

**Jueves  
03  
de febrero**

**3° de Secundaria  
Formación Cívica y Ética**

*Acciones para el ejercicio de la  
libertad*

**Aprendizaje esperado:** *ejercicio responsable de la libertad.*

**Énfasis:** *promover acciones para favorecer el ejercicio de la libertad en el contexto actual.*

**¿Qué vamos aprender?**

¿Has pensado en todas las cosas que puedes hacer?, ¿te has preguntado cómo sería la vida si no tuvieras la capacidad de decidir?

Aprenderás sobre las acciones para el ejercicio de la libertad.

Hubo un pensador francés muy importante en el siglo XX que hizo muchos aportes a las ciencias sociales; tal vez, si decides cursar la universidad, estudies sobre él, se llamaba Michel Foucault. En su infancia aprendió un lema interesante: “Lo importante es gobernarse a sí mismo”. ¿Qué piensas sobre este lema?

Se trata de un aspecto importante para poder ejercer la libertad.

El propósito de esta sesión es promover acciones para favorecer el ejercicio de la libertad en el contexto actual.

## ¿Qué hacemos?

Retoma la frase que aprendió en su infancia Foucault: “Lo importante es gobernarse a sí mismo”. ¿Qué crees que quiera decir?, ¿qué puedes hacer lo que tu voluntad indique?

Este personaje nació en 1926, vivió la Segunda Guerra Mundial y vio muy de cerca los impactos de gobiernos autoritarios en la vida de las personas.

En ese contexto, gobernarte podría implicar apegarte a valores y principios que permitan el ejercicio de la libertad y vivir con relativa armonía en una sociedad asediada por la guerra.

Y es que hay muchas formas de hacer valer la libertad, que van desde lo individual hasta lo colectivo, en las que intervienen la población, el entorno en el que vives y el tipo de gobierno que tienes.

Pero sigue con la metáfora de Foucault: “Lo importante es gobernarse a sí mismo”. ¿Qué significado tiene la expresión gobernarse? Hace referencia a la capacidad de actuar con autonomía, sin que alguien te indique qué es lo que debes hacer; actuar con tu propio criterio asumiendo las consecuencias de tus actos, así como el cuidado del entorno.

Si aplicas esta metáfora a tu vida cotidiana, para gobernarte a ti mismo, tendrías que empezar por conocer tu territorio, es decir, tu cuerpo; saber cómo funciona, cuáles son tus pensamientos, cómo son tus emociones y cómo las expresas a las demás personas.

Pero un gobierno, además de tener un territorio y una población, tiene también leyes y normas que sirven para promover el bienestar de la población. Una persona no puede tener sus propias leyes, pero en sentido figurado puedes pensar en principios y valores, son lo que norma tus actos. No olvides las leyes y normas sociales, pues no vives aislado.

Tienes principios, valores y normas que has construido a lo largo de tu vida y, con base en éstos, podrías tener un programa de trabajo para gobernarte a ti mismo de manera libre, organizada y responsable. Podrías empezar con algunas preguntas: ¿qué es lo que quieres lograr en términos personales?, ¿cómo te gustaría que fuera tu comunidad?

Se trata de que estés consciente de la manera en que te gustaría ejercer tu libertad y de cómo promoverla en tu entorno.

Pues bien, para comenzar, retoma el significado de libertad. Debes recordar que se trata de un derecho humano. Está reconocido en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, pero no siempre ha sido así.

El derecho a la libertad es producto de ideas de emancipación de las ciudadanas y ciudadanos, que se han movilizado a lo largo de la historia en todo el mundo, por la defensa y exigencia de que se respete este derecho.

Observa el siguiente video del minuto 01:54 a 06:27 aprenderás sobre la noción de libertad, su ejercicio y cómo se presenta en las leyes.

### **1. Autorregulación y ejercicio de la libertad**

<https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/detalle-recurso/2490>

Estos aportes son importantes, pues son un repaso de la manera en que se presenta el ejercicio de la libertad en la vida cotidiana y cómo está representada en las leyes.

