**Escuela Normal de Educación Preescolar.**

**Licenciatura En Educación Preescolar.**

****

**Curso:**

Tutoría grupal.

**Maestro:**

Gloria Elizabeth Martínez Rivera

3 “A”

**TEMA:**

**Seguimiento al Plan de Vida y Carrera**

**Alumna:**

Vanessa Rico Velázquez No.16

**Saltillo, Coahuila 06 de mayo de 2021**

**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 3.- ¿Cuáles son las consecuencias?** |
| **Rúbrica** | **La actividad debe de contar con datos personales y de la institución.**  **Dar respuesta a los 10 puntos presentados**  **Cuidar la ortografía**  **Subir la actividad de manera individual a escuela en red.**  **Realizar el trabajo de la Tutoría de pares del cual se generó indicación.** |
| **Fecha de entrega** | **Jueves 6 de mayo del 2021.** |

**Ejercicio no. 3 ¿Cuáles son las consecuencias?**

Para el estudiante.

Instrucción: Practica y desarrolla la competencia de pensar en las consecuencias futuras al trabajar en la ejecución de tus alternativas de Plan de Vida y Carrera.

1. Si decides dejar de estudiar, ¿Cuáles podrían ser las consecuencias a corto y largo plazo de esta decisión?

A corto plazo, no encontrar algún trabajo que me sostenga, tener problemas en casa por haber dejado los estudios. A largo plazo considero que no tener un buen futuro o al menos no tan bueno al que hubiera tenido si acabara de estudiar, problemas de dinero, personales y familiares porque no me va a bien.

1. Las agendas son organizadores útiles que nos ayudan a controlar los compromisos y actividades. Intenta identificar todas las consecuencias que puede traer a una persona el uso de una agenda.

Nunca he usado una agenda, pero creo que al usar una agenda llenaría cada espacio que haya en el olvidando dejar algún momento para mí, para descansar, divertirme, salir con familia o amigos, etcétera.

1. El consumo del alcohol en los adolescentes y jóvenes se ha disparado en los últimos años. ¿Qué consecuencias ha provocado esta situación en la salud, la sociedad y la vida política de tu comunidad?

En la salud el que tengan menos defensas, sean mas propensos a sufrir enfermedades respiratorias, en la sociedad pues hay personas que no les gusta este tipo de hábitos por lo que suelen alejarse de ahí, en el ámbito político de mi comunidad pues tal vez causaría ciertos enfrentamientos o controversias entre las personas de la comunidad

1. Los expertos afirman que hacer ejercicio con regularidad mejora la salud en sus cinco dimensiones: social, emocional, intelectual, física y espiritual. Identifica al menos dos beneficios para cada una de ellas.

Social: conoce personas por lo que mejora la convivencia.

Emocional: te sientes relajado, feliz además de ser una distracción cuando sientes tristeza o enojo.

1. ¿Qué podría pasar a corto y a largo plazo si una persona elige estudiar una carrera que no le corresponde ya que no posee los intereses y/o aptitudes de dicha profesión?

A corto plazo no se sentirá cómodo con la decisión que tomo, pero de hecho incluso a largo plazo y corto sentirá impotencia, frustración, enojo, tristeza, arrepentimiento de no haber elegido lo que realmente le hacía feliz, además de que no ejercerá esa profesión con la mejor calidad que debería.

1. Algunas veces, tanto hombres como mujeres que trabajan se ven en la necesidad de extender su jornada de trabajo de tal forma que les queda poco tiempo para hacer otras actividades. ¿Qué resultados podría provocar esta situación en la vida de las personas?

Menor tiempo con la familia lo que ocasionaría un descuido a sus hijos, a su vida social y personal, se volvería una persona rutinaria, monótona, enojada, frustrada, etcétera.

1. En nuestra sociedad pensamos que el mejor matrimonio es aquél que se realiza por amor y no por conveniencia. También creemos que entre más se conozcan y más afinidad haya entre los cónyuges, este matrimonio será más estable y tendrá mejores posibilidades de salir adelante. Escribe todas las consecuencias que consideres que pudiera tener un matrimonio con estas condiciones.

Creo que en algunos casos existe el amor verdadero, pero es cierto que muchas veces no es suficiente, el amor es complicado y a la vez bonito, considero que el matrimonio dura según lo que aporte cada pareja, si se conocen y son recíprocos entre ellos entonces será duradero, pero no solo implica conocerse y amarse sino tener la fuerza y voluntad de afrontar cualquier problema que se les presente en el matrimonio y no permitir que cualquier problema los separe sino que lo ayude a ser mejores cada día.

1. El uso de computadoras se intensifica cada vez más. Los jóvenes pasan mucho tiempo interactuando con y a través de esta herramienta tecnológica. ¿Qué consecuencias a corto y largo plazo pudiera producir esta situación?

Ya no hay convivencia entre amigos y familiares, o sea no la misma, es una relación débil, se vuelen antisociales y dependientes de esas herramientas, en un futuro esto podía ocasionar problemas en su trabajo al no saber interactuar con personas de manera presencial.

9. Piensa en una decisión importante que hayas tomado recientemente. Después. Identifica y escribe todas las consecuencias que esta decisión haya traído a tu vida en el corto y largo

plazo.

A corto plazo, pues me trajo tristeza, desconcentración, dolor a largo plazo pues me servirá como experiencia para poder enfrentarlo mejor y manejar mejor mis emociones.

10. Seguramente has escuchado en varias ocasiones la frase “piensa antes de actuar”. ¿Por

qué recomiendan esta acción?, ¿Qué pasa cuando una persona actúa impulsivamente?,

¿Qué suele suceder cuando la persona hace todo lo contrario, o sea, reflexiona antes de

proceder?

Cuando hablas sin pensar muchas veces puedes arrepentiré de lo que dices por que a lo mejor no usaste las palabras adecuadas, se mal interpreta lo que dices, además de que al actuar antes de pensar pues no te detienes a reflexionar en las consecuencias que puede traer esa acción que haces o dices, a veces es bueno arriesgarse, pero no siempre.