



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Learning
to be

Estándares ASE





Los estándares ASE han sido traducidos y adaptados a partir del Estándar ASE del Estado de Illinois (E.E.U.U.), cortesía de CASEL y del Consejo de Educación del Estado de Illinois. Los estándares de Illinois que se presentan solo deben usarse como una herramienta educativa práctica, como referencia para la evaluación, durante el proyecto experimental. No son parte de ningún plan de estudios nacional de las escuelas europeas.

Visual solution made by "Marker Heroes"



Estándar de Aprendizaje ASE

Nivel 4

| OBJETIVO | ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE | PARÁMETRO |
|--|--|---|
| 1. Desarrollar el autoconocimiento y el autocontrol para lograr éxito en la escuela y en la vida. | 1.1 Identificar y controlar las emociones y comportamientos de uno mismo. | <ul style="list-style-type: none"> • Describir una serie de emociones y situaciones que las causan. • Describir y demostrar formas de expresar las emociones de una manera socialmente aceptable. |
| | 1.2 Reconocer las cualidades personales y los apoyos externos. | <ul style="list-style-type: none"> • Describir las habilidades e intereses personales que se quieren desarrollar. • Explicar cómo la familia, los compañeros, el personal escolar y los miembros de la comunidad pueden apoyar el éxito escolar y fomentar el comportamiento responsable. |
| | 1.3 Demostrar habilidades relacionadas con el logro de objetivos académicos y personales. | <ul style="list-style-type: none"> • Describir los pasos necesarios para establecer objetivos y trabajar para lograrlos. • Supervisar el progreso para conseguir un objetivo personal a corto plazo. |
| 2. Usar la conciencia social y las habilidades interpersonales para establecer y mantener relaciones positivas. | 2.1 Reconocer los sentimientos y perspectivas de los demás. | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar elementos verbales, físicos y situacionales que indican cómo pueden sentirse los demás. • Describir los sentimientos y perspectivas expresados por los demás. |
| | 2.2 Reconocer las similitudes y diferencias individuales y grupales. | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar las diferencias y aportaciones de diversos grupos sociales y culturales. • Demostrar cómo trabajar eficazmente con las personas que son diferentes a uno mismo. |
| | 2.3 Usar las habilidades comunicativas y sociales para interactuar eficazmente con los demás. | <ul style="list-style-type: none"> • Describir las estrategias para hacer y mantener amistades. • Analizar formas para trabajar eficazmente en grupo. |
| | 2.4 Demostrar la habilidad de prevenir, controlar y resolver conflictos interpersonales de manera constructiva. | <ul style="list-style-type: none"> • Describir las causas y consecuencias de los conflictos. • Aplicar enfoques constructivos para resolver conflictos. |
| 3. Demostrar habilidades para la toma de decisiones y conductas responsables en el contexto personal, escolar y comunitario. | 3.1 Considerar los factores éticos, sociales y de seguridad cuando se toman decisiones. | <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar la habilidad de respetar el derecho propio y el de los demás. • Demostrar que se entiende cómo las normas sociales afectan a la toma de decisiones y al comportamiento. |
| | 3.2 Utilizar las habilidades para la toma de decisiones para abordar responsablemente situaciones académicas y sociales del día a día. | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y aplicar los pasos de una toma de decisiones sistemática. • Generar soluciones alternativas y evaluar sus consecuencias con respecto a diferentes situaciones académicas y sociales. |
| | 3.3 Contribuir al bienestar del centro educativo y de la comunidad. | <ul style="list-style-type: none"> • Identificar y llevar a cabo funciones que contribuyan a la comunidad educativa. • Identificar y llevar a cabo funciones que contribuyan a la propia comunidad local. |

| ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE | GRADO/ NIVEL | DESCRIPTORES DEL RENDIMIENTO |
|--|-----------------|--|
| 1A. Identificar y controlar las emociones y comportamientos de uno mismo. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar emociones que ya se han experimentado. 2. Describir situaciones que provocan diferentes emociones (por ejemplo, escuchar música, hablar con un amigo, hacer un examen, recibir una reprimenda, etc.). 3. Reconocer los cambios de humor y los factores que contribuyen a estos cambios. 4. Plasmear diferentes emociones (por ejemplo, haciendo un póster, un dibujo o participando en un juego de roles). 5. Distinguir entre distintos niveles de intensidad de una emoción. 6. Demostrar diferentes formas de afrontar emociones desconcertantes (por ejemplo, tristeza, miedo o decepción). 7. Practicar ejercicios de respiración profunda para relajarse. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Enumerar estrategias positivas para gestionar conflictos. 2. Explicar por qué los personajes de una historia se sienten de cierta manera. 3. Distinguir las diferentes emociones que se pueden sentir en diversas situaciones. 4. Utilizar los «mensajes-yo» para expresar diferentes emociones. 5. Llevar un registro de los cambios emocionales durante el día (por ejemplo, antes y después de las transiciones, en el descanso del almuerzo, etc.). 6. Demostrar ser consciente de cómo los comportamientos de uno mismo afectan a los demás. 7. Practicar diferentes estrategias para hacer frente a situaciones complicadas. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir las respuestas físicas que son comunes a una serie de emociones. 2. Describir emociones asociadas a experiencias personales. 3. Practicar cómo expresar sentimientos positivos sobre los demás. 4. Evaluar diferentes maneras de enfrentarse a situaciones difíciles (por ejemplo, ser rechazado, la pérdida, la exclusión, las burlas etc.). 5. Demostrar emociones en juegos de rol con diferentes contextos. 6. Practicar cómo gestionar situaciones de presión (por ejemplo, hacer un examen, participar en una actividad competitiva, etc.). |
| 1B. Reconocer las cualidades personales y los apoyos externos | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los miembros de la comunidad que pueden ser de ayuda cuando sea necesario (por ejemplo, un líder religioso, familiares y vecinos). 2. Describir las cualidades personales que demuestran los alumnos exitosos (por ejemplo, perseverancia, responsabilidad, atención en las tareas, etc.) 3. Explicar cómo la práctica mejora el rendimiento de una habilidad. 4. Analizar las cualidades positivas de los modelos de comportamiento. 5. Analizar cuáles son los retos a los que uno se enfrenta en la escuela. 6. Hacer un dibujo de una actividad que a tu familia le guste hacer junta. 7. Mostrar diferentes formas de pedir ayuda cuando sea necesario. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar algo en lo que te gustaría mejorar. 2. Describir las formas en las que colaboras con la comunidad educativa. 3. Describir maneras en las que ayudas en casa. 4. Enumerar formas en las que las familias pueden ayudar a los alumnos en la escuela. 5. Describir cómo los compañeros se pueden ayudar los unos a los otros en el centro educativo. 6. Medir tu progreso en la consecución de un objetivo personal. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir una situación y momento en el que necesitaste ayuda. 2. Identificar a qué adultos de confianza podrías pedir ayuda en diferentes situaciones. 3. Describir cómo podrías mejorar tu capacidad de desempeñar una habilidad valiosa. 4. Explicar cómo los modelos adultos influyen en tus aspiraciones para el futuro. 5. Practicar estrategias para ayudar a los compañeros en el centro. 6. Demostrar liderazgo dentro de la comunidad educativa (por ejemplo, siendo tutor de lectura, consejero escolar, participando en clubes, ayudando a nuevos alumnos, etc.). |

