



Educación
Secretaría de Educación Pública

PRODUCTOS CONTESTADOS

Orientaciones para la Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar



6



Vida saludable



**Centros y Escuelas de Organización Completa
y Multigrado.** Educación Básica



<https://materialeducativo.org/>



2026
año de
Margarita
Maza

Presentación

Estimadas agentes educativas y maestras, estimados agentes educativos y maestros:

Marzo, mes en que tiene lugar la Sexta Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar, tiene un alto significado en las luchas que han transformado nuestra nación y que se entretajan:

El 8 de marzo, día instituido internacionalmente para visibilizar las luchas que las mujeres han dado desde tiempo atrás para recibir justicia, respeto y derechos plenos.

El 21 de marzo de 1806, día del natalicio de uno de los grandes exponentes de la reforma liberal mexicana, el Presidente Benito Juárez.

Estas fechas se engarzan en el presente; 2026 fue decretado por el Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos como el Año de Margarita Maza Parada, mujer valerosa que, junto a Benito Juárez, luchó por la consolidación de nuestra república y la defensa de la soberanía nacional durante el siglo XIX.

Reflexionar acerca del legado de Margarita Maza Parada puede ofrecer una nueva mirada que contribuya a transformar prácticas sexistas que todavía están presentes en la escuela y en la comunidad para que niñas, niños, adolescentes y sus familias reconozcan que mujeres y hombres somos iguales en derechos, con capacidades de decisión y autonomía.

El reto no es menor, en los espacios público y privado, existen prácticas orientadas por roles y estereotipos por razón de género, origen étnico o clase social, que no contribuyen a la igualdad y la inclusión de todas y todos en nuestro México diverso.

Desde la igualdad de género, la transformación de la educación:

- ☐ Empieza por visibilizar la desigualdad histórica que han enfrentado las mujeres.
- ☐ Continúa al comprender que la violencia y la discriminación se derivan de construcciones sociales desiguales e históricas y no se deben a las características biológicas, por lo tanto pueden ser erradicadas.
- ☐ Se fortalece cuando se crean condiciones para el establecimiento de relaciones fundadas en el respeto, la participación equitativa y la eliminación de todas las formas de violencia y exclusión hacia las mujeres.

Desde la Secretaría de Educación Pública hacemos el llamado para construir desde las aulas con todas y todos la República de y para las mujeres a la que nos convocan la razón y el Gobierno de la Presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo.

Educación para la transformación

Sugerencias para avanzar en la consolidación del CTE como Comunidad de Aprendizaje

El Itinerario del Consejo Técnico Escolar que cada escuela definió, contribuye a fortalecer la autonomía profesional y la formación situada, así como consolidar a los colectivos como comunidades de aprendizaje.

A continuación, se presentan algunas sugerencias para favorecer el diálogo pedagógico, la reflexión, el aprendizaje entre pares y el trabajo colaborativo en las sesiones del CTE:

- **Dialogar en torno a las razones por las que consideran importante abordar el tema que han determinado.** Responder preguntas como: ¿por qué me interesa profundizar en este tema?, ¿qué es lo que sé del tema?, ¿qué quiero aprender de este tema?, ¿conozco algunos referentes teóricos o insumos que pueden ayudar a su estudio?, entre otras, puede apoyarles a delimitar el propósito, diseñar actividades y seleccionar los recursos que contribuyan a dialogar, compartir sus saberes, intercambiar opiniones y aprender entre pares.
- **Explorar los insumos** que se ofrecen en las Orientaciones para determinar si son adecuados para profundizar en los aspectos del tema que les interesa. El propio colectivo podrá buscar y recurrir a otros que consideren adecuados y pertinentes. Tengan presente que los temas propuestos son amplios y tienen muchas aristas, de ahí la importancia de delimitar qué es lo que les interesa profundizar; además consideren que los insumos sugeridos por la SEP no pretenden abordar todos los aspectos relacionados con el tema, son solo una base, un referente mínimo para detonar el diálogo y el aprendizaje.
- **Privilegiar el diálogo y el intercambio de experiencias docentes.** Los insumos no son el recurso más importante para el aprendizaje entre pares; la práctica docente, el intercambio de experiencias y retos que enfrentan cotidianamente, son lo que constituye la materia principal para la reflexión, el aprendizaje y la toma de decisiones del CTE. En este sentido, es importante reposicionar en las sesiones de trabajo colegiado, el lugar que ocupa el análisis de la propia práctica docente, lo que viven de manera cotidiana en el aula y las dudas o problemáticas que surgen en su trabajo diario. Hay que dar tiempo suficiente para dialogar acerca de los retos que enfrentan, contrastar los propios saberes con los de otras y otros colegas, así como con los referentes que puedan encontrar en los insumos. Al analizar un tema en la sesión del CTE, se considera importante reflexionar sobre los saberes docentes, cuestionarlos, mirarlos críticamente, dialogarlos con otras y otros para identificar los cambios que son necesarios en la práctica, que respondan a las características de sus estudiantes.
- **Reconocer que todas y todos son profesionales de la educación** que construyen un cúmulo de saberes prácticos al desarrollar su función: al buscar soluciones a los problemas que enfrentan en los contextos y condiciones de enseñanza en las que trabajan, al escuchar y atender las voces de sus estudiantes o de las familias, al poner sobre la mesa de discusión las dinámicas de la escuela y del aula y al buscar, a partir de la experiencia ganada, nuevas formas de enseñanza que ayuden a mejorar el aprendizaje de sus estudiantes; todo lo anterior permite que produzcan un repertorio de saberes que no siempre son verbalizados o no siempre las y los docentes son conscientes de que los poseen, sin embargo, en el aula,

son recuperados para enfrentar los retos que se les presentan. En este sentido es importante confiar en los saberes propios y en los de sus colegas.

¿Por qué me interesa profundizar en este tema?

