**Escuela Normal de Educación Preescolar**

Licenciatura en educación preescolar

CICLO ESCOLAR 2020-2021



**Curso**

Tutoría Grupal

**Maestra**

Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**Alumna**

Yamile Margarita Mercado Esquivel N.L 9

3° “B”

**Recursos Personales**

Saltillo, Coahuila a 27 de abril del 2021

**ACTIVIDAD 1 ¿CUÁLES SON MIS ALTERNATIVAS?**

**Instrucción:** Practica y desarrolla la competencia de pensar en alternativas, de acuerdo con la respuesta que des en los siguientes cuestionamientos:

1. En los últimos años ha mejorado mucho la calidad de vida de las personas mayores, quienes, a pesar de su avanzada edad, aún tienen energía para dedicarse a una ocupación. Elabora una lista de los diferentes trabajos que estas personas pudieran desempeñar:

* **Costurera**
* **Panadero**
* **Cuidador de niños**
* **Tutor**
* **Jardinero**
* **Paseador de perros**
* **Reparador de automóviles**

2. Elabora una lista de todas las actividades que los jóvenes pueden realizar en forma sana:

* **Correr por las tardes**
* **Natación**
* **Ejercicio**
* **Leer libros**
* **Reuniones en iglesias**
* **Acampar**
* **Montañismo**
* **Noche de películas**

3. Imagina que ya terminaste tus estudios y estás buscando trabajo. Escribe una lista de todas las actividades que te gustaría desempeñar en tu ocupación profesional:

* **Evaluar**
* **Enseñar**
* **Supervisar**
* **Hacer juntas con padres de familia**
* **Atender conferencias y talleres**
* **Comparar**
* **Desarrollar estrategias**
* **Planear**
* **Implementar nuevas tecnologías**

4. Piensa y escribe diferentes alternativas que pudieran ayudar a mejorar la relación entre padres e hijos:

* **Ver una película en familia**
* **Leer juntos de forma competitiva**
* **Aprovechar las comidas para hablar de su día**
* **Escuchar música que les simpatice a los dos**
* **Cocinar en familia**
* **Decorar y hacer manualidades para la casa**
* **Ver fotografías antiguas para recordar momentos**
* **Darse besos y abrazos**

5. Una persona que necesita ingreso adicional al que recibe en su empleo remunerado, ¿qué opciones podría tener para ganar dinero extra? **Podría trabajar en otra área en el que fuera bueno, buscar opciones extra de empleo, crear un negocio de ropa o venta de comida.**

6. Ahora más que nunca es importante cuidar los recursos naturales de este planeta. Elabora una lista de todas las formas en que puedes contribuir a ello.

* **No tirar basura en las calles**
* **Evitar quemar basura u otros objetos**
* **Regar las plantas y los arboles**
* **Reutilizar el agua que usamos en otras actividades**
* **Reciclar la basura**
* **Reducir el consumismo**
* **Utilizar los objetos a mayor medida para no desaprovecharlos**

7. Tus amigos más cercanos te están presionando para tomar una decisión que sabes bien que no te conviene. ¿Qué alternativas tendrías para salir de este apuro sin perder su amistad? **Hablar bien con ellos y dejarles saber que si son mis verdaderos amigos deben respetar mi decisión, buscar otra opción en donde todos estemos de acuerdo y nos sintamos libres y seguros.**

8. Escribe una lista de todas las actividades que te gusta hacer en tu tiempo libre:

* **Hacer ejercicio**
* **Correr 30 minutos por la tarde**
* **Ver series**
* **Salir a comer con mi novio**
* **Ver películas con mi familia**
* **Ir al parque y jugar beisbol**
* **Ver juegos de beisbol**
* **Ver jugar futbol a mi novio en sus partidos**
* **Jugar lotería**
* **Jugar juegos de mesa**

9. ¿Qué alternativas propondrías para mejorar el tráfico vehicular en las calles de tu ciudad? **Señales de tráfico en las calles para que los automovilistas puedan observarlas y tengan ideas más claras al conducir por las calles. Crear más carriles y una guía de estos para que las personas conozcan el significado de cada uno, tomen el que mejor les convenga y se evitan muchos problemas.**

10. Imagina que puedes viajar a cualquier parte del mundo. Elabora una lista de todas las ciudades que visitarías y para cada una de ellas explica qué actividades te gustaría realizar.

* **España: ir al estadio del Sevilla.**
* **Colombia: me encantaría ir a Medellín y Santander, son pueblitos muy hermosos, coloridos y con lugares increíbles.**
* **Argentina: iría a Mendoza y a las iglesias que tienen increíbles fachadas.**
* **Las vegas: a los reconocidos estadios y museos.**
* **Francia: me tomaría muchísimas fotos en la torre Eiffel, la catedral de Notre dame y al Palacio de Versalles.**
* **China: comería muchísima comida china y entraría a tiendas de artículos poco comunes pero que te sirven mucho y compraría muchas cosas.**

11. Investiga: ¿Qué alternativas se están llevando a cabo actualmente para disminuir el calentamiento global?

* **Se están cambiando las luces por luces LED.**
* **Consumir menos carne.**
* **Aumentar la eficiencia de la energía**
* **Utilizar e implementar el ECO-transporte.**
* **Incentivar y promover el uso de energías renovables.**

12. Sueña: ¿Cómo te imaginas el mundo dentro de 100 años? Escribe una lista con todas las posibilidades que te puedas imaginar.

