



Gestión de Proyectos de Inteligencia Artificial

Guía para el profesor
Clave MTCA2102

Contenido

Datos generales.....	3
Competencia global	3
Competencias transversales.....	3
Competencias por módulo	3
Introducción	4
Información general	5
Bibliografía opcional.....	5
Software	5
Calendario de entregas de los aprendedores.....	8
Temario.....	9
Preguntas más frecuentes	13
Guía para las sesiones	14
Anexo 1. Rúbrica de fase 1.....	44
Anexo 2. Rúbrica de fase 2	46
Anexo 3. Rúbrica de fase 3.....	48
Banco de prácticas de bienestar	50

Datos generales

Nombre: Gestión de Proyectos de Inteligencia Artificial

Nivel: Máster

Modalidad: Connect

Clave: MTCA2102

Competencia global

Diseña estrategias de gestión de proyectos tecnológicos, a través de herramientas y marcos de trabajo que permiten generar valor agregado al producto o servicio entregado en una era digital, potenciando el uso de la agilidad, creatividad y liderazgo.

Competencias transversales

Desarrolla y aplica la gestión de equipos, atención plena, dirección estratégica y positividad.

Competencias por módulo

Competencias de módulo 1

- Desarrolla habilidades de gestión de proyectos en tecnología a través del uso de diferentes *frameworks* ágiles que permiten elevar el desempeño y éxito de la entrega en calidad, tiempo y forma.

Competencias de módulo 2

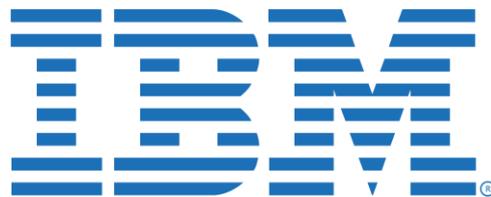
- Usa el pensamiento de diseño (*design thinking*) como metodología y como manera de pensamiento, proporcionando herramientas y habilidades que se pueden aplicar al ámbito profesional, digital y personal.

Competencias de módulo 3

- Utiliza las herramientas y estrategias que proponen los diferentes modelos de liderazgo positivo para la promoción de ambientes organizacionales positivos y equipos altamente efectivos, para afrontar los retos tecnológicos que demanda la inteligencia artificial.

Introducción

En una era donde la transformación digital avanza a pasos agigantados y la revolución tecnológica se consolida con el crecimiento de soluciones basadas en inteligencia artificial (IA), sistemas inteligentes y aprendizaje automático, esta experiencia educativa en **Gestión de proyectos de inteligencia artificial** está diseñada para que desarrolles las competencias necesarias para implementar propuestas robustas a través de proyectos de IA.



A lo largo del curso, adquirirás perspectivas de diseño e innovación como base para la solución de problemas, aplicando principios de liderazgo en la gestión global de proyectos. Esto se logrará mediante el aprendizaje de diversas metodologías ágiles de gestión, el proceso de *design thinking* (pensamiento de diseño), así como conceptos de liderazgo positivo y las mejores prácticas en la gestión de proyectos de TI.

Esta experiencia de aprendizaje te proporcionará los conocimientos necesarios para obtener la insignia **Enterprise Design Thinking - Team Essentials for AI** y completar el curso Apply Design Thinking to AI en la plataforma de IBM, como parte de la actividad 9. Recuerda entregar tus actividades y las fases de tu proyecto en tiempo y forma.

¡Mucho éxito!

Información general

Metodología

La experiencia educativa **Connect** se diseñó con la finalidad de impartirse por un **docente líder con experiencia en el ámbito laboral**, quien compartirá contigo su conocimiento, experiencia y las mejores prácticas que realiza en su labor profesional.

Por otro lado, la experiencia Connect promueve la interacción virtual entre estudiantes localizados en diferentes campus de la Universidad Tecmilenio como una forma de enriquecer tu formación, contrastando la realidad de tu ciudad o región con la de otros compañeros.

Durante cada sesión virtual, el docente transmite su experiencia y actúa como guía en el proceso de aprendizaje durante la realización de las actividades.

Esta experiencia educativa es **tetramestral** y tiene una distribución **semanal**. En cada semana se lleva a cabo una sesión virtual sincrónica de tres horas a través de una herramienta tecnológica de videoconferencia. La asistencia a estas sesiones de videoconferencia es muy importante, pero, en caso de no poder asistir, el participante tiene la posibilidad de revisar la sesión grabada.

Bibliografía y software

Para cada módulo se sugiere una **bibliografía opcional**, así como un software correspondiente.

Bibliografía opcional

- Izar, J. (2016). *Gestión y Evaluación de Proyectos*. México: Cengage Learning.
- Lewrick, M., Link, P., y Leifer, L. (2018). *The Design Thinking Playbook*. Estados Unidos: Wiley.
- Luchs, M., Swan, S., y Griffin, A. (2016). *Design Thinking: New Product Development Essentials from the PDMA*. Estados Unidos: Wiley.
- Lussier, R., y Achua, C. (2016). *Liderazgo: Teoría, aplicación y desarrollo de habilidades* (6ª ed.). México: Cengage Learning.
- Mathis, B. (2018). *Agile Project Management para Principiantes: Dominar los Conocimientos Básicos con Scrum*. Babelcube, Inc.
- Measey, P., y Levy, R. (2015). *Agile Foundations: Principles, Practices and Frameworks*. Reino Unido: BCS.

Software

- IBM. (s.f.). Apply design thinking to AI. Recuperado de https://www.ibm.com/design/thinking/page/courses/AI_Essentials

Evaluación

La evaluación es una combinación de los siguientes elementos:

- Actividades que retoman el contenido conceptual de los temas de la semana.
- Proyecto con el que el participante demostrará que adquirió las habilidades y los conocimientos requeridos para acreditar. Dicho proyecto se divide en tres fases.

A continuación, puedes revisar el detalle de la evaluación:

Evaluable	Ponderación
Actividad 1	7
Actividad 2	7
Actividad 3	7
Fase 1 del proyecto	12
Actividad 4	7
Actividad 5	7
Actividad 6	7
Fase 2 del proyecto	12
Actividad 7	7
Actividad 8	7
Actividad 9	7
Fase 3 del proyecto	13
Total	100

Estructura de las sesiones

Las sesiones se dividen en tres bloques. Estas son las actividades que se recomiendan realizar:

Bloque 1

- Bienvenida y presentación de la agenda.
- Práctica de bienestar.
- Desarrollo de los temas de la semana:
 - Aplicación en contextos reales (Introducción).
 - Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.
- Receso.

Bloque 2

- Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.
- Desarrollo de los temas de la semana:
 - Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.
- Receso.

Bloque 3

- Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.
- Desarrollo de los temas de la semana:
 - Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.
 - Cierre de los temas.
- Explicación de las actividades que deberán realizarse en la semana (fuera de la sesión).

Antes de acudir a una sesión, es necesario que leas las explicaciones, ya que te proporcionarán los fundamentos teóricos de los temas. De igual manera, se requiere que revises las lecturas y los videos obligatorios.

Durante las sesiones sincrónicas, el docente da una breve explicación del tema, resuelve dudas y comparte las instrucciones de lo que se debe realizar fuera de dichas sesiones.

Actividades y fases del proyecto

Las actividades y fases del proyecto se diseñaron para realizarse de manera individual.

Como una forma de promover el dinamismo y la interacción de los participantes en distintos formatos, durante las sesiones, el profesor alterna intervenciones individuales, plenarias y grupales que enriquecen tus puntos de vista y, al mismo tiempo, te dan la oportunidad de presentar tus ideas y posturas en torno a los temas de la clase.

Para la interacción de los participantes, se utilizan las funcionalidades de la herramienta de colaboración que permiten la creación de salas virtuales interactivas, en donde puedes compartir pantallas, documentos, videos y audios.

El resultado de todas las actividades y fases del proyecto realizadas deberá entregarse a través de la plataforma tecnológica para su revisión y evaluación por parte del docente.

Es muy importante que revises el esquema de evaluación y los criterios que utilizará el docente para otorgarte una calificación. Lo anterior con la intención de que desde el inicio de la semana tengas claro el nivel de complejidad y esfuerzo que requieres para realizar las entregas semanales y garantizar tu éxito.

En caso de tener dudas sobre alguna actividad, fase del proyecto o del contenido, puedes contactar a tu docente a través de los medios que te indique.