Me interesa profundizar en este tema porque impacta directamente en mi práctica diaria y en los aprendizajes reales de mis estudiantes. En el aula me enfrento constantemente a situaciones que requieren reflexión pedagógica, toma de decisiones contextualizadas y trabajo colaborativo.

He comprendido que no basta con cumplir planeaciones; necesito entender mejor cómo transformar mi práctica desde el análisis colectivo que propone el CTE. Este tema me interesa porque me permite:

- Revisar críticamente lo que hago.
- Identificar áreas de mejora reales.
- Alinear mi práctica con el enfoque humanista y comunitario del Plan 2022.
- Fortalecer el trabajo colegiado como espacio auténtico de mejora y no solo administrativo.

Profundizar en el tema significa profesionalizar mi labor docente.

¿Qué es lo que sé del tema?

Desde mi experiencia sé que el tema plantea la necesidad de:

- Colocar al estudiante al centro del proceso educativo.
- Analizar la práctica docente de manera crítica y colectiva.
- Tomar decisiones pedagógicas a partir de evidencias.
- Vincular lo trabajado en el aula con el Programa de Mejora Continua.
- También sé que implica pasar de una visión individualista del trabajo docente a una construcción colectiva de soluciones, reconociendo que los retos educativos son compartidos.

Entiendo que el documento enfatiza la importancia de la reflexión sistemática, el diálogo profesional y la corresponsabilidad en los resultados educativos.

¿Qué quiero aprender de este tema?

Quiero aprender:

- Cómo hacer más efectivo el análisis colegiado en el CTE.
- Cómo convertir los acuerdos en acciones concretas y medibles.
- Cómo utilizar mejor la información que obtengo en el aula para mejorar mi práctica.
- Cómo fortalecer la cultura profesional basada en la mejora continua.

También quiero aprender estrategias prácticas que me permitan vincular lo reflexionado en el Consejo Técnico con cambios reales en mi planeación, evaluación y acompañamiento a mis estudiantes.

¿Conozco algunos referentes teóricos o insumos que pueden ayudar a su estudio?

Sí, identifico algunos referentes que sustentan este enfoque:

- El propio Plan de Estudio 2022, que promueve la reflexión crítica de la práctica.
- Las orientaciones de la Secretaría de Educación Pública sobre trabajo colegiado y mejora continua.
- Enfoques de práctica reflexiva como los planteamientos de Donald Schön sobre el profesional reflexivo.
- Aportes del aprendizaje socioconstructivista de Lev Vygotsky, que resaltan la construcción social del conocimiento.
- Elementos de evaluación formativa y mejora escolar que vinculan observación, retroalimentación y toma de decisiones pedagógicas.

Estos referentes me permiten comprender que el análisis de la práctica no es improvisado, sino fundamentado en teorías pedagógicas sólidas.

Mensaje del Maestro **Mario Delgado Carrillo**,
Secretario de Educación Pública a maestras,
maestros y agentes educativos.



Propósitos

Profundizar en el conocimiento de las características del Eje Articulador Vida saludable del Plan de Estudio 2022.

Identificar perspectivas para propiciar el desarrollo de aprendizajes asociados al Eje Articulador Vida saludable en la Educación Básica.

Ideas centrales

La escuela y su compromiso con la salud de niñas, niños y adolescentes

La transición demográfica y epidemiológica actual en nuestro país ha redefinido las prioridades en el cuidado de la salud. La obesidad, diabetes e hipertensión se han agudizado por el sedentarismo y el consumo de alimentos altos en azúcares, sal y grasas. Asimismo, se ha incrementado la presencia de trastornos mentales como la ansiedad y la depresión, y cada año aumenta el consumo de drogas legales e ilegales.

En la población que cursa la Educación Básica, los principales problemas de salud están determinados por condiciones causantes de desnutrición, sobrepeso y obesidad. En el caso particular de las adolescencias, sobresalen los comportamientos de riesgo, prácticas sexuales sin protección, embarazos no deseados, consumo de sustancias adictivas, trastornos de conducta alimentaria, depresión y violencia.

Bajo ese contexto, cobra relevancia el Eje Articulador Vida saludable, cuyas finalidades se orientan hacia una formación progresiva para transformar estilos de consumo y conductas que deterioran la salud y el medio ambiente. Lo anterior, basado en la comprensión de la red de acciones y relaciones entre el medio ambiente y la dinámica social, económica y cultural de las comunidades, sus impactos y efectos en la salud personal y colectiva.

El Eje Vida saludable favorece conexiones entre distintos Campos formativos y la vinculación con las familias y la comunidad. Los Contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje (PDA) proveen de capacidades para el manejo de situaciones en las que pueden verse expuestas niñas, niños y adolescentes, que demandan anticipar riesgos y consecuencias para su vida personal y social. Se parte de la certeza de que una formación respaldada en valores, explicaciones pertinentes y adecuadas a los distintos contextos y niveles de comprensión, es indispensable para la toma de decisiones favorables a la salud.

Para iniciar la reflexión en torno a este tema en el CTE, se les propone conversar en torno a las siguientes preguntas:

- ☐ ¿Cómo se puede favorecer la vida saludable desde el trabajo con los Contenidos de la Fase o Disciplina que atienden?
- ☐ ¿De qué manera las maestras y los maestros pueden fomentar estilos de vida saludables?

- ¿Qué otras acciones se pueden desarrollar en la escuela para favorecer estilos de vida saludables?

¿Cómo se puede favorecer la vida saludable desde el trabajo con los Contenidos de la Fase o Disciplina que atienden?

Desde mi práctica docente, favorecer la vida saludable no es una actividad aislada, sino transversal a los contenidos.

