

ESCUELA PREPARATORIA OFICIAL NO. 217 C.C.T 15EBH0403H  
OPCIÓN II DE REGULACIÓN  
II. ASESORIA COMPLEMENTARIA (DURACIÓN 25 HRS)

**ORIENTACIÓN EDUCATIVA V**

**CICLO ESCOLAR 2023-2024**

**10 AL 19 DE ENERO DE 2024.**

**Nombre del alumno:**

\_\_\_\_\_

**Semestre:** \_\_\_\_\_ **Grupo:** \_\_\_\_\_

**ORIENTADORA: MTRA. DIANA LIZETE BUSTAMANTE MEDINA**

**INDICACIONES GENERALES:**

- Cumplir con el 100% de asistencia.
- Resolver la totalidad de las actividades en forma correcta.
- Resolver los ejercicios en hojas blancas con margen en color rojo
- Las actividades deberán de ser contestadas a mano, con bolígrafo tinta negra con letra legible y sin faltas de ortografía
- Presentar engargolado

## PLAN DE TRABAJO

### COMPETENCIAS A DESARROLLAR:

Competencia Genérica: 1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.

Atributo: 1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.

### TEMAS A REVISAR:

#### **Bloque 1. Orientación Vocacional**

Qué es la Orientación

Profesional

Factores Internos y Externos

Profesionista del siglo XXI

#### **Bloque 2. Proyecto de Investigación de carreras**

Habilidades intelectuales

Personalidad

#### **Bloque 3. Información Profesiográfica**

¿Qué es la Orientación Profesiográfica?

Entrevista a un Profesionista

#### **Expectativas de futuro de personas cercanas**

Familia

Amigos

Otras personas significativas o personajes que admiras

#### **Características de la profesión**

Oferta educativa

Plan de estudios de la carrera

Mercado laboral.

## RÚBRICA PARA EVALUAR LINEA DEL TIEMPO “PROFESIONES A TRAVES DEL TIEMPO”

Competencia Genérica: 1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.

Atributo: 1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.

ASPECTOS Y/O CRITERIOS	EXCELENTE (3)	BUENO (2)	REGULAR (1)	INSUFICIENTE (0)	TOTAL
<b>Redacción y ortografía</b>	No se evidenciaron faltas de ortografía	Se registrando de 1 a 3 faltas ortográficas o de redacción.	5 errores ortográficos o de redacción	Más de 5 errores de redacción u ortografía.	
<b>Exposición del tema</b>	Muestra de manera sucinta las ideas planteadas. Refleja capacidad de síntesis y la relación de las imágenes y el texto es observable.	Muestra la idea central pero con detalles algo vagos, posee capacidad de síntesis y el texto y las imágenes mantienen relación.	No muestra del todo la idea principal, la capacidad de síntesis se aprecia, pero la relación entre texto e imagen es confusa.	La idea principal no se ha presentado, hacen falta detalles, se utilizó demasiado texto y la relación entre imágenes y texto es inexistente.	
<b>Organización de los datos</b>	La información está ordenada y es sencillo de leer e interpretar.	Se mantiene un orden lógico, pero hay algunos espacios sin aprovechar.	Hay ausencia de colores, se aprecia un poco de desorden y las ideas no está resaltadas según lo esperado.	Es difícil leer la infografía pues la información está presentada sin orden claro y no hay colores.	
<b>Presentación visual</b>	Emplea recursos visuales para enviar mensajes y hacer la infografía atractiva.	La presentación es interesante de ver pero falta algo de creatividad.	La ausencia de colores e imágenes en algunas partes dificulta su comprensión.	Hay elementos distractores, no se hilan las ideas tal como de vería, no se colocaron líneas, cuadros, colores, etc.	
<b>TOTAL</b>					

Retroalimentación: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## **Actividad 1. “Evaluación diagnóstica”**

Elabora tu respuesta de acuerdo al planteamiento que se te presenta en cada reactivo.

Identifica algunos elementos que participan en el proceso de orientación vocacional, a fin de mejorar tu proceso de decisión en la elección de su futuro profesional.