Calendario de entregas de los aprendedores

Semana	Temas	Actividad	Proyecto
Módulo 1. Gestión ágil de proyectos de inteligencia artificial			
1	<ul style="list-style-type: none"> Tema 1. Introducción a metodologías ágiles: planes flexibles y ligeros Tema 2. Descripción del manifiesto ágil de software 	1	x
2	<ul style="list-style-type: none"> Tema 3. Metodologías tradicionales y ágiles Tema 4. Principales marcos de trabajo (frameworks) de proyectos ágiles 	2	x
3	<ul style="list-style-type: none"> Tema 5. Gestión esbelta Tema 6. Metodología Scrum 	3	x
4	<ul style="list-style-type: none"> Tema 7. Kanban Tema 8. Otros marcos ágiles 	x	Fase 1
Módulo 2. Pensamiento de diseño			
5	<ul style="list-style-type: none"> Tema 9. Introducción al pensamiento de diseño Tema 10. Empatía y comprensión 	4	x
6	<ul style="list-style-type: none"> Tema 11. Definición de problemas y necesidades Tema 12. Ideación y métodos creativos 	5	x
7	<ul style="list-style-type: none"> Tema 13. Diseño y prototipado Tema 14. Evaluación de concepto 	6	x
8	<ul style="list-style-type: none"> Tema 15. El futuro del pensamiento de diseño Tema 16. Inteligencia artificial y pensamiento del diseño 	x	Fase 2
Módulo 3. Liderazgo positivo de proyectos de inteligencia artificial			
9	<ul style="list-style-type: none"> Tema 17. Liderazgo en la cultura organizacional Tema 18. Estrategias del líder positivo 	7	x
10	<ul style="list-style-type: none"> Tema 19. Liderazgo con un enfoque apreciativo Tema 20. El líder positivo en ambientes de innovación y tecnología 	8	x
11	<ul style="list-style-type: none"> Tema 21. Bases y fundamentos de la planificación y gestión de proyectos de inteligencia artificial Tema 22. Recuperación de proyectos en crisis 	9	x
12	<ul style="list-style-type: none"> Tema 23. Herramientas para la toma de decisiones Tema 24. Aplicación del liderazgo positivo en la gestión de proyectos de tecnología 	x	Fase 3

Temario

Temario del módulo 1

Tema 1. Introducción a metodologías ágiles: planes flexibles y ligeros

1.1 Historia de las metodologías ágiles

1.2 Definición de ágil

1.3 Modelo adaptativo, iterativo e incremental

1.4 Beneficios de las metodologías ágiles aplicadas a la inteligencia artificial

Tema 2. Descripción del manifiesto ágil de software

2.1 Origen del manifiesto

2.2 Valores del manifiesto

2.3 Los 12 principios de agilidad

2.4 Personas, procesos y tecnologías

Tema 3. Metodologías tradicionales y ágiles

3.1 Contexto actual de metodologías

3.2 Metodologías ágiles en comparación con las tradicionales

3.3 Triángulo de hierro

3.4 Aceleración y transformación digital a través de agilidad

Tema 4. Principales marcos de trabajo (frameworks) de proyectos ágiles

4.1 Elementos del paraguas ágil

4.2 Introducción a gestión esbelta (lean management)

4.3 Introducción a Scrum

4.4 Fundamentos de Kanban

Tema 5. Gestión esbelta

5.1 Principios de la filosofía esbelta

5.2 Proceso de transformación esbelta

5.3 Calidad en gestión esbelta

5.4 Gestión esbelta en la era digital

Tema 6. Metodología Scrum

6.1 Roles y responsabilidades

6.2 Historias de usuario

6.3 Trabajos pendientes

6.4 Diferencia de roles en la metodología Scrum

Tema 7. Kanban

7.1 Historia y definición

7.2 Sistemas jala y empuja

7.3 Las tres reglas de Kanban

7.4 Diferencias y similitudes con Scrum

Tema 8. Otros marcos ágiles

8.1 Aseguramiento de la calidad

8.2 Implementaciones híbridas en la nube

- 8.3 Escalamiento de prácticas ágiles (SAFe)
- 8.4 Método de desarrollo de sistemas dinámicos (DSDM)

Temario del módulo 2

Tema 9. Introducción al pensamiento de diseño

- 9.1 Definición del pensamiento de diseño
- 9.2 Propuesta de valor y sus características
- 9.3 Conceptos del pensamiento de diseño
- 9.4 Fases del pensamiento de diseño

Tema 10. Empatía y comprensión

- 10.1 Descubrimiento de las necesidades y etapas de la investigación
- 10.2 Mapas de jornada
- 10.3 Jornada del cliente
- 10.4 Preparación de las entrevistas
- 10.5 Mapas de empatía

Tema 11. Definición de problemas y necesidades

- 11.1 Filtrado de información
- 11.2 Herramientas colaborativas: punto de vista (POV) y mapas mentales
- 11.3 El valor de la comprensión de necesidades (insights)
- 11.4 Detección de oportunidades de negocio

Tema 12. Ideación y métodos creativos

- 12.1 Reglas de generación de ideas
- 12.2 Lluvia de ideas
- 12.3 Técnica SCAMPER
- 12.4 Priorización de ideas

Tema 13. Diseño y prototipado

- 13.1 Introducción al prototipado
- 13.2 Taller de diseño
- 13.3 Tablero de historias
- 13.4 Pensamiento creativo: Lego

Tema 14. Evaluación de concepto

- 14.1 Etapas de evaluación de concepto
- 14.2 Certificación
- 14.3 Aplicación y factibilidad de alternativas
- 14.4 Iterando soluciones
- 14.5 Grupos de enfoque y pruebas de usabilidad

Tema 15. El futuro del pensamiento de diseño

- 15.1 Conexiones al pensamiento de diseño
- 15.2 Pensadores de diseño
- 15.3 La cultura creativa
- 15.4 Diseñando el cambio: transformación de estrategia y organización

- Tema 16. Inteligencia artificial y pensamiento del diseño
- 16.1 Pensamiento de diseño aplicado al modelo de negocio digital
- 16.2 Claves de la transformación digital
- 16.3 Creación de inteligencia artificial innovadora
- 16.4 Prácticas industriales para generar el pensamiento de inteligencia artificial

Temario del módulo 3

- Tema 17. Liderazgo en la cultura organizacional
- 17.1 Modelo de valores de competencia (competing values framework)
- 17.2 Modelos de liderazgo
- 17.3 Liderazgo auténtico
- 17.4 Liderazgo transformacional
- 17.5 Liderazgo positivo

- Tema 18. Estrategias del líder positivo
- 18.1 Clima organizacional positivo
- 18.2 Relaciones positivas
- 18.3 Comunicación positiva
- 18.4 Significado en el trabajo

- Tema 19. Liderazgo con un enfoque apreciativo
- 19.1 Liderazgo basado en fortalezas
- 19.2 Indagación apreciativa
- 19.3 Retroalimentación apreciativa

- Tema 20. El líder positivo en ambientes de innovación y tecnología
- 20.1 Negociación y resolución de conflictos
- 20.2 Herramientas de coaching positivo
- 20.3 El líder resiliente
- 20.4 Liderazgo e inteligencia emocional

- Tema 21. Bases y fundamentos de la planificación y gestión de proyectos de inteligencia artificial
- 21.1 Definición concreta de alcances
- 21.2 Planificación y programación
- 21.3 Análisis de las partes interesadas
- 21.4 Índice de probabilidad de éxito (IPE)

- Tema 22. Recuperación de proyectos en crisis
- 22.1 Signos de problemas en proyectos
- 22.2 Aceptación de riesgos
- 22.3 Gestión del tiempo y comunicación ante proyectos en crisis
- 22.4 Diagnóstico y estados de salud de un proyecto

- Tema 23. Herramientas para la toma de decisiones
- 23.1 Proceso del cambio
- 23.2 Resistencia al cambio tecnológico
- 23.3 Efectividad en la resolución de problemas
- 23.4 Métodos de decisión

23.5 Implementación de decisiones

Tema 24. Aplicación del liderazgo positivo en la gestión de proyectos de tecnología

24.1 Generación de equipos positivos: motivación y automotivación

24.2 Liderando en ambientes complejos

24.3 Colaboradores e influencia en el proyecto tecnológico

24.4 Supervisión, control y cierre de un proyecto

Preguntas más frecuentes

¿En dónde o a quién le reporto un error detectado en el contenido?

Lo puedes reportar a la cuenta atencioncursos@servicios.tecmilenio.mx. También puedes compartir sugerencias para el contenido y las actividades.

¿Quién me informa de la cantidad de sesiones y el tiempo de cada sesión en las semanas?

El coordinador docente te debe proporcionar esta información.

¿En qué semanas se aplican los exámenes parciales y el examen final?

Consulta con tu coordinador docente los calendarios de acuerdo con la modalidad de impartición.

¿Tengo que capturar las calificaciones en Banner y en la plataforma educativa?

Sí, es importante que captures las calificaciones en la plataforma para que los participantes estén informados de su avance y reciban retroalimentación de parte tuya de todo lo que realizan en esta experiencia educativa. En Banner es el registro oficial de las calificaciones de los participantes.

