**Escuela Normal De Educación Preescolar**

****

**Licenciatura en educación preescolar**

**Materia:** Tutoría grupal

**Maestro:** Gloria Elizabeth Martínez Rivera

**Unidad de aprendizaje 2**

## Cuáles son las consecuencias

**Alumnas:** Griselda Estefanía García Barrera **N.L. 4**

**Sexto semestre Sección B**

Saltillo, Coahuila

6 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 me causaría problemas con mi mamá, por otro lado no tendría un propósito y muchas de mis metas se desmoronarían. A largo plazo considero que mi vida tomaría un rumbo diferente, tendría que buscar nuevas metas y planes, por otro lado pienso que terminaría buscando otras carrera.

**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.** Inicialmente es una gran estrategia para llevar una vida mucho más organizada pues tienes claros los compromisos que tienes de manera específica y se evita incumplir en ellos, por el contrario hay más posibilidades de llevarlos a cabo satisfactoriamente.

**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?** Ciertamente el consumo de alcohol llega a afectar negativamente en la salud y al empezar en la adolescencia aumenta el riesgo en ese aspecto. Por otro lado es importante considerar que se puede prestar más a los excesos, lo que trae en gran medida accidentes o percances con consecuencias negativas en la vida de los individuos.

**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: te hace más confiable y ayuda a que te adaptes a más entornos.

Emocional: ayuda la autorregulación y disminuye la intensidad de las emociones.

Intelectual: mejora la memoria e incrementa la capacidad intelectual.

Física: mantienes una condición adecuada y saludable, y regula el sistema digestivo.

Espiritual: te da un mejor balance y paz en este aspecto.

**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 seria una perdida de tiempo, a corto plazo podría darse una deserción y a largo plazo sería más difícil que llegara a disfrutar lo que se hace o simplemente no ejercería la carrera tirando a la basura los años de estudio

**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?** Considero que esto crea un desbalance en la vida general, tanto en lo emocional como en la salud física, pues no tendría tiempo libre o de ocio, ni para descansar.

**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.** Considero que ciertamente un matrimonio por amor y afinidad trae grandes beneficios como una estabilidad emocional, generalmente respeto en cuanto al otro y una buena relación entre ambos, sin embargo eso no lo es todo, pienso que es importante mantener un equilibrio también en cuanto a lo económico, de tal forma que puedan llevar una vida estable en todos los aspectos, ese sería realmente el momento en que se tendría un matrimonio estable y 100% funcional.

**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 tiene consecuencias muy positivas pues facilita en gran medida la comunicación y relación entre las personas, puede ampliar las relaciones intercutlrurales y por ende el conocimiento de diferentes culturas. A largo plazo pueden mantenerse las ya mencionadas, sin embargo el usarlo en exceso puede llevar provocar problemas en la vista o de salud en general.

**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 decisión que considero muy importante fue el iniciar a hacer disneybounds para mi cuenta de Instagram y comenzar a moverme un poco más en esa red social, pues esto en primera estancia me ha estado ayudando a mejorar mi salud mental y crear un equilibrio en mi vida, pues me enfoco en algo que me gusta y no solo en la escuela. A largo plazo considero que me ayudará a desenvolverme más en mi vida personal pues gracias a esto han surgido nuevas ideas como la creación de un podcast.

**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?** Es importante considerar nuestras acciones y las consecuencias que estas tienen, pues ciertas decisiones son decisivas para el resto de la vida y pueden traer resultados desfavorables, lo mejor es considerar todas las opciones y siempre irse por aquello que mejor se acopla y mejores resultados puede tener.