



TABASCO

“Educación que genera cambio”



COBATAB

COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

GUÍA DIDÁCTICA DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA V PARA EL ESTUDIANTE

Centro educativo: _____ No. _____

Nombre del estudiante: _____ Grupo: _____

COLEGIO DE BACHILLERES DE TABASCO

MTRO. ERASMO MARTÍNEZ RODRÍGUEZ
Director General

C.P. SONIA LÓPEZ IZQUIERDO

Directora Académico

MTRA. GISELLE OLIVARES MORALES
Subdirectora Académica

MTRA. ALEJANDRINA LASTRA COLORADO
Jefe de Departamento de Programas de Estudio

ASIGNATURA: ORIENTACIÓN EDUCATIVA V
Edición: mayo 2022

En la realización de la Guía Didáctica de Orientación Educativa V colaboraron:

- **Martha Rosa Esquinca Díaz. Plantel 35. Coordinador**
- **Guadalupe Contreras Ovando. Plantel 14. Asesor experto**
- **Lucía Guadalupe Velázquez Martínez. Plantel 12. Asesor experto**
- **Raúl López Flores. Plantel 10. Asesor experto**
- **Nivia Marbella Calderón Lezama. Plantel 2. Asesor experto**
- **Yolotl xochitl Pérez Magaña. Plantel 30. Asesor experto**
- **Leticia del Carmen de la Cruz Pérez. Plantel 42. Asesor experto**
- Violeta Oliva Cornelio. Plantel 39
- Adriana Nestora Pérez Díaz. Plantel 9
- Ana Catalina Whitle Hoil. Plantel 2
- Cecilia López Quintero. Plantel 10
- Guadalupe Oramas Jiménez. Plantel 5
- Kenya Yaima Feria Rodríguez. Plantel 24
- Lic. Elsa Guadalupe Pérez Vázquez. Plantel 28
- Margarita Hernández Pérez. Plantel 41
- María Celia Valencia Valencia. Plantel 31
- María del Pilar Colorado Mejía. Plantel 32
- Martha Isela Baños Dorantes. Plantel 13
- Milton Salvador Peralta Carrillo. Plantel 6
- Rosalía Natividad Bautista Mayo. Plantel 30
- Wendy Selene Pérez de la Rosa. Plantel 6
- Yazkin Francelia Hernández Osorio. Plantel 2
- Carolina Paz Pérez. EMSAD 7
- Santos Gómez Rodríguez. EMSAD 65
- Victoria Beatriz Burelo Peregrino. Plantel 28
- Teresa Cruz Sánchez. Plantel 8
- Norma Angélica Ortiz Selley. Plantel 28



TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

- Nercy Mariana Córdova Madrigal. Plantel 25
- Lorena Guadalupe Osorio Ruiz. Plantel 21
- Lili del Carmen de la Cruz de la Cruz. Plantel 11
- Joaquin Chulines Aquino. Plantel 18
- Guadalupe del Carmen Cota Girón. Plantel 16
- Gabriel Alejandro Córdova Cruz. Plantel 3
- Enoc Isaías Metelin Saavedra. Plantel 24

Este material fue elaborado bajo la coordinación y supervisión del Departamento de Programas de Estudio de la Dirección Académica del Colegio de Bachilleres del Estado de Tabasco, su edición en el mes de mayo de 2022.

@Derechos en proceso de registro.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este material por cualquier medio electrónico o mecánico, par afines ajenos a los establecidos por el COBATAB.

Para uso de la comunidad del Colegio de Bachilleres de Tabasco (COBATAB)

CONTENIDO

| | |
|---|------------|
| | |
| Presentación | 5 |
| Competencias Genéricas | 6 |
| Enfoque de la Disciplina..... | 9 |
| Ubicación de la Asignatura..... | 10 |
| Mapa Curricular del Bachillerato General con un enfoque Educativo | 11 |
| Relación de los Contenidos con los Aprendizajes Claves..... | 12 |
| Lineamientos Generales de la Asignatura | 15 |
| BLOQUE I | 18 |
| SESIÓN 1 | 19 |
| SESIÓN 2 | 32 |
| SESIÓN 3 | 37 |
| SESIÓN 4 | 41 |
| SESIÓN 5 | 46 |
| SESIÓN 6 | 63 |
| SESIÓN 7 | 69 |
| SESIÓN 8 | 79 |
| BLOQUE II | 87 |
| SESIÓN 9 | 89 |
| SESIÓN 10..... | 97 |
| SESIÓN 11..... | 106 |
| SESIÓN 12..... | 110 |
| SESIÓN 13..... | 116 |
| SESIÓN 14..... | 120 |
| SESIÓN 15..... | 121 |
| Fuentes de consulta..... | 124 |

Presentación

El presente recurso se realizó dentro del Programa de Estructuración de Planeaciones Didácticas Estatales del COBATAB, las cuales constituyen hoy el ejercicio académico pivote para el quehacer docente en su proceso enseñanza - aprendizaje.

En el Colegio de Bachilleres de Tabasco se considera a la Orientación Educativa un pilar en la formación de nuestros estudiantes.

En la estructuración, se llevaron a cabo actividades previas como: la revisión del Programa para Orientación Educativa propuesto por la DGB; la evaluación y pertinencia de los programas vigentes en el COBATAB, se analizaron e incluyeron algunas propuestas de docentes de Orientación Educativa (equipo de expertos y colaboradores); se examinaron los Programas o Guías Didácticas de Orientación Educativa y Tutorías de diversas instituciones de Educación Media Superior; y por último, para la integración y presentación de nuestra propuesta se atendieron los Lineamientos Metodológicos, señalados por la Dirección General de Bachillerato(DGB), a través de la Dirección Académica, el Departamento de Programas de Estudio y el Departamento de Orientación Educativa.

Las competencias específicas de cada bloque fueron retomadas del Programa de Orientación Educativa de la DGB, las actividades de enseñanza y aprendizaje sugeridas pretenden contribuir en el desarrollo de las competencias genéricas de los estudiantes de EMS y corresponden a las contempladas en las áreas institucional, escolar, psicosocial y vocacional dentro del Programa antes mencionado.

Los instrumentos de evaluación en cada bloque corresponden a los diferentes momentos del proceso, sin embargo, éstos pueden ser modificados de acuerdo con las estrategias didácticas que las condiciones de su entorno escolar y de la población estudiantil del docente. Se sugieren algunos materiales didácticos propios de la actividad sugerida y se presentan las fuentes de consulta para la elaboración de los programas.

Lograr los aprendizajes apropiados en nuestros estudiantes es una meta para que ellos puedan insertarse adecuadamente en la sociedad. Los docentes a través de su práctica y experiencia le darán el toque final para lograr los objetivos que la Orientación Educativa persigue de dar un servicio que genere mejores posibilidades de inserción exitosa de nuestros alumnos a la vida laboral y social.

El quinto semestre es determinante tanto para la elección final de la profesión de interés del estudiante como para plantearse las metas que guiaran sus esfuerzos hacia un plan o proyecto de vida. El primer bloque pretende que los jóvenes conozcan las diferentes opciones de ocupación técnica y profesional y las instituciones que las ofertan de modo que se familiarice y elija la mejor opción de formación que convenga a sus preferencias ocupacionales y las oportunidades en el mercado laboral. El segundo bloque le guía hacia la elaboración de su proyecto de vida en el que determine sus metas y objetivos para diferentes áreas de desarrollo personal y pueda concretar sus esfuerzos de manera clara y previendo circunstancias no deseables. Se preparan así para el futuro.

Competencias Genéricas

Se autodetermina y cuida de sí

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

CG1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.

CG1.2 Identifica sus emociones, las maneja de manera constructiva y reconoce la necesidad de solicitar apoyo ante una situación que lo rebase.

CG1.3 Elige alternativas y cursos de acción con base en criterios sustentados y en el marco de un proyecto de vida.

CG1.4 Analiza críticamente los factores que influyen en su toma de decisiones.

CG1.5 Asume las consecuencias de sus comportamientos y decisiones.

CG1.6 Administra los recursos disponibles teniendo en cuenta las restricciones para el logro de sus metas.

2. Es sensible al arte y participa en la apreciación e interpretación de sus expresiones en distintos géneros.

CG2.1 Valora el arte como manifestación de la belleza y expresión de ideas, sensaciones y emociones.

CG2.2 Experimenta el arte como un hecho histórico compartido que permite la comunicación entre individuos y culturas en el tiempo y el espacio, a la vez que desarrolla un sentido de identidad.

CG2.3 Participa en prácticas relacionadas con el arte.

3. Elige y practica estilos de vida saludables.

CG3.1 Reconoce la actividad física como un medio para su desarrollo físico, mental y social.

CG3.2 Toma decisiones a partir de la valoración de las consecuencias de distintos hábitos de consumo y conductas de riesgo.

CG3.3 Cultiva relaciones interpersonales que contribuyen a su desarrollo humano y el de quienes lo rodean.

