ESCUELA NORMAL DE EDUCACION PREESCOLAR



CICLO ESCOLAR 2020 – 2021

Tutoría Grupal

Dra. Gloria Elizabeth Martínez Rivera

*“¿Cuáles son las consecuencias?”*

Alondra Rodríguez Martínez #14

3º Grado Sección B

Saltillo, Coahuila a 06 de mayo de 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 principales consecuencias que podrían presentarse sería la falta de empleo y con esto, una situación económica inestable puesto que no encontraría trabajo de algo que me guste ya que sin carrera o sin estudios, difícilmente se consiguen buenos empleos y puestos.

**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.**

* Una vida más organizada.
* Tiempos establecidos.
* Mejor rendimiento del día.
* Cero cancelaciones en compromisos.
* Tiempo para todo.

**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?**

Se han incrementado los accidentes automovilísticos a causa de personas que conducen a exceso de velocidad en estado de ebriedad, hay jóvenes que a diario mueren a causa de congestiones alcohólicas por el consumo de bebidas adulteradas, muchas familias sufren de violencia a causa del alcohol, así como también hay jóvenes que caen en la adicción y pierden su vida y sus estudios.

**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: relaciones interpersonales sanas y
* Emocional: mejora continua en estado de ánimo, actitudes positivas.
* Intelectual: mejora de memoria, mayor rendimiento académico.
* Física: aumento de masa muscular, cuerpo sano.
* Espiritual: liberarse de todo lo negativo, equilibrio.

**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?**

Principalmente no le brindaría el empeño que se requiere ni las ganas, puede ser que no la termine porque cada vez le irá gustando menos lo que se lleva a cabo en esa carrera, puede convertirse en una persona frustrada y arrepentida de no haber estudiado algo que realmente le apasionara.

**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?**

Podría provocar un desgaste emocional, estrés, tensión, mal humor, perdida de comunicación con la familia o de la vida social. Cansancio constante, desesperación, presión.

**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.**

* Mayor confianza.
* Complicidad.
* Apoyo mutuo.
* Motivación de crecimiento.
* Impulso y sustento.
* Estabilidad emocional.
* Responsabilidad afectiva.

**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?**

Puede causar daños severos en la vista, una mala postura que a su vez ocasionaría dolores musculares, también influiría en sus relaciones interpersonales ya que se perdería la comunicación físicamente, se volverían personas con emociones o sentimientos reprimidos.

**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.**

Una de las decisiones que tuve tomar hace poco fue el aceptar un mejor puesto en la dulcería en la que trabajo y esto me ha traído como consecuencia un poco de estrés demás y mayor esfuerzo por sacar adelante el trabajo ya que es de administración, así como también menos tiempo para mí pero también ha traído grandes recompensas como mi aumento de sueldo.

**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?**

Esta acción se recomienda porque muchas veces al tomar decisiones con base a nuestros impulsos, nos podemos equivocar y tomar la decisión incorrecta, lo que ocasionaría en nosotros un sentimiento de culpa y arrepentimiento, además de frustración y estrés.

**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.** |