Guía para las sesiones

Semana 1

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor se presenta ante el grupo y da una breve introducción de los temas que se abordarán.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none">○ Aplicación en contextos reales (Introducción).○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	25 minutos.
Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión). <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 1. 	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.	10 minutos.
Explicación del proyecto fase I.	Se explicará a los participantes en qué consiste el proyecto de manera general, enfocándose en la fase I, la cual los participantes deberán entregar en la semana 3.	10 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 1), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Hablar sobre el paraguas ágil en términos generales para comenzar a introducir a los aprendedores en las diversas metodologías ágiles que existen para la gestión de proyectos. Se sugiere que el profesor comparta un caso de éxito con ejemplos de algunas aplicaciones o proyectos que se hayan realizado con metodologías ágiles. Por ejemplo: Spotify, BBVA y Amazon.
- Recurso de referencia: CLE Formación. (2020). *Scrum y sus casos de éxito*. Recuperado de <https://cleformacion.com/scrum-y-sus-casos-de-exito/>

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 2), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Al comenzar con la historia de dónde comenzó la agilidad, es conveniente que el profesor se documente sobre la historia de los creadores de Scrum para compartirla con los aprendedores de una forma ilustrativa, con el fin de llegar al foco que sería el manifiesto ágil. Se debe hacer un énfasis especial en explicar que ágil no significa que no deba haber documentación o contratos, sino que los expertos en el área le dieron un valor más significativo a la interacción con las personas para que el software esté funcionando, pero sí existe documentación extensiva.
- Recurso de referencia: Agilemanifesto.org. (2001). *Manifiesto for agile software development*. Recuperado de <https://agilemanifesto.org/>
- Se sugiere ejemplificar los 12 principios de la agilidad con casos prácticos y sencillos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 1 (que abarca temas 1 y 2) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Es conveniente que el profesor reafirme que todo lo que se realizará en la experiencia educativa deberá enfocarse en proyectos relacionados con inteligencia artificial. Pese a que las metodologías y modelos son generales, todas las actividades están enfocadas en que el aprendedor ejercite y lo lleve al ámbito de IA.
- Mostrar ejemplos de proyectos de inteligencia artificial gestionados en ágil, en fuentes recientes y confiables de Internet.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del proyecto fase I.

- Introducir al aprendedor en la primera fase del proyecto que consiste en la selección y trabajo a través de la aplicación de las metodologías de gestión ágiles. Motivarlo a generar varias ideas de lo que puede ser su proyecto de inteligencia artificial, de manera que la selección final lo lleve a explotar su creatividad y aplicar lo aprendido a lo largo de su programa académico.

Se les debe comentar que revisen los temas del módulo 1 para tener en cuenta las diversas metodologías existentes, pues deberán utilizar dos de ellas en su proyecto. De esta manera, el aprendedor estará preparado para avanzar conforme progresa en el contenido.

Semana 2

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	El profesor explicará a los participantes los	45 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	contenidos con ejercicios prácticos.	
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	10 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	30 minutos.
Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión). <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 2. 	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.	10 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 3), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Compartir algunos ejemplos prácticos de las diversas metodologías de gestión de proyectos, de manera que se le pueda ayudar al aprendiz a comprender las principales diferencias entre ellas.

- Explicar que las metodologías pueden incluso combinarse para que la gestión del proyecto pueda ser más efectiva. Hacer énfasis en las diferencias de los enfoques tradicionales en comparación con las metodologías adaptativas e incrementales.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 4), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Retomar la explicación de los diversos marcos de referencia para gestión ágil y así mostrarle al aprendedor el paraguas de la agilidad. Dado que se explica la metodología de gestión esbelta, se sugiere mostrar un ejemplo de cómo implementar un proyecto de *lean* (gestión esbelta) en pequeño.

Por ejemplo, explicarles visualmente cómo hacer el mapeo de un flujo de valor (*value stream mapping*) de algún proceso, mostrarles cómo eliminar desperdicios y después exponer el nuevo mapeo de flujo de valor para ejemplificar las diferencias y así identificar los beneficios.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 2 (que abarca temas 3 y 4) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Preparación para la actividad 2: recomendar sitios confiables en donde el aprendedor pueda buscar casos de éxito, en los cuales se hayan utilizado metodologías del paraguas ágil. Es conveniente proporcionar un recordatorio sobre las principales diferencias entre la gestión esbelta (*lean management*), Scrum y Kanban, ejemplificando tipos de proyectos donde se pudieran aplicar, de manera que el aprendedor tenga una síntesis sobre cuándo es conveniente cada metodología.

Semana 3

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.

reales (Introducción). <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un	35 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	<p>cierre de los temas correspondientes.</p>	
<p>Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 3. 	<p>Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.</p>	<p>10 minutos.</p>

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 5), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Explicar la gestión esbelta comenzando con la historia de dónde surgió el *lean manufacturing* que originalmente se creó para la industria de la manufactura. Se recomienda buscar un caso de éxito de una empresa de manufactura que haya realizado algún proyecto lean y así se pueda presentar el contexto de la metodología y sus orígenes.
- El profesor podrá hablar sobre los “gurús” de la calidad (Deming, Ishikawa, Crosby y Taguchi), haciendo énfasis en el ciclo de Deming para la calidad total. Es conveniente explicar que toda metodología de gestión siempre considerará la mejora continua, por lo tanto, el ciclo de Deming es la base de todas ellas.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 6), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Compartir o proyectar algunos videos cortos donde se observe la interacción física del proceso de Scrum convencional a través del uso de *post-its*, de manera que se conceptualice la interacción del equipo en esta metodología. Es de vital importancia hacer énfasis en los roles y sus responsabilidades.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 3 (que abarca los temas 5 y 6) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Se sugiere explicar el concepto del *value stream mapping* (VSM) de manera general para que los aprendedores tengan una idea breve de su importancia como parte de la metodología de gestión esbelta. Preparar un ejemplo donde se pudiera dar más detalle de cómo se genera el VSM, incluyendo la explicación del antes y el después de haber implementado la mejora para tener una vista más amplia de las ventajas de la gestión esbelta.

Semana 4

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Actividad de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none">○ Aplicación en contextos reales (Introducción).○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none">○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.

Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.
----------------	---	-------------

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	35 minutos.
Explicación de las actividades formativas.	Se brindará una breve explicación de las actividades que se realizarán durante la sesión.	20 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 7), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Buscar alguna herramienta gratuita de tu elección para ejemplificar cómo se crean los tableros Kanban con todos sus elementos. Llevar preparado un ejemplo de una simulación de un proyecto con Kanban donde se explique la mecánica e interacción en la metodología por parte del equipo.
- Explicar las ventajas del uso de Kanban a diferencia de otras metodologías de gestión, así como una breve reflexión de cómo se puede combinar con otras metodologías.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 8), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- El profesor puede facilitar el entendimiento de la metodología SAFe, mostrando el sitio principal y explicando detalladamente cómo comprender todos los elementos de la estrategia de implementación a cualquier alcance. También se debe hacer énfasis en que toda la información de SAFe es abierta y gratuita al público. Se sugiere buscar algunos videos donde se muestren ejemplos de cómo son las reuniones de incrementos de programa (*program increment* o PI) para que se pueda causar impacto y motivación en aprender sobre los beneficios de una organización que vive SAFe en su día a día.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad formativa 1 que se explicará en la sesión, la cual puede descargarse en el tema 8.

- Preparación a la actividad: recapitular las diferencias, ventajas y desventajas de las metodologías Kanban, DevOps, *eXtreme Programming*, etcétera. Dar recomendaciones de sitios web y portales confiables donde los aprendedores puedan tener la opción de buscar los casos de éxito en la implementación de SAFe.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad formativa 2 que se explicará en la sesión, la cual puede descargarse en el tema 8.