Se expresa y comunica

4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.

CG4.1 Expresa ideas y conceptos mediante representaciones lingüísticas, matemáticas o gráficas.

CG4.2 Aplica distintas estrategias comunicativas según quienes sean sus interlocutores, el contexto en el que se encuentra y los objetivos que persigue.

CG4.3 Identifica las ideas clave en un texto o discurso oral e infiere conclusiones a partir de ellas.

CG4.4 Se comunica en una segunda lengua en situaciones cotidianas.

CG4.5 Maneja las tecnologías de la información y la comunicación para obtener información y expresar ideas.

Piensa crítica y reflexivamente

5. Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.

CG5.1 Sigue instrucciones y procedimientos de manera reflexiva, comprendiendo como cada uno de sus pasos contribuye al alcance de un objetivo.

CG5.2 Ordena información de acuerdo con categorías, jerarquías y relaciones.

CG5.3 Identifica los sistemas y reglas o principios medulares que subyacen a una serie de fenómenos.

CG5.4 Construye hipótesis y diseña y aplica modelos para probar su validez.

CG5.5 Sintetiza evidencias obtenidas mediante la experimentación para producir conclusiones y formular nuevas preguntas.

CG5.6 Utiliza las tecnologías de la información y comunicación para procesar e interpretar información.

6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.

CG6.1 Elige las fuentes de información más relevantes para un propósito específico y discrimina entre ellas de acuerdo con su relevancia y confiabilidad.

CG6.2 Evalúa argumentos y opiniones e identifica prejuicios y falacias.

CG6.3 Reconoce los propios prejuicios, modifica sus puntos de vista al conocer nuevas evidencias, e integra nuevos conocimientos y perspectivas al acervo con el que cuenta.

CG6.4 Estructura ideas y argumentos de manera clara, coherente y sintética.

Aprende de forma autónoma

7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.

CG7.1 Define metas y da seguimiento a sus procesos de construcción de conocimiento.

CG7.2 Identifica las actividades que le resultan de menor y mayor interés y dificultad, reconociendo y controlando sus reacciones frente a retos y obstáculos.

CG7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

Trabaja en forma colaborativa

8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.

CG8.1 Propone maneras de solucionar un problema o desarrollar un proyecto en equipo, definiendo un curso de acción con pasos específicos.

CG8.2 Aporta puntos de vista con apertura y considera los de otras personas de manera reflexiva.

CG8.3 Asume una actitud constructiva, congruente con los conocimientos y habilidades con los que cuenta dentro de distintos equipos de trabajo.

Participa con responsabilidad en la sociedad

9. Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.

CG9.1 Privilegia el diálogo como mecanismo para la solución de conflictos.

CG9.2 Toma decisiones a fin de contribuir a la equidad, bienestar y desarrollo democrático de la sociedad.

CG9.3 Conoce sus derechos y obligaciones como mexicano y miembro de distintas comunidades e instituciones, y reconoce el valor de la participación como herramienta para ejercerlos.

CG9.4 Contribuye a alcanzar un equilibrio entre el interés y bienestar individual y el interés general de la sociedad.

CG9.5 Actúa de manera propositiva frente a fenómenos de la sociedad y se mantiene informado.

CG9.6 Advierte que los fenómenos que se desarrollan en los ámbitos local, nacional e internacional ocurren dentro de un contexto global interdependiente.

10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.

CG10.1 Reconoce que la diversidad tiene lugar en un espacio democrático de igualdad de dignidad y derechos de todas las personas, y rechaza toda forma de discriminación.

CG10.2 Dialoga y aprende de personas con distintos puntos de vista y tradiciones culturales mediante la ubicación de sus propias circunstancias en un contexto más amplio.

CG10.3 Asume que el respeto de las diferencias es el principio de integración y convivencia en los contextos local, nacional e internacional.

11. Contribuye al desarrollo sustentable de manera crítica, con acciones responsables.

CG11.1 Asume una actitud que favorece la solución de problemas ambientales en los ámbitos local, nacional e internacional.

CG11.2 Reconoce y comprende las implicaciones biológicas, económicas, políticas y sociales del daño ambiental en un contexto global interdependiente.

CG11.3 Contribuye al alcance de un equilibrio entre los intereses de corto y largo plazo con relación al ambiente.

Enfoque de la Disciplina

La Orientación Educativa es un servicio que busca fortalecer los procesos de enseñanza-aprendizaje, así como atender cuestiones vocacionales y socioemocionales al interior de los planteles mediante la aplicación de procedimientos sistemáticos y organizados que respondan a las necesidades y demandas de la comunidad estudiantil.

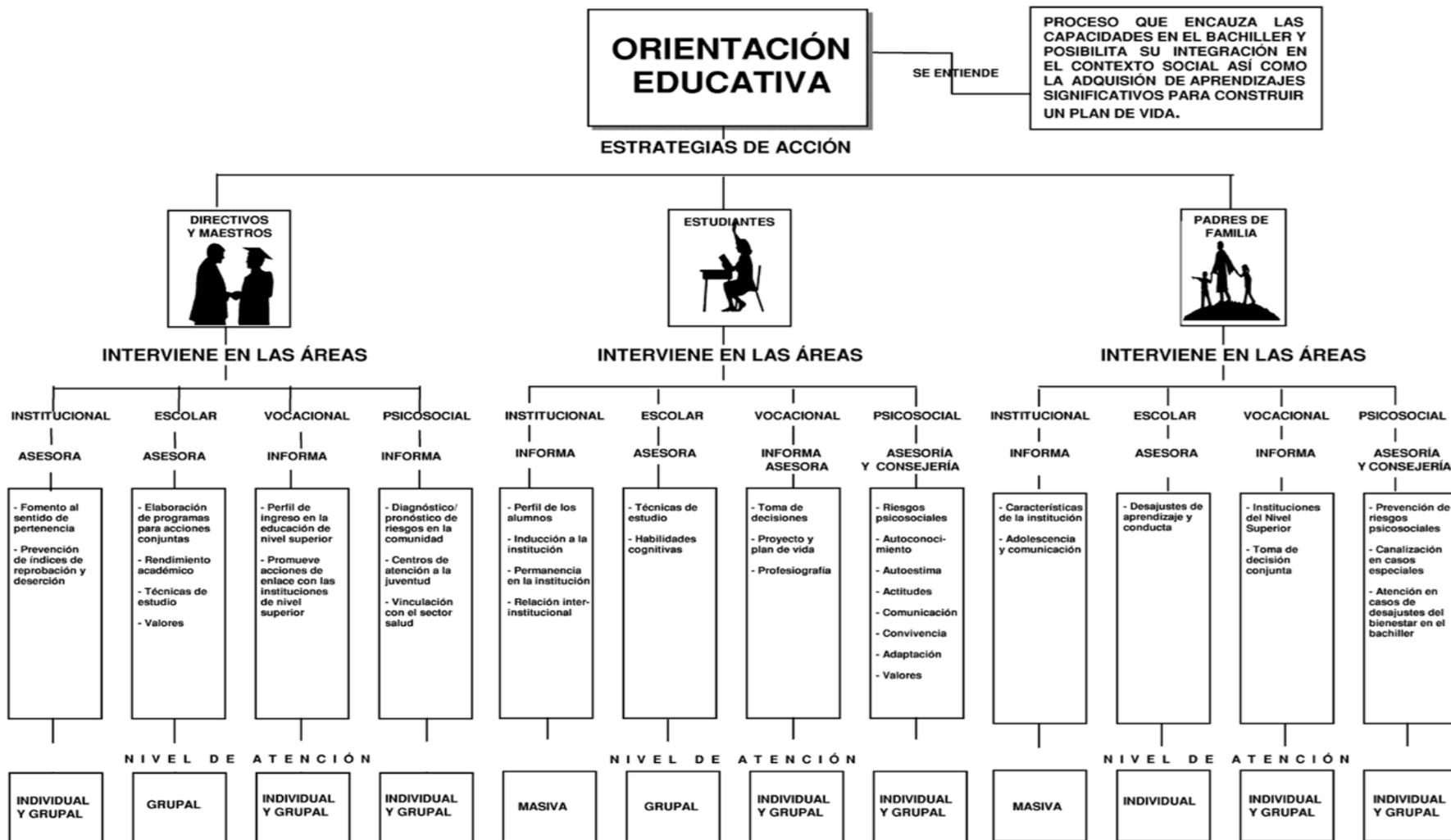
Podemos agregar que *la Orientación Educativa es un proceso de acompañamiento a lo largo de la Educación Media Superior con el fin de brindar herramientas para que el proceso de adaptación y transición tanto personal como educativo se vea favorecido y fortalecido*. Mismo que contribuye con lo establecido en el apartado de "Infraestructura Educativa" que menciona lo siguiente: **"Fortalecer los servicios de apoyo vocacional y psicológico para los estudiantes."** (DGB, Lineamientos del servicio de Orientación Educativa para Bachillerato General, 2019)

La Dirección General de Bachillerato (DGB) establece a la Orientación Educativa como un servicio, **no una asignatura (mismo que no imposibilita el servicio de forma grupal o masiva)**, institucional obligatorio para atender la demanda estudiantil de carácter socioemocional, vocacional y educativo, que permitan cumplir con el desarrollo integral. (DGB, Lineamientos del servicio de Orientación Educativa para Bachillerato General, 2019)

A través de Orientación Educativa se ofrece a los alumnos el apoyo para saber tomar sus decisiones mediante procesos informados que permitan planear su vida con base a la reflexión y análisis de sus características personal, la situación familiar y el entorno socioeconómico.