| | | |
|---|----------|--|
| 1 C. Demostrar habilidades relacionadas con el logro de objetivos académicos y personales. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer cómo las distracciones pueden influir en la consecución de un objetivo. 2. Ser consciente de que los objetivos actuales se sustentan en la consecución de objetivos pasados. 3. Describe los pasos que has dado para lograr un objetivo. 4. Diferenciar entre logros a corto y largo plazo. 5. Supervisar tu propio progreso en la consecución de un objetivo académico o personal. 6. Demostrar diferentes formas de afrontar emociones desconcertantes (por ejemplo, tristeza, miedo o decepción). |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar cómo se ha hecho frente a los obstáculos para conseguir un objetivo (ejemplos de la historia, ciencias sociales y de experiencias personales). 2. Reconocer cómo las personas y las condiciones pueden contribuir a lograr un objetivo. 3. Identificar los pasos necesarios para realizar una tarea rutinaria (por ejemplo, hacer los deberes, organizar el espacio personal/los materiales, estudiar para un examen). 4. Identificar los factores que no pudiste cambiar y evitaron que consiguieras un objetivo reciente. 5. Evaluar lo que podrías haber hecho de manera diferente para lograr un mayor éxito. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Desarrollar un objetivo que esté relacionado con la amistad y cuyas medidas se deban tomar en fechas concretas. 2. Desarrollar un objetivo académico cuyas medidas se deban tomar en fechas concretas. 3. Supervisar el progreso de las medidas que se habían planeado para lograr un objetivo relacionado con la amistad. 4. Supervisar el progreso de las medidas que se habían planeado para lograr un objetivo académico. 5. Analizar por qué tuviste que cambiar o posponer ciertas medidas para conseguir un objetivo reciente. 6. Evaluar tu nivel de consecución con respecto a un objetivo reciente. |
| 2A. Reconocer los sentimientos y perspectivas de los demás. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Distinguir entre los mensajes y señales verbales y no verbales. 2. Analizar la armonización o desarmonización de las señales verbales y no verbales. 3. Dramatizar las perspectivas y sentimientos de personajes de una historia. 4. Parafrasear lo que alguien ha dicho. 5. Demostrar la capacidad de preocuparse por los sentimientos de los demás. 6. Mostrar interés por la perspectiva de los demás. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir los sentimientos de los demás en base a señales verbales y no verbales en diferentes situaciones. 2. Hacer una lista de estrategias que pueden ayudar a los alumnos que sufren acoso y exclusión. 3. Describir cómo se siente una persona que es excluida de una actividad o grupo. 4. Describir cómo se siente una persona que sufre acoso. 5. Prever posibles respuestas a un conjunto de emociones. 6. Utilizar los «mensajes-yo» para que los demás sepan que los ha escuchado. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir los sentimientos de los demás en diferentes situaciones. 2. Describir una pelea que hayas tenido con otra persona y resumir ambos puntos de vista. 3. Analizar por qué los personajes literarios se sintieron de una manera determinada. 4. Analizar diferentes puntos de vista sobre sucesos históricos, políticos o sociales. 5. Evaluar cómo el cambio de comportamiento de una de las partes de una discusión puede afectar a la otra parte. |

