

# Índice

Presentación	3
Panorama de la espiral	8
A través de la espiral	12



## Entremos a la espiral 15

### Secuencia didáctica 1. Identidad personal y cuidado de sí 16

- ¿Quiénes somos los adolescentes y por qué cambiamos tanto? 16
- ¿Con cuáles recursos cuento para vivir a plenitud mis cambios físicos, afectivos y éticos? 19
- Sexualidad en la adolescencia 20
- ¿Cómo se expresan los adolescentes? 24
- ¿Cuál es mi actitud frente a la diversidad? 28
- ¡Conócete y cuídate! 31

### Un alto en la espiral 33

### Secuencia didáctica 2. Sujeto de derecho y dignidad humana 34

- ¿Por qué tengo dignidad? 34
- ¿Sirve ser consciente de los propios derechos? 37

- ¿Cómo organizarnos para promover una "cultura del respeto"? 40
- ¡Valórate! 42

### Secuencia didáctica 3. La libertad como valor y derecho humano fundamental 44

- ¿Cómo decir "no" o "sí" cuando es difícil hacerlo? 44
- ¿Cómo puedo crecer en autonomía? 48
- ¡Sé asertivo y crítico! 52

### Un alto en la espiral 55

### Secuencia didáctica 4. Criterios para el ejercicio responsable de la libertad: la dignidad, los derechos y el bien común 56

- ¿Qué implicaciones tiene ejercer la libertad? 56
- ¿Liberarnos es un desafío? 59
- ¿Responsabilizarnos es un desafío? 60
- ¿Qué condiciones sociales vulneran la libertad? 63
- ¿En qué medida el pensamiento crítico te conserva libre? 65
- ¡Genera auténticos espacios de libertad! 67

### Leer es comprender 70

### Proyecto en espiral 72

### Giro ascendente 78



# Trimestre 2

80

## Entremos a la espiral

81

**Secuencia didáctica 5.** Valoración de la diversidad, no discriminación e interculturalidad

82

- ¿Con qué marcos jurídicos antidiscriminatorios contamos los mexicanos? **82**
- ¿Qué instituciones trabajan para prevenir y erradicar la discriminación? **86**
- ¿Qué tan importante es mi familia y mi escuela? **90**
- ¿La pertenencia a grupos influye en la identidad de las personas? **92**
- ¡Pertenece, pero sé tú mismo! **94**

## Un alto en la espiral

97

**Secuencia didáctica 6.** Identidad colectiva, sentido de pertenencia y cohesión social

98

- ¿Cómo pasar de la solidaridad emocional a la solidaridad efectiva? **98**

- ¿Cómo impulsar la inclusión y la cohesión con la solidaridad? **102**
- ¡*In solidum!* **104**

**Secuencia didáctica 7.** Igualdad y perspectiva de género

108

- ¿La igualdad es un derecho? **108**
- ¿Qué es más importante, la igualdad de derechos o la de oportunidades? **111**
- ¿Cómo la perspectiva de género permite detectar desigualdades en mis espacios de convivencia? **113**
- ¡Construyamos entornos de igualdad! **115**

**Secuencia didáctica 8.** Cultura de paz

118

- ¿Qué influencias me incitan a la violencia? **118**
- ¿Nos estamos acostumbrando al *bullying*? **122**
- ¡Construye la paz! **124**

## Un alto en la espiral

127

**Secuencia didáctica 9.** Formas de hacer frente al conflicto

128

- ¿Qué es un conflicto? **128**
- ¿Con qué recursos cuento para solucionar mis conflictos? **133**
- ¡Convence! **136**

**Secuencia didáctica 10.** Los conflictos interpersonales y sociales

138

- ¿Verdaderamente yo dialogo? **138**
- ¿Todas las formas de crear un consenso son éticamente aceptables? **142**
- ¿Cuándo recurrimos a un *tercero en discordia*? **144**
- ¡Dialogar es solucionar! **146**

# Índice

Leer es comprender	148
Proyecto en espiral	150
Giro ascendente	156



## Entremos a la espiral 159

**Secuencia didáctica 11.** La justicia como referente para la convivencia 160

- ¿Qué significa Estado de Derecho?  
¿Cómo crear ambientes justos? 160
- ¿Qué instituciones nacionales e internacionales procuran la aplicación justa de leyes? 162
- ¡Di no a la corrupción y sí a la justicia! 167

**Secuencia didáctica 12.** Criterios para la construcción y aplicación de las normas y leyes para la vida democrática 170

- ¿Qué es una ley? ¿Cómo se construye y se aplica? 170
- ¿Qué tienen que ver conmigo la Constitución y las demás leyes y qué derechos me garantizan? 173
- ¡Sin legalidad no hay democracia! 175

**Un alto en la espiral 179**

**Secuencia didáctica 13.** La función de la autoridad en la aplicación y cumplimiento de las normas y leyes 180

- ¿Cuál es la etimología de la palabra *autoridad*? 180
- ¿Qué implica ejercer el poder en una democracia? 182
- ¿Cómo transitar del gobierno a la buena gobernanza? 184
- ¡Prepárate para gobernar! 186

<b>Secuencia didáctica 14.</b> La democracia como forma de organización social y política: principios, mecanismos, procedimientos e instituciones	<b>190</b>	<b>Secuencia didáctica 16.</b> Participación ciudadana en las dimensiones política, civil y social, y sus implicaciones en la práctica	<b>208</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué hacen los diputados y senadores?</li> </ul>	<b>190</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Pensar globalmente y actuar localmente?</li> </ul>	<b>208</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué funciones realiza el Poder Ejecutivo?</li> </ul>	<b>193</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Lo vamos a lograr solo si participamos todos?</li> </ul>	<b>212</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Por qué hay jueces, magistrados y ministros?</li> </ul>	<b>196</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¡Sé líder dentro de tu comunidad!</li> </ul>	<b>214</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¡Valora a los buenos gobernantes!</li> </ul>	<b>197</b>	<b>Leer es comprender</b>	<b>216</b>
<b>Un alto en la espiral</b>	<b>199</b>	<b>Proyecto en espiral</b>	<b>218</b>
<b>Secuencia didáctica 15.</b> La democracia como base para la reflexión sobre asuntos que nos afectan, la toma de decisiones en función del bien común y la actuación conforme a ello	<b>200</b>	<b>Giro ascendente</b>	<b>222</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Quién es ciudadano?</li> </ul>	<b>200</b>	<b>Fuentes de información</b>	<b>224</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué implica la participación ciudadana para la toma de decisiones en una democracia?</li> </ul>	<b>202</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿El bien común lo construimos todos?</li> </ul>	<b>204</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¡Prepárate para ser un gran ciudadano!</li> </ul>	<b>206</b>		