En la Fase que atiendo puedo:

- Integrar temas de alimentación saludable en proyectos de aula, analizando etiquetas, grupos alimenticios y consumo responsable.
- Trabajar el cuidado del cuerpo desde Ciencias, abordando higiene, prevención de enfermedades y funcionamiento del organismo.
- Promover el movimiento y la activación física desde Educación Física y pausas activas dentro del salón.
- Desarrollar habilidades socioemocionales desde Lenguajes y proyectos comunitarios, fortaleciendo autoestima, manejo de emociones y resolución pacífica de conflictos.
- Analizar problemáticas comunitarias relacionadas con salud (sedentarismo, consumo de comida chatarra, uso excesivo de pantallas) y proponer soluciones.
- La clave es vincular los contenidos con la realidad del alumnado, haciendo que la vida saludable sea parte del aprendizaje cotidiano y no solo un discurso.

¿De qué manera las maestras y los maestros pueden fomentar estilos de vida saludables?

Considero que nuestro ejemplo es fundamental. Podemos fomentar estilos de vida saludables cuando:

- Modelamos hábitos adecuados (hidratación, alimentación balanceada, trato respetuoso).
- Generamos espacios de diálogo sobre bienestar emocional.
- Implementamos pausas activas diarias.
- Promovemos el juego cooperativo en lugar de competitivo excesivo.
- Evitamos prácticas que generen estrés innecesario.
- Organizamos retos saludables (semana de frutas, día sin refresco, recreos activos).
- También fomentamos estilos de vida saludables cuando cuidamos el ambiente escolar: orden, limpieza, convivencia pacífica y respeto.
- Además, la retroalimentación positiva y el acompañamiento emocional contribuyen a la salud mental del alumnado.

¿Qué otras acciones se pueden desarrollar en la escuela para favorecer estilos de vida saludables?

A nivel escolar, considero que se pueden implementar acciones como:

- Establecer acuerdos para limitar la venta de productos ultraprocesados.
- Organizar jornadas de activación física escolar.
- Crear huertos escolares.
- Impulsar campañas de hidratación.
- Ofrecer talleres para madres y padres sobre alimentación y bienestar emocional.
- Implementar espacios de escucha y acompañamiento socioemocional.
- Promover recreos activos organizados.
- Realizar proyectos comunitarios sobre salud y prevención.
- También es importante que el colectivo docente incluya metas relacionadas con vida saludable dentro del Programa de Mejora Continua.

Los insumos que se ofrecen a continuación pueden apoyarles para conocer más acerca de este Eje Articulador.

SESIÓN CTE – TEMA 6

Vida saludable y bienestar integral en la escuela

Duración total: 4 horas 30 minutos

PROPÓSITO GENERAL

Fortalecer el compromiso docente para promover estilos de vida saludables desde el trabajo pedagógico, la organización escolar y la vinculación con la comunidad, mediante la reflexión, el análisis de prácticas y la construcción de acuerdos institucionales.

ESTRUCTURA DE LA SESIÓN

Encuadre y activación de saberes previos



Tiempo: 30 minutos

Actividad 1: “¿Qué entendemos por vida saludable?”

Desarrollo:

Entregar una hoja a cada docente con la pregunta:

¿Qué significa para mí promover vida saludable en la escuela?

Escribir tres acciones que ya realiza.

Socializar en equipos pequeños.

Construir en plenaria un concepto colectivo.

Producto:

- ✓ Concepto institucional de “vida saludable”
- ✓ Lista inicial de acciones que ya se implementan

Análisis del documento e insumos



Tiempo: 60 minutos

Actividad 2: Identificación de ejes clave

Dividir al colectivo en 3 equipos:

Equipo 1:

Vida saludable desde los contenidos curriculares.

Equipo 2:

Estilos de vida saludable como práctica docente.

Equipo 3:

Acciones escolares y comunitarias.

Cada equipo responde:

- ¿Qué propone el documento?
- ¿Qué ya hacemos?
- ¿Qué necesitamos fortalecer?
- ¿Qué obstáculos enfrentamos?

Socialización (10 minutos por equipo)

Producto:

✓ Cuadro de análisis: Situación actual vs Área de mejora

Taller práctico: Integración curricular



Tiempo: 75 minutos

Actividad 3: “Llevándolo al aula”

En equipos por Fase o grado:

Elegir un contenido que trabajarán próximamente.

Diseñar una actividad donde se integre el enfoque de vida saludable.

Incluir:

- Propósito
- Estrategias
- Evidencias
- Evaluación formativa

Ejemplos:

- Proyecto sobre alimentación consciente.
- Análisis de consumo de azúcar en Matemáticas.
- Debate sobre uso responsable de pantallas.
- Rutinas de pausas activas.
- Retroalimentación entre equipos.

Producto:

✓ Actividad didáctica con enfoque de vida saludable lista para aplicar.

Diseño de acciones institucionales

 Tiempo: 60 minutos

Actividad 4: “Escuela promotora de bienestar”

Trabajo en equipos para diseñar propuestas concretas:

Opciones:

- Calendario mensual de activación física.
- Programa de recreos activos.
- Campaña permanente de hidratación.
- Huerto escolar.
- Reglamento interno sobre venta de alimentos.
- Taller para familias.

Cada propuesta debe incluir:

- Objetivo
- Responsable
- Cronograma
- Indicadores de seguimiento

Producto:

✓ 3 a 5 propuestas institucionales viables

Receso

 Tiempo: 15 minutos

Reflexión pedagógica y compromiso docente

 Tiempo: 45 minutos

Actividad 5: “Mi práctica también educa”

Responder individualmente:

- ¿Mi ejemplo promueve vida saludable?
- ¿Qué hábitos debo mejorar?
- ¿Cómo cuido la salud emocional de mis estudiantes?
- ¿Cómo reduzco factores de estrés en el aula?

Elaborar un:

Plan personal de acción (1 cuartilla)

Una acción inmediata.

Una acción a mediano plazo.

Un hábito que dejaré de fomentar.

Producto:

✓ Compromiso docente firmado.

