**Escuela Normal de Educación Preescolar**

**Licenciatura en Preescolar**

**Ciclo escolar 2020-2021**



**Curso:**

Tutoría Grupal.

**Profesora:**

Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**Actividad:**

Cuáles son las consecuencias

**Alumna:**

Cynthia Verónica González García No.8

Saltillo, Coahuila 05 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: Tendría que buscar un trabajo para hacer algo

A largo plazo: Batallaría para conseguir un buen trabajo para tener un buen sueldo

2. 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.

* Se hace más responsable
* No se le olvidan sus tareas u obligaciones

3. 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: Hay más accidentes automovilísticos que la mayoría han causado la muerte.

En la sociedad: Los adolescentes son más irresponsables

En la política: Los antros cierran más tarde.

4. 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 el estado de ánimo, lo que permite fomentar y mejorar tus habilidades sociales
* Emocional: el realizar ejercicio ayuda a relajarse, reduce el estrés, la ansiedad y mejora el estado de ánimo.
* Intelectual: La actividad física tiene una influencia sobre el rendimiento mental.
* Física: Mantienen el corazón, los pulmones y el sistema circulatorio sanos y mejoran su condición física general

5. ¿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: estudia sin ganas, le da flojera la carrera.

A largo plazo: no es feliz, se la pasa quejándose de su trabajo

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?

Estrés, aburrimiento de la rutina de todos los días, frustración, agotamiento.

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.

* Matrimonio feliz y sano
* Comunicación de pareja
* Amor y respeto de pareja

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?

A corto plazo: aburrimiento, dolor de cabeza

A largo plazo: problemas de la vista

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: comunicación, estabilidad emocional

A largo plazo: felicidad, familia unida, hogar.

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

¿Por qué recomiendan esta acción? Para no equivocarse o arrepentirse en un futuro

¿Qué pasa cuando una persona actúa impulsivamente? En un futuro se arrepiente

¿Qué suele suceder cuando la persona hace todo lo contrario, o sea, reflexiona antes de proceder? le salen mal las cosas y eso trae problemas.