1. ¿Deseas continuar estudiando después de la preparatoria?
2. ¿Has decidido qué carrera tomarás? Especifica.
3. ¿Cuál es la principal razón que te lleva a decidirte por esa carrera?
4. ¿Sabes qué universidades te ofrecen esa carrera que te interesa?
5. ¿Has decidido en qué universidad estudiarás?

## **Bloque 1. Orientación Vocacional**

### **Orientación Profesional**

Para comprender mejor cómo actúa la orientación profesional, es importante conocer y distinguir algunos conceptos: *Vocación*.

La Historia de la Orientación va unida a la historia del concepto de Vocación (que viene de *vocatio*: llamado interior).

Para quienes entienden que la vocación es innata, se nace con el designio para una tarea determinada, entonces, la orientación sólo tiene que descubrirla y encauzar al individuo.

Para quienes entienden que la vocación se hace a través de los aprendizajes, entonces la orientación evalúa lo que se ha aprendido y lo que se puede aprender. La orientación, conduce.

La vocación es el conjunto de habilidades e intereses para ciertas tareas, la orientación las mide, las jerarquiza y señala áreas donde se cree que la persona rendirá más.

La vocación se amplía como lo vocacional en todo el desarrollo histórico de una persona, asumida en su autonomía de elección y decisión.

Lo vocación al tiene relación íntima y dialogada con el sentido que se le encuentre a la vida. Es lo que se siente y se pretende ser.

### **Ocupación**

Lo ocupacional es el hacer que permite accionar en el mencionado sentido de vida.

Lo vocacional necesita sintetizar en principio, las diferentes “novelas” que se han escrito para uno, aun antes de su nacimiento, en el camino de llegar a ser el autor de su propio argumento.

Es en éste, probado y aprobado por su autocrítica y factibilidad, donde lo ocupacional es escena y no sólo escenografía.

Lo ocupacional necesita el relevamiento de roles, objetos, herramientas, símbolos, técnicas, estrategias y vehículos

efectivizar lo vocacional. Lo vocacional sin lo ocupacional es sólo fantasía, ensoñación, esperanza.

Lo ocupacional sin lo vocacional es enajenación, automatización, hacer sinsentido, alienación. Decir que existe lo vocacional y lo ocupacional es continuar con la dicotomía entre ser y hacer. Asumir lo vocacional-ocupacional es hacerse cargo de la dimensión estructural del hombre en acción, en actividad existencial, no sólo existente.

Sólo así la actitud con que se realice cualquier ocupación pasa a primer plano, y no a las vestiduras de moda en la feria de disfraz que parecen vender: “Dime qué haces y te diré quién eres”, en vez de: “Dime cómo haces y te diré quién eres”.

ACTIVIDAD I: Conócete y contesta los siguientes cuestionamientos

Soñando-me:

¿Quién soy?

¿Alguna vez te lo has preguntado? La persona que eres está compuesta por un conjunto de elementos personales, emocionales y físicos que solo vos puedes conocer, además de todas aquellas experiencias vividas buenas y no tan buenas, para conocerte mejor es importante que algunas personas que estén a tu alrededor te ayuden, pero al final el que debe conocerte mejor eres tú. Completa las siguientes frases y busca ayuda de tus compas si lo deseas:

Tus características físicas

Tus características personales Tus pasatiempos

Tus series favoritas

Tus canciones favoritas

Tus quehaceres favoritos en el hogar

Tus Aplicaciones favoritas Tu comida favorita

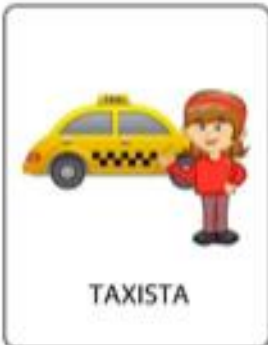
Lo que te hace reír

Lo que te pone triste

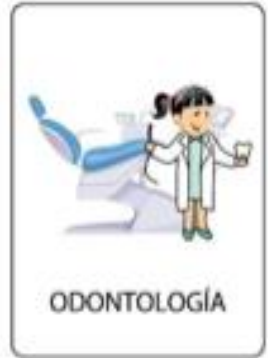
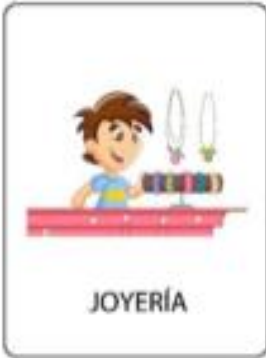
Lo que te da vergüenza Lo que te hace enojar

ACTIVIDAD II: Recorta cada una de las siguientes tarjetas, detrás de cada tarjeta escribe las características de cada una de las profesiones, duración y en que universidades las ofertan.