| | | |
|--|---|--|
| <p>2B. Reconocer las similitudes y diferencias individuales y grupales.</p> | <p>A</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir las diferencias humanas representadas en historias. 2. Describir cómo las interacciones con individuos de diferentes culturas pueden enriquecer la vida de uno mismo. 3. Reconocer que las personas de diferentes grupos culturales y sociales tienen muchas cosas en común. 4. Analizar cómo las personas de grupos diferentes pueden ayudarse mutuamente y disfrutar de la compañía del otro. 5. Analizar el impacto de las diferentes respuestas a la diversidad humana en los personajes literarios. 6. Participar en actividades o simulaciones que te permitan experimentar la vida desde la perspectiva de otro grupo de personas. 7. Utilizar la literatura para analizar diferentes respuestas ante la diversidad humana (por ejemplo, ser consciente de los estereotipos, aprender de ellos y ser tolerante). |
| | <p>B</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer los diferentes grupos sociales de la escuela. 2. Reconocer los diferentes grupos culturales de la escuela. 3. Comparar y contrastar grupos sociales. 4. Comparar y contrastar grupos culturales. 5. Analizar las contribuciones singulares de individuos y grupos que aparecen en biografías, leyendas y folclore. 6. Desarrollar estrategias |
| | <p>C</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir los derechos básicos de todos los individuos con independencia de sus afiliaciones sociales o culturales. 2. Describir ejemplos de cómo los medios de comunicación representan diferentes grupos sociales y culturales. 3. Analizar cómo los alumnos responsables ayudan a sus compañeros de clase. 4. Desarrollar estrategias para establecer relaciones con personas diferentes a uno mismo. 5. Diseñar un proyecto que demuestre cómo tu clase o centro educativo se enriquece gracias a la diversidad cultural. |
| <p>2C. Usar las habilidades comunicativas y sociales para interactuar eficazmente con los demás</p> | <p>A</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer cuándo resulta apropiado hacer un cumplido. 2. Poner en práctica la presentación de todos los de tu clase. 3. Demostrar cómo hacer un cumplido. 4. Mostrar respuestas adecuadas al recibir un cumplido. 5. Utilizar los «mensajes-yo» para expresar cómo te sientes cuando alguien te ha hecho daño emocionalmente. 6. Mostrar aprecio a alguien que te ha ayudado. |
| <p>B</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar formas de establecer relaciones positivas con los compañeros, la familia y los demás. 2. Identificar las propiedades del comportamiento colaborativo en un entorno grupal. 3. Mostrar comportamientos colaborativos en un grupo. 4. Practicar la escucha reflexiva (por ejemplo, «mensajes-yo», parafrasear, etc.). 5. Mostrar cómo empezar una conversación con un alumno nuevo. 6. Desarrollar un plan para apoyar la mejora del comportamiento dentro de un grupo. | |
| <p>C</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir las cualidades de un comunicador eficaz. 2. Responder positivamente a críticas constructivas. 3. Asumir la responsabilidad de los errores de uno. 4. Preguntar a un adulto acerca de cómo hacer amistades. 5. Mostrar apoyo a las contribuciones de otros al esfuerzo de un grupo/equipo. 6. Distinguir entre presión positiva y negativa de los compañeros. 7. Mostrar estrategias para oponer resistencia ante la presión negativa de los compañeros. | |

| | | |
|---|----------|---|
| 2D. Demostrar la habilidad de prevenir, controlar y resolver conflictos interpersonales de manera constructiva. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar comportamientos de acoso y saber cómo afecta a las personas. 2. Explicar qué ocurre cuando no se soluciona un conflicto. 3. Describir formas de parar los rumores. 4. Analizar cómo la incapacidad de controlar el enfado puede provocar que un conflicto empeore. 5. Interpretar si las acciones de los personajes literarios fueron accidentales o intencionadas. 6. Examinar cómo gestiona el conflicto el personaje literario de uno. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las consecuencias de una solución. 2. Identificar comportamientos de resolución de conflictos asertivos, pasivos y agresivos. 3. Describir conflictos que hayas experimentado y explicar cómo lidiaste con ellos. 4. Explicar cómo solucionar un conflicto con un amigo puede reforzar la amistad. 5. Generar soluciones alternativas para un conflicto. 6. Mostrar estrategias constructivas de resolución de conflictos en el aula. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las consecuencias de un comportamiento orientado a la resolución de conflictos. 2. Identificar las habilidades para rechazar comportamientos peligrosos (por ejemplo, drogas y alcohol, implicación en bandas y actividad sexual). 3. Explicar cómo resolver un conflicto puede hacer que se comprenda mejor una situación. 4. Distinguir entre presión positiva y negativa de los compañeros. 5. Mostrar resistencia a la presión de los compañeros para hacer algo arriesgado o potencialmente peligroso. 6. Usar una lista para practicar los pasos que hay que seguir para rechazar la presión no deseada de los compañeros. |
| 3A: Considerar los factores éticos, sociales y de seguridad cuando se toman decisiones. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar ejemplos de comportamientos éticos en personajes de historias (por ejemplo, justicia, honestidad, respeto, compasión, etc.). 2. Identificar sensaciones físicas y emocionales que indican amenaza o peligro. 3. Indicar las consecuencias de incumplir las normas de clase o del centro educativo. 4. Analizar las consecuencias de mentir. 5. Mostrar formas de ayudar a los demás (por ejemplo, una lista, dibujar, hacer caricaturas, etc.) 6. Evaluar diferentes estrategias para responder a una provocación. 7. Decidir qué respuestas son justas cuando se dan diversas situaciones en clase (por ejemplo, cómo compartir un dispositivo nuevo). |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los factores que hacen que una situación sea peligrosa. 2. Reconocer las consecuencias que tienen para uno mismo y para los demás los comportamientos deshonestos. 3. Evaluar cómo los demás influyen en tus decisiones (por ejemplo, familia, la iglesia, el equipo, pertenecer a un club, etc.). 4. Evitar situaciones peligrosas (por ejemplo, practicar deporte sin supervisión, ir por zonas que parecen peligrosas, montar en bicicleta sin casco, salir con amigos que consumen drogas, etc.). 5. Mostrar respeto por los bienes de los demás. 6. Mostrar seguridad en Internet. 7. Mostrar lo que significa aceptar la responsabilidad de las acciones de uno con respecto al trabajo escolar. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir cómo diferentes puntos influyen en el proceso de toma de decisiones. 2. Describir qué significa ser formal y por qué a veces es difícil (por ejemplo, cumplir con los plazos de entrega, con compromisos, etc.). 3. Explicar por qué es importante obedecer las leyes. 4. Analizar qué significa ser responsable con la familia, los amigos y la comunidad educativa. 5. Evaluar los puntos de vista conflictivos a la hora de tomar una decisión. |
| 3B: Utilizar las habilidades para la toma de decisiones para abordar responsablemente situaciones académicas y sociales del día a día. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir formas de fomentar la seguridad de uno mismo y de los demás. 2. Describir los pasos de un modelo de toma de decisiones. 3. Proponer soluciones alternativas para completar una tarea a tiempo. 4. Practicar la relajación progresiva. 5. Tomar decisiones acertadas a la hora de elegir amigos. 6. Demostrar capacidad para tomar decisiones en grupo. 7. Preparar comidas saludables. |

