**Escuela Normal de Educación Preescolar**

****

**TERCER GRADO**

**Dra. Gloria Elizabeth Martínez Rivera**

**Alumna: Andrea Flores Sandoval.**

**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 considero que afectaría en el aspecto de la rutina que tengo ya establecida. Pasaría de estar dedicada a la escuela y con tareas todo el tiempo a no hacer nada.
* A largo plazo afectaría mis oportunidades laborales.

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.**

* Tener una mejor organización del tiempo.
* Cumplir con todos los pendientes.
* Mantener el día totalmente organizado.
* Recordar todas las actividades pendientes.}

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 los últimos años ha incrementado considerablemente el número de enfermedades a causa del alcohol, accidentes automovilísticos, la toma de decisiones en estado de ebriedad, etc.

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:** Mejora la interacción y puedes hacer nuevas amistades.
* **Emocional:** Mejora el estado de ánimo y ayuda a tener una estabilidad emocional.
* **Intelectual:** Ayuda a despejar la mente y adquirir conocimientos con mayor facilidad.
* **Física:** Es menos probable enfermarse y te sientes bien con tu apariencia.
* **Espiritual:** Permite desprenderse de sentimientos negativos como el estrés o el 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 afectaría la situación sentimental de la persona al momento de realizar actividades, tareas ya que no se sentiría completo y haría las cosas sin ganas.
* A largo plazo sería ejercer una profesión con la que no se siente cómoda afectando su vida en todos los aspectos.

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?**

Sentirse cansados todo el tiempo, tener una cantidad de estrés excesiva, abandonar su vida social y sus amistades, perder la relación con la familia, etc.

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.**

* Mejor comunicación en su relación.
* Mayor confianza para solucionar problemáticas.
* Más logros como pareja.
* Mayor probabilidad de éxito en su relación.

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?**

* A corto plazo puede afectar las relaciones interpersonales, la convivencia con su familia y puede perjudicar su conexión con el entorno en que se desarrolla.
* A largo plazo pueden ser problemas de salud como la vista, dolores musculares, poco conocimiento de ciertos temas y arrepentimiento por no aprovechar el tiempo.

1. **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.**

Recientemente tomé la decisión de trabajar a la par del estudio, considero que a corto plazo me beneficia desde la experiencia que fortalece mi formación docente, así como valorar el dinero que gano. A largo plazo la adquisición de experiencia para mis futuras intervenciones docentes y conocer como funciona el medio laboral.

1. **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?**

Muchas de las veces al escuchar esa frase tendemos a hacer todo lo contrario y actuar de manera impulsiva, lo que perjudica mucho nuestras relaciones y también nuestra estabilidad.

**TUTORIA ENTRE PARES**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ALUMNAS** | **CURSO** | **TEMA** | **FECHA** |
| Paulina  Guerrero Sánchez | Bases legales y normativas de la educación básica | Actividad 5, trabajo B | 5 de mayo |
| Andrea Flores Sandoval | Bases legales y normativas de la educación básica | Actividad 4 | 5 de mayo |