- Dar ejemplos de herramientas tecnológicas existentes en el mercado para implementar las diversas metodologías de gestión ágil, por ejemplo, Jira y Microsoft Azure DevOps. Mostrar algunas de estas herramientas y sus características. Comentar a los aprendedores que, para la actividad formativa 2, ya deberán haber conocido los detalles de todas las metodologías estudiadas.
- Recurso sobre cómo se puede reducir la resistencia para implementar metodologías ágiles que servirá como preparación para a la actividad formativa 2: APMG International. (2020, 3 de abril). *Webinar Reducing resistance to Agile methods* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=ykxu0u2H5cg>

Semana 5

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	El profesor explicará a los participantes los	40 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	<p>contenidos con ejercicios prácticos.</p>	
Receso.	<p>Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.</p>	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	<p>El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.</p>	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	<p>El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.</p>	45 minutos.
Receso.	<p>Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.</p>	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	<p>El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.</p>	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	<p>El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un</p>	25 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	<p>cierre de los temas correspondientes.</p>	
<p>Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 4. 	<p>Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.</p>	<p>10 minutos.</p>
<p>Explicación de la fase II del proyecto.</p>	<p>Se reforzará en qué consiste la fase II del proyecto, la cual los participantes deberán entregar en la semana 7.</p>	<p>10 minutos.</p>

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 9), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Presentar algún video que ejemplifique cómo el *design thinking* puede revolucionar la identificación de los verdaderos problemas que presentan las personas. Comentar el caso de los niños cuándo se les debe hacer una tomografía: el proceso es muy complicado porque deben permanecer quietos mientras se les hace el estudio, pero a la mayoría les da miedo entrar a la máquina. Entonces, a través del pensamiento de diseño, se revoluciona este estudio, diseñando un entorno de juegos para los niños, explicándoles que forman parte de una historia y de esa manera se reduce el miedo de entrar a la máquina.
- Recurso que ejemplifica la máquina de tomografías para niños: Noticias Caracol. (2018, 10 de septiembre). *En una sala espacial hacen las resonancias para niños del Instituto Roosevelt | Noticias Caracol* [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=j-bwWBdcmOw>

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 10), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Exponer sobre la primera fase del pensamiento de diseño. Se sugiere que el profesor prepare algún ejercicio que pueda realizarse en grupo para despertar la empatía de los aprendedores en el aula y un ejemplo práctico que pueda mostrar sobre alguna herramienta para la fase de empatía, por ejemplo, un mapa de viaje del cliente; es bueno intentar adecuarlo a una situación relacionada con inteligencia artificial.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 4 (que abarca los temas 9 y 10) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Dar una introducción a los aprendedores, comentando que en la actividad deberán aplicar el proceso de empatía a un escenario real y así estar más familiarizados con lo que van a realizar.
- Para la introducción de la actividad, realizar preguntas para identificar algún área que pueda ser una necesidad. Por ejemplo:
 - Una nueva aplicación para hacerse autocobros en tiendas departamentales y así evitar las filas.
 - Una aplicación que pudiera mostrarte los lugares disponibles en los estacionamientos de los comercios.
- Se debe comentar a los aprendedores que deben completar su actividad porque será necesaria para la siguiente.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la fase II del proyecto.

- En esta fase, el aprendedor comenzará a implementar el proceso del pensamiento de diseño como parte del proyecto iniciado en la fase I del proyecto. Para dar pauta a los aprendedores sobre el avance que van a trabajar, es conveniente dar una vista general de lo que es el proceso de design thinking y recomendarles revisar lo ya estudiado, de manera que conforme vayan aprendiendo, incorporen la implementación de cada fase de la metodología en el proyecto, mientras se van resolviendo las actividades de los temas.

Semana 6

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none">○ Aplicación en contextos reales (Introducción).○ Explicación de los temas de la semana con	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.

ejercicios prácticos.		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	10 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	30 minutos.
Explicación de la actividad que deberá	Se brindará una breve explicación de la actividad	10 minutos.

realizarse en la semana (fuera de la sesión).	que se realizará fuera de la sesión.	
○ Actividad 5.		

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 11), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Preparar algunos ejemplos prácticos orientados a la inteligencia artificial para ilustrar las herramientas del lienzo de filtración de ideas, el punto de vista (POV) y los mapas mentales.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 12), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- El profesor impartidor va avanzando en la explicación de la fase de ideación del proceso de pensamiento de diseño. Se recomienda pensar en una problemática que pueda cubrirse con una propuesta de inteligencia artificial, a través de un ejercicio de lluvia de ideas, fomentando la participación de los aprendedores, incluyendo la organización de las ideas y la clasificación con prioridades.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 5 (que abarca los temas 11 y 12) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- En esta actividad es importante que el profesor les recuerde a los aprendedores que deberán haber concluido y enviado exitosamente la actividad 4 de los temas 9 y 10, pues esta servirá para seguir ejercitando el proceso del pensamiento de diseño. Como apoyo, el profesor podrá buscar algunos ejemplos prácticos de la metodología SCAMPER que puedan servir para comprender cómo realizar este ejercicio y solucionar su actividad de forma efectiva.
- Se debe comentar a los aprendedores que completen su actividad porque será necesaria para la siguiente.

Semana 7

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor	5 minutos.

	seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.

<p>Desarrollo de los temas de la semana:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	<p>El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.</p>	<p>35 minutos.</p>
<p>Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 6. 	<p>Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.</p>	<p>10 minutos.</p>

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 13), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Para este tema, el profesor podrá pedir a los aprendedores que reúnan algunos materiales de papelería (revistas o catálogos que puedan cortar, hojas de colores, lápiz adhesivo, tijeras, post-its, etc.). Posterior a explicar la fase de prototipo del pensamiento de diseño, se puede invitar a los aprendedores a hacer el prototipo de una nueva aplicación para comprar productos en línea de interés, pidiendo alguna característica innovadora. Al finalizar la dinámica, se pueden seleccionar algunos aprendedores para que presenten su prototipo y solicitarles que lo conserven para la siguiente clase.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 14), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- En este tema de evaluación de conceptos se debe enfatizar en recordar que el proceso de pensamiento de diseño no es necesariamente lineal, es decir, se van perfeccionando las ideas y los prototipos hasta que se llega a una solución óptima del problema identificado. El profesor podrá solicitar que se utilice el prototipo del ejercicio del tema anterior para reunirse en equipos de dos y evaluar sus prototipos mutuamente.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 6 (que abarca los temas 13 y 14) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Retomando el ejercicio de la actividad 5 (temas 11 y 12), los aprendedores deberán trabajar en la creación y evaluación de los prototipos de las ideas seleccionadas. Se recomienda que el profesor muestre un video sobre un ejemplo de un ejercicio de un grupo de enfoque (*focus group*) que pueda facilitar el entendimiento de lo que deberán hacer en la actividad.

Semana 8

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none">○ Aplicación en contextos reales (Introducción).○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana. <ul style="list-style-type: none">○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos.	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el	10 minutos.

	participante lo utilice para su beneficio.	
--	--	--

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	35 minutos.
Explicación de la actividad formativa.	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará durante la sesión.	20 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 15), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Se sugiere que el profesor busque algún video reciente sobre la importancia de la temática de la experiencia del usuario (*user experience*) en el contexto de la inteligencia artificial, incluyendo la presentación de un video de alguna organización de importancia que potencialice UX para ofrecer soluciones.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 16), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Para cerrar los temas relacionados con el pensamiento de diseño, se sugiere buscar y mostrar a los aprendedores casos de éxito de empresas que han incorporado el design thinking y las ha llevado al éxito. Se propone buscar casos diferentes a los que se presentan en el tema, de manera que los aprendedores puedan ampliar su visión sobre la importancia del proceso de pensamiento de diseño en el contexto de la inteligencia artificial.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad formativa 3 que se explicará en la sesión, la cual puede descargarse en el tema 16.

- Para realizar esta actividad se puede exponer a los aprendedores sobre la biografía de algún pensador de diseño de importancia y cómo el design thinking lo ha motivado para contribuir en la generación de soluciones para resolver necesidades diversas de las personas. Con esto se puede dar una pauta a los aprendedores sobre lo que van a realizar en su actividad.

Semana 9

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana:	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Recapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	25 minutos.
Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión). <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 7. 	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.	10 minutos.
Explicación de la fase III del proyecto.	Se reforzará en qué consiste la fase III del proyecto, la cual los participantes deberán entregar en la semana 13.	10 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 17), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- En este tema el profesor podrá explicar una breve introducción sobre la importancia del liderazgo positivo para mejorar el éxito de las organizaciones. Esto debe expresarse en términos de la gestión de proyectos, dado que la materia está enfocada en la gestión de proyectos de inteligencia artificial. Se puede mostrar algún video reflexivo de alguna

empresa que haga reflexionar a los aprendedores sobre la incorporación del liderazgo positivo como una cultura organizacional.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 18), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Para este tema se recomienda preparar algunos escenarios que pueden ocurrir dentro de un equipo de proyecto de inteligencia artificial, para que después de la explicación de la temática los aprendedores puedan trabajar en cómo abordarlo, utilizando comunicación positiva. Debe hacerse énfasis en mantener un buen clima organizacional positivo dentro de los equipos de proyecto.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 7 (que abarca los temas 17 y 18) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Se pueden dar ejemplos a los aprendedores sobre los modelos de valores de competencia y tipos de liderazgo. Es recomendable que sean orientados a escenarios de proyectos de inteligencia artificial para que el aprendedor asimile cómo est le ayudará en su futuro laboral.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la fase III del proyecto.

- Para esta última fase del proyecto es necesario que el profesor pida a los aprendedores buscar una herramienta de su elección para administración de proyectos, donde sea posible gestionar el cronograma. Se puede dar una síntesis de lo que trabajarán en la última fase del proyecto a través de la explicación de los principales enfoques y la generación de una estrategia de liderazgo positivo, así como las diversas prácticas de gestión de proyectos que ayudarán a los aprendedores a mejorar el control de sus proyectos de inteligencia artificial.

Semana 10

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.

reales (Introducción). <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana. <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	10 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	30 minutos.