| | | |
|--|----------|--|
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Generar soluciones alternativas para un problema. 2. Analizar las consecuencias de diferentes soluciones para situaciones hipotéticas. 3. Desarrollar criterios para evaluar las consecuencias de una decisión importante en la vida de uno mismo y en la de los demás. 4. Mostrar los pasos del proceso de toma de decisiones: <ul style="list-style-type: none"> • definir el problema • expresar cómo te sientes • identificar los factores determinantes • establecer un objetivo • identificar soluciones alternativas y las consecuencias de cada una • elegir la mejor solución • evaluar los resultados 5. Poner en práctica un modelo de toma de decisiones para solucionar un problema interpersonal. 6. Poner en práctica un modelo de toma de decisiones para retos académicos. 7. Demostrar ser consciente de que los sentimientos influyen en las decisiones. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar retos y obstáculos en la resolución de problemas. 2. Identificar alternativas positivas a comportamientos peligrosos. 3. Evaluar las estrategias para promover el éxito escolar (por ejemplo, identificar distracciones, gestionar el estrés y reconocer las prioridades). 4. Practicar la comunicación verbal y no verbal para rechazar un comportamiento no deseado. 5. Poner en práctica un modelo de toma de decisiones para hacer frente a un comportamiento no deseado. |
| 3C. Contribuir al bienestar del centro educativo y de la comunidad. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir lo que has aprendido de tu centro educativo o comunidad con tu participación en un proyecto de servicio reciente. 2. Describir lo que has aprendido de ti mismo con tu participación en este proyecto. 3. Analizar el impacto que tiene un proyecto de servicio en el que has participado recientemente en las necesidades abordadas. 4. Analizar lo que cambiarías para la próxima vez. 5. Comunicar los resultados de un proyecto reciente de servicio comunitario o escolar a los padres o al grupo comunitario. 6. Escribir una carta al editor de un periódico acerca de un problema comunitario como el desamparo. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar formas en las que los trabajadores comunitarios ayudan a los ciudadanos a proteger y mejorar los vecindarios. 2. Analizar tus derechos y responsabilidades como miembro de tu comunidad educativa. 3. Comentar las razones por las que votaste como lo hiciste en una elección local, estatal o nacional simulada. 4. Participar en el establecimiento y cumplimiento de las normas de clase. 5. Proponer formas en que podrías contribuir a tu comunidad (por ejemplo, ayudar en el vecindario, contribuir a la seguridad comunitaria, ayudar a mantener tu bloque limpio, etc.) 6. Preparar un argumento para convencer a los compañeros de clase para que voten o para que sean candidatos para un cargo en una elección local, estatal o nacional simulada. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las diferentes formas en que los trabajadores comunitarios ayudan a los ciudadanos a embellecer y proteger los vecindarios. 2. Recopilar información sobre un asunto o necesidad comunitaria. 3. Desarrollar con tus compañeros de clase un plan para abordar un asunto o necesidad comunitaria. 4. Supervisar tu progreso en la implementación de un plan para abordar un asunto o necesidad comunitaria. 5. Evaluar la implementación de un plan de clase para abordar un asunto comunitario. 6. Hacer recomendaciones acerca de cómo mejorar un plan para abordar un asunto comunitario. |