El quinto semestre ofrece acompañamiento al estudiante en su proceso de elección de su profesión u ocupación para formarse para su vida laboral, se ofrece a los estudiantes opciones que les permitan reflexionar en torno a las ofertas educativas tanto de formación técnico, oficios y profesional de modo que considere el mercado laboral, su situación económica, sus intereses personales y sus metas en todas las áreas personales a fin de elaborar su proyecto de vida.

Ubicación de la Asignatura





TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

Mapa Curricular del Bachillerato General con un enfoque Educativo

(DGB, Mapa curricular, 2018)

| PRIMER SEMESTRE | | | SEGUNDO SEMESTRE | | | TERCER SEMESTRE | | | CUARTO SEMESTRE | | | QUINTO SEMESTRE | | | SEXTO SEMESTRE | | |
|---------------------------------|---|----|--------------------------------------|----|----|------------------------------|---|----|------------------------------|----|----|------------------------------|----|----|----------------------------------|----|----|
| ASIGNATURA | H | C | ASIGNATURA | H | C | ASIGNATURA | H | C | ASIGNATURA | H | C | ASIGNATURA | H | C | ASIGNATURA | H | C |
| Matemáticas I | 5 | 10 | Matemáticas II | 5 | 10 | Matemáticas III | 5 | 1 | MATEMÁTICAS IV | 5 | 10 | | | | FILOSOFÍA | 4 | 8 |
| Química I | 5 | 10 | Química II | 5 | 10 | Biología I | 4 | 8 | BIOLOGÍA II | 4 | 8 | Geografía | 3 | 6 | Ecología Y Medio Ambiente | 3 | 6 |
| Ética Y Valores I | 3 | 6 | Ética II | 3 | 6 | Física I | 5 | 10 | FÍSICA II | 5 | 10 | Estructura Socioeconómica | 3 | 6 | Historia Universal Contemporánea | 3 | 6 |
| Métodos De Investigación | 3 | 6 | Introducción a las Ciencias Sociales | 3 | 6 | Historia De México I | 3 | 6 | HISTORIA DE MÉXICO II | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 |
| Taller de Lectura y Redacción I | 4 | 8 | Taller De Lectura Y Redacción II | 4 | 8 | Literatura I | 3 | 6 | LITERATURA II | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 | ** FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 |
| Inglés I | 3 | 6 | Inglés II | 3 | 6 | Inglés III | 3 | 6 | INGLÉS IV | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 |
| Informática I | 3 | 6 | Informática II | 3 | 6 | ** Formación Para El Trabajo | 7 | 14 | ** FORMACIÓN PARA EL TRABAJO | 7 | 14 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 | * FORMACIÓN PROPEDEÚTICA | 3 | 6 |
| Actividades Preescolares | 3 | | Actividades Paraescolares | 3 | | | | | | | | ** FORMACIÓN PARA EL TRABAJO | 7 | 14 | ** FORMACIÓN PARA EL TRABAJO | 7 | 14 |
| Orientación Educativa I | 1 | | Orientación Educativa II | 1 | | Actividades Paraescolares | 3 | | Actividades Paraescolares | 3 | | | | | | | |
| | 3 | 52 | | 30 | 52 | ORIENTACIÓN EDUCATIVA III | 1 | | ORIENTACIÓN EDUCATIVA IV | 1 | | ACTIVIDADES PARAESCOLARE | 3 | | ACTIVIDADES PARAESCOLARES | 3 | |
| | | | | | | | 3 | 6 | | 34 | 60 | ORIENTACIÓN EDUCATIVA V | 1 | | ORIENTACIÓN EDUCATIVA VI | 1 | |
| | | | | | | | 4 | 0 | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | 29 | 50 | | 32 | 58 |

Relación de los Contenidos con los Aprendizajes Claves

Bloque I Mis opciones de formación para el futuro.

Orientación Profesiográfica.

Profesiograma

Diferencia entre profesión, oficio y técnico.

Tipos de carreras técnicas y centros de capacitación.

- CECATI
- ESCUELA DE OFICIOS
- CURSOS EN LINEA
- IFORTAB
- CETEA
- CONOCER

Tipos de Instituciones de Educación Superior

- Públicas
- Privadas
- Reconocimiento de validez Oficial de estudios.

Modalidades de estudio.

- Escolarizada
- No escolarizada o a distancia.
- Online

Tipos de carreras que ofertan las instituciones educativas.

- Profesionales.
- Técnicas.
- De servicio.

Grados académicos que ofrecen en Educación Superior:

- Técnico Superior Universitario.
- Profesional Asociado.
- Licenciatura
- Diplomado.
- Especialidad.
- Maestría.
- Doctorado.

Convocatorias

Instituciones de Educación Superior y los tipos de profesiones que ofertan las (IES)

- Universidades.
- Institutos Tecnológicos.
- Politécnicos
- Universidades a Distancias.
- Escuelas Normales.
- Escuelas Militares.



Demanda y oferta de Ingreso a las Instituciones de Educación Superior.

- Carreras nuevas
- Guía Universitaria

Mercado de trabajo:

- Carreras de mayor demanda estatal y nacional.
- Carreras mejor remuneradas.

Equilibrio entre la oferta y la demanda de profesionistas.

Bloque II. Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida.

Definición de proyecto de vida, su importancia y utilidad.

Profesiograma

Áreas de desarrollo personal:

- Familia.
- Salud.
- Espiritual.
- Académica/profesional.
- Laboral.
- Económica.
- Recreativa.

Pasado: Autobiografía.

Presente:

- A) Inventario personal.
- B) Rasgos de mi personalidad.
- C) ¿Quién soy?

FODA Personal

- Fortalezas
- Oportunidades
- Debilidades
- Amenazas

Futuro:

Metas.

- Estructura de una meta.
- Tipos:
 - Corto plazo.
 - Mediano plazo.
 - Largo plazo.

Plan de acción:

- Estrategias de acción.
- Recursos externos.





TABASCO
"Educación que genera cambio"

- Futuro deseable, probable e indeseable.

Visualizando mi proyecto.

- Mapa del tesoro.
- El árbol que soy.
- Video o presentación.



Lineamientos Generales de la Asignatura

(SEP. DGB.DCA, 2010)

- 📌 Orientación Educativa es una asignatura del área Paraescolar que se ofrece con un orden basado en las necesidades del alumno desde que el estudiante inicia su formación y hasta concluir el bachillerato.
- 📌 Su evaluación es de tipo formativo, no se asienta una calificación nominal, pero debe ser acreditada para favorecer el desarrollo personal, escolar y familiar, para ello se establecen criterios mediante los cuales los estudiantes participen activamente con la asistencia regular a las clases, disponibilidad para el trabajo en equipo y/o grupo, presentando productos de aprendizaje, portafolio de evidencias, etc.
- 📌 Se establecen dos horas para Orientación Educativa, una para el trabajo frente a grupo y otra para asesoría, para realizar intervenciones individuales, grupales o masivas, así como para el apoyo al programa de Tutorías.
- 📌 Los Orientadores deben convertirse en educadores, guías, promotores, coordinadores y facilitadores en la formación de los estudiantes.
- 📌 Orientación Educativa ofrece su servicio a través de actividades relacionadas con:
 - Inserción al entorno social.
 - Desarrollo de las competencias genéricas.
 - Participación en su proceso educativo.
 - Autoconocimiento y afirmación de sus potencialidades individuales.
 - Aprovechamiento académico (desarrollo de competencias disciplinares).
 - Elección de opciones educativas y profesionales.
 - Acompañamiento durante su permanencia en el plantel.
 - Participación activa en su comunidad.
 - Promoción de la acción tutorial.

BLOQUE I:

Mis opciones de formación para el futuro.

Aprendizajes Esperados

- Identifica la información requerida para construir su profesiograma
- Valora las opciones alternas de preparación para el trabajo que permita impulsar su desarrollo laboral y personal.
- Determina el tipo de institución más conveniente a sus posibilidades e intereses y visualice sus metas de formación académica.
- Juzga la oferta educativa conveniente a sus intereses profesionales.
- Elige una ocupación u opción educativa.

Competencias

Genéricas

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
los requisitos de ingreso, perfil de egreso de la Educación Superior y las tendencias del mercado laboral.
4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.
6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.
7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.
10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.
11. Contribuye al desarrollo sustentable de manera crítica, con acciones responsables.