<ul style="list-style-type: none"> ○ Cierre de los temas. 		
Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión). <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 8. 	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.	10 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 19), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- En este tema el profesor puede hacer una reflexión con el grupo sobre cómo se sienten cuando ponen un gran esfuerzo en alguna actividad o en el cumplimiento de alguna meta, pero no existe una valoración o motivación de ningún tipo por parte del líder o cliente.

Con esto se lleva a los aprendedores a reflexionar sobre la importancia de desarrollar una cultura apreciativa en los ambientes de trabajo, principalmente con un enfoque en los equipos de proyecto, de manera que la apreciación sea parte de las actividades del líder de proyectos de inteligencia artificial.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 20), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Se sugiere preparar un ejercicio práctico para que los aprendedores puedan identificar su personalidad en el contexto de los diversos modos de manejo de conflicto. Una vez realizado esto, exponer sobre el proceso que puede seguirse para manejar conflictos, haciendo énfasis en la importancia de estas temáticas como parte del ambiente de trabajo. También el profesor puede analizar su vida a través del uso de la herramienta de la rueda de la vida y presentar un ejemplo de los resultados para que se comprenda mejor el tema.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 8 (que abarca los temas 19 y 20) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- Como introducción a la actividad, el profesor puede comentar que existen varios modelos para analizar las fortalezas y áreas de mejora personales. Se recomienda invitar a los aprendedores (opcionalmente) a completar la prueba de las 16 personalidades y después leer la interpretación de su personalidad, de manera que puedan hacer una reflexión que les facilite identificar sus fortalezas para la actividad. Pueden realizar la prueba en el siguiente recurso: 16 Personalities. (2021). *Test de Personalidad*. Recuperado de <https://www.16personalities.com/es/test-de-personalidad>

Semana 11

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Rescapitulación de lo realizado en el bloque previo.	El profesor recapitulará de manera dinámica lo realizado en el bloque previo.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Explicación de actividad formativa 4. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	35 minutos.
Explicación de la actividad que deberá realizarse en la semana (fuera de la sesión). <ul style="list-style-type: none"> ○ Actividad 9. 	Se brindará una breve explicación de la actividad que se realizará fuera de la sesión.	10 minutos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 21), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Se le recomienda al profesor preparar un ejemplo práctico de la definición del alcance de un proyecto de inteligencia artificial. El profesor podrá seleccionar una herramienta de gestión de cronograma de su elección para mostrar a los aprendedores cómo se utiliza un software de administración de proyectos y esto les ayude en el proyecto y la actividad correspondiente.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 22), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Se sugiere que el profesor hable sobre la práctica de gestión de continuidad del negocio y cómo esta se relaciona con la recuperación de proyectos en crisis. Es conveniente buscar un video de algún caso o escenario de una empresa/proyecto en crisis y cómo las buenas prácticas de gestión ayudaron a minimizar el impacto y resolver los problemas. También

se sugiere ejemplificar los riesgos positivos (oportunidades) y negativos, así como ejemplos prácticos de posibles respuestas a los riesgos.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad formativa 4 que se explicará en la sesión, la cual puede descargarse en el tema 22.

- Es conveniente que el profesor prepare una lista o busque algún sitio confiable que muestre diversas métricas e indicadores que suelen llevarse en los proyectos para asegurar el monitoreo y control. Además, se puede mostrar un ejemplo práctico sobre el cálculo del índice de probabilidad de éxito (IPE) para facilitar su comprensión y les ayude a resolver la actividad de forma efectiva.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad 9 (que abarca los temas 21 y 22) que se explicará en la sesión y se realizará fuera de esta.

- El curso de **Design Thinking aplicado a IA** busca desarrollar habilidades creativas y prácticas para diseñar soluciones innovadoras. Durante el estudio del curso en la plataforma IBM SkillsBuild Academy, es importante mantener un enfoque crítico al relacionar los conceptos aprendidos con casos prácticos en inteligencia artificial. Una buena práctica es reflexionar sobre cómo los principios de Design Thinking, como la empatía y la ideación, pueden aplicarse a problemas de IA que ya conozcas. Documenta ejemplos claros donde el uso de estas metodologías haya llevado a una mejora significativa en la interacción con sistemas de IA, como asistentes virtuales o sistemas de recomendación.

Semana 12

Bloque 1

Actividad	Descripción	Duración
Bienvenida y presentación de la agenda.	El profesor da una breve bienvenida y presenta la agenda de la sesión.	5 minutos.
Práctica de bienestar.	Del banco de prácticas de bienestar que se agregan al final de este documento, el profesor impartidor seleccionará alguna para aplicarla en la sesión.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Aplicación en contextos reales (Introducción). ○ Explicación de los temas de la semana con 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	40 minutos.

ejercicios prácticos.		
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 2

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos.	45 minutos.
Receso.	Se brindará un espacio de receso para que el participante lo utilice para su beneficio.	10 minutos.

Bloque 3

Actividad	Descripción	Duración
Resumen de lo realizado en el bloque anterior.	El profesor resumirá de manera dinámica lo realizado en el bloque anterior.	5 minutos.
Desarrollo de los temas de la semana: <ul style="list-style-type: none"> ○ Explicación de los temas de la semana con ejercicios prácticos. ○ Cierre de los temas. 	El profesor explicará a los participantes los contenidos con ejercicios prácticos y realizará un cierre de los temas correspondientes.	25 minutos.
Explicación de la actividad formativa.	Se brindará una breve explicación de la actividad	20 minutos.

	que se realizará durante la sesión.	
--	-------------------------------------	--

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del primer tema de la semana (tema 23), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- Se sugiere que el profesor prepare un par de ejemplos relacionados con decisiones en proyectos de inteligencia artificial, a través del uso de la herramienta del *Pugh Matrix*. También es conveniente que se dé un panorama sobre la definición de problemas y explicar la diferencia entre riesgos y problemas; esto ayudará a que los aprendedores identifiquen correctamente las diferencias entre ambas prácticas.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la explicación del segundo tema de la semana (tema 24), la cual debe considerar la realización de ejercicios prácticos durante la sesión.

- El profesor puede hacer preguntas de reflexión a los aprendedores sobre el ambiente laboral; si alguno ha trabajado o participado en equipos donde no se sienten felices o motivados. Con esto se puede abrir a la temática de la motivación y automotivación, cerrando este tema en una reflexión sobre la relevancia de que los equipos de trabajo fomenten las relaciones positivas y que la influencia de cada uno es vital para el éxito, así como las recomendaciones para el cierre de un proyecto.

Notas para el profesor impartidor correspondientes a la actividad formativa 5 que se explicará en la sesión, la cual puede descargarse en el tema 24.

- En esta actividad, el aprendedor deberá proponer una estrategia de liderazgo positivo para un escenario particular, además de ejercitar diversas prácticas de gestión de proyectos para implementar estrategias de control al implementar proyectos de inteligencia artificial. El profesor debe motivar a leer los requisitos de la actividad formativa para que puedan utilizar los temas progresivamente y así ir resolviendo lo que se pide. Esto también ayudará a que puedan avanzar en el proyecto de forma paralela. Se debe dar una introducción general de lo que van a realizar en la actividad formativa y poder resolver dudas específicas.

Anexo 1. Rúbrica de fase 1

Criterios de evaluación	Nivel de desempeño			%
	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	
1. Lluvia de ideas, selección y justificación del proyecto	10 – 8 puntos	7 – 5 puntos	4 – 0 puntos	10
	Realiza una lluvia de ideas, así como la selección y la justificación del proyecto.	Realiza una lluvia de ideas, pero no presenta la selección y la justificación del proyecto.	Realiza una lluvia de ideas inadecuada. Además, no presenta la selección ni la justificación del proyecto.	
2. Involucrados	10 – 8 puntos	7 – 5 puntos	4 – 0 puntos	10
	Describe los involucrados, sus características y relevancia como clientes/usuarios potenciales.	Describe los involucrados, presenta sus características, pero no su relevancia como clientes/usuarios potenciales.	No logra describir de manera adecuada los involucrados ni sus características y no presenta su relevancia como clientes/usuarios potenciales.	
3. Metodologías ágiles	30 – 27 puntos	26 – 23 puntos	22 – 0 puntos	30
	Explica detalladamente al menos dos metodologías ágiles para implementar la gestión del proyecto.	Explica detalladamente al menos una metodología ágil para implementar la gestión del proyecto.	No explica de manera adecuada las metodologías ágiles para implementar la gestión del proyecto.	
4. Herramientas para la gestión ágil	15 – 13 puntos	12 – 10 puntos	9 – 0 puntos	15
	Muestra las herramientas para la gestión ágil y del calendario, así como su descripción y la justificación de su elección.	Muestra las herramientas para la gestión ágil y del calendario, pero no su descripción ni la justificación de su elección.	No presenta de manera adecuada las herramientas para la gestión ágil y del calendario. Asimismo, no menciona su descripción ni justificación de su elección.	
	35 – 33 puntos	32 – 30 puntos	29 – 0 puntos	