Vinculación con el Programa de Mejora Continua

 Tiempo: 30 minutos

Actividad 6: Construcción de acuerdos institucionales

En plenaria definir 5 acuerdos medibles:

Ejemplos:

Implementar pausas activas diarias de 5 minutos.

- Realizar una jornada trimestral de activación física.
- Incluir al menos un proyecto anual vinculado a vida saludable.
- Establecer monitoreo de consumo de alimentos saludables.
- Incorporar bienestar socioemocional en planeaciones.

Producto:

✓ Acuerdos formales integrados al Programa de Mejora Continua.

Cierre reflexivo



Tiempo: 15 minutos

Actividad 7: Metacognición

Cada docente escribe:

- Un aprendizaje clave.
- Una acción concreta que aplicará.
- Una práctica que necesita transformar.

Cierre directivo:

Promover vida saludable no es una actividad adicional; es parte de nuestra responsabilidad formativa. La escuela no solo enseña contenidos, forma hábitos y construye bienestar.

PRODUCTOS CONTESTADOS – TEMA 6

Vida saludable y bienestar integral en la escuela

ACTIVIDAD 1: “¿Qué entendemos por vida saludable?”

Respuestas individuales (síntesis colectiva)

Vida saludable en la escuela significa:

- Promover hábitos alimenticios adecuados.
- Fomentar la activación física diaria.
- Cuidar la salud emocional.
- Generar ambientes seguros y respetuosos.
- Desarrollar conciencia sobre autocuidado.

Acciones que ya realizamos:

- Pausas activas diarias.
- Pláticas sobre higiene.
- Regulación de venta de comida chatarra.
- Trabajo socioemocional semanal.
- Actividades deportivas escolares.

PRODUCTO 1: Concepto institucional

“La vida saludable en nuestra escuela es la construcción diaria de hábitos físicos, emocionales y sociales que favorecen el bienestar integral del alumnado, mediante acciones pedagógicas, ejemplo docente y trabajo comunitario.”

ACTIVIDAD 2: Análisis del documento

Equipo 1: Vida saludable desde contenidos

Lo que propone:

Integración transversal en proyectos y contenidos.

Lo que hacemos:

Trabajamos higiene y alimentación en Ciencias.

Lo que falta:

Mayor transversalidad en todas las asignaturas.

✓ Equipo 2: Práctica docente

Propone:

Ejemplo y acompañamiento emocional.

Hacemos:

Promovemos respeto y convivencia.

Falta:

Sistematizar estrategias socioemocionales.

✓ Equipo 3: Acciones escolares

Propone:

Escuela promotora de salud.

Hacemos:

Eventos deportivos ocasionales.

Falta:

Programa permanente institucional.

PRODUCTO 2: Cuadro diagnóstico

Aspecto	Fortalezas	Áreas de mejora
Curricular	Se abordan temas de salud	Falta transversalidad
Práctica docente	Buen clima escolar	Sistematizar estrategias
Institucional	Actividades deportivas	Programa continuo

ACTIVIDAD 3: Integración curricular

✓ Actividad diseñada (Ejemplo Fase 3 – Primer ciclo)

Proyecto: “Detectives del azúcar”

Propósito:

Analizar el consumo de azúcar en bebidas cotidianas y promover decisiones saludables.

Desarrollo:

- Leer etiquetas.
- Registrar cantidades en tablas.
- Comparar resultados.
- Reflexionar en grupo.
- Elaborar cartel informativo.

Evaluación formativa:

- Lista de cotejo de participación.
- Autoevaluación.
- Retroalimentación grupal.

PRODUCTO 3: Planeación con enfoque saludable

Incluye:

- ✓ Propósito claro
- ✓ Actividades prácticas
- ✓ Evidencias (carteles y tablas)
- ✓ Retroalimentación continua

ACTIVIDAD 4: Propuestas institucionales

✓ Propuesta 1: Programa “Recreos Activos”

- Juegos organizados 3 veces por semana.
- Responsables por grado.
- Registro de participación.

✓ Propuesta 2: Campaña “Hidratación diaria”

- Botella obligatoria.
- Recordatorio 2 veces al día.
- Carteles informativos.

✓ Propuesta 3: Huerto escolar

- Siembra de verduras.
- Trabajo por equipos.
- Vinculación con Ciencias.

PRODUCTO 4: Plan institucional

Acción	Responsable	Inicio	Indicador
Recreos activos	Educación Física	Marzo	80% participación
Hidratación	Docentes grupo	Marzo	Supervisión diaria
Huerto	Comité escolar	Abril	Producción inicial

ACTIVIDAD 5: Plan personal docente

✓ Reflexión

- Necesito modelar mejores hábitos saludables.
- Reducir tiempo sedentario en clase.
- Integrar más actividades de movimiento.

PRODUCTO 5: Plan personal

Acción inmediata: Implementar pausas activas diarias.

Mediano plazo: Integrar proyecto saludable trimestral.

Cambio necesario: Reducir uso excesivo de actividades pasivas.

ACTIVIDAD 6: Acuerdos institucionales

5 Acuerdos formales

1. Implementar pausas activas diarias en todos los grupos.
2. Realizar jornada mensual de activación física.
3. Incluir proyecto anual de vida saludable por grado.
4. Monitorear consumo de alimentos saludables.
5. Evaluar semestralmente avances del programa.

ACTIVIDAD 7: Metacognición docente

Aprendizaje clave

La salud integral impacta directamente en el aprendizaje.

Compromiso concreto

Incorporar actividades de movimiento diario.

Práctica a transformar

Reducir clases completamente sedentarias.

Análisis docente del documento: “Determinantes Sociales de la Salud”

1. Idea central del documento

El texto plantea que **la salud no depende únicamente de factores biológicos o médicos**, sino principalmente de las condiciones sociales, económicas y emocionales en las que viven las personas.