Situación didáctica

Título: Ya casi termino la prepa...¿qué sigue para mí?

Propósito de la Situación didáctica: Investigar y elaborar de manera individual un profesiograma sobre las opciones de capacitación para el trabajo y educativas de nivel Técnico y Superior para elaborar, posteriormente, en equipos de 5 integrantes una infografía con base al profesiograma y exhibirlo en el plantel.

Mariana y Eduardo son compañeros de grupo, ambos se encuentran preocupados porque están a punto de egresar del bachillerato y aún no logran definir sus opciones ocupacionales y/o de Educación Superior..

Conflicto cognitivo

Si deciden trabajar, ¿Qué razones los pueden llevar a buscar un empleo?
¿Qué alternativas ocupacionales tienen al terminar la preparatoria?
¿En qué campo de trabajo puede solicitar empleo?
Si deciden seguir estudiando, ¿Qué posibilidades de estudio tienen después de la preparatoria?
¿Dónde pueden buscar información para hacer una buena toma de decisión?
¿Qué información necesitan obtener para continuar estudios superiores, oficios o carrera técnica?
¿Cómo elegir la universidad que más le convenga?



TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

BLOQUE I:
**Mis opciones de formación
para el futuro.**



SESIÓN 1

OED5_B1_Encuadre

Encuadre sugerido para que el Orientador Educativo pueda proponer al grupo: es importante presentar al alumno el encuadre general y específico de la primera revisión de portafolio, así mismo, se les presenta el bloque que estudiará, objetivos y competencias, así como los productos que evaluará en la secuencia. La lista de cotejo general se evaluará al final del bloque, en ella se registrará el logro obtenido por el estudiante durante dicho bloque o parcial

| CRITERIO | Porcentaje asignado | Porcentaje Obtenido |
|--|---------------------|---------------------|
| Evaluación diagnóstica | 10% | |
| Investigación de las Instituciones de capacitación para el trabajo y Tabla de registro con las opciones de educación que le interesan. | 15% | |
| Directorio de Universidades. | 15% | |
| Ficha del profesiograma | 10% | |
| Actividad: "Balanza de mi profesión" | 10% | |
| Profesiograma completo. | 20% | |
| Infografía en equipo por afinidad de profesión. | 20% | |
| Total | 100% | |

* Es calificación aprobatoria a partir de 60%



OED5_B1_LC

| INSTRUMENTO DE EVALUACION LISTA DE COTEJO Bloque I | | | | | |
|--|--|----------------|-------------------|-------|---|
| DATOS GENERALES | | | | | |
| Nombre(s) del alumno(s) | | | Matrícula(s) | | |
| Producto: | | | Fecha: | | |
| Materia: Orientación Educativa V | | | Periodo: | | |
| Nombre del docente | | | Firma del docente | | |
| VALOR DEL REACTIVO | CARACTERISTICAS A CUMPLIR | VALOR OBTENIDO | | CALIF | OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA |
| | | SI | NO | | |
| 10 | Evaluación diagnóstica | | | | |
| 15 | Investigación de las Instituciones de capacitación para el trabajo y Tabla de registro con las opciones de educación que le interesan. | | | | |
| 15 | Directorio de Universidades | | | | |
| 10 | Ficha del profesiograma | | | | |
| 10 | Actividad: "Balanza de mi profesión" | | | | |
| 20 | Profesiograma completo. | | | | |
| 20 | Infografía en equipo por afinidad de profesión. | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Total: 100 | CALIFICACION | | | | |



Estimado Padre de Familia:

Le saludo con aprecio para poner a su disposición el servicio de Orientación Educativa para la atención individual y grupal de su hijo en situaciones escolares, psicosociales, vocacionales y profesiográfica, así como para ofrecerle el apoyo para su loable labor como padre o madre de adolescente con asesorías, pláticas, conferencias, etc., de modo que podamos juntos impulsar a _____ hacia un desarrollo adecuado en esta etapa de su formación. Esto implica que fotocopie su guía de la materia y tenga una agenda escolar (fotocopiada, que la cree o que la compre en cualquier papelería) para organizar sus compromisos escolares registrando cuando debe realizar sus trabajos y entregarlos.

Como asignatura Orientación Educativa, ofrece información para ayudar a su tutorado a realizarse como estudiante y planear su vida, aspirando a un futuro productivo y digno.

Por ello solicito su apoyo para dar seguimiento a su desempeño durante este semestre y firme de enterado sobre el encuadre a calificar en esta asignatura

Nombre y Firma del padre o tutor.



OED5_B1_ED

EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA

¿Deseas continuar estudiando después del bachillerato? ¿Por qué?

¿Qué carrera técnica, capacitación para el trabajo o carrera profesional te gustaría estudiar?

¿Cuál es la principal razón que te lleva a elegirla?

¿Sabes en qué institución te ofrecen la profesión, carrera técnica o capacitación para el trabajo de tu interés?

¿Conoces la demandan de las carreras profesionales de tu interés?

¿Qué profesiones nuevas están surgiendo?

¿Tienes información de fundaciones de apoyo a la Educación Superior?

¿Qué significa para ti la Orientación profesiográfica?



OED5_B1_ LECTURA 1_ORIENTACIÓN PROFESIOGRÁFICA

Orientación profesiográfica

La Orientación profesiográfica le permite al alumno investigar la información correspondiente a las profesiones por las que presenta preferencia. Gran parte de los conflictos o confusiones de los adolescentes respecto a la elección de carrera se debe a su carencia de información con relación a las opciones de estudio u ocupaciones. La información profesiográfica tiene tanta importancia dentro del proceso de orientación vocacional, que ningún proceso puede considerarse completo si no se incluye en el mismo.

El suministro de información con respecto a las carreras, ocupaciones, áreas de trabajo, demandas de trabajo, planes de estudio, etcétera, tienen dos objetivos:

1. Transmitir información.
2. Corregir las imágenes distorsionadas que pudiera tener el joven al respecto a esa profesión.

Una de las fuentes que origina distorsión en la información profesiográfica en el adolescente es la valoración social de las profesiones, otras son los medios de comunicación masiva que distorsionan y desinforman al joven (Rosales, 2012).

¿Qué es un profesiograma? (etimologías, 2016)

Profesiografía. Es la representación gráfica de las competencias-variables requeridas de un trabajador / trabajadora real o potencial por un puesto de trabajo para que pueda desempeñarlo satisfactoriamente con un nivel medio de rendimiento.

La palabra **profesiografía** (descripción usando dibujos o esquemas **que** representan las aptitudes exigidas para una profesión) viene del elemento compositivo -grafía (grabado, dibujo) sobre la palabra "profesión" y esta del latín *professio* = "ocupación, carrera".

El **profesiograma** es el documento en el que se reflejan aquella información y/o comparativos que debe reunir y/o considerar un estudiante de una o varias profesiones que le interesan para realizar un análisis y descripción para poder elegir su mejor opción.

Un estudiante que no tenga los conocimientos o este inseguro de la ocupación a la que quiera dedicarse de manera profesional, debe buscar ayuda con su orientador educativo para que le ofrezca información profesiográfica, de modo que se conozca a sí mismo, conozca el medio en que se desempeña esa profesión, las actividades profesionales que realizan y pueda determinar si le conviene. Es necesario estar seguro de los estudios superiores que elija, considerando su vocación y la actividad humana para que se sienta más seguro y con confianza al ingresar e iniciar sus estudios.



OED5_B1_ACTIVIDAD 1_Profesiograma (formato)

Instrucción: Cada carrera profesional tiene diferentes objetivos, desarrolla diferentes competencias en sus egresados, requiere de diferentes habilidades y conocimientos en quienes aspiran a ingresar a ella. Esta información representa una parte fundamental de tu investigación, pues te permitirá tener la seguridad de que sabes a dónde vas. Utilizando los recursos necesarios, sitios web, folletos, realiza una investigación profunda sobre 2 profesiones u ocupaciones de tu interés, sobre los siguientes aspectos:

| Aspectos | Profesión 1 Nombre: | Profesión 2 Nombre: |
|--|---------------------|---------------------|
| Universidades e Institutos de Educación Superior que ofertan la carrera. | | |
| Descripción general de la carrera. | | |
| Trascendencia Social-Ambiental (Proyecto Transversal) | | |



TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

| | | |
|--|--|--|
| Perfil de ingreso | | |
| Perfil de egreso | | |
| Modalidades de estudio (escolarizada, no escolarizada, mixta) | | |
| Duración de la carrera | | |
| Requisitos de ingreso | | |



"Educación que genera cambio"

| | | |
|---|-----------------------------|-----------------------------|
| | | |
| Formas de titulación | | |
| Costo promedio de la carrera en universidad pública y privada. (Inscripción, colegiaturas, libros, útiles y materiales escolares, prácticas, transporte) | Pública: Particular: | Pública: Particular: |
| Habilidades y aptitudes personales afines con el perfil de ingreso | | |
| Tasa de ocupación | | |



TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

| | | |
|---|--|--|
| <p>Principales sectores en los que trabajan (ver las 21 clasificaciones en el glosario)</p> | | |
| <p>Oportunidades de trabajo Independiente</p> | | |
| <p>Remuneración promedio mensual</p> | | |

Consultar datos en <http://imco.org.mx/comparacarreras/>, <https://www.observatoriolaboral.gob.mx/#/> y en las páginas web de las universidades que ofrezcan la carrera de interés.