5. Necesidades del negocio	Define las necesidades del negocio y su transformación en historias de usuario a manera de <i>product backlog</i> , así como el calendario del proyecto.	Define las necesidades del negocio y su transformación en historias de usuario a manera de <i>product backlog</i> , pero no incluye el calendario del proyecto.	No logra definir las necesidades del negocio ni su transformación en historias de usuario a manera de <i>product backlog</i> . Asimismo, no incluye el calendario del proyecto.	35
TOTAL				100%

Anexo 2. Rúbrica de fase 2

Criterios de evaluación	Nivel de desempeño			%
	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	
1. Lienzo de propuesta de valor, los mapas de empatía y el mapa de viaje del cliente	20 – 18 puntos	17 – 15 puntos	14 – 0 puntos	20
	Presenta a detalle el lienzo de propuesta de valor, los mapas de empatía y el mapa de viaje del cliente.	Le falta incluir alguno de los siguientes puntos: lienzo de propuesta de valor, los mapas de empatía y el mapa de viaje del cliente.	Presenta de manera inadecuada el lienzo de propuesta de valor, los mapas de empatía y el mapa de viaje del cliente.	
2. Lienzo de filtración de ideas, los puntos de vista (POV) y el mapa mental	25 – 23 puntos	22 – 20 puntos	19 – 0 puntos	25
	Realiza correctamente el lienzo de filtración de ideas, los puntos de vista (POV) y el mapa mental.	Realiza con algunos errores el lienzo de filtración de ideas, los puntos de vista y el mapa mental.	Realiza de manera incorrecta el lienzo de filtración de ideas, los puntos de vista y el mapa mental.	
3. Evidencias de los ejercicios de <i>brainstorming</i> y SCAMPER y red de priorización	10 – 8 puntos	7 – 5 puntos	4 – 0 puntos	10
	Muestra evidencias adecuadas de los ejercicios de <i>brainstorming</i> y SCAMPER, así como la red de priorización.	Muestra evidencias de los ejercicios de <i>brainstorming</i> y SCAMPER, pero no de la red de priorización.	No muestra evidencias de los ejercicios de <i>brainstorming</i> y SCAMPER, ni de la red de priorización.	
4. Parámetros de los prototipos y los tableros de historias (<i>story boards</i>)	35 – 33 puntos	32 – 30 puntos	29 – 0 puntos	35
	Define los parámetros de los prototipos, los tableros de historias (<i>story boards</i>) y muestra evidencias de su creación.	Define los parámetros de los prototipos y los tableros de historias (<i>story boards</i>), pero no muestra evidencias de su creación.	No logra definir de manera adecuada los parámetros de los prototipos y de los tableros de historias (<i>story boards</i>). Además, no muestra evidencias de su creación.	
5. Video	10 – 8 puntos	7 – 5 puntos	4 – 0 puntos	10
	Crea un video con los resultados del proceso de pensamiento de	Crea un video, pero le falta incluir resultados del proceso de	Muestra un video inadecuado.	

	diseño y la muestra de los prototipos.	pensamiento de diseño o la muestra de los prototipos.		
TOTAL				100%

Anexo 3. Rúbrica de fase 3

Criterios de evaluación	Nivel de desempeño			%
	Altamente competente 100%-86%	Competente 85%-70%	Aún sin desarrollar la competencia 69%-0%	
1. Respuestas de preguntas	5 – 4 puntos	3 – 2 puntos	1 – 0 puntos	5
	Responde correctamente todas las preguntas sobre los retos del proyecto y los posibles problemas a afrontar.	Responde correctamente algunas de las preguntas sobre los retos del proyecto y los posibles problemas a afrontar.	No responde correctamente las preguntas.	
2. Estrategia para el liderazgo positivo	25 –23 puntos	22 – 20 puntos	19 – 0 puntos	25
	Define una estrategia para el liderazgo positivo donde incluye los siguientes puntos: modelo de valor de competencia, tipo de liderazgo, fortalezas del equipo, retroalimentación apreciativa y técnicas de motivación y seguimiento.	Define una estrategia para el liderazgo positivo donde le falta incluir alguno de los siguientes puntos: modelo de valor de competencia, tipo de liderazgo, fortalezas del equipo, retroalimentación apreciativa y técnicas de motivación y seguimiento.	No define de manera adecuada una estrategia para el liderazgo positivo donde y le falta incluir alguno de los siguientes puntos: modelo de valor de competencia, tipo de liderazgo, fortalezas del equipo, retroalimentación apreciativa y técnicas de motivación y seguimiento.	
3. Cronograma de actividades	15 – 13 puntos	12 – 10 puntos	9 – 0 puntos	15
	Entrega el cronograma de actividades, considerando el trabajo realizado y las actividades pendientes con todos los elementos que se espera para la gestión del cronograma.	Entrega el cronograma de actividades, pero no considera el trabajo realizado y las actividades pendientes con todos los elementos que se espera para la gestión del cronograma.	Entrega un cronograma mal estructurado, no considera el trabajo realizado y las actividades pendientes con todos los elementos que se espera para la gestión del cronograma.	

4. Plan de riesgos y problemas	20 – 18 puntos	17 – 15 puntos	14 – 0 puntos	20
	Presenta el plan de riesgos y problemas con los elementos esperados de las prácticas de gestión de proyectos, incluye escenarios de posibles crisis y la estrategia de comunicación.	Presenta el plan de riesgos y problemas con los elementos esperados de las prácticas de gestión de proyectos, pero no incluye escenarios de posibles crisis y la estrategia de comunicación.	Presenta un plan incompleto de riesgos y problemas con los elementos esperados de las prácticas de gestión de proyectos, además, no incluye escenarios de posibles crisis y la estrategia de comunicación.	
5. Proceso de gestión de cambios, formato de solicitud de cambios, herramienta para la toma de decisiones y el formato de estado de salud del proyecto	20 – 18 puntos	17 – 15 puntos	14 – 0 puntos	20
	Presenta a detalle los siguientes puntos: 1. El proceso de gestión de cambios. 2. Formato de solicitud de cambios. 3. Herramienta para la toma de decisiones. 4. Formato de estado de salud del proyecto con un ejemplo.	Le falta incluir alguno de los siguientes puntos en su documento: 1. El proceso de gestión de cambios. 2. Formato de solicitud de cambios. 3. Herramienta para la toma de decisiones. 4. Formato de estado de salud del proyecto con un ejemplo.	Presenta su documento de forma incompleta, sin incluir todos los puntos solicitados correctamente.	
6. Formato de encuesta de satisfacción del cliente y su evaluación	15 – 13 puntos	12 – 10 puntos	9 – 0 puntos	15
	Presenta el formato de encuesta de satisfacción del cliente y su evaluación, así como el formato de lecciones aprendidas del proyecto.	Presenta el formato de encuesta de satisfacción del cliente y su evaluación, pero le falta incluir el formato de lecciones aprendidas del proyecto.	Presenta el formato de encuesta de satisfacción del cliente y su evaluación de manera incompleta, además, le falta incluir el formato de lecciones aprendidas del proyecto.	
TOTAL				100%

Banco de prácticas de bienestar

Práctica 1

Nombre de la práctica	Un momento para respirar.
Descripción de la práctica	Aprender a respirar por la nariz y a tranquilizar tu mente.
Palabras clave	Fortalezas de carácter y autorregulación.
Instrucciones para el aprendizador	<p>La autorregulación, también percibida como control, es una fortaleza de carácter muy importante dentro de la psicología positiva. Este concepto implica regular lo que uno siente y hace, ser disciplinado, así como mantener un control sobre los apetitos y, especialmente, sobre las emociones.</p> <p>En la actualidad vivimos situaciones muy estresantes que provocan que nuestra reacción instintiva y natural ante ellas sea estallar en ira. Pero, las consecuencias de este comportamiento no sólo se quedan en nosotros, sino que también pueden llegar a afectar a terceros.</p> <p>A continuación, se presenta un ejercicio que te ayudará a cultivar la fortaleza de autorregulación:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Toma dos minutos de tu tiempo, siéntate en un lugar cómodo, donde no haya mucho ruido que te pueda distraer.2. Escucha música de relajación (crea tu propio ambiente de meditación).3. Comienza a respirar y exhalar por nariz. Trata de que tu respiración y exhalación dure el mismo tiempo.4. Fija tu mente en tu respiración, en cómo entra y sale el aire de tu cuerpo. Así durante dos minutos. <p>Te recomendamos que si durante este periodo algún pensamiento (olvidé algo en la oficina, más tarde tengo que hacer tal actividad, etc.) llega a tu</p>

	<p>mente, solo déjalo pasar y regresa a la concentración en tu respiración.</p> <p>Al finalizar los dos minutos sentirás paz en tu ser. Comienza a hacer este ejercicio de respiración y meditación todos los días y poco a poco vas aumentando los minutos de este.</p>
Fuente	Conferencia de Rosalinda Ballesteros.