* Muy tecnológico, los carros podrán volar
* Pobreza
* Todos vestidos de blanco
* Con un planeta muy contaminado
* Las calles llenas de basura
* Parques tecnológicos
* Robots
* Desempleo
* Todos muy alejados
* Educación virtual a través de nuevas plataformas

**ACTIVIDAD 2 ¿QUÉ RECURSOS PERSONALES NECESITO?**

Instrucción: Revisa y determina a partir de las siguientes preguntas generadoras los recursos personales que necesitas en el planteamiento de alternativas.

1. ¿Qué recursos consideras que necesita una persona para tener la capacidad de generar muchas alternativas? **Necesita ser visionaria, líder, comprometida, perseverante, reconocida por la sociedad, capaz, vigilante, soñadora y muy abierta a ideas nuevas.**

2. ¿Qué aplicaciones útiles tiene esta operación de pensamiento? **Encajar perfectamente en cualquier estatus que marca la sociedad, resolver problemas de forma rápida y sencilla, enfocarse en cosas que cree son más positivas en su vida.**

3. ¿De qué manera considerar alternativas ayuda a elaborar un Plan de Vida y Carrera y reorientarlo si es necesario? **De mucha ayuda porque es una forma de tener un Plan B en caso de que las cosas no sucedan como se esperan o simplemente para querer superarse más de lo que ya estaba planeado de acuerdo con el rumbo que va tomando la vida. Porque no te quedas sin hacer nada, más bien ya sabes que hacer en esos casos y te ahorras mucho tiempo valioso.**

4. Algunas personas tienen miedo de considerar alternativas a la hora de solucionar los problemas. ¿Por qué crees que pasa eso?, ¿Qué piensas al respecto? **Porque no quieren ver más allá de lo que ya tenían planeado, se aferran a la idea de que todo tiene que salir perfecto y se cierran al momento de querer recibir alguna propuesta o algún cambio que represente la solución al problema. Pienso que es malo no tener alternativas de solución en cualquier situación que se nos pueda presentar, porque si nosotros estamos preparados y tenemos un fin muy marcado con posibles alternativas, ningún problema por más complicado que parezca nos va a derrumbar ni a impedir cosas.**

5. Narra una anécdota en donde el hecho de considerar alternativas llevó a una mejor solución de un problema. **Al momento de organizar mis días de la semana, apunto todo en una agenda para que no se me olviden las cosas y tenga una visión clara de lo ocupada o no que pueda estar. Al momento de ir planeando mi día considero varias alternativas por si ocurre algo imprevisto que pueda mover todos mis planes, por ejemplo, si durante mis clases en línea un maestro no puede conectarse o nos cancela la clase, ya se que a esa hora me pondré a recoger la casa, avanzarle a las tareas o dormir, pienso cual favorecerá mi día y la elijo, esto con el fin de evitar perder el tiempo y enfocarme en las cosas que realmente importan.**

¡LOGRA EL RETO!

Intenta unir los nueve puntos negros utilizando solamente cuatro líneas rectas. No debes pasar dos veces por la misma línea, ni separar el lápiz de la página mientras realizas los trazos, ¿Lo lograste?, este ejercicio representa la importancia que tiene para el desarrollo intelectual generar habilidades para considerar alternativas.



Si lo logre, me encantan este tipo de acertijos o problemas en los que tienes que pensar mucho y te ponen a dudar, pero al mismo tiempo fortaleces y adquieres aprendizajes y experiencias significativas.



**RÚBRICA**

**Escuela Normal de Educación Preescolar**

****

**TERCER GRADO**

**Dra. Gloria Elizabeth Martínez Rivera**

**UNIDAD UNO**

**TUTORÍA**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tema** | **Seguimiento al Plan de Vida y Carrera** |
| **Propósito** | **Al término el tema el estudiante valorará el nivel de logro de su Plan de Vida y Carrera; de acuerdo a los pronósticos de tiempo de sus planes de acción en los diferentes ámbitos de su vida e identificará las estrategias desarrolladas y utilizadas para el cumplimiento de los retos y metas que se planteó al inicio de su formación profesional** |
| **Actividad** | **Elaborar la actividad 1.- ¿Cuáles son tus alternativas? Y****Actividad 2.- ¿Qué recursos personales necesitas?** |
| **Rúbrica** | **La actividad debe de contar con datos personales y de la institución.****Dar respuesta a los 12 puntos presentados****Cuidar la ortografía****Subir la actividad de manera individual a escuela en red.**  |
| **Fecha de entrega** | **29 de abril de 2021.** |