**Escuela Normal de Educación Preescolar**

Licenciatura en Educación Preescolar

Ciclo escolar 2021 – 2022

**Tema:** EVIDENCIA LINEA DE ACCIÓN 3. ORIENTACION PROFESIONAL. PROGRAMA PARA GENERAR RAÍCES CON SU ALMA MATER

**Curso:** Tutoría

**Maestra:** Karla Griselda García Pimentel

**Alumna:** Argelia Azucena Esquivel Castillo

Numero de lista #3

Séptimo Semestre Sección A

Saltillo Coahuila a, 01 de noviembre del 2021

**Ejercicio no. 1 inventario final de fortalezas y debilidades.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspectos del yo.** | **Fortalezas** | **Debilidades** |
| **Yo físico.** |  |  |
| Salud y conducta física. | Energía,  | Embarazo.  |
| Deportes. | Gusto por los deportes |  Poca practica de ellos  |
| Dieta y nutrición. | Alimentación sana y balanceada  | Gusto por la comida chatarra  |
| Apariencia. | Buena higiene, buena presentación y vestimenta  | Un poco de sobrepeso  |
| Otros. |  |  |
| **Yo social** |  |  |
| Amigo | Me gusta hacer amigos y se escuchar y entender | Soy muy tímida y se me dificulta comenzar conversaciones  |
| Hijo/hija | Procuro, respeto y amo a mis padres  | A veces dedico poco tiempo para verlos o hablar con ellos.  |
| Novia (o)/esposa (o) |  |  |
| Ciudadano/miembro de la comunidad | Me gusta mucho la justicia, y ayudar a los demás, así como a mi ciudad | Cuando no me parece algo me es difícil controlar los impulsos  |
| Empleado | Soy servicial y muy acomedida, trabajo bajo presión, y soy buena líder  | Si no me gusta el trabajo, me es aburrido y muy tedioso |
| Estudiante | Me gusta mucho aprender y estudiar  | Soy mala administrando el tiempo y prioridades  |
| Compañero de cuarto | Me gusta mucho el orden y la limpieza | Soy muy controladora |
| Compañero de clase | Me gusta apoyar a mis compañeras  | Pero al mismo tiempo me es muy difícil trabajar en equipo |
| Miembro de un equipo o grupo (porejemplo: deportes, banda, club, etc.) | N/A | N/A |
| Otros. |  |  |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | De cada situación vivida agarro lo que me sirve y aprendo de ello | A veces me tomo muy a pecho algunas situaciones o palabras negativas |
| Rasgos únicos | Cabello rizado, ojos y orejas pequeñas, chaparrita | Gordita, soy muy gritona y mandona |
| Personalidad | Soy muy alegre, sonriente | Distraída, tímida,  |
| Yo espiritual |  |  |
| Hábitos | Mantengo la higiene tanto personal como de mis objetos  | Fumar  |
| Actitudes/opiniones | Trato de dar opiniones que ayuden a los demás o sobre experiencias propias.  | Soy muy directa y siempre doy mi opinión sin pensar  |
| Ideas/pensamientos | Siempre defiendo mis ideales y opiniones  | A veces no acepto opinión de los demás y me impongo  |
| Otros |  |  |