Práctica 2

Nombre de la práctica	Fomentando la atención plena.
Descripción de la práctica	Llevarás a cabo breves ejercicios de meditación para fomentar la atención plena en tus actividades diarias.
Palabras clave	Atención plena, fortalezas de carácter, autorregulación.
Instrucciones para el aprendizador	<p>La meditación es una herramienta que ayuda a mejorar el desempeño de cualquier persona, ya que fomenta el desarrollo de la atención plena en una sola actividad. Para fomentar la atención plena y lograr cada vez más estar en una zona de concentración mientras realizas tus actividades cotidianas, puedes llevar a cabo los siguientes ejercicios de meditación:</p> <p>Encuentra en algún momento del día cinco minutos para ti, siéntate en un lugar cómodo, donde no tengas distracciones.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Haz tres respiraciones profundas por la nariz y exhala por la nariz. 2. Comienza a hacer un repaso de tu día, de lo que más te acuerdes, por ejemplo, te levantaste, ¿qué hiciste?, ¿desayunaste?, ¿te bañaste?, ¿diste los buenos días?, etcétera. Si desayunaste, ¿qué fue lo que desayunaste?, ¿te gustó?, ¿tomaste tu alimento despacio o apurado? Si estabas apurado, ¿qué era lo que te tenía en esa situación? 3. Sigue meditando en lo que te acuerdes: ¿te molestase con alguien?, ¿por qué?, ¿qué fue lo que pasó?,

	<p>¿crees que era posible haber reaccionado de alguna manera más pacífica?</p> <p>Con este ejercicio te darás cuenta de que reaccionamos o hacemos cosas de manera automática. Algunas veces si estamos más conscientes y presentes, podemos tener otra actitud sin que alguna situación nos afecte demasiado.</p>
Fuente	<p>Eby, D. (s.f.). <i>Creativity and Flow Psychology</i>. Recuperado de http://talentdevelop.com/articles/Page8.html</p>

Práctica 3

Nombre de la práctica	Experiencias difíciles.
Descripción de la práctica	En esta práctica podrás analizar las estrategias que seguiste para afrontar problemáticas y cómo aprendiste de tales sucesos.
Palabras clave	Resiliencia.
Instrucciones para el aprendizador	<p>Todos hemos pasado por situaciones complejas, no solo en lo laboral, sino también en el ámbito familiar y personal. La manera en que enfrentamos dichos obstáculos es muy diferente, algunas personas continúan con su vida sin problema alguno, a otras tantas se les complica esa transición, también hay quienes no pueden sobreponerse a las experiencias difíciles.</p> <p>La resiliencia es la capacidad de reponerse tras la adversidad, de recuperarse después de vivir experiencias difíciles, dolorosas o traumáticas. Para algunos la resiliencia implica no solo salir</p>

	<p>adelante después de una situación muy dura, sino incluso crecer o ser mejor a raíz de esta experiencia. (Tarragona, 2012)</p> <p>La siguiente práctica te ayudará a fomentar esta importante cualidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Crea una tabla con tres columnas y cinco filas. 2. En la primera columna escribe un evento difícil o desagradable al que te hayas enfrentado en tu vida. 3. En la segunda columna menciona cuáles son tus creencias sobre esa adversidad. 4. En la tercera columna describe las consecuencias que tiene esa creencia. 5. Cuando termines, lee toda la tabla y reflexiona sobre cómo te ha cambiado cada evento y cómo lo enfrentaste. 6. Escribe al final cómo enfrentarías cada evento hoy en día.
Fuente	Tarragona, M. (2012). La Resiliencia: El Resorte del Bienestar. En Palomar, J., y Gaxiola, J. <i>Estudios de resiliencia en América Latina Volumen 1</i> . México: Universidad de Sonora.

Práctica 4

Nombre de la práctica	Concentrarse en lo positivo.
Descripción de la práctica	Analizarás sucesos que te hayan ocurrido recientemente, buscando orientar el análisis hacia las consecuencias positivas.
Palabras clave	Resiliencia y esperanza.
Instrucciones para el aprendizador	<p>¿Qué es lo primero que piensas cuando recibes una noticia inesperada?, o bien, ¿qué te imaginas cuando un acontecimiento complejo se presenta ante ti?</p> <p>La mayoría de las personas automáticamente se concentra en el</p>

	<p>peor de los escenarios independientemente del tipo de noticia que reciban. Martin Seligman sugiere hacer un breve ejercicio para fomentar la resiliencia y la esperanza con base en la premisa antes señalada:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Piensa en una noticia reciente que hayas recibido y que creas que es negativa para ti. 2. Luego de analizarla, haz una tabla con tres columnas. En la primera, señala cuál sería el peor de los escenarios posibles que pudieran resultar de esa noticia; en la segunda columna señala cuál sería el mejor de los escenarios posibles, y en la última, cuál es el escenario que realmente tiene mayor probabilidad de ocurrir. 3. Reflexiona sobre los tres escenarios, ¿cómo enfrentarías cada uno de ellos? <p>Procura repetir este ejercicio cada vez que sientas que te enfrentas a una situación complicada. Hacerlo te dará perspectiva y te ayudará a cultivar tu resiliencia.</p>
Fuente	<p>Seligman, M. (2011). <i>Building Resilience</i>. Recuperado de https://hbr.org/2011/04/building-resilience</p>

Práctica 5

Nombre de la práctica	Crecimiento postraumático.
Descripción de la práctica	En esta práctica harás un recuento de las situaciones difíciles a las que te has enfrentado y reflexionarás sobre lo positivo que surgió de ellas.
Palabras clave	Resiliencia.
Instrucciones para el aprendizador	La resiliencia es la capacidad de reponerse tras la adversidad, de recuperarse después de vivir experiencias difíciles, dolorosas o traumáticas. Para algunos la resiliencia implica no solo salir

	<p>adelante después de una situación muy dura, sino incluso crecer o ser mejor a raíz de esta experiencia. (Tarragona, 2012)</p> <p>La siguiente práctica te ayudará a fomentar esta importante cualidad:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Escribe acerca de un momento en el que enfrentaste una adversidad significativa o pérdida. 2. Primero escribe acerca de las puertas que se te cerraron debido a esa adversidad o pérdida, ¿qué perdiste? 3. Después escribe acerca de las puertas que se abrieron al termino o como secuela de esa adversidad o pérdida. 4. ¿Hay nuevas maneras de actuar, pensar o relacionarse que son más probables de suceder ahora?
Fuente	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss del Positive Psychology Center, University of Pennsylvania, basado en la fuente: Peterson, C. (2006). <i>A Primer in Positive Psychology</i>. Estados Unidos: Oxford University Press. • Tarragona, M. (2012). La Resiliencia: El Resorte del Bienestar. En Palomar, J., y Gaxiola, J. <i>Estudios de resiliencia en América Latina Volumen 1</i>. México: Universidad de Sonora.

Práctica 6

Nombre de la práctica	La mejor versión de ti mismo.
Descripción de la práctica	Escribe acerca de la mejor versión posible de ti mismo durante al menos 20 minutos.
Palabras clave	Emociones positivas, fortalezas de carácter, autorregulación y esperanza.
Instrucciones para el aprendizador	<p>Imagina que dentro de 20 años has crecido en todas las áreas o maneras que te gustaría crecer y las cosas te han salido tan bien como te las imaginaste.</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo es esa mejor versión de ti mismo?

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué hace él o ella cotidianamente? • ¿Qué dicen los demás acerca de él o ella? <p>No es necesario que compartas este escrito, ya que el objetivo de esta reflexión es enfocarse en la experiencia que viviste mientras reflexionabas en esa mejor versión posible de ti mismo.</p>
Fuente	<ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss del Positive Psychology Center, University of Pennsylvania, basado en la fuente: Peterson, C. (2006). <i>A Primer in Positive Psychology</i>. Estados Unidos: Oxford University Press.

Práctica 7

Nombre de la práctica	Obtener lo que quieres.
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre alguna meta que desees alcanzar y propondrás una forma de conseguirla.
Palabras clave	Logro, involucramiento, fortalezas de carácter, esperanza, autorregulación, metas y objetivos a largo plazo.
Instrucciones para el aprendiz	<p>Tener una idea clara de lo que desees lograr a corto, mediano y largo plazo es de suma importancia, pues te ayuda a seguir un camino trazado previamente. Para que puedas generar esta guía, responde las siguientes preguntas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué quieres lograr? (al trazar tu meta, procura que esta sea específica, medible, alineada, realista y retadora. Piensa en algo y utiliza el método SMART* para definirla). 2. ¿Qué te impide que lo tengas en este momento? 3. ¿Qué sufrimiento estás experimentando en tu vida por no tenerlo en este momento? 4. ¿Qué placer, involucramiento, relación, significado o logro tendrías en tu vida si tuvieras eso en este momento?