OED5_B1_Glosario para el formato del profesiograma

Instrucción: Este *Glosario* es para que comprendas los términos que aparecen en el formato del Profesiograma y sepas qué datos investigar de dos profesiones.

Trascendencia Social-Ambiental

(Proyecto Transversal)

Perfil de ingreso

Conjunto de conocimientos, habilidades, actitudes y valores que debe reunir y demostrar el aspirante a cursar cualquier licenciatura (DGESPE, s.f.).

Perfil de egreso

Los perfiles profesionales de egreso estarán constituidos por un conjunto de competencias cuyo trasfondo (y sentido terminal o producto) serían las capacidades y valores adquiridos por medio de contenidos y métodos al egresar de una institución educativa y válidos para la vida y/o para una profesión. (Perez, 2012, pág. 02)

Modalidades de estudio

El Sistema Educativo Nacional también se divide en modalidades acordes con distintos métodos de enseñanza (Narro Robles & Martuscelli Quintana, 2012).

Éstas son:

Escolarizada: A cada alumno se le asigna un plantel y cubre un programa de estudios durante el calendario oficial de actividades.

No escolarizada: se imparten como enseñanza abierta o a distancia de forma no presencial.

Mixta: parcialmente presencial.

Duración de la carrera

Número de semestres, cuatrimestres, ciclos o años para obtener el total de créditos a cursar en el Plan de Estudios de interés.

Requisitos de ingreso

Cualidades necesarias establecidas en el proceso de admisión de las Universidades e Instituciones de Educación Superior.

Formas de titulación

El proceso de titulación representa la fase de culminación de los estudios que permite al estudiante obtener el título profesional para ejercer su actividad.

Ejemplos:

- I. Tesis.
- II. Examen General de Conocimientos.
- III. Diplomado de Titulación.
- IV. Titulación por Promedio.
- V. Otras





TABASCO



COBATAB

COLEGIO DE BACHILLERES DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

Costo promedio de la carrera en universidad pública y privada. (IMCO, 2019)

Costo promedio total de estudiar la carrera en universidades públicas o privadas por separado. Incluye costos de inscripción, matrícula y examen de admisión, así como gastos en libros y materiales.

Habilidades y aptitudes propias, afines con la carrera

Tasa de ocupación (IMCO, 2019).

Ocupación: Porcentaje de profesionales que cuentan con un empleo como proporción de aquellos que están activos en el mercado laboral.

Principales sectores en los que trabajan (IMCO, 2019).

Sectores de actividad económica: Primeros cinco sectores con mayor proporción de ocupados egresados de esta carrera. Estos cinco sectores se derivan de una clasificación inicial de 21 sectores, de acuerdo con el Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte:

1. Agricultura, ganadería, silvicultura, caza y pesca
2. Minería
3. Generación y distribución de electricidad, suministro de agua y gas
4. Construcción
5. Industrias manufactureras
6. Comercio al por mayor
7. Comercio al por menor
8. Transportes correos y almacenamientos
9. Información en medios masivos
10. Servicios financieros y de seguros
11. Servicios inmobiliarios y de alquiler de bienes
12. Servicios profesionales, científicos y técnicos
13. Corporativos
14. Servicios de apoyo a los negocios y manejo de desechos
15. Servicios educativos
16. Servicios de salud y de asistencia social
17. Servicios de esparcimiento, culturales y deportivos
18. Servicios de hospedaje y de preparación de alimentos y bebidas
19. Otros servicios, excepto actividades gubernamentales
20. Actividades de gobierno y organismos internacionales
21. No especificado

Oportunidades de trabajo independiente

Personas que no están vinculadas a una empresa mediante un contrato de trabajo, sino mediante un contrato de servicios y son remunerados bajo la figura de honorarios o comisiones.

Remuneración promedio mensual

Salario mensual: Para los cálculos salariales sólo se tuvieron en cuenta los ingresos reportados por aquellas personas ocupadas, que trabajaron al menos 35 horas a la semana con una remuneración mayor a cero.



OED5_B1_ACTIVIDAD 2_ELABORACIÓN DE INFOGRAFÍAS.

PROYECTO DE TRANSVERSALIDAD.

Instrucciones La estrategia que se utilizará para el bloque I será elaborar uno o dos profesiogramas, de acuerdo a las áreas profesionales de su interés. A partir de los datos que recaben de las ocupaciones o profesiones elaboraran, organizados en equipos de máximo 3 estudiantes, una infografía.

Recuerda que para tomar una decisión tan importante que definirá tu futuro laboral, es vital que tengas un conocimiento acerca de las diferentes alternativas educativas y profesionales que se ofrecen en la actualidad.

INFOGRAFIA (naratosexto, 2015):

La Infografía es una combinación de imágenes sintéticas, explicativas y fáciles de entender y textos con el fin de comunicar información de manera visual para facilitar su transmisión. Además de las ilustraciones, podemos ayudarnos de gráficos que puedan entenderse e interpretarse instantáneamente. Las infografías son tremendamente útiles y esenciales para representar la información que es complicada de entender a través del puro texto. Con un simple golpe de vista se puede entender hasta las cosas más complicadas, y además son más fáciles de asimilar y recordar. Cuando el objetivo es explicar, los infogramas permiten que materias o contenidos muy complicados puedan ser comprendidas de manera rápida y entretenida y sobretodo de forma muy visual que ayuda a la comprensión. Un buen cuadro gráfico debe ser sencillo, completo, ético, bien diseñado y adecuado con la información que presenta.

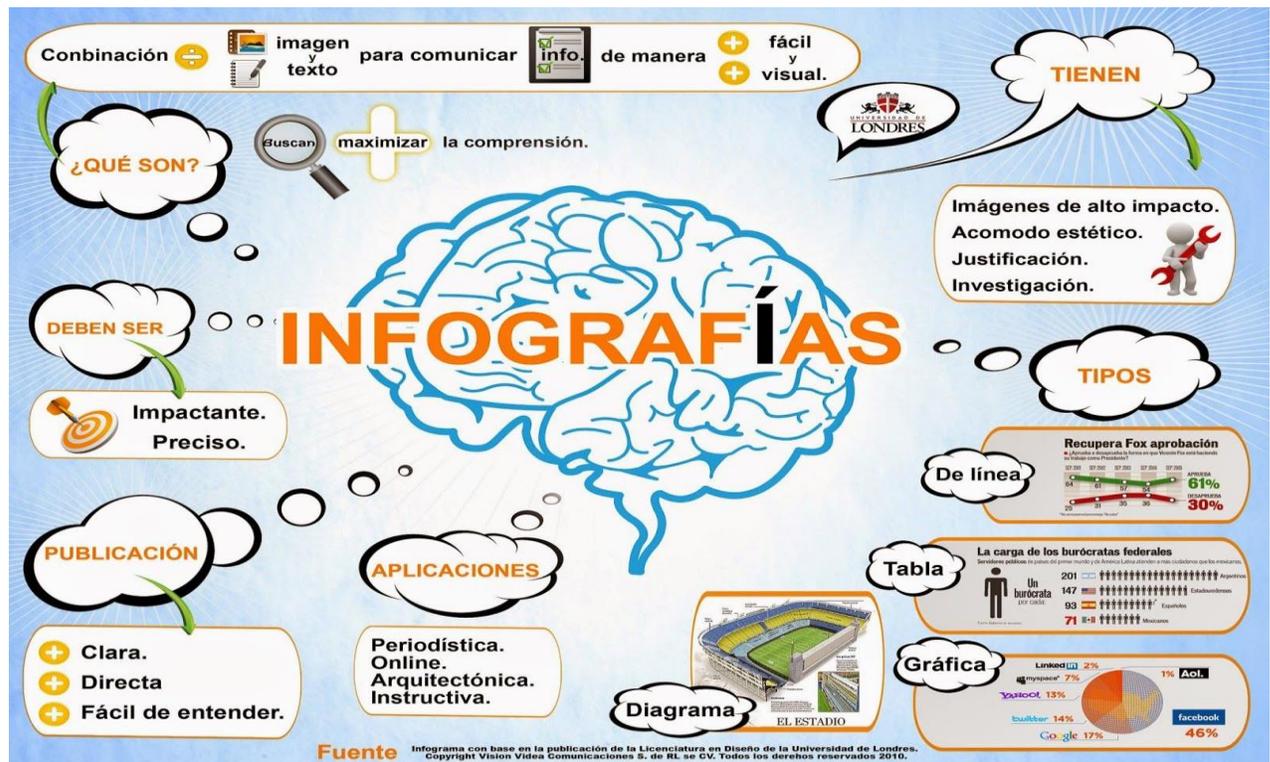


Imagen (naratosexto, 2015)