Estándar de Aprendizaje ASE

Nivel 8

| OBJETIVO | ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE | PARÁMETRO |
|---|--|---|
| 1. Desarrollar habilidades de autoconocimiento y autocontrol para lograr éxito en la escuela y en la vida. | 1.1 Identificar y controlar las emociones y comportamientos de uno mismo. | <ul style="list-style-type: none"> Analizar factores que provocan estrés o estimulan un rendimiento efectivo. Poner en práctica estrategias para gestionar el estrés y estimular un rendimiento efectivo. |
| | 1.2 Reconocer las cualidades personales y los apoyos externos. | <ul style="list-style-type: none"> Analizar cómo las cualidades personales influyen en los logros y decisiones. Analizar cómo hacer uso de los apoyos y oportunidades escolares y comunitarios puede contribuir a lograr éxito en la escuela y en la vida. |
| | 1.3 Demostrar habilidades relacionadas con el logro de objetivos académicos y personales. | <ul style="list-style-type: none"> Analizar cómo las cualidades personales influyen en los logros y decisiones. Analizar cómo hacer uso de los apoyos y oportunidades escolares y comunitarios puede contribuir a lograr éxito en la escuela y en la vida. |
| 2. Usar la conciencia social y las habilidades interpersonales para establecer y mantener relaciones positivas. | 2.1 Reconocer los sentimientos y perspectivas de los demás. | <ul style="list-style-type: none"> Intuir los sentimientos y perspectivas de los demás en diferentes situaciones. Analizar cómo el comportamiento de uno puede afectar a los demás. |
| | 2.2 Reconocer las similitudes y diferencias individuales y grupales. | <ul style="list-style-type: none"> Explicar cómo las diferencias individuales, sociales y culturales pueden aumentar la vulnerabilidad al acoso e identificar las maneras de abordarlo. Analizar los efectos de actuar contra el acoso en base a las diferencias grupales e individuales. |
| | 2.3 Usar las habilidades comunicativas y sociales para interactuar eficazmente con los demás. | <ul style="list-style-type: none"> Analizar formas de establecer relaciones positivas con los demás. Demostrar aptitudes de cooperación y trabajo en equipo para favorecer la eficacia del grupo |
| | 2.4 Demostrar la habilidad de prevenir, controlar y resolver conflictos interpersonales de manera constructiva. | <ul style="list-style-type: none"> Evaluar las estrategias para prevenir y resolver problemas interpersonales. Identificar la presión negativa ejercida por los compañeros y evaluar estrategias para combatirla. |
| 3. Demostrar habilidades para la toma de decisiones y conductas responsables en el contexto personal, escolar y comunitario. | 3.1 Considerar los factores éticos, sociales y de seguridad cuando se toman decisiones. | <ul style="list-style-type: none"> Evaluar cómo la honestidad, el respeto, la justicia y la compasión permiten que se tenga en cuenta las necesidades de los demás cuando se toman decisiones. Analizar las razones de las normas escolares y sociales. |
| | 3.2 Utilizar las habilidades para la toma de decisiones para abordar responsablemente situaciones académicas y sociales del día a día. | <ul style="list-style-type: none"> Analizar cómo las habilidades para tomar decisiones mejoran los hábitos de estudio y el rendimiento académico. Evaluar estrategias para combatir la presión por tomar parte en actividades peligrosas o poco éticas. |
| | | <ul style="list-style-type: none"> valuar la participación de uno en esfuerzos para abordar una necesidad escolar identificada. Evaluar la participación de uno en esfuerzos para abordar una necesidad escolar identificada en la comunidad local. |

| ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE | GRADO/ NIVEL | DESCRIPTORES DEL RENDIMIENTO |
|--|-----------------|--|
| 1A. Identificar y controlar las emociones y comportamientos de uno mismo. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer emociones como indicadores de situaciones que requieren atención. 2. Distinguir entre cómo te sientes realmente y cómo los demás esperan que te sientas. 3. Distinguir entre diferentes emociones (por ejemplo, miedo y enfado o vergüenza y tristeza). 4. Analizar los estados emocionales que contribuyen o limitan tu capacidad de resolver problemas. 5. Analizar el efecto del diálogo interno sobre las emociones. 6. Practicar técnicas de relajación (respiración profunda, diálogo interno, relajación progresiva, etc.) para controlar el estrés. 7. Mostrar la capacidad de procesar las emociones para facilitar la resolución de problemas (por ejemplo, hacer frente a la negatividad, desarrollando una actitud positiva). |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las habilidades que te resultan más útiles para controlar el estrés. 2. Predecir cómo te sentirías si te disculpas con alguien a quien has ofendido. 3. Mostrar la capacidad de evaluar tu nivel de estrés atendiendo a factores físicos y psicológicos. 4. Supervisar los cambios en tus emociones con el tiempo y reflexionar sobre sus causas. 5. Mostrar la capacidad de reducir el estrés reevaluando una situación. 6. Mostrar la habilidad de ganar motivación para conseguir un mayor rendimiento cambiando tu opinión acerca de una situación complicada. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Explicar las consecuencias de las diferentes formas de comunicar las propias emociones. 2. Predecir cómo te sentirías dando o recibiendo ayuda o un cumplido. 3. Analizar cómo la gestión del tiempo puede ayudar a tomar decisiones. 4. Practicar la comunicación asertiva para controlar el estrés. 5. Practicar el comportamiento apropiado cuando se es acusado erróneamente de algo. 6. Practicar una técnica para el control del estrés a fin de gestionar la ansiedad relacionada con una tarea escolar (por ejemplo, hablar en público o hacer un examen). |
| 1B. Reconocer las cualidades personales y los apoyos externos. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las actividades extraescolares que están disponibles para los alumnos. 2. Reconocer las influencias externas en el desarrollo de las características personales (por ejemplo, la imagen corporal, la autoestima, el comportamiento, etc.). 3. Identificar el personal de apoyo escolar e investigar cómo ayudan a los alumnos. 4. Identificar las organizaciones de tu comunidad que proporcionan oportunidades para desarrollar tus intereses o talentos. 5. Evaluar los beneficios de participar en actividades extraescolares (por ejemplo, las amistades, el liderazgo, aprender nuevas habilidades, el trabajo en equipo, etc.). 6. Evaluar cómo tus características físicas han contribuido en las decisiones que has tomado (por ejemplo, los deportes que practicar, las actividades en las que participar, etc.). |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar qué te gusta de ti mismo, incluyendo las cosas que puedas considerar atípicas de tu género. 2. Anotar tus fortalezas personales y describirlas en tu diario. 3. Describir una situación en la que necesitaste ayuda y dónde la encontraste. 4. Analizar cómo otras personas de tu vida te han ayudado a evitar influencias negativas. 5. Reflexionar sobre alguna ocasión en que superaste un obstáculo para conseguir algo que era importante para ti. 6. Analizar la influencia que tienen las actividades extraescolares en cómo te sientes con respecto a la escuela. |

