**ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR**

 Licenciatura en Educación Preescolar

Ciclo escolar 2020-2021

Sexto semestre

**Curso**
Tutoría Grupal

**Titular**
Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**RECURSOS PERSONALES**

**Alumna**Alexa Carrizales Ramírez #1

UNIDAD l

3 “B”

Saltillo, Coahuila Abril del 2021

**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.** |

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

Instrucción: Practica y desarrolla la competencia de pensar en alternativas, de acuerdo a 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.**

Trabajo en el campo, al aire libre, o simplemente profesiones que realmente son deseadas de desempeñar y permiten tener una vida personal más haya del trabajo,

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

Salir a de paseo a un parque, reunirse con amigos a convivir, salir al cine…

**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.**

Ser parte del proceso de enseñanza de mis pequeños, a partir de actividades lúdicas que los hagan felices y les permitan aprender.

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

Siempre mantener una buena comunicación, brindar confianza, asesorar y acompañar en todo momento, que exista amor.

**5. Una persona que necesita ingreso adicional al que recibe en su empleo remunerado, ¿qué opciones podría tener para ganar dinero extra?**

Crear un negocio propio que le apasione.

**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.**

Apagar las luces que no se estén ocupando, separar la basura (orgánica e inorgánica), reutilizar el agua que sea posible, no contaminar ríos y mares.

**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?**

Decir simplemente que no y cómo me hace sentir esa presión, si no entienden mi sentir realmente no son mis amigos.

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

Cuidar mi imagen personal, leer, acomodar mis cosas, pasear y salir con mi familia.

**9. ¿Qué alternativas propondrías para mejorar el tráfico vehicular en las calles de tu ciudad?**

Que algunos días se utilice otro medio de transporte, por ejemplo, las bicicletas de esta manera disminuye el tráfico y cuidamos el medio ambiente.

**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.**

La ciudad que aspiro visitar algún día es: Madrid. Me encanta la cultura española, así que visitar su capital estoy segura de que me dejaría una gran experiencia.

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

Reciclar la basura, plantar árboles, reutilizar el agua, cuidar la energía, utilizar bicicletas eléctricas.

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

Realmente pienso que nuestro mundo poco a poco se está acabando, por lo que espero que realmente dure mucho tiempo más. Pienso que claramente no habrían los mismos recursos naturales, por lo que cada gobierno estaría utilizando cada vez más la tecnología para poder sobrellevar la vida.

**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.

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

Confianza y seguridad.

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

Esto de da más oportunidades y diferentes puntos de vista posibles, por lo que generas más oportunidades de hacer las cosas.

**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?**

Podría ser el miedo a que no funcione otra alternativa a la original, por lo que quedarían estancados en caso de que la primer opción no funcione.

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

Al momento de conseguir un trabajo para ayudar en los gastos de mi hogar, no solamente me confié en dejar una solicitud de empleo y esperar a que me llamasen, sino que cree otras alternativas de empleo por si la que quería no funcionara.

**¡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.**