## **Factores Internos y Externos**

El primero corresponde a las condiciones, las vivencias, las expectativas, los deseos que han intervenido en la conformación de un ideal acerca de lo que quieres y de lo que no quieres ser y hacer en el futuro. La mayor parte de estos elementos pueden explorarse en la familia y en el entorno educativo que te ha rodeado desde tu nacimiento hasta ahora.

El segundo se refiere al presente, las condiciones actuales en que tomas tu decisión, presenta las condiciones familiares, comunitarias, del país e incluso del planeta en su conjunto te facilitan el estudio de una determinada carrera.

El tercer momento se refiere al futuro, de la visualización de las profesiones y de tu actuación profesional en los próximos 5, 10,15 y hasta 30 años.

El análisis de los factores económicos y sociales a través de sus manifestaciones; la familia, la comunidad, las escuelas, las universidades, la situación del país y la realidad mundial aportará datos para caracterizar los principales aspectos del medio.

ACTIVIDAD I: Realiza una infografía sobre los factores internos y externos que están presentes en la elección de carrera.

Profesionista del siglo XXI

Actividad 1: elige una profesión de tu agrado y realiza una línea del tiempo sobre los cambios que experimento hasta la actualidad

## Bloque 2. Proyecto de Investigación de carreras

### Habilidades intelectuales

Todos los seres humanos poseemos la facultad de la inteligencia, entendida ésta como la forma en que percibimos al mundo, nos relacionamos con él, llevamos a cabo distintas acciones para solucionar problemas y progresar en los diferentes ámbitos en los que nos desenvolvemos. Sin embargo, no todos poseemos el mismo tipo de inteligencia, sino que somos más capaces de aprender, generar conocimiento, solucionar problemas y desarrollar

competencias en alguna área y es en ella que destacamos. Esto no significa que no podamos destacar en otras áreas o tipos de inteligencia, significa que somos mejores o domina en nosotros cierto tipo de inteligencia más que otro.

Howard Gardner, psicólogo estadounidense conocido por haber formulado la Teoría de las Inteligencias Múltiples, afirma que todas las personas somos capaces de conocer el mundo a través del lenguaje, del análisis lógico matemático, de la representación espacial, del pensamiento musical y del uso del cuerpo. Este psicólogo señala que la diferencia está en la intensidad con la que se presentan estas inteligencias en nuestras vidas o la combinación que hacemos de ellas. Cada persona posee alguna de las inteligencias más o menos desarrollada que otras, debido a la dotación biológica de cada uno, la interacción con el entorno y la cultura imperante en el momento en que nos toca vivir.

Gardner agrupó las habilidades intelectuales de los seres humanos en las siguientes ocho categorías:

- Lingüística
- Musical
- Lógico matemática
- Espacial



- Corporal kinestésica
- Interpersonal
- Intrapersonal
- Naturalista


Actividad I; Realiza un collage sobre las habilidades intelectuales

## Personalidad

La personalidad de cada quien está integrada por un conjunto de rasgos que predominan y que podemos detectar cuando reaccionamos ante algún estímulo de manera uniforme, es decir, la mayoría de las veces respondemos más o menos de la misma forma ante situaciones parecidas.

Conocer esos rasgos o caracteres predominantes de personalidad resulta importante para poder revisar, modificar o reorientar nuestra manera particular de actuar en las diferentes circunstancias de nuestra vida y en el caso de la decisión para elegir la carrera u oficio al que piensas dedicarte, en las diversas actividades relacionadas con ello.

A continuación revisaremos algunos estilos de personalidad, en donde seguramente encontrarás que te identificas con algunos; lo importante es definir en cuál de ellos encuentras mayor coincidencia con tus propios rasgos. ACTIVIDAD I



¿Cómo soy?

