**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.** |

**Alumna: Mariana Marcela Quezada Villagómez #12.**

**Fecha: 29 de abril del 2021.**

**Saltillo, Coahuila.**

**Ejercicio no 1. ¿Cuáles son tus alternativas?**

Actividad que puede desempeñar una persona adulta:

* Como cocinero.
* Costurera, arreglar ropa.
* Tutor, con los conocimientos que ellos tienen.
* Cuidando niños pequeños.

Lista de actividades que los jóvenes pueden realizar en forma sana

* Deportes
* Danza o pintura
* Ser emprendedores
* Dar clases particulares
* Tocar un instrumento

Lista de actividades que te gustaría desempeñar en tu ocupación profesional

* Ser dinámica
* Actividades divertidas
* Juegos interactivos
* Crear espacios para platicar con los alumnos
* Emprender: poner nuestro propio negocio

Piensa y escribe diferentes alternativas que puedan mejorar la relación entre padres e hijos.

* Crear actividades donde involucran a los padres
* Dialogar en juntar para padres de familia
* Pedir ayuda con el docente de la escuela

Una persona que necesita ingreso adicional al que recibe en su empleo remunerado ¿Qué opciones podría tener para ganar dinero extra?

* Poner un negocio de algo que te guste mucho
* Ayudar en algún lugar recreativo
* Poner un restaurante
* Poner una academia de baile para niñas y niños
* Si trabajo en algún negocio, hacerlo cada vez más grandes

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

* Aplicar las 3 R
* Reciclar las tapas de las botellas
* Dejar el cartón fuera de la basura
* Plantar un árbol
* Separar la basura en orgánica e inorgánica

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?

* Seria directa y diría lo que quiero y lo que no
* Dejar claro los gustos de las personas
* Para evitar esta situación, llevar lo que quiera cada uno

Lista de todas las actividades que te gusta hacer en tu tiempo libre.

* Ver alguna serie o película
* Pintar
* Bailar para relajarme
* Grabar un podcast
* Hacer repostería

¿Qué alternativas propondrías para mejorar el trafico vehicular en las calles de tu ciudad?

* Respetar los altos
* Respetar los semáforos
* Poner tránsitos para que vigilen las calles
* Buscar otras estrategias para hacer que respeten las normas

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.

* Nueva York (E.U.): iría a visitar la estatua de la libertad
* Sydney (Australia): visitaría la Casa de la Ópera o La Ópera de Sydney.
* Dubái: de esta ciudad me gustaría conocerla toda, pero más que nada hacer paracaidismo, para ver la ciudad completa.
* México: de mi país, no conozco mucho, pero quiero ir a visitar museos y lugares arqueológicos de Guanajuato, Guadalajara, Quintana Roo, etc.
* España: quiero conocer el Museo de la Ciencia, porque es un museo interactivo.

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

* Usar el transporte público, caminar o usar la bicicleta en lugar del coche.
* Ahorrar energía: cuando lavamos ropa, utilizar el calor del día y no las secadoras.
* Reducir, reutilizar y controlar el consumo del agua.
* Informar y educar a los demás: esto para que todos conozcan todo lo que daña al mundo y que tan mal estamos.

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

* Si no cambiamos nuestras conductas:

Estaría muy contaminado

Ya no habría animales o muy pocos

Siento que no habría muchos seres humanos en el planeta.

* Si cambiamos conductas:

Se podría hacer un mundo lleno de tecnología

También existirían autos futuristas (flotantes o que se cargan con el sol)

Habría muchos robots para ayudar a los humanos en distintas actividades tanto en empresas como en los hogares.

**Ejercicio no 2. ¿Qué recursos personales necesitas?**

Para el estudiante.

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

**- ¿Qué recursos consideras que necesita una persona para tener la capacidad de generar muchas alternativas?**

Primero necesita de las habilidades del pensamiento que son la observación, comparación, relación, clasificación y la descripción, son las básicas que una persona debe tener para que pueda darles solución a los problemas.

**- ¿Qué aplicaciones útiles tiene esta operación de pensamiento?**

**- ¿De qué manera considerar alternativas ayuda a elaborar un Plan de Vida y Carrera y reorientarlo si es necesario?**

Este plan me ayuda a saber más específicamente lo que necesito y lo que quiero en un futuro, me pone a pensar más a profundidad y decir todo lo que quiero lograr para estar bien conmigo misma. También me pone en perspectiva las cosas, me imagino todo lo que quiero lograr para tener una vida digna como la quiero sin tener que depender de alguien más. Además, me funciona tener alternativas porque me da más opciones de donde poder escoger por si en dado caso no pueda cumplir con lo que yo espero realizar en cierto momento de mi vida.

**- Algunas personas tienen miedo de considerar alternativas a la hora de solucionar los problemas. ¿Por qué crees que pasa eso?, ¿Qué piensas al respecto?**

Yo creo que las personas que viven con miedo son porque pensamos que lo que hacemos o podemos hacer esta mal o pensamos las cosas de manera negativa y no en lo positivo. Que en lugar de solucionar algo lo empeoramos, tal vez también porque actuaron con cierto impulso que hizo que se equivocaran en su decisión al momento de resolver algo y no hayan podido tomar opciones por no pensarlas con anterioridad.

**- Narra una anécdota en donde el hecho de considerar alternativas llevó a una mejor solución de un problema.**

Una que recuerdo mucho y me marco de por vida, fue que no pase mi examen de la secundaria, pero antes yo no tenía alternativas de nada esto, hasta un día me dijo mi mamá que fuera pensando otras opciones por si algo no salía como esperaba. Se llega el día del examen, iba muy nerviosa, días después me dan la noticia que no pase, pero ya tenia en mente otra institución, donde resulto mejor porque hice grandes amistades que aún conservo y aprendí muchas mas cosas, porque dejaban que a los alumnos muy independientes de lo que hacían desde ahí supe que ya nadie andaría tras de mi pidiéndome que entregara las tareas, etc. ese cambio me hizo madurar mucho más de lo que yo pensaba.

¡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.

Lo intente muchas veces, pero un familiar (se hizo el gracioso) me dijo la respuesta pero fueron muchísimos intentos.