**ESCUELA NORMAL DE EDUCACION PREESCOLAR**

**Licenciatura en Educación Preescolar**

**Ciclo Escolar 2020-2021**



**Seguimiento al Plan de Vida y Carrera**

**CURSO:**

Tutoría Grupal

**MAESTRA:**

Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**ALUMNA:**

Eva Camila Fong González

**N° DE LISTA:** 3

3°” B”

Sexto semestre

**Saltillo, Coahuila 29 de abril del 2021**

**EJERCICIO NO 1. ¿CUÁLES SON TUS 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.

* En la costura
* Cuidando a infantes
* Dando clases de cocina

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

* Mesero
* Practicando algún deporte
* Dando talleres
* Dando clases de algún campo que se domine

1. 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.

* Educadora
* Directora

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

* Realizar talleres en los cuales los padres e hijos trabajen en conjunto

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

* Realizar ventas de algo
* Cocinar los mejores platillos y venderlos
* Ser empresario

1. 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.

* Reducir
* Reciclar
* Reutilizar
* Cuidar los árboles y plantar mas
* No tirar basura

1. 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 siempre con la verdad y tener criterio si son realmente tu amiga nunca te van a obligar a hacer algo que no quieres
* No hacer aquello que no quieres hacer
* Perder la amistad, porque si se aleja por ese motivo, quizá nunca fue tu amigo

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

* Ver películas
* Dormir
* Desconectarme de las tareas y trabajos por un momento
* Salir con mi familia
* Salir con amigos

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

* Utilizar otros medios de transporte, como las bicicletas
* Utilizar el transporte público
* Utiliza el vehículo solo si se van a largas distancias

1. 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.

* Paris, para ir a conocer la emblemática torre Eiffel
* Italia, para conocer la romántica ciudad y su comida
* Barcelona, para conocer su cultura
* San miguel de allende, conocer sus mágicos pueblos y la hermosa iglesia.

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

Aunque no se cumplan al cien por ciento, estas son algunas alternativas que se propusieron para disminuir el calentamiento global:

* Utilizar el transporte público. ...
* Ahorra energía. ...
* Trata de consumir menos carne. ...
* Reducir y reutilizar... ...
* Informar y educar a los demás.

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

* Con carros voladores
* Energía natural de la cual provenga de los recursos naturales
* Robots que realicen las actividades humanas.

**EJERCICIO NO 2. ¿QUÉ RECURSOS PERSONALES NECESITAS?**

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?

Ser reflexivo y crítico, de las circunstancias, es decir: pensar, comprender, entender y actuar.

1. ¿Qué aplicaciones útiles tiene esta operación de pensamiento?

Se tiene la capacidad de proponer ideas de mejora

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

Se brinda un orden a lo que se desea en el transcurso de la vida, de cierta manera estas alternativas dan rumbo al plan de vida dependiendo de que estas alternativas sean para mejorar

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

Se puede tener miedo, porque es algo diferente es como lanzar una moneda al aire, no sabes que pueda suceder solo se espera que la respuesta sea la mejor.

Pienso que tener alternativas es bueno, es como generar cambios, no siempre pueden ser buenas, pero si lo intentas sabrás si lo es o no y de allí se aprenden grandes cosas.

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

Una ejemplo o anécdota de tomar en cuenta alternativas podría ser, durante las clases, en ocasiones la tecnología puede ser nuestra mejor aliada o peor enemiga, ha llegado a fallar entonces cuando se tiene que cumplir se buscan alternativas para cumplir con las tareas, trabajos o presentaciones. Esto mejora la situación.

¡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 alternativa

**CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

|  |  |
| --- | --- |
| **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.** |