Desde la mirada docente, esto implica reconocer que **el aprendizaje y el bienestar del alumnado están profundamente ligados a su contexto familiar, social y comunitario**.

2. Implicaciones para la práctica docente

a) El contexto del alumno influye en su aprendizaje

El documento destaca que la pobreza, el estrés, la exclusión social y las condiciones de vida afectan la salud y el desarrollo.

 Como docente:

- Comprender que un alumno con bajo rendimiento **no siempre tiene dificultades cognitivas**, sino contextuales.
- Considerar factores como:
 - o Alimentación
 - o Ambiente familiar
 - o Condiciones económicas
 - o Acceso a recursos

 Esto se alinea con el enfoque de la **Nueva Escuela Mexicana**, donde el estudiante es visto de manera integral.

b) Importancia de la primera infancia

El documento señala que **los primeros años de vida son determinantes para la salud y el desarrollo futuro**.

 Como docente de primaria:

- Fortalecer habilidades socioemocionales desde edades tempranas.
 - Promover ambientes seguros, afectivos y estimulantes.
 - Detectar posibles rezagos desde primer grado.
-

c) El impacto del entorno emocional y social

El estrés, la falta de apoyo social y la inseguridad afectan directamente la salud y el desarrollo.

 En el aula:

- Crear un ambiente de confianza y respeto.
- Fomentar:
 - o Trabajo colaborativo
 - o Empatía
 - o Resolución pacífica de conflictos

 La escuela se convierte en un espacio protector ante contextos adversos.

d) Desigualdad y exclusión social

El documento evidencia que la desigualdad genera enfermedades y limita oportunidades.

 Como docente:

- Evitar prácticas que generen discriminación.
 - Promover la inclusión educativa.
 - Adaptar actividades considerando la diversidad del grupo.
-

e) Hábitos de vida y educación

Factores como la alimentación, adicciones y estilos de vida están influenciados por el entorno social.

 En la práctica:

- Integrar contenidos de educación para la salud.
 - Fomentar hábitos saludables:
 - o Alimentación
 - o Actividad física
 - o Higiene
 - Trabajar con familias y comunidad.
-

3. Relación con los campos formativos (Plan 2022)

Este documento se vincula directamente con:

- **De lo humano y lo comunitario**
→ Comprensión del entorno social y bienestar colectivo.

- **Ética, naturaleza y sociedades**
→ Análisis de desigualdades y justicia social.
 - **Saberes y pensamiento científico**
→ Comprensión de la salud desde una perspectiva integral.
-

4. Reflexión docente crítica

El documento invita a replantear el papel del docente:

- No solo transmitir conocimientos, sino **comprender realidades**.
- No solo evaluar resultados, sino **procesos y contextos**.
- No solo enseñar contenidos, sino **formar personas integrales**.

 La escuela debe ser:

- Un espacio de equidad
 - Un agente de cambio social
 - Un entorno protector de la salud física y emocional
-

5. Conclusión

Desde el rol docente, este documento refuerza la idea de que:

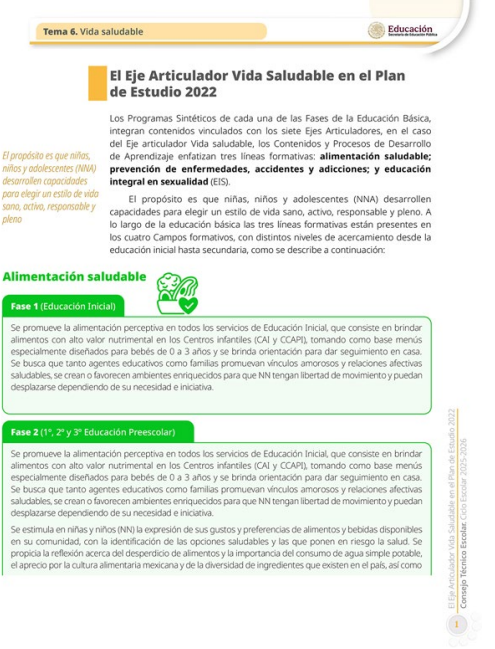
 **Educar también es cuidar la salud, la dignidad y las oportunidades de los estudiantes.**

Reconocer los determinantes sociales permite:

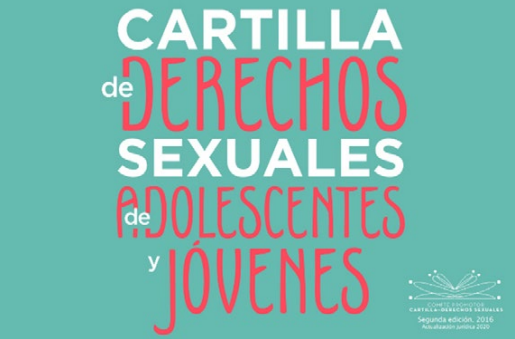
- Diseñar mejores estrategias pedagógicas
- Atender la diversidad del aula
- Contribuir a una educación más justa e inclusiva