| | | |
|---|----------|---|
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar posibles oportunidades profesionales y de voluntariado en función de tus intereses y fortalezas identificados. 2. Identificar las cosas que no puedes cambiar sobre ti o una situación y centrar tu energía en algo que puedas cambiar. 3. Establecer criterios para decidir en qué deporte o actividad participar. 4. Establecer un plan para mejorar tu rendimiento en una asignatura escolar o en un ámbito de responsabilidad familiar. 5. Evaluar cómo diversas experiencias (por ejemplo, trabajos de verano o voluntariados) han contribuido al desarrollo de un interés o habilidad. 6. Diferenciar entre factores relacionales que influyen en los objetivos personales y profesionales. |
| 1 C. Demostrar habilidades relacionadas con el logro de objetivos académicos y personales. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los recursos que pueden ayudarte a conseguir un objetivo (por ejemplo, recursos de investigación). 2. Analizar cómo las limitaciones y las ayudas influyeron en la realización de acciones necesarias para lograr un objetivo. 3. Analizar cómo podrías haber usado mejor ciertos recursos y superado ciertos obstáculos cuando trabajabas para lograr un objetivo. 4. Distinguir entre un objetivo a corto y largo plazo. 5. Utilizar las habilidades para establecer objetivos a fin de obtener éxito académico. 6. Fijar un objetivo de interacción social positiva. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Fijar un objetivo que puedas lograr en uno o dos meses en relación con un ámbito de interés (por ejemplo, deportes, aficiones, instrumentos musicales, etc.). 2. Establecer unas medidas y plazos de tiempo necesarios para lograr dicho objetivo. 3. Identificar las personas que pueden ayudarte a lograr tu objetivo y pedirles ayuda. 4. Supervisar tu progreso en el logro de un objetivo y ajustar tu plan según convenga. 5. Evaluar tu nivel de consecución de objetivos e identificar los factores que te ayudaron o limitaron. 6. Analizar lo que has aprendido de esta experiencia y qué cambiarías para la próxima vez. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar quién y cómo te ha ayudado a lograr tu objetivo. 2. Analizar por qué fuiste o no capaz de superar obstáculos cuando trabajabas para lograr un objetivo reciente. 3. Analizar el impacto de las oportunidades imprevistas en la consecución de un objetivo. 4. Analizar por qué los conflictos de programación pueden requerir que se cambie el plazo para lograr un objetivo. 5. Analizar cómo el uso de sustancias ilegales puede interferir en la consecución de un objetivo a largo plazo. 6. Analizar cómo los logros académicos pueden ayudar a lograr un objetivo a largo plazo.. |
| 2A. Reconocer los sentimientos y perspectivas de los demás. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los sentimientos y perspectivas de los demás en los debates en grupo. 2. Recordar una situación en la que tu comportamiento influyó en los sentimientos de los demás, positiva o negativamente. 3. Describir cómo se pueden sentir los compañeros de clase que son objeto de rumores o acoso. 4. Distinguir cuándo una situación es de acoso o no. 5. Hacer juegos de roles con las perspectivas de diferentes personajes en determinados supuestos. 6. Parafrasear las perspectivas opuestas de las partes de un conflicto. |

| | | |
|--|----------|--|
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar por qué ambas partes de un conflicto se sienten de una determinada manera. 2. Reconocer las acciones que pueden dañar a los demás. 3. Proponer diferentes formas de estimular. 4. Reconocer las contribuciones de los demás. 5. Registrar los sentimientos de personajes de televisión y analizar por qué se sienten así. 6. Apoyar a personas que tienen problemas. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer diferentes formas de compartir y corresponder sentimientos. 2. Identificar las diferentes actitudes y sentimientos de las personas acerca de temas actuales (por ejemplo, qué cambios deberían introducir los centros educativos para preparar mejor a los alumnos para el mundo laboral.) 3. Diferenciar entre el contenido real y emocional de lo que una persona dice. 4. Mostrar empatía por los demás en diferentes situaciones. 5. Desarrollar estrategias para apoyar a personas que tienen problemas. 6. Mostrar estrategias para guiar a otros. |
| 2B. Reconocer las similitudes y diferencias individuales y grupales. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Investigar acerca de las tradiciones de los demás (por ejemplo, memorizar frases en otros idiomas, familiarizarte con la música o la gastronomía de otras culturas, etc.). 2. Identificar las representaciones negativas de las diferencias entre las personas (por ejemplo, estereotipos de orientaciones sexuales o de género, discriminación contra las minorías socioeconómicas o culturales, prejuicios basados en una falta de información) en las lecturas que se realicen para llevar a cabo trabajos académicos. 3. Explicar cómo la falta de comprensión de las diferencias sociales y culturales puede contribuir a la intolerancia. 4. Evaluar formas de vencer la falta de entendimiento de aquellos que son diferentes. 5. Explicar por qué el acoso o la burla es perjudicial para uno mismo y para los demás (por ejemplo, acoso físico o verbal). 6. Escuchar con respeto otros puntos de vista sobre temas controvertidos. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar las consecuencias que tiene ignorar los derechos de otras personas. 2. Evaluar cómo las acciones de determinados personajes literarios o figuras históricas han mostrado las diferencias y similitudes del ser humano. 3. Analizar por qué los alumnos que son diferentes pueden ser objeto de acoso o burla. 4. Desarrollar estrategias para prevenir o acabar con el acoso. 5. Hacer juegos de roles con estrategias para prevenir o acabar con el acoso. 6. Evaluar la eficacia de las estrategias para prevenir o acabar con el acoso.. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Hablar sobre los estereotipos y sus efectos negativos tanto para la víctima como para el perpetrador. 2. Analizar cómo se representa a los diferentes grupos sociales y culturales en los medios de comunicación. 3. Analizar cómo exponerse a la diversidad cultural puede mejorar o perjudicar tus comportamientos relacionados con la salud (por ejemplo, formas de conducción o hábitos alimenticios, más o menos presión psicológica en base a diferentes normas culturales, etc.). 4. Evaluar los esfuerzos por promover la comprensión entre diferentes grupos. 5. Evaluar los esfuerzos por proporcionar a los miembros de diferentes grupos la oportunidad de trabajar juntos para lograr objetivos comunes. 6. Evaluar cómo proteger los derechos y deberes de los alumnos pertenecientes a minorías ayuda a proteger los derechos de todos los alumnos. 7. Desarrollar y mantener relaciones positivas entre compañeros de diferentes géneros, razas y grupos étnicos. |
| 2C. Usar las habilidades comunicativas y sociales para interactuar eficazmente con los demás. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Hacer juegos de roles en los que se denuncie el acoso. 2. Participar en el establecimiento y cumplimiento de las normas de clase. 3. Practicar estrategias para mantener relaciones positivas (por ejemplo, buscar intereses y actividades comunes, pasar tiempo juntos, dar y recibir ayuda, practicar el perdón, etc.). 4. Reconocer la importancia de establecer límites para ti mismo y los demás. 5. Mostrar la capacidad tanto de asumir el liderazgo como de ser parte de un equipo para conseguir objetivos grupales. 6. Aprender a mantener un tono objetivo y no juzgar en las discrepancias. |