Recursos para elaborar infografía:

A continuación, se comparte un link para que puedas ver un vídeo que te dé otra opción más para realizar tu infografía con mayor calidad: <https://youtu.be/MKadmlqWUeM>



- Puedes usar para hacer tu Infografía: www.canva.com
- **Combinación de tipografías** — Esta página contiene información sobre cómo combinar los tipos de letras de manera correcta. <https://www.silocreativo.com/infografia-los-10-consejos-para-combinar-tipografias/>
- **Combinar colores** — Es una página que contiene elementos para ayudarte a combinar los colores con ayuda de la paleta de colores. <https://profesionaldelcolor.wordpress.com/2011/01/07/combinar-colores-con-el-circulo-cromatico/>
- **Descarga de iconos** — Es una página donde puedes descargar iconos para utilizar en tu infografía. <https://www.flaticon.com/>
- **Infogramas**— Programa para crear infografías. <https://infogram.com/es/> Visual.ly Easelly y Piktochart

Extraclas

ACTIVIDAD EXTRACLASE:

Integra un equipo con el número de estudiantes que indique tu profesor para investigar y exponer para la siguiente sesión sobre los temas que aparecen a continuación. Los equipos del número 2 en adelante deberán describir brevemente al menos 7 cursos que brinda la opción para capacitarse para el trabajo que les corresponda. Consulta la **OED5_B1_LECTURA 2_ Las capacitaciones para trabajar** que se encuentra a continuación.

- Eq.1. Profesión, oficios, trabajo, técnicos,
- Eq. 2. CECATI,
- Eq. 3. Escuela de oficios,
- Eq.4. Cursos en línea: a) Coursera b) Fundación Carlos Slim,
- Eq.5. DIF,
- Eq. 6. IFORTAB
- Eq.7. CETEA y
- Eq. 8. CONOCER.



SESIÓN 2

OED5_B1_LECTURA 2_ Las capacitaciones para trabajar

1. ¿Qué son las profesiones?

Las profesiones son ocupaciones que requieren de un conocimiento especializado, una capacitación educativa de alto nivel, control sobre el contenido del trabajo, organización propia, autorregulación, altruismo, espíritu de servicio a la comunidad y elevadas normas éticas. Generalmente se acepta que una profesión es una actividad especializada del trabajo dentro de la sociedad, y a la persona que la realiza se le denomina profesional. Para ser un profesional es necesario estudiar en una Universidad o un Instituto Profesional por un lapso de cuatro o más años (Educativo, 2017).



Generalmente se acepta que una profesión es una actividad especializada del trabajo dentro de la sociedad, y a la persona que la realiza se le denomina profesional. Para ser un profesional es necesario estudiar en una Universidad o un Instituto Profesional por un lapso de cuatro o más años (Educativo, 2017).

Ejemplo de Profesionales:

Ingenieros, Abogados, Médicos, Arquitecto, Periodista, Veterinario, Dentista, etc.

2. ¿Qué son los oficios?



Electricista



Carpintería



Carnicería



sastrería

Se llama oficio a la ocupación de una persona, en especial que se relaciona con labores manuales o artesanales.

Los oficios son trabajos que se aprenden practicando, en la actualidad ya no solo se aprenden escuchando a otras personas, existen escuelas que ofrecen capacitación para el trabajo en tiempos cortos de 2 a tres meses y máximo un año y después la experiencia de la vida y el trabajo terminan de formarlos.

Muchas veces, el oficio se transmite de generación en generación en una misma familia. En la mayoría de los casos, los oficios suelen ser trabajos que se realizan de forma manual donde el trabajador debe conocer en profundidad aquella actividad laboral y poseer una gran habilidad para llevarla a cabo (Educativo, 2017).

Ejemplo de Oficio:

Carpintero, cerrajero, mecánico, electricista, conductor, albañil, fontanero, cerrajero, pintor, tapicero, camarero, pescador, frutero, carnicero, pastor, agricultor, herrero, sastre, y una larga lista más.

3. Trabajo

Para satisfacer las necesidades de las familias las personas deben trabajar y realizar diferentes labores ya que no todos pueden realizar la misma tarea.

Estas labores tienen la finalidad de producir bienes o servicios.





"Educación que genera cambio"

Existen diferentes tipos de trabajos, como por ejemplo algunos de ellos son Remunerados y otros son Voluntarios (Educativo, 2017).

- a. **Un trabajo remunerado** es aquel que realiza una persona para recibir un sueldo al final de cada mes, o sea ellos realizan el trabajo y luego se les paga dinero.
- b. **El trabajo voluntario** es el que se realiza fuera de las horas normales de trabajo sin recibir remuneración económica y puede ser realizado por todas las personas. El trabajo voluntario es un elemento importante que tiende a apoyar en las instancias donde el estado de un país no puede o no llega con su ayuda y a través de estas actividades voluntarias se presentan soluciones para la construcción de la nueva sociedad (Educativo, 2017).

"CAPACITACIÓN PARA EL TRABAJO"

TIPOS DE CARRERAS TÉCNICAS Y CENTROS DE CAPACITACIÓN

- **CECATI:** Es el Centro de Capacitación para el Trabajo Industrial, que tiene como objetivo primordial la formación de recursos humanos que satisfagan las necesidades de los sectores productivo y de servicios, siendo su función principal la capacitación para y en el trabajo (CECATI-95, 2019). Puedes consultar en la siguiente liga los cursos que ofrecen:
<https://sites.google.com/view/cecati95inscripciones/inicio>
<https://www.cecati95.com/>

ESCUELA DE OFICIOS: Su objetivo es insertar al desempleado en el mercado laboral. Capacitan para un oficio de utilidad pública o de interés social. Además, lo capacitan para un oficio de utilidad pública o de interés social. Los que se animen a participar en este tipo de programas pueden **profesionalizarse en muy distintas áreas**, como, por ejemplo, electricidad y electrónica, energía y agua, informática y comunicaciones, servicios socioculturales, u hostelería y turismo, entre otros muchos (Yerro, 2017).
<https://jovenesconstruyendoelfuturo.stps.gob.mx/>
<https://aprende.com/escuela-oficios/>

- **CURSOS EN LÍNEA:** La formación online son cursos que se realizan de forma no presencial a través de un dispositivo con conexión a Internet, esto es, que requieren de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Los estudiantes pueden estudiar desde su casa o desde cualquier sitio en el que tengan conexión a Internet. El centro formativo dispone de un campus virtual en el que se puede acceder a los contenidos de los cursos y, además, interactuar con los demás estudiantes y también con el docente (educaweb, 2019).

Cursos en línea Doméstika:

https://www.domestika.org/es/courses/popular?gclid=CjwKCAjwoduRBhA4EiwACL5RPyYfbnYD5vXSDW9W8Fgf6xybbbfwJ7cldI4hLgsIBkhvuHomloMhPRoCh3YQAvD_BwE

Cursos en línea Coursera-UNAM <https://es.coursera.org/unam>

Cursos en línea: Fundación Carlos Slim <https://fundacioncarlosslim.org/>

- **DIF:** El Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia del Estado de Tabasco, tiene como objetivos promover la asistencia social y proporcionar servicios asistenciales encaminados al desarrollo integral de la familia; apoyar en la formación y subsistencia a personas con carencias familiares esenciales no superables en forma autónoma (DIF, DIF TABASCO, 2019). A través



de la Coordinación de talleres crea áreas de oportunidad para que todos los integrantes de las familias puedan prepararse e integrarse a la vida laboral, imparten los talleres, con inscripciones abiertas todo el año, algunos gratuitos y otros con cuotas de recuperación muy accesibles (DIF-Veracruz, 2019). Algunos de estos talleres pueden ser: belleza, repostería básica, repostería avanzada, panadería, corte y confección, sastrería, bisutería engarzada, bisutería y tejido, bolsas y sandalias artesanales, elaboración de piñatas, macramé, pintura en cerámica e inglés (DIF, DIF Coatzacoalcos, 2019).