¿Dónde estoy?

¿Cómo vivo?

¿Con quién vivo?

¿Me decido por vivir en la superficie o en la profundidad?

¿Cuáles son los valores que sobresalen en mi actuar?

¿Qué tipo de persona quiero ser?

¿Qué tan lejos quiero llegar?

¿Cuáles serán los objetivos básicos que trataré de encarnar en mi vida?

## ACTIVIDAD II:

Contestr las siguientes preguntas que servirán de base para tu autoconocimiento.

Tu nombre y su significado es:

Descripción de cada uno de tus padres, resaltando las relaciones que tienes con cada uno de ellos.

¿Cómo se conocieron tus padres?

¿Cómo fueron los nueve meses de tu embarazo?

¿Cómo fue el momento del parto y las circunstancia de tu nacimiento?

De lo que te han contado tus padres, ¿cómo fue tu primer año de vida?

¿Cómo fueron tu segundo y tercer año de vida?

¿Cómo fue tu primer cumpleaños?

Dada mi situación actual y mis aspiraciones, ¿qué necesito aprender a hacer?

¿Qué deseos debo convertir en planes? ¿Qué sueños he descartado por no ser realistas y sé que deba volver a soñar?

¿Qué recursos tengo sin desarrollar o mal utilizados? Estos recursos pueden referirse a cosas materiales, a talentos personales o a amistades.

¿Qué debo dejar de hacer ya?

¿Qué debo empezar a hacer ya?

Las respuestas dadas a todas las preguntas anteriores, ¿Cómo afectan a mis planes y proyectos inmediatos para los tres próximos meses, para el próximo año?

### ACTIVIDAD III:

#### **Mi Plan de Mejora**

Una vez analizado cada aspecto de tu vida es necesario realizar un plan de mejora. Recuerda que en tus manos está realizar los cambios necesarios para que puedas alcanzar el éxito.

No caminas solo en este viaje cuentas con tu familia, tus amigos, tus docentes y directivos docentes.

#### **Es hora de definir tus compromisos**

**Aquí elabora un collage con las personas que sean significativas para tu vida**

¿QUÉ ACTIVIDADES ME COMPROMETO A REALIZAR?	¿CUÁNDO O LO HARÉ?	CUMPLIMIENTO		OBSERVACIONES
		SI	NO	
¿Tienen tus amigos un buen concepto de ti?				
¿Acostumbras a dialogar sincera y calmadamente con tus amigos?				
¿Actúas siempre con respeto en las relaciones con tus amigos?				
¿Sientes que tus amigos y tu llevan una relación de respeto, apoyo y ayuda mutua?				

### **Bloque 3. Información Profesiográfica**

#### **Actividad I “La profesión de mi interés...”**

Durante una semana, revisa la sección anuncios clasificados, de los diferentes diarios de tu región; recorta y pega aquí, todos aquellos anuncios relacionados con la profesión de tu interés.





“...Al elegir una carrera hay que tener en cuenta muchas cosas: que me guste, que no sea difícil, que tenga salida laboral, que la Universidad no esté lejos, etc.”

Además, decidirse rápida y correctamente.

Dar respuesta a todas estas cuestiones a la vez, origina mucha confusión y ansiedad.

Por eso es importante que puedas reflexionar, discriminar y aclarar los factores que para ti están influyendo en tu elección. Aquí te presentamos una imagen que representa lo que le pasa a la mayoría de los chicos en el momento de elegir una carrera.

Mírala con

Detenimiento.

¿Qué te sugiere?