| | | |
|---|-----------------|---|
| | <p>B</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los indicadores de posibles problemas en las relaciones según diversas situaciones planteadas. 2. Diferenciar entre respuestas pasivas, asertivas y agresivas a la presión de los compañeros. 3. Desarrollar directrices para una comunicación eficaz por correo electrónico. 4. Hacer juegos de roles para aprender a responder de manera no defensiva a las críticas o acusaciones. 5. Utilizar la autorreflexión para decidir cómo frenar la propagación de un rumor. 6. Practicar cómo escuchar y hablar de forma efectiva en casa. |
| | <p>C</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Describir en qué se diferencian diversas relaciones (por ejemplo, entre compañeros, padres, docentes u otros adultos). 2. Analizar las diferencias en el grado de intimidad que resulta adecuado en cada tipo de relación. 3. Analizar las diferencias en la resolución de conflictos según los distintos tipos de relaciones. 4. Analizar las diferencias que hay en la distribución de poder en diversos tipos de relaciones y cómo afecta a las formas de comunicación. 5. Usar la capacidad de establecer objetivos para ayudar a un grupo a llevar a cabo acciones para conseguir un objetivo grupal. 6. Desarrollar criterios para evaluar el éxito de las acciones realizadas y la consecución de objetivos. |
| <p>2D. Demostrar la habilidad de prevenir, controlar y resolver conflictos interpersonales de manera constructiva.</p> | <p>A</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los factores que contribuyen a la violencia (por ejemplo, gestión inadecuada del enfado y disponibilidad de instrumentos de violencia). 2. Hacer una lista con las características de los amigos que suponen una influencia positiva o negativa. 3. Identificar estrategias para evitar, eludir y reducir la violencia. 4. Hacer una lista de los comportamientos destructivos fomentados por los compañeros (por ejemplo, drogas, rumores, comportamientos sexuales, comportamientos autodestructivos, etc.). 5. Analizar las causas de un enfrentamiento físico o verbal que hayas presenciado y las estrategias de prevención. 6. Practicar las habilidades de negociación por parejas, teniendo en cuenta los puntos de vista de ambas partes. |
| | <p>B</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluar la eficacia de diferentes estrategias para hacer frente a la presión negativa de los compañeros (por ejemplo, ignorarla cambiando de tema, recordando las consecuencias negativas, sugiriendo alternativas, etc.). 2. Enseñar habilidades para resolver conflictos a los más pequeños. 3. Hacer un juego de roles para aprender a mitigar un conflicto y así evitar una pelea. 4. Usar una lista de análisis de conflictos para valorar y resolver una situación de conflicto. 5. Practicar las habilidades de mediación entre compañeros. 6. Explicar el concepto de una resolución de conflictos en la que todos salen ganando. |
| | <p>C</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar cómo ambas partes de un conflicto pueden ver satisfechas sus necesidades. 2. Analizar escenarios para mostrar cómo las luchas de poder contribuyen al conflicto. 3. Desarrollar estrategias para resistir la presión negativa de procedencias diferentes (por ejemplo, de un mejor amigo o de conocidos). 4. Evaluar la efectividad que tienen las soluciones impuestas en contraposición con los acuerdos mutuos en la resolución de conflictos. 5. Usar las habilidades para resolver conflictos a fin de mitigar, reducir o resolver conflictos. 6. Demostrar técnicas de solución de problemas a través de la participación en una simulación (por ejemplo, un esfuerzo diplomático para resolver un conflicto internacional, un debate legislativo, etc.). |

