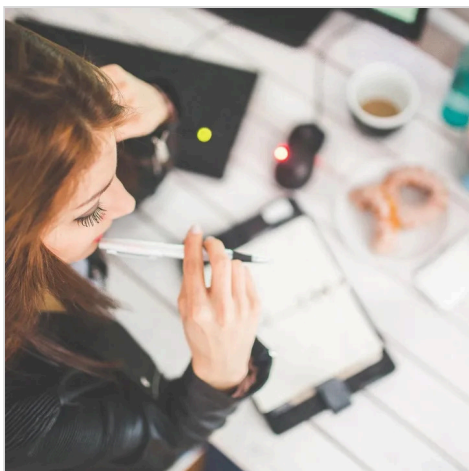


L U M B R E



Proyecto de vida: UAC, créditos y mi plan

Materia: De lo Humano y lo Comunitario

03/10/2026

Antes de empezar

Una dinámica para 1.º a 3.º de preparatoria: talleres sucesivos donde el estudiante se mira a futuro con datos: ¿qué líneas de egreso ya tengo y qué me falta?, ¿qué puedo acreditar como UAC con lo que sé hacer (música, trabajo, deporte, idiomas)?, ¿cómo se mueven mis créditos entre UNAM, IPN y la EMS? Escribe su proyecto con metas a 1, 3 y 10 años, un mapa de oportunidades locales y un plan de semestre revisable en tutoría. De lo Humano y lo Comunitario: la autonomía profesional empieza por uno.

QUÉ APRENDERÁS

- Construir cada alumno un proyecto de vida escrito que conecte sus metas con las líneas de egreso del MCCEMS, la movilidad de créditos y las acreditaciones UAC, con un plan de acción de semestre.

Proyecto de vida: UAC, créditos y mi plan

Ficha rápida

Nivel: preparatoria (1.º a 3.º, con más provecho desde 2.º) · Campo: De lo Humano y lo Comunitario · Duración: 3 sesiones de 45 min + tutoría individual de 15 min · Agrupamientos: trabajo personal con círculos de pares · Materiales: hoja de líneas de egreso del MCCEMS, formato de proyecto de vida (metas 1-3-10 años), tabla de movilidad de créditos del subsistema, cartel de opciones UAC del plantel.

VIDEO

Proyecto de vida en adolescentes y jóvenes

Video de apoyo: qué es un proyecto de vida en la adolescencia y por qué conviene escribirlo.



Escanea para verlo en Lumbre

https://www.youtube.com/watch?v=VZ_VwFLNx6I

El MCCEMS no sólo entrega bachilleres: entrega **personas que saben hacia dónde van**. El proyecto de vida convierte la normatividad (líneas de egreso, créditos, UAC) en **herramienta personal**: el alumno descubre que puede acreditar su guitarra o su puesto de la feria como UAC, que sus créditos viajan si cambia de subsistema, y que "no sé qué quiero estudiar" también se trabaja con un plan de semestre concreto.

Desarrollo paso a paso

1. Sesión 1 — Mi mapa (45 min): línea del tiempo personal (qué sé hacer, qué me da energía, qué me enoja del mundo) en círculo de pares; se comparte sólo lo que cada quien quiera.
2. Sesión 2 — Las reglas del juego (45 min): con la hoja de líneas de egreso cada quien se autoevalúa (logrado / en proceso / falta); se revisa la tabla de créditos y las opciones reales de UAC en el plantel con ejemplos de egresados.
3. Sesión 3 — Mi plan (45 min): escritura del proyecto: metas a 1, 3 y 10 años redactadas en positivo y verificables; un primer paso con fecha para este semestre; se elige un "compañero de ruta" para revisarse mutuamente.
4. Tutoría (15 min individual): el docente-tutor lee el proyecto, ajusta metas realistas y anota los apoyos necesarios (beca, orientación, reinscripción).
5. Cierre del semestre (20 min): cada quien revisa su plan con semáforos (cumplido / en curso / ajustar) y reescribe el siguiente paso; el proyecto se archiva en el portafolio de evidencias.

Variantes por fase y modalidad

- 1.º: versión guiada con plantilla y entrevista a un egresado del plantel ("cómo fue su después").
- 2.º: incorpora el mapa de oportunidades locales (empresas, universidades, oficios, becas) con investigación en equipos.
- 3.º: versión orientada a la decisión post-bachillerato: comparación de carreras con sus requisitos de admisión y tabla UAC/créditos ya casi completa.
- Telebachillerato o comunitario: el proyecto se enriquece con el contexto —la milpa, la tienda, la migración familiar— como fuente legítima de metas y UAC.

1. ¿Qué meta del plan de semestre sí se cumplió y qué hizo falta para las que no?

La evidencia es el proyecto escrito con sus semáforos de revisión: un proyecto de vida que no se revisa es una tarea, no un plan.

Referencia curricular

Materia:	De lo Humano y lo Comunitario
-----------------	-------------------------------

Versión interactiva completa (con actividades, videos y autoevaluación):



<https://lumbre.lat/object/dyn-pep-m01-0a05>

Material educativo generado desde Lumbre · lumbre.lat