Insumos

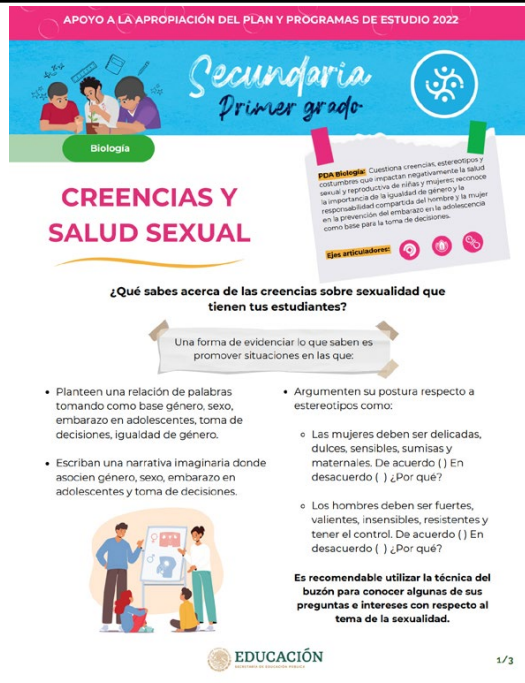
Insumo

 El Eje Articulador Vida Saludable en el Plan de Estudio 2022 Los Programas Sintéticos de cada una de las Fases de la Educación Básica, integran contenidos vinculados con los siete Ejes Articuladores, en el caso del Eje articulador Vida saludable, los Contenidos y Procesos de Desarrollo de Aprendizaje enfatizan tres líneas formativas: alimentación saludable; prevención de enfermedades, accidentes y adicciones; y educación integral en sexualidad (EIS). El propósito es que niñas, niños y adolescentes (NNA) desarrollen capacidades para elegir un estilo de vida sano, activo, responsable y pleno. A lo largo de la educación básica las tres líneas formativas están presentes en los cuatro Campos formativos, con distintos niveles de acercamiento desde la educación inicial hasta secundaria, como se describe a continuación: Alimentación saludable Fase 1 (Educación Inicial) Se promueve la alimentación perceptiva en todos los servicios de Educación Inicial, que consiste en brindar alimentos con alto valor nutricional en los Centros infantiles (CAI) y CCAP, tomando como base menús especialmente diseñados para bebés de 0 a 3 años y se brinda orientación para dar seguimiento en casa. Se busca que tanto agentes educativos como familias promuevan vínculos amorosos y relaciones afectivas saludables, se crean o favorecen ambientes enriquecidos para que NN tengan libertad de movimiento y puedan desplazarse dependiendo de su necesidad e iniciativa. Fase 2 (1º, 2º y 3º Educación Preescolar) Se promueve la alimentación perceptiva en todos los servicios de Educación Inicial, que consiste en brindar alimentos con alto valor nutricional en los Centros infantiles (CAI) y CCAP, tomando como base menús especialmente diseñados para bebés de 0 a 3 años y se brinda orientación para dar seguimiento en casa. Se busca que tanto agentes educativos como familias promuevan vínculos amorosos y relaciones afectivas saludables, se crean o favorecen ambientes enriquecidos para que NN tengan libertad de movimiento y puedan desplazarse dependiendo de su necesidad e iniciativa. Se estimula en niñas y niños (NN) la expresión de sus gustos y preferencias de alimentos y bebidas disponibles en su comunidad, con la identificación de las opciones saludables y las que ponen en riesgo la salud. Se propicia la reflexión acerca del desperdicio de alimentos y la importancia del consumo de agua siempre potable, el aprecio por la cultura alimentaria mexicana y de la diversidad de ingredientes que existen en el país, así como	El Eje Articulador Vida Saludable en el Plan de Estudio 2022 Secretaría de Educación Pública. (2025) En este documento se describen tres líneas formativas primordiales para el Eje Articulador Vida saludable: alimentación saludable; prevención de enfermedades, accidentes y adicciones; y Educación Integral en Sexualidad, los cuales están presentes en los cuatro Campos formativos, con distintos niveles de acercamiento a lo largo de las Fases de la Educación Básica desde la educación inicial hasta secundaria. Asimismo, se proponen algunas sugerencias para reflexionar en colectivo acerca de lo que implica promover el desarrollo de capacidades para elegir un estilo de vida sano, activo, responsable y pleno en niñas, niños y adolescentes
--	---

Cartilla*

 CARTILLA de DERECHOS SEXUALES de ADOLESCENTES y JÓVENES Segunda edición, 2010 Actualización cartilla 2022	Cartilla de Derechos sexuales de adolescentes y jóvenes CONAPO. (2020) La Cartilla de Derechos Sexuales de Adolescentes y Jóvenes es el resultado del “Foro Nacional de Jóvenes por los Derechos Sexuales” y presenta catorce derechos, cada uno explicado y sustentado en el marco jurídico vigente. Los derechos sexuales son aquellos que garantizan el ejercicio de una sexualidad plena y segura, así como la capacidad de tomar decisiones libres, informadas, voluntarias y responsables sobre la propia sexualidad. Estos derechos también incluyen el acceso a información y a los servicios necesarios para la salud sexual y reproductiva. La cartilla fue elaborada por un Comité Promotor integrado por organizaciones de la sociedad civil, con el respaldo de instituciones públicas y organismos autónomos, y contó con el aval de la Comisión Nacional de los Derechos Humanos. Su propósito es promover el reconocimiento y ejercicio de los derechos sexuales de la población adolescente y joven, de entre 12 y 29 años, en México
---	---

Infografía*



Creencias y Salud Sexual. Materiales de apoyo a la apropiación del Plan y Programas de Estudio 2022. Primero de Secundaria

Secretaría de Educación Pública. (2024)

Esta infografía presenta estrategias didácticas dirigidas a docentes de la disciplina de Biología para abordar la educación sexual integral. Se enfoca en promover el cuestionamiento de creencias, estereotipos y prácticas culturales que afectan de manera negativa la salud sexual y reproductiva de niñas y adolescentes.

