

## “Estructura del Plan Tutorial”

LCC. Verónica Balderas

Código: 1910045

Actividad 4

**Nombre del alumno:** Daniela Zepeda

**Nombre del tutor:** Verónica Balderas

**Carrera:** Ciencias de la Comunicación

**Ciclo:** 2015-B

Diagnóstico: Después de la aplicación de las PITS los resultados de Daniela son, **motivación 23, autoestima 50 y actitudes 103**, lo que refleja:

**Necesidades:** análisis de las causas de la baja autoestima, brindar herramientas para aumentar la motivación para reforzar las actitudes en el estudio, identificando cómo repercuten estos dos primeros factores en su desempeño escolar, para reforzar sus técnicas y actitudes de estudio.

**Prioridades:** Si no estamos bien por dentro, no estaremos bien por fuera, así que la prioridad para mi es apoyar a Daniela a que desarrolle su autoestima.

**Alternativas de solución:** si Daniela no acepta tratar su autoestima, me enfocaré en la motivación, haciéndole ver las posibilidades que tiene para realizar las cosas, de este modo ella podrá poco a poco elevar su autoestima.

### PLAN DE TRABAJO

Fecha	Tema	Objetivo	Actividad	Evaluación
19 al 23 de octubre	¿Quién soy yo? Ejercicios a través del arte.	Que el alumno interiorice e identifique quién es y en qué momento de su vida se encuentra.	Después de una plática de análisis el alumno creará una fotografía en la que plasme todo lo que lo define.	Autorretrato.

<b>26 al 30 de oct</b>	Las emociones	Identificar las emociones en las que recurre el alumno.	Realizar una tabla donde se identifiquen las emociones del día a día y cómo influyen en la vida del alumno.	Tabla
<b>2 al 6 de noviembre</b>	Inteligencia Emocional	Encontrar manera de manejar emociones	la de las reacciones de las emociones identificadas en la tabla.	Que la alumna encuentre alternativas y comience a aplicarlas.
<b>9 al 13 de noviembre</b>	Mejorar memoria	la Fortalecer la memoria y atención para un mejor aprovechamiento en clase.	Investigación por parte del alumno sobre ejercicios de memoria.	Aplicación de esos ejercicios
<b>16 al 20 de noviembre</b>	¿Cómo estudiar para aprender?	Conocer técnicas para aprender a aprender.	Aplicación de técnicas y observación de resultados.	Resultados de la aplicación y reflexión del avance obtenido.

## ESTRUCTURA DEL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL

**Nombre del alumno:** Cristina García

**Nombre del tutor:** Verónica Balderas

**Carrera:** Licenciatura en Contaduría Pública

**Ciclo:** 2015-B

Diagnóstico: Después de la aplicación de las PITS los resultados de Cristina son, **31 de motivación, 58 de autoestima y 111 de actitudes**, lo que refleja:

**Necesidades:** detectar las causas de la baja autoestima, brindar herramientas para aumentar la motivación para reforzar las actitudes en el estudio, identificando cómo repercuten estos dos primeros factores en su desempeño escolar, para reforzar sus técnicas y actitudes de estudio.

**Prioridades:** Elevar la autoestima y la motivación.

**Alternativas de solución:** uno de las principales necesidades que detecté en Cristy es la del manejo de emociones y timidez, por lo que, si ella no se abre para trabajar con su autoestima, comenzaré por su motivación.

### PLAN DE TRABAJO

Fecha	Tema	Objetivo	Actividad	Evaluación
<b>19 al 23 de octubre</b>	¿Quién soy yo? Ejercicios a través del arte.	Que el alumno interiorice e identifique quién es y en qué momento de su vida se encuentra.	Después de una plática de análisis el alumno creará una fotografía en la que plasme todo lo que lo define.	Autorretrato.
<b>26 al 30 de oct</b>	Las emociones	Identificar las emociones en las que recurre el alumno.	Realizar una tabla donde se identifiquen las emociones del día a día y cómo influyen en la vida del alumno.	Tabla
<b>2 al 6 de noviembre</b>	Inteligencia Emocional	Encontrar la manera de manejar las emociones	Encontrar alternativas ante las reacciones de las emociones identificadas en la tabla.	Que la alumna encuentre alternativas y comience a aplicarlas.
<b>9 al 13 de noviembre</b>	Técnicas de Comunicación	Conocer las técnicas de comunicación y cómo aplicarlas en la vida diaria	Ejercicios con técnicas de Comunicación.	Reflexión sobre las ventajas y cambios, después de la aplicación de las técnicas.
<b>16 al 20 de noviembre</b>	¿Cómo estudiar para aprender?	Conocer técnicas para aprender a aprender.	Aplicación de técnicas y observación de resultados.	Resultados de la aplicación y reflexión del avance obtenido.