<http://dif.tabasco.gob.mx/content/direcci%C3%B3n-de-desarrollo-integral-de-la-comunidad>

- **IFORTAB:** Es el Instituto de Formación para el Trabajo del estado de Tabasco, el cual proporciona servicios de formación para y en el trabajo con altos estándares de calidad que superen las expectativas del capacitando y el sector productivo, a través de personal calificado, procesos controlados y un enfoque hacia la mejora continua. Para conocer que cursos se imparten en Tabasco puedes consultar en esta liga: <https://tabasco.gob.mx/sites/default/files/users/ifortabtabasco/CURSOS%20PLANTELES%202019.pdf>
<https://www.facebook.com/fortab-Tabasco-108164297211476/>
- **CETEA:** es el Centro Tecnológico de Especialidades Automotrices, que brinda conocimientos y herramientas necesarias en el ámbito automotriz para una mejor y rápida integración al campo laboral (CETEA, 2019). <https://www.cetea.edu.mx/>
- **CONOCER:** es el Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales, que impulsa la profesionalización del capital humano de diversos sectores productivos del país, a través de las competencias laborales. Su finalidad es que trabajadores y empleadores desarrollen estándares de competencia y soluciones de capacitación, evaluación y certificación, que impacten en las actividades prioritarias de los sectores productivos, social, educativo o de gobierno (SEP, Gobierno de México, 2019). **RENEC – Registro Nacional de Estándares de Competencia por Sector Productivo** - <https://conocer.gob.mx/re nec-registro-nacional-de-estandares-de-competencia-por-sector-productivo/>
RENEC - ¿Cómo certifico mis competencias? [RENEC https://www.youtube.com/watch?v=qeUialP12LQ](https://www.youtube.com/watch?v=qeUialP12LQ)



OED1_B1_ACTIVIDAD 3_Opciones para capacitarse para el trabajo.

Instrucciones: Completar la tabla describiendo al menos 3 ejemplos de las opciones de estudio que ofrecen cada una de las instituciones que se presentan y/o que es de su mayor interés. Se realizará con la información que cada equipo de trabajo ya investigó previo a la clase.

| LOGOTIPO | NOMBRE | OPCIONES DE CAPACITACIÓN QUE BRINDAN |
|--|---|--------------------------------------|
| <p style="text-align: center;">LOGOTIPO CECATI</p>  | <p style="text-align: center;">Centro de Capacitación para el Trabajo Industrial</p> | |
| <p style="text-align: center;">LOGOTIPO IFORTAB</p>  | <p style="text-align: center;">Instituto de Formación para el Trabajo del estado de Tabasco</p> | |
| <p style="text-align: center;">LOGOTIPO CETEA</p>  | <p style="text-align: center;">Centro Tecnológico de Especialidades Automotrices</p> | |





"Educación que genera cambio"

| | | |
|--|--|--|
| <p style="text-align: center;">CONOCER</p>  <p>conocer conocimiento • competitividad • crecimiento</p> | <p style="text-align: center;">Consejo Nacional de Normalización y Certificación de Competencias Laborales</p> | |
| <p style="text-align: center;">DIF</p> <p style="text-align: center;">SISTEMA ESTATAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA</p> <p style="text-align: center;"><i>Sentir y servir</i></p>  <p style="text-align: center;">TABASCO</p> | <p style="text-align: center;">Desarrollo Integral de la Familia</p> | |
|  | <p style="text-align: center;">CURSERA</p> | |
|  | <p style="text-align: center;">Fundación Carlos Slim</p> | |



SESIÓN 3

OED5_B1_LECTURA 3_INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR.

Educación superior.

Forman profesionales capaces en las diversas áreas de la ciencia, la tecnología, la cultura y la docencia que impulsen el progreso integral de la Nación. La educación de tipo superior es la que se imparte después de la preparatoria o bachillerato.

Por su financiamiento pueden ser:

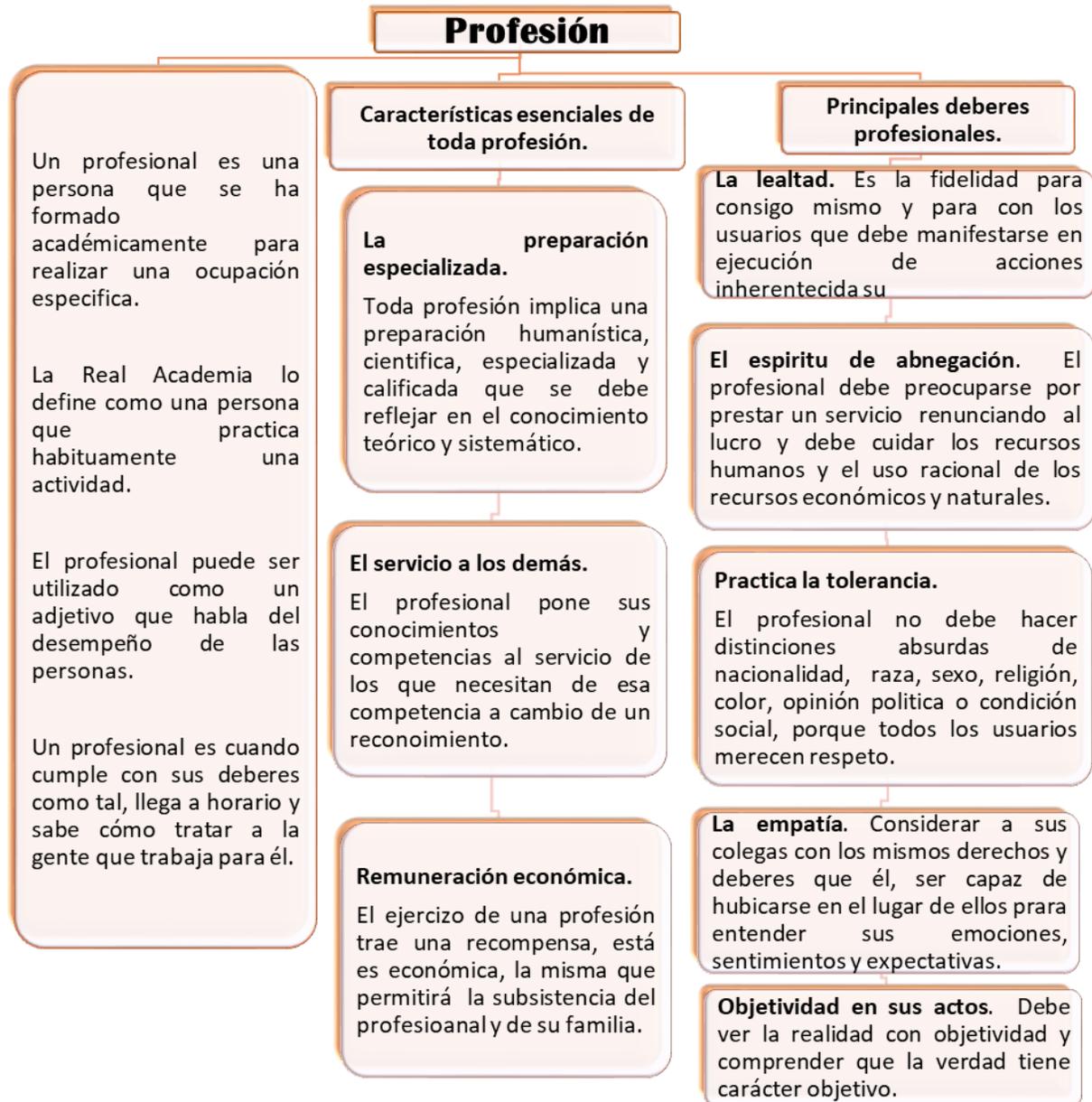
- PÚBLICAS:** Son el conjunto de IES con fondos federales o estatales pero gobernadas por sí mismas, la mayoría de ellas son autónomas. Estas instituciones, además de las funciones de docencia, realizan un amplio espectro de programas y proyectos de investigación (generación y aplicación innovadora del conocimiento), así como de extensión y difusión de la cultura.
- 
- PRIVADAS:** son instituciones con financiación privada, autónomas en su gestión y constituidas con personalidad jurídica. Los estudios impartidos requieren, del Reconocimiento de Validez Oficial de Estudios (RVOE) de la SEP o de los gobiernos de los Estados o, bien, estar incorporados a una Institución Educativa Pública facultada para ello. Su denominación puede ser de diferentes maneras: universidades, escuelas, tecnológicos, centros o institutos. Cada uno ofrece diferentes programas o niveles educativos. concluir los estudios, las Instituciones de Educación Superior extienden un reconocimiento al alumno autorizado por la ley respectiva, para el ejercicio de una actividad y profesión, en la vida económica de un país.

Títulos que ofrecen las Instituciones de Educación Superior:

El técnico superior (conocido también como profesional asociado), la licenciatura y el postgrado.

- El nivel técnico superior** es de carácter terminal y su objetivo es el de formar o adiestrar profesionistas técnicamente capacitados para el trabajo industrial con cierto grado de especialización en determinada área, en programas de estudio de 2 años de duración, pero que no alcanzan el nivel de licenciatura (Salgado Porcado, 2005).
- 
- Diplomados** no es un grado académico, sino más bien un curso sobre temas específicos. Su objetivo es actualizar los conocimientos y aprender nuevas técnicas en torno a determinadas disciplinas. Dependiendo el diplomado, por lo general no exigen contar con un título universitario. Dura entre 20 a 120 horas (UNIVERSIA, 2018).
 - Licenciatura** se cursa en instituciones tecnológicas, universitarias y de formación de maestros, es de carácter terminal y su misión es la de formar profesionistas en las diversas áreas del conocimiento con programas de estudios con duración de 4 años o más (Salgado Porcado, 2005).





