cambios físicos y psicológicos en la adolescencia

<https://www.youtube.com/watch?v=DpT10Zkcbw8> Cambios biológicos y psicológicos de la pubertad y la adolescencia. <https://www.youtube.com/watch?v=ZddtC7Tg85M>

Video Tipos de Familia <https://www.youtube.com/watch?v=YQIRV3jKA44>

Test de las Inteligencias Múltiples imprimir la hoja de resultados <https://www.p psicoactiva.com/test/educacion-y-aprendizaje/test-de-las-inteligenciasmultiples/>

TEST DE LAS INTELIGENCIAS MÚLTIPLES 20% [https://www.p psicoactiva.com/test/educacion-y-aprendizaje/test-delas-inteligenciasmultiples/Inteligencia emocional](https://www.p psicoactiva.com/test/educacion-y-aprendizaje/test-delas-inteligenciasmultiples/Inteligencia-emocional). <https://www.p psicoactiva.com/test/test-de-inteligenciaemocional.htm>

Autoestima <https://www.p psicoactiva.com/tests/autoestima.htm> Video: [Diferencia entre Estrés, Eustrés y Distrés – YouTube](#)

Manual de trabajo y Jane Collins. “Orientación Juvenil y profesional 1”, Pearson, ALEC 2020

Alarcón Dávila Susana, Rivero Sánchez Juana Ma., Loaiza Mérediz Alfredo. “Orientación y Juvenil y Profesional I” Grupo editorial Éxodo, 2020



Integrantes de la academia

Eva Gabriela Rodríguez Barrera

María del Pilar Rojas Ortega

María Eugenia Lizbey Guadarrama García