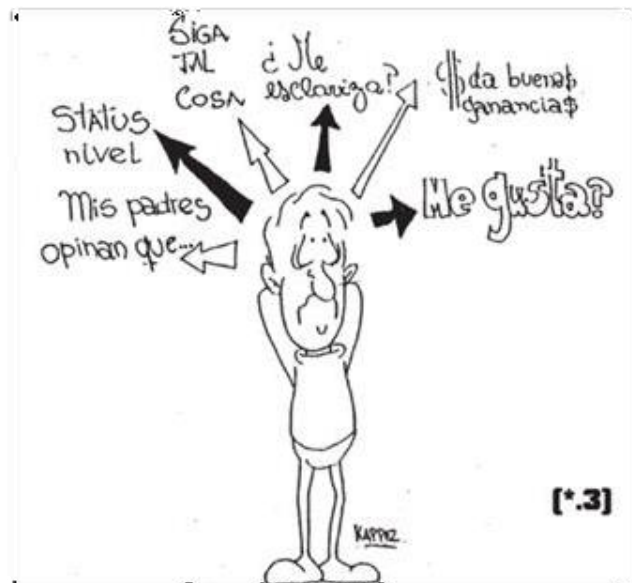
---

---

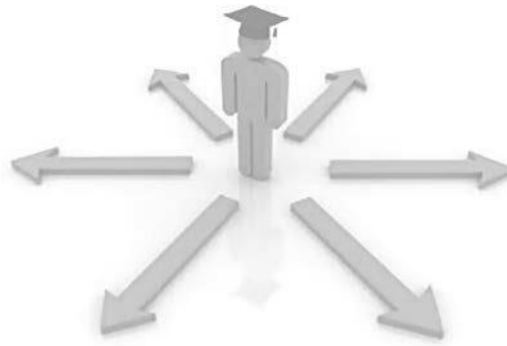
---

---

---



## EXPECTATIVAS DE FUTURO DE PERSONAS CERCANAS



En el bloque anterior, analizamos los factores internos que influyen en la elección profesional. Esto es, aquellas características que identifican tu perfil, lo que tú eres y con lo que cuentas, lo que pudiera favorecerte en tener una visión más clara sobre cuál es el área o profesión(es) que más se adecúa a ti.

Ahora, es importante también que analices aquellos factores que aun cuando no se relacionan con tus características personales, mantienen una relación de influencia sobre tus decisiones en el terreno profesional; es decir, circunstancias del entorno en el que te desenvuelves, tal como las expectativas de la familia, los amigos y otras personas significativas por un lado; y por otro, la oferta educativa, los planes de estudio de las carreras y la demanda laboral.

En esta secuencia nos detendremos a analizar en qué medida las expectativas de las personas que te han acompañado en tu vida impactan en tu decisión final.

### ACTIVIDAD

Piensa en las personas con las cuales hayas compartido tus expectativas acerca de tu futuro profesional, sus comentarios acerca de ello y cómo esto ha afectado o podría afectar tus decisiones.

- Familia

- Amigos

Comentarios:

¿Cómo influyen en tu elección?

- Otras personas significativas (especificar)

Comentarios:

¿Cómo influyen en tu elección?

## ACTIVIDAD

1. Piensa en una persona que ha sido importante en tu vida. Puede ser familia, amigo, conocido o bien un personaje famoso.
2. Investiga y escribe su biografía considerando los datos más relevantes de su vida profesional y personal.
3. Describe algunas características de esa persona que más llaman tu atención.
4. Identifica y escribe cómo este personaje ha influido en tu vida.

La historia de \_\_\_\_\_

Lo que más llama mi atención:

# LISTA DE COTEJO ORIENTACIÓN EDUCATIVA V

Nombre del alumno: \_\_\_\_\_

CRITERIOS DE EVALUACIÓN	REALIZO LA ACTIVIDAD (3)	NO REALIZO LA ACTIVIDAD (0)	TOTAL DE PUNTAJE OBTENIDO
I EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA			
<b>LINEA DEL TIEMPO “PROFESIONES A TRAVES DEL TIEMPO”</b>			
ACTIVIDAD CONÓCETE Y CONTESTA LOS SIGUIENTES CUESTIONAMIENTOS SOÑANDO-ME			
TARJETA DE PROFESIONES			
INFOGRAFÍA FACTORES INTERNOS Y EXTERNOS			
COLLAGE SOBRE LAS HABILIDADES INTELCTUALES			
PERSONALIDAD			
PLAN DE MEJORA			
PROFESIÓN DE MI INTERES			
EXPECTATIVAS DE FUTURO DE PERSONAS CERCANAS			
<b>TOTAL</b>			