Asimismo, fomenta la reflexión crítica sobre la igualdad de género, la corresponsabilidad en la prevención del embarazo adolescente, la toma de decisiones informadas y el reconocimiento de los derechos sexuales

Infografía*



Creencias y Salud Reproductiva. Materiales de apoyo a la apropiación del Plan y Programas de Estudio 2022. Primero de Secundaria

Secretaría de Educación Pública. (2024)

En el marco de la Nueva Escuela Mexicana, este material propone a los docentes una estrategia interdisciplinaria —que articula Biología y Matemáticas— para abordar la prevención del embarazo en adolescentes. Su propósito es promover la reflexión sobre las implicaciones del cuidado y la manutención de un bebé y, mediante el análisis de información pertinente, cuestionar creencias relacionadas con la salud reproductiva. Asimismo, busca desarrollar el pensamiento crítico y favorecer la toma de decisiones informadas entre las y los estudiantes

Guía*



Guía para la Educación Integral en Sexualidad para fortalecer los Consejos Técnicos Escolares de Educación Básica

Unidad para la Igualdad de Género - Instituto Chihuahuense de la Mujer. (2015)

Esta guía, elaborada por la Unidad para la Igualdad de Género con la participación del Instituto Chihuahuense de la Mujer, está dirigida a las y los docentes de educación secundaria, con el propósito de ofrecer herramientas y estrategias a docentes, en materia de educación integral de la sexualidad.

El documento convoca a las y los docentes a reflexionar sobre su propia manera de comprender y vivir la sexualidad: su historia personal, estereotipos, prejuicios, dudas, experiencias, apertura, objeciones y limitaciones frente al tema.

Asimismo, la guía promueve el desarrollo de conocimientos, actitudes y habilidades que permitan a niñas, niños y adolescentes tomar decisiones informadas y responsables sobre su sexualidad.

También aborda la prevención de la violencia, del embarazo adolescente y de las infecciones de transmisión sexual, enfatizando el papel de la escuela como un espacio fundamental para la formación integral

Para seguir Profundizando

- Comisión Global de Política de Drogas. (2019). La clasificación de sustancias psicoactivas. Cuando se dejó atrás a la ciencia. https://www.globalcommissionondrugs.org/wpcontent/uploads/2019/06/2019Report_ESP_web.pdf
- comolehago.org (16 de octubre de 2025). ¿Cómo le hago? <https://comolehago.org/>
- Cruz Martín del Campo, S., León Parra, B. y Angulo Rosas, E. A. (2019). Lo que hay que saber sobre drogas, México. Centros de Integración Juvenil. http://www.cij.gob.mx/sabersobredrogas/pdf/Saber_sobre_Drogas_2019.pdf
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. UNICEF. (2024). Manual de toma de decisiones. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2025/01/Manual-toma-de-decisiones.pdf>
- _____ (2021). El rol de la escuela en la prevención del sobrepeso y la obesidad en estudiantes de América Latina y el Caribe. https://www.researchgate.net/publication/355484661_El_rol_de_la_escuela_en_la_preencion_del_sobrepeso_y_obesidad_en_los_estudiantes
- Gobierno de México. (s.f.). Vive saludable, vive feliz. <https://vidasaludable.gob.mx/>
- Lombardini, N., Garnica, E., Hernández, C. y Hernández K. (2025). Yo decido. Mi futuro personal y comunitario. Consejo Nacional de Población.
- <https://www.gob.mx/conapo/documentos/yo-decido-mi-futuro-personal-y-comunitario>
- Procuraduría Federal del Consumidor. (14 de marzo de 2016). El derecho a una alimentación saludable. <https://www.gob.mx/profeco/documentos/el-derecho-a-una-alimentacion-saludable?state=published>
- Secretaría de las Mujeres. (s.f.). Familias y sexualidad adolescente. <https://familiasysexualidades.inmujeres.gob.mx/#guia-de-navegacion>

El Proceso de Mejora Continua

A partir de los ajustes que realizaron a su Programa de mejora continua en la sesión anterior (ya sea que hayan modificado las actividades, recursos, responsables o tiempos, o que hayan clarificado las responsabilidades de cada actor en las acciones programadas), ahora se les propone destinar un momento de la sesión para dialogar acerca de los avances en su Programa de mejora continua, identifiquen qué lograron realizar, qué les funcionó, qué logros perciben. Compartan puntos de vista en torno a lo realizado y retroalimenten el trabajo con comentarios claros, constructivos y que contribuyan a la mejora continua.

Asimismo, pueden utilizar este espacio para clarificar las acciones que van a realizar en el siguiente periodo, asegurándose de que las y los responsables sepan lo que van a hacer y cuándo, esto les permitirá avanzar en las acciones y metas de su Programa de mejora continua.

Jornada Nacional por la Paz y Contra las Adicciones



A las escuelas de educación secundaria en todas sus modalidades, les invitamos a participar en la **Jornada Nacional por la Paz y Contra las Adicciones**, el próximo 6 o 7 de marzo. Inviten a estudiantes, docentes y familias a desarrollar actividades deportivas, recreativas y lúdicas que contribuyan a prevenir el consumo de drogas. Consulten

los materiales disponibles en: <https://www.gob.mx/lineadelavida>

Educación Multigrado



A maestras, maestros, agentes educativos y figuras de dirección, supervisión y Asesoría Técnico Pedagógica en contextos multigrado, les invitamos a compartir narrativas, proyectos, materiales didácticos, audiovisuales, entre otros recursos que inspiren a otras maestras y maestros a desarrollar prácticas innovadoras en el marco

de la NEM. Sus experiencias nos ayudarán a co-construir la Cartografía Nacional Multigrado.

Conozcan la **Convocatoria Permanente** aquí: https://educacionmultigrado.sep.gob.mx/storage/recursos/Documentos/248IFcE2V0-Convocatoria_SaberesD.pdf

Visiten el sitio **Educación Multigrado**: <https://educacionmultigrado.sep.gob.mx/>

Mundialito Escolar 2026



El deporte, especialmente cuando se hace en conjunto, favorece la salud física, mental y promueve el desarrollo de habilidades para la vida, como la comunicación, la resolución de problemas de manera colaborativa, la empatía, la constancia, el esfuerzo, la determinación, el respeto a las normas, la cohesión y el tejido social. Por ello, la

Secretaría de Educación Pública impulsa el **Mundialito Escolar 2026**. A las escuelas primarias y secundarias del país, les invitamos a participar en esta iniciativa que busca que las niñas, niños y adolescentes jueguen en sus calles, en sus escuelas y en sus comunidades. Que el Mundial 2026 deje huella no solo en la memoria deportiva, sino en la vida cotidiana las infancias y adolescencias. Visiten la página del **Mundialito Escolar 2026**, conozcan las Convocatorias de sus entidades federativas y participen. <https://mundialitoescolar.sep.gob.mx/>



Vive saludable. Vive Feliz



A las maestras y los maestros de educación primaria solicitamos su apoyo para informar a madres, padres de familia y personas tutoras que cuentan hasta el mes de julio para acudir con su hija o hijo a las clínicas de salud, en los casos en que así se indique en su Informe de Resultados.