La importancia de ejercer responsablemente la libertad tienes que tomar siempre las mejores decisiones; para ello, considera lo siguiente:

- Busca información confiable, verídica y rigurosa sobre el tema que te preocupe.
- Asume una postura crítica ante tu opinión y la de las y los demás.
- Usa tu creatividad en la toma de decisiones.
- Toma decisiones informadas, creativas, razonadas y respetuosas de los derechos humanos.

Pero ¿qué es la libertad para las y los adolescentes? Observa y escucha el siguiente video a partir del minuto 02:33 a 05:38 en el que las compañeras y compañeros tuyos pudieron expresarse.

### **2. Cuidarse con libertad**

<https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/detalle-recurso/2566>

Las y los estudiantes hablan sobre la libertad de opinión y mencionan la libertad de género, apelando a la libertad de las personas para decidir sobre su identidad sexual, gustos y preferencias. Hablan también del respeto a la libertad de las personas, a las normas y la responsabilidad.

La libertad es un derecho, se trata de la capacidad que tienen las personas para tomar decisiones, actuar, pensar y expresarse, y va mucho más allá. Uno de sus compañeros lo dijo: “las decisiones te llevan por un camino y representan la persona que eres”.

La libertad es un derecho muy importante porque está relacionado con el ejercicio de otros derechos. Por ejemplo, en relación con la salud, puedes decidir consumir ciertos alimentos, generar ciertos hábitos.

En relación con la educación, puedes decidir si participar o no en ciertas actividades, realizar ciertos trabajos. Pero todo esto tiene consecuencias, así que el ejercicio de la libertad requiere responsabilidad.

Observa y escucha el siguiente video del minuto 05:01 a 08:12

### **3. Libre para elegir la mejor forma de actuar**

<https://nuevaescuelamexicana.sep.gob.mx/detalle-recurso/2544>

El video habla sobre varios temas. Primero, que se requiere de un juicio ético para el ejercicio de la libertad. Pero después habla del surgimiento de la Declaración Universal de los Derechos Humanos, la manera en que el derecho a la libertad se expresa ahí y la forma en que este documento ofrece un marco de regulación para los Estados.

Menciona también que ejercer la libertad no se trata sólo de lo que quieres hacer y obtener, tienes que ser conscientes de que estas decidiendo y considera tus valores y principios. También considera si afecta o no a otras personas, si tus actos tienen consecuencias a futuro u otros varios factores.

Uno de ellos es que necesitas pensar que los derechos se pueden afectar en el presente y el futuro; es el caso de las decisiones que tomas respecto a la alimentación o los hábitos. Tal vez algunas cosas que consumes o algunas actividades que realizas no te afectan ahora.

Hay personas que, por estudiar, trabajar o acompañar a seres queridos, dejan de lado su alimentación; hay quienes carecen de motivación para realizar actividades físicas; hay quienes tienen muy poco interés en el estudio. ¿Crees que esto te puede afectar en el futuro?, ¿por qué? Toma nota de tus respuestas, no olvides relacionar tus reflexiones con el derecho a la libertad.

Las decisiones actuales pueden afectar los derechos de otras personas en el futuro. Pero esto no es una invitación a quedarte inactiva o inactivo. Reconoce que todos tus actos tienen consecuencias y piensa en la mejor manera de actuar.

¿Cómo puedes promover acciones a favor de la libertad?

Primero. Debes pensar en que la libertad se favorece en sentido personal y colectivo, de manera que es necesario realizar acciones en lo personal y en lo público para garantizar el ejercicio de este derecho.

En lo personal, se trata de que tu conozcas y puedas plantear de manera libre cuáles son tus ideas, tus aspiraciones, tus necesidades y tus intereses, pero con responsabilidad.

En lo colectivo, la búsqueda del bien común a partir de ejercer los derechos humanos se convierte en un criterio fundamental para orientar las acciones en favor de la libertad en el contexto actual. Aquí es importante reconocer que, al convivir con otras personas, puedes establecer límites de acuerdo con tus necesidades e intereses, debes aceptar también que otras personas establezcan límites por los mismos motivos.