Basado en *Imagen* (Monografías, 2010)



- **Estudios de posgrado** requieren de una licenciatura y se dividen en estudios de especialidad, maestría y doctorado. Este nivel de estudios forma profesionistas con un alto grado de especialización profesional en un área específica del conocimiento que se acreditan mediante un grado académico o un certificado de especialista. (Salgado Porcado, 2005).

Requieren de una licenciatura y se dividen en estudios de especialidad, maestría y doctorado.

- **Especialidad:** es un título académico de especialista en determinado campo de la profesión. Su objetivo es profundizar a nivel teórico, técnico y metodológico en un área de una disciplina profesional o de un campo de aplicación. Los horarios, por lo general, están diseñados para no interrumpir la jornada laboral. Son ideales para los recién egresados. Dura mínimo 360 horas (aproximadamente 1 a 1 año y medio) (UNIVERSIA, 2018)
- **Maestría.** También conocida como Máster o Magister, es un grado académico de posgrado. Para su titulación, se exige la presentación de un trabajo final o tesis. Su objetivo es la profundización teórica, tecnológica y profesional sobre determinada área. Es ideal para quienes buscan una actualización más profesional que académica. Dura mínimo 500 horas (entre 1 a 2 años) (UNIVERSIA, 2018).
- **Doctorado.** Es el tercer ciclo de estudios universitarios. Para acceder a estos estudios se requiere título de estudios de licenciatura o grado más un máster. Su objetivo es adquirir competencias de investigación que puedan impulsar el desarrollo de sus disciplinas. Están diseñados para quienes tienen un perfil más inclinado a la docencia y la investigación. Dura entre 3 a 6 años (UNIVERSIA, 2018).

Las maestrías son las formaciones de posgrado por la que más se inclinan los recién egresados, debido a que permiten mejorar competencias y enfocarse hacia una especialidad o ámbito profesional concreto (UNIVERSIA, 2018).

A continuación, se te presentan algunas alternativas respecto de la carrera académica, es necesario que las tomes en cuenta porque no todas las profesiones son licenciaturas. Por ejemplo, para ser astrónomo requiere obtener el doctorado en matemáticas o física. O bien, puedes estudiar alguna licenciatura, alguna área y posteriormente realizar una especialidad o maestría de otra área que complemente o enriquezca la primera.

Modalidades de la Educación Superior (Salgado Porcado, 2005):



La educación escolarizada. La modalidad de enseñanza escolarizada es la que tiene mayor cobertura, es de carácter presencial, es decir, los alumnos asisten a un aula de un plantel para cursar un programa de estudios previamente definido y con un calendario de actividades de carácter oficial.



No escolarizada o a distancia: Se enfoca a la enseñanza abierta o a distancia, es de tipo no presencial o en su caso parcialmente presencial este tipo de enseñanza funciona con el apoyo de asesores o tutores y tiene la cualidad de adaptarse a las propias necesidades de los usuarios de este método de enseñanza.



On line: es aquella en la que los docentes y estudiantes participan en un entorno digital a través de las nuevas tecnologías y de las redes de computadoras, haciendo uso intensivo de las facilidades que proporciona Internet y las tecnologías digitales (Wikipedia, 2016).



Extraclas

Investiguen las carreras que imparten las IES contenidas en el Directorio de Universidades **OED5_B1_DIRECTORIO DE UNIVERSIDADES** e identificar en que modalidad ofertan las carreras consultando las páginas Web de dichas instituciones. La información será presentada en un papelógrafo para exhibirlo en el grupo en la sesión 5.



SESIÓN 4

OED5_B1_LECTURA 4_LA EDUCACIÓN SUPERIOR

La educación superior puede ser universitaria, tecnológica y normal. este nivel de educación está integrado por varios rangos (Salgado Porcado, 2005):

Las instituciones de Educación Superior Publicas (SES, 2016):

- **Institutos Tecnológicos.** Son instituciones que constituyen el Tecnológico Nacional de México (TecNM). En 2014 se recrea la institución de educación superior tecnológica más grande del país, agrupando a 266 institutos tecnológicos, varios con 65 años de antigüedad.



- **Escuelas Normales Públicas.** Las Escuelas Normales se encargan de la formación de profesores de educación preescolar, primaria y secundaria. Labor que realiza a través de la red de normales a nivel nacional. Las Escuelas de Educación Normal Superior ofrecen, entre otros, programas de licenciatura en educación preescolar, primaria, primaria intercultural bilingüe, secundaria, especial, inicial, física y artística.



- **Universidades Públicas Federales.** Las instituciones que conforman este subsistema realizan, además de las funciones de docencia, un amplio espectro de programas y proyectos de investigación (generación y aplicación innovadora del conocimiento), y de extensión y difusión de la cultura.

- **Universidades Públicas Estatales.** Son instituciones de Educación Superior creadas por decreto de los congresos locales, bajo la figura jurídica de organismos públicos descentralizados. Estas instituciones estatales desarrollan las funciones de docencia, generación y aplicación

innovadora del conocimiento, así como de extensión y difusión de la cultura.

- **Universidades Públicas Estatales con apoyos solidarios.** Son instituciones creadas bajo la figura jurídica de organismos públicos descentralizados. Estas instituciones estatales desarrollan las funciones de docencia, generación y aplicación innovadora del conocimiento, así como de extensión y difusión de la cultura.



- **Universidades Tecnológicas.** Ofrecen a los estudiantes una formación intensiva que les permite incorporarse en corto tiempo (luego de dos años), al trabajo productivo o continuar estudios a nivel licenciatura en otras instituciones de Educación Superior. Actualmente hay 61 Universidades Tecnológicas, en 26 estados de la República. Quien estudia en estas instituciones tiene la posibilidad de obtener



el título de Técnico Superior Universitario o Licenciatura.

- **Universidades Politécnicas.** Son un proyecto educativo creado en 2001 para ofrecer carreras de ingeniería, licenciatura y estudios de posgrado al nivel de especialidad. Sus programas, son diseñados con base en el Modelo Educativo Basado en Competencias y se orientan en la investigación aplicada al desarrollo tecnológico.
- **Universidades Interculturales.** Su misión es promover la formación de profesionales comprometidos con el desarrollo económico, social y cultural, particularmente, de los pueblos indígenas del país y del mundo circundante.
- **Universidades Populares.**
- **Centros Públicos de Investigación.** Los Centros Públicos de Investigación están conformados por Centros Públicos de Investigación CONACYT, Centros de Investigación del IPN, así como de los Estados de Tamaulipas, Jalisco y Chihuahua respectivamente y de la UNAM y tienen como objetivos principales: divulgar en la sociedad la ciencia y tecnología; innovar en la generación, desarrollo, asimilación y aplicación del conocimiento de ciencia y tecnología; vincular la ciencia y tecnología en la sociedad y el sector productivo para atender problemas, y crear y desarrollar mecanismos e incentivos que propicien la contribución del sector privado en el desarrollo científico y tecnológico, entre otros.
- **Educación en Biblioteconomía y Archivonomía.** Están dirigidos a preparar profesionales que tengan facilidad y gusto por la evaluación, conservación, difusión y descripción de documentos y libros en su formato original, como así también digitalizados, está vinculado al trabajo con escritos históricos, archivos de instituciones públicas y privadas, restauración de documentos y diferentes actividades llevadas a cabo en todo tipo de bibliotecas, entre otros (UniversidadesdeMéxico, 2019).
- **Educación Militar y Naval.** Los establecimientos de Educación Militar, tendrán por objeto la educación profesional de los miembros del Ejército y Fuerza Aérea, para la integración de sus cuadros, e inculcarles la conciencia de servicio y amor a la Patria. Este sistema es dirigido y accionado por la Secretaría de la Defensa Nacional a través de la Dirección General de Educación Militar y Rectoría de la Universidad del Ejército y Fuerza Aérea. La Heroica Escuela Naval Militar es un establecimiento de Educación Superior, cuya misión es la formación de oficiales para la Armada de México, con los conocimientos y doctrinas inherentes a la profesión naval militar. La formación académica es integral. La currícula contempla asignaturas tanto del área de las ciencias físicas y matemáticas como de las áreas de humanística, económica, administrativa y militar (NAVAL MILITAR, 2016).
- **Educación en Materia Judicial, de Seguridad e Impartición de la Justicia.**
- **Educación en Bellas Artes.**
- **Educación en Antropología e Historia.**



▪ Educación en Deportes

Tipos de instituciones de Educación Superior por su especialización en la formación académica.

Academia: Institución de tipo superior (generalmente micro o pequeña), dedicada a un entrenamiento artístico, técnico o profesional específico. Estas instituciones se concentran sobre todo en estudios de nivel licenciatura y generalmente no ofrecen estudios de posgrado o es muy limitada su oferta.

Colegio: Institución del tipo superior (generalmente micro o pequeña), dedicada a un entrenamiento profesional