Si la escuela aún no ha sido visitada por las brigadas de salud, es importante contar con los **Consentimientos informados** debidamente firmados con tinta por la madre, padre de familia o persona tutora. Les recordamos que durante el proceso de preinscripción 2026-2027, deberá entregarse dicho documento.

Reiteramos la importancia de continuar realizando ferias de la salud, a fin de compartir en comunidad los aprendizajes adquiridos y los avances logrados en el cuidado de la salud y la adopción de hábitos saludables.

Con su apoyo, contribuimos a formar la generación más saludable, fuerte y feliz de nuestra historia.

Gracias por visitar:

<https://materialeducativo.org/>

&

<https://materialeseducativos.mx/>



EL Mejor Material Educativo Gratuito

Únete a nuestro canal de Youtube:

<https://www.youtube.com/channel/UC2c9MOFE8JOwPAc9EYuMe0w>

Únete a nuestras páginas de Facebook:

<https://www.facebook.com/materialeducativomx/>

<https://www.facebook.com/materialeseducativosmex>

Material Elaborado Por MaterialEducativo.Org

Grupos de Facebook:



Nombre del grupo:	Enlace para unirte:
Material Educativo	https://www.facebook.com/groups/materialeseducativosmx/
Maestros Con Vocación	https://www.facebook.com/groups/maestrosconvocacion/
Todo Sobre Docencia	https://www.facebook.com/groups/todosobredocencia/
Maestro De Primaria	https://www.facebook.com/groups/maestrodeprimaria/
Material De Apoyo	https://www.facebook.com/groups/1226193467462502/
Materiales Educativos	https://www.facebook.com/groups/MaterialEducativoMX/
Primer Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/primergradodeprimaria/
Segundo Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/segundogradodeprimaria/
Tercer Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/1676345985933461/
Cuarto Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/cuartogradodeprimaria/
Quinto Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/quintogradodeprimaria/
Sexto Grado 2025 – 2026	https://www.facebook.com/groups/sextogradoprimariamx/
Fase 3 1ero y 2do	https://www.facebook.com/groups/materialeducativoprimerysegundogrado/
Fase 4 3ero y 4to	https://www.facebook.com/groups/materialeducativotercerycuartogrado/
Fase 5 5to y 6to	https://www.facebook.com/groups/materialeducativoquintoysextogrado/
Recursos Didácticos	https://www.facebook.com/groups/937442069621501/
Primer Grado	https://www.facebook.com/groups/primergradoiniciacion/
Tercer Grado	https://www.facebook.com/groups/tercergradodeprimaria/

Grupos de WhatsApp:



(Si el grupo está lleno, puedes ingresar a otro o informarnos para crear uno nuevo)

Nombre del grupo:	Enlace para unirte:
Material Educativo	https://chat.whatsapp.com/HCH4ijLQzHVFFMNvU1rEM6
MaterialEducativo.Org	https://chat.whatsapp.com/EkpWS87fB0U78L5fpalLHQ
MaterialPrimaria.Com	https://chat.whatsapp.com/CsNPTuCClg261yMVENiORO
Materia Primaria	https://chat.whatsapp.com/CugchCe8FW62AWCDiX2daR
MaterialesEducativos.Mx	https://chat.whatsapp.com/GYUY2zApjw0FPt33WUaM1N
Materiales Educativos	https://chat.whatsapp.com/KzSXWScrV4B06x2UNkYYZp
Primer Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/lfgY19xH8es61OkZSdX4bP
Segundo Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/KVjTT12Qu8s5qjcZyceDzR
Tercer Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/JSEZwHfRDJQ00diHKdKL7m
Cuarto Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/L2cbFdHJfy365Relf5OdIh
Quinto Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/CYppQf7wBA9HRUYjHAd82r
Sexto Grado 2025 – 2026	https://chat.whatsapp.com/K4fj8WiPbkZ2RtCDH1Elcx
Primer Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/lR2nMeatOCWKOhaMLhe7UO
Segundo Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/CkePgSyaQh1liS1cSIOTnP
Tercer Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/Lm7RHR9UrdF1mSpKPBjTWK
Cuarto Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/lmvWWNyvfMCGclZzpRHmYj
Quinto Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/L1yH7fTStOkB1SMkozfqfD
Sexto Grado De Primaria	https://chat.whatsapp.com/JON96BEiLMh5GeQgkdYcJF

Grupos de Telegram:



Nombre del grupo:	Enlace para unirte:
Material Educativo	https://t.me/+9lHVu6TM6NjMzBh
Primer Grado De Primaria	https://t.me/+P_tocv7plAkzNGEx
Segundo Grado De Primaria	https://t.me/+lpMcBB0jCgs5Nzlx
Tercer Grado De Primaria	https://t.me/+2uOuORxbemQwZjRh
Cuarto Grado De Primaria	https://t.me/+JuTdpqAlvqEyNjZh
Quinto Grado De Primaria	https://t.me/+wHpCJ-TvP7gwYjZh
Sexto Grado De Primaria	https://t.me/+JLXLZORU2d41NTEEx

Visita:

<https://materialeducativo.org/> <-> <https://materialeseducativos.mx>



Gobierno de
México

Educación

Secretaría de Educación Pública



2026
año de
**Margarita
Maza**