| | | |
|---|----------|---|
| 3A. Considerar los factores éticos, sociales y de seguridad cuando se toman decisiones. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar alternativas seguras a comportamientos peligrosos (por ejemplo, ir en un coche con un conductor borracho, montar en monopatín en un sitio peligroso, oponerse a fumar o consumir drogas, etc.). 2. Describir los comportamientos comúnmente aceptados por la sociedad en diversas situaciones (por ejemplo, ir a un partido de fútbol o a un concierto acompañando a un nuevo grupo, a una entrevista de trabajo, participar en clase, etc.). 3. Definir los papeles de responsabilidad como víctima, espectador, perpetrador y salvador en una situación. 4. Evaluar el riesgo al que se expone una persona ante diferentes tipos de daños. 5. Escribir en un diario acerca de cómo tus acciones han afectado a los demás. 6. Juzgar la importancia de comportamientos poco éticos (por ejemplo, hacer trampas, mentir, robar, plagiar, etc.). |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer el impacto de los comportamientos poco éticos o destructivos en familiares, amigos y seres queridos. 2. Reconocer las cuestiones legales relacionadas con el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas por parte de adolescentes. 3. Analizar cómo los anuncios de los medios de comunicación influyen en las elecciones de los consumidores. 4. Considerar cómo la justicia y el respeto pueden influir en la planificación, implementación y evaluación de un proyecto de aprendizaje-servicio en tu centro educativo o comunidad. 5. Practicar la sustitución de creencias acerca de normas entre compañeros de grupo que respaldan comportamientos irresponsables por creencias que respaldan comportamientos responsables. 6. Analizar cómo un personaje literario o una figura histórica tuvo en cuenta los factores sociales y éticos a la hora de tomar decisiones importantes. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Explicar cómo reducir los resultados negativos en situaciones peligrosas. 2. Explicar cómo las leyes reflejan las normas sociales y afectan a nuestra toma de decisiones personales. 3. Analizar cómo las decisiones personales pueden afectar a tu salud y a la salud de los demás. 4. Examinar cómo la reproducción de la violencia en los medios de comunicación y de entretenimiento puede influir en las personas y en los grupos. 5. Mostrar cómo las normas sociales influyen en la forma de comportarse en diferentes situaciones (por ejemplo, en hospitales, restaurantes, eventos deportivos, etc.). 6. Promover actividades entre compañeros en las que no haya alcohol. |
| 3B. Utilizar las habilidades para la toma de decisiones para abordar responsablemente situaciones académicas y sociales del día a día. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Hacer una lista de las cualidades que favorecen las amistades. 2. Describir los efectos de la postergación y la desorganización en los resultados académicos. 3. Analizar cómo la capacidad para tomar decisiones mejora los hábitos de estudio. 4. Analizar cada paso del proceso de la toma de decisiones utilizado para responder a situaciones problemáticas. 5. Reflexionar en el diario acerca de las consecuencias de un comportamiento de riesgo reciente. 6. Usar un registro de decisiones durante 24 horas para identificar las influencias en tus decisiones sobre la salud. 7. Demostrar habilidades de rechazo. |

| | | |
|--|----------|--|
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reconocer la influencia que tienen tus compañeros en tu éxito académico y social. 2. Definir métodos para abordar las diferencias interpersonales de forma positiva. 3. Reflexionar sobre tus respuestas ante problemas del día a día en un diario. 4. Practicar la capacidad para resolver problemas respondiendo a cartas que se hayan enviado a un columnista que proporciona consejos. 5. Mostrar cómo las relaciones laborales y sociales se ven reforzadas si se tienen en cuenta las expectativas de los demás, así como las tuyas propias. 6. Analizar cómo un personaje literario o una figura histórica usó o no usó habilidades comunicativas como la escucha reflexiva para resolver un conflicto. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar habilidades eficaces para la gestión del tiempo y la organización. 2. Identificar recursos que facilitan el éxito académico y el funcionamiento social. 3. Describir las causas y efectos que tienen en los demás tus propios comportamientos. 4. Evaluar cómo las decisiones que tomamos acerca del estudio influyen en los logros académicos. 5. Evaluar el efecto que tiene considerar los factores de seguridad en las relaciones. 6. Evaluar cómo una conducta ética puede mejorar las relaciones importantes. 7. Demostrar cómo los compañeros pueden ayudarse unos a otros y hacer frente a las situaciones potencialmente peligrosas. |
| 3C. Contribuir al bienestar del centro educativo y de la comunidad. | A | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar las fuentes de información sobre tu comunidad. 2. Identificar las responsabilidades de los ciudadanos (por ejemplo, cumplir las leyes, prestar servicio como jurado, estar informado de los problemas, influir en la política pública, etc.). 3. Analizar lo que has aprendido sobre ti mismo y sobre la comunidad al involucrarte en una actividad para mejorarla. 4. Analizar las consecuencias de participar o no en el proceso electoral. 5. Reunir información sobre cómo diversos grupos están trabajando para la mejora de la comunidad. 6. Evaluar un proyecto reciente que haya abordado un asunto o necesidad de la comunidad. 7. Planea con tu familia participar en una actividad que tenga como objetivo mejorar la comunidad. |
| | B | <ol style="list-style-type: none"> 1. Defender una posición con respecto a un tema o suceso público en un debate parlamentario simulado. 2. Defender una posición por escrito acerca de un tema importante de la ciudadanía (por ejemplo, el estado de derecho, el valor de un poder judicial independiente, la separación de poderes en el gobierno, la protección de los derechos de las minorías, etc.). 3. Evaluar tu participación en unas elecciones estatales o federales simuladas. 4. Describir el papel de los partidos políticos y grupos de interés y en qué difieren sus opiniones acerca de determinados temas. 5. Describir las funciones que desempeñan las organizaciones voluntarias en una sociedad democrática. 6. Explicar cómo las decisiones y comportamientos de uno afectan al bienestar del centro educativo y la comunidad. |
| | C | <ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar posibles proyectos de servicio a llevar a cabo en tu centro educativo. 2. Identificar posibles proyectos de servicio a llevar a cabo en tu comunidad. 3. Explicar cómo las decisiones y comportamientos personales afectan al bienestar del centro educativo y la comunidad. 4. Describir cómo diferentes organizaciones contribuyen al bienestar de tu comunidad. 5. Evaluar el impacto que tiene en ti y en otras personas tu participación en una actividad para mejorar tu centro educativo o comunidad. 6. Evaluar cómo puedes mejorar tu participación en un proyecto de servicio en tu centro educativo o comunidad. |

