**Escuela Normal de Educación Preescolar**

****

**TERCER GRADO**

**Dra. Gloria Elizabeth Martínez Rivera**

**UNIDAD UNO**

**Alumna: Montserrat Rodriguez Rivera #16**

**TUTORÍA**

**06-05-2021**

|  |  |
| --- | --- |
| **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?

Una de las mayores consecuencias es dejar mis sueños de lado, así como perder toda la inversión que he hecho a lo largo de estos tres años.

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.

En lugar de consecuencias podrían definirse como beneficios ya que esta permite una mayor organización, información ordenas y acomodo de horarios.

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?

Provoca que los jóvenes caigan en los vicios y evadan lo que de verdad importa como su salud y estudios.

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.

Personalmente cuando me siento estresada hago ejercicio en el aspecto emocional provoca que liberes todas las cargas negativas, además de mejorar la seguridad y en aspecto físico provoca que te veas mejor.

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?

Considero la persona se sentiría frustrada, al grado de no ser feliz, vera su trabajo como una carga y no como un proyecto para crecer y mejorar como persona.

6. 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?

El trabajo excesivo puede provocar cansancio por eso es necesario que exista una organización en los horarios para no perjudicar la salud.

7. 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.

Aunque el amor es la clave para el éxito, considero si es necesario el dinero para lograr muchas cosas en equipo, de ser así se podría tener una familia estable, una vivienda donde estar, así como viajes y cosas necesarias para trabajar el matrimonio,

8. 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?

Como beneficio mayor manejo de las tecnologías de la información y como consecuencia desgaste en la salud como por ejemplo ceguera y dolores de espalda.

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. Elegir mi jardín de práctica no sabía que opción escoger, y la que considere me dio grandes beneficios el personal es muy accesible, la docente me ayuda y da ánimos para continuar y hacer un mejor trabajo.

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? El pensar nos ayuda actuar de manera correcta sin perjudicar a otros, si actuar impulsivamente puedes dañar a las personas sin estas tener una culpabilidad, es necesario analizar toda la situación antes de actuar.