	<p>5. ¿Qué hábitos te detienen o no te dejan avanzar hacia eso que quieres?</p> <p>6. ¿Qué nuevos hábitos podrías generar para ayudarte a obtener lo que quieres?</p> <p>7. ¿Qué dos cosas podrías hacer para romper con los hábitos que no te permiten avanzar hacia lo que quieres y generar hábitos nuevos?</p> <p>8. ¿Te comprometes a hacer esas dos cosas? Si es así, ¿cuándo las harás?</p> <p>Escribe tus resultados en un sitio donde puedas verlos constantemente.</p>
Fuente	<ul style="list-style-type: none"> Ejercicio contribuido por Taylor Kreiss del Positive Psychology Center, University of Pennsylvania, basado en la fuente: Peterson, C. (2006). <i>A Primer in Positive Psychology</i>. Estados Unidos: Oxford University Press.

Práctica 8

Nombre de la práctica	Felicidad en el trabajo.
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre las distintas dimensiones de tu vida cotidiana, enfocando el análisis a cómo fomentar un estado de ánimo y relaciones positivas en el ámbito laboral.
Palabras clave	Involucramiento, emociones positivas, relaciones positivas.
Instrucciones para el aprendiz	<p>Elegir conscientemente maneras de incrementar la felicidad en el trabajo puede hacer la diferencia en cómo nosotros nos sentimos y qué tan bien nos desempeñamos. En lugar de quejarnos del trabajo, ¿por qué no pensar en cómo podemos obtener mayor felicidad de lo que hacemos?</p> <p>Estar más involucrados en lo que hacemos contribuye a nuestra felicidad y bienestar, y nos lleva a un mejor desempeño y productividad. A manera de reflexión, responde las siguientes preguntas que están enfocadas en distintas dimensiones de tu vida:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Dar: ¿cómo estoy apoyando a mis colaboradores, compañeros, líderes, proveedores y clientes? • Relaciones: ¿cómo puedo mejorar mis relaciones en el trabajo?, ¿cómo logro un balance entre la vida laboral y familiar? • Ejercicio: ¿cómo puedo integrar la actividad física dentro de mis actividades diarias?, ¿cómo aseguro que estoy comiendo bien y descansando lo suficiente? • Conciencia: ¿cómo puedo construir momentos de atención plena en mi día laboral? • Ensayo: ¿qué habilidades estoy construyendo?, ¿qué cosas nuevas he experimentado? • Dirección: ¿cuáles son mis metas laborales hoy, esta semana, este año?, ¿cómo caben y contribuyen estas con mis metas de vida y me ayudan a desarrollar mis competencias en la construcción de mis relaciones y cómo contribuyo con lo anterior a ayudar a otros?, ¿cómo se pueden alinear mis metas laborales con las de mi equipo y la organización? • Resiliencia: ¿cuáles son mis tácticas para lidiar con los retos difíciles en el trabajo?, ¿me estoy enfocando en lo que puedo controlar?, ¿necesito pedir ayuda a otros?, ¿hay alguien a mi alrededor que requiere de mi ayuda? • Emoción: ¿qué cosas, aunque sean pequeñas, puedo encontrar que me pueden hacer sentir bien en mi trabajo hoy?, ¿qué me ha hecho sonreír?
Fuente	Tomado del Catálogo de actividades para profesores.

Práctica 9

Nombre de la práctica	Interacciones positivas.
Descripción de la práctica	Reflexionarás sobre las cualidades positivas que aprecias de las personas con las que interactúas diariamente.

Palabras clave	Relaciones positivas.
Instrucciones para el aprendizador	<p>Puedes obtener mayor gozo de los momentos que compartes con tus colegas si te tomas el tiempo para pensar en lo que valoras y aprecias de ellos. Diversas investigaciones muestran que enfocarse en lo positivo que sucede diariamente ayuda a incrementar nuestra felicidad y lo mismo aplica a todas nuestras relaciones cercanas.</p> <p>El psicólogo John Gottman sugiere que, para tener relaciones felices con alguna persona, es necesario aspirar a tener cinco interacciones positivas por cada interacción negativa que se tenga con ella. Enfócate en tus compañeros y/o colegas y piensa en las siguientes preguntas. En cada caso, anota ejemplos específicos.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué te atrajo de tus compañeros cuando se conocieron? 2. ¿Qué cosas han disfrutado al hacerlas juntos? 3. ¿Qué cosas realmente aprecias de ellos en este momento? 4. ¿Cuáles son sus fortalezas? <p>Ahora, lo más importante es que cuando estés con tus compañeros te tomes el tiempo para darte cuenta y reconocer estas cualidades, sus fortalezas y las cosas que ellos hacen que realmente aprecias, así como los momentos agradables que han compartido.</p> <p>Piensa en estas declaraciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Realmente me encanta cuando ellos...”. • “Son tan buenos para...”. • “Viéndolos hacer..., me recuerda ese fantástico día cuando nosotros...”. <p>Aunque realizar dicho análisis con todas las personas que conoces resulta poco práctico, puedes usar los mismos principios para mejorar tus relaciones en general. Por</p>

	<p>ejemplo, antes de pasar tiempo con alguien tómate un momento para pensar en aquellas cosas que te gustan, aprecias o admiras de esa persona o cómo te hacen sentir bien. Asimismo, después de pasar tiempo con esa persona, piensa en las cosas que apreciaste o lo que disfrutaste del tiempo que pasaron juntos.</p>
Fuente	Basado en el Catálogo de actividades para profesores.

Práctica 10

Nombre de la práctica	Tus fortalezas en los ojos del otro.
Descripción de la práctica	En la práctica podrás reflexionar sobre la percepción que otros tienen sobre tus fortalezas de carácter.
Palabras clave	Fortalezas de carácter.
Instrucciones para el aprendiz	<p>¿Recuerdas alguna ocasión en la que hablaste con algún colega y este te reveló algo positivo que piensa de ti? Cuando esto ocurre, usualmente deja huella en nuestros comportamientos y acciones, pues nos damos cuenta de que las personas tienen percepciones sobre nuestras fortalezas que nosotros mismos no vislumbramos. Haz lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Piensa sobre alguna vez que algún compañero de trabajo te compartió lo que piensa de ti y que te haya sorprendido. 2. Piensa en lo siguiente: ¿qué fue lo que te llamó más la atención?, ¿qué fortalezas vio en ti que pensaste que no tenías tan desarrolladas? 3. Por último, señala en un texto por qué consideras que esta revelación te causó tanto impacto, así como la manera en que te ayudó a cultivar tus fortalezas de carácter.
Fuente	<p>Niemic, R. (2016). <i>How to Assess Your Strengths: 5 Tactics for Self-Growth</i>. Recuperado de https://www.psychologytoday.com/blog/what-matters-most/201603/how-assess-your-</p>

	strengths-5-tactics-self-growth?platform=hootsuite
--	---

Práctica 11

Nombre de la práctica	Plantea tus objetivos como metas de aproximación y replantea tus metas de evitación.
Descripción de la práctica	Con base en lo que plantea Grenville (2012), en la práctica podrás definir diferentes tipos de metas y encontrar la mejor manera de conseguirlas.
Palabras clave	Objetivos, metas y planes.
Instrucciones para el aprendiz	<p>La autora Bridget Grenville-Cleave (2012) comenta que en el establecimiento de metas es importante distinguir los tipos de metas que hay y menciona dos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Metas de aproximación (<i>approach</i>): son las metas con resultados positivos (deseables, placenteros, benéficos o que nos gustaría tener) y hacia las cuales trabajamos. 2. Metas de evitación (<i>avoidance</i>): son las metas con resultados negativos (indeseables, dolorosos, dañinos, o nos disgustan) y en las cuales trabajamos para evitarlas. <p>Ejemplo:</p> <p>Meta de aproximación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ser más eficiente. • Ser amigable y extrovertido en reuniones. • Asumir el rol de líder en el trabajo. <p>Meta de evitación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dejar de aplazar. • Dejar de ser tan tímido en las reuniones. • No pasar desapercibido en el trabajo. <p>Las investigaciones que se han realizado respecto a estos tipos de metas muestran que perseguir metas de evitación resulta en un detrimento del bienestar. Estos descubrimientos sugieren que el establecer</p>

	<p>metas de aproximación o replantear las metas de evitación es benéfico.</p> <p>Reflexiona lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none">• ¿Qué tipo de metas te has planteado tú?• ¿Hay algunas metas que puedas replantear en una forma más positiva?• ¿Cuándo las tendrás listas?
Fuente	Grenville, B. (2012). <i>GOAL-SETTING SECRETS</i> . Recuperado de http://positivepsychologynews.com/news/bridget-grenville-cleave/2012013120696