Segundo. La libertad se ejerce en un momento y espacio determinados. Por ejemplo, si expresarás ideas políticas o sociales en este momento, estarías ejerciendo tu derecho a la libertad de expresión en un territorio determinado. Pero esto lo haría en un momento histórico también, el año 2021. ¿Para qué te sirve tomar en cuenta esto? Porque en este momento en el país hay leyes, normas y costumbres específicas que garantizan tu derecho a la libertad de pensar, actuar y vivir. Pero si fuera el siglo XVII y hablaras en contra de la esclavitud, posiblemente te expulsarían del territorio.

Así que toma estos aspectos en cuenta para poder ejercer el derecho a la libertad en lo personal y en lo colectivo. También piensas en las prácticas o valores que se promueven en su grupo social, los cuales también estarían garantizados por las leyes y normas del país.

Elabora un listado de circunstancias que obstaculizan el derecho a la libertad. Para ello, te sugiero que elabores un cuadro de doble entrada donde coloques, en la primera celda de la columna, el título Circunstancias que obstaculizan la libertad; en la segunda columna, el título Alternativas. Observa la imagen como ejemplo de lo que se sugiere realizar.

## Ejercicio

Circunstancias que obstaculizan la libertad	Alternativas
No ver amistades	
Falta de deporte	

En la segunda fila anota algunas circunstancias que en estos momentos obstaculizan el derecho a la libertad; por ejemplo, en lo individual, las medidas de distanciamiento social te impiden ver a tus amigas y amigos, salir al parque o jugar fútbol. Aunque tendrías que considerar que algunas medidas se establecieron para proteger tu salud.

Delante de tu listado agrega una columna indicando: ¿qué alternativas hay? Si no puedes ver a tus amigas y amigos, tal vez puedes llamarles por teléfono y platicar; se

trata de la necesidad de socializar. Si no puedes ir al parque o jugar fútbol, tal vez puedas hacer ejercicios en casa; se trata del cuidado a la salud. Incorpora otras circunstancias que consideres relevantes.

Con la información obtenida, puedes elaborar un cartel donde indiques las actividades que realizarás para favorecer el ejercicio de la libertad. Lo puedes compartir con familiares y amistades, mandarles una imagen o ponerlo en tu ventana.

La intención es que invites a todas las personas a reflexionar sobre la mejor manera de ejercer su libertad, manteniendo los cuidados de su salud.

La libertad es un derecho fundamental que favorece tu bienestar en los aspectos personal y colectivo; el ejercicio de tu libertad implica tomar decisiones razonadas, darte cuenta de que estás decidiendo y aprender a regular tu comportamiento y actitudes de manera responsable y autónoma.

Es importante reconocer que somos seres humanos y que tienes aciertos y errores que puedes corregir, tener honestidad y responder ante las consecuencias de tus acciones.

Además, en el contexto actual se requiere de mucha creatividad para ejercer la libertad y mantener el cuidado de la salud propia y de las personas que te rodean.

Por ello, es importante la promoción de estas ideas.

Retomaste los planteamientos de profesores y estudiantes en relación con el ejercicio de la libertad. Este ejercicio te permite reconocer la importancia de la toma de decisiones en cuanto a la libertad, saber que la ejerces día con día y que todos tus actos tendrán consecuencias.

Al inicio de la sesión reflexionaste sobre la idea de gobernarte a sí misma (o). Ahora podrás entender que esta idea se refiere a que todas las personas tienen la responsabilidad de decidir sobre sus actos y asumir las consecuencias. Foucault fue un pensador de la libertad, pero tenía claro que ésta sólo se puede ejercer respetando a las demás personas; también supo que era importante defender los derechos de las y los demás.

## **El reto de hoy:**

Comparte con tu familia tus aprendizajes.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**

**Para saber más:**

Lecturas

<https://www.conaliteg.sep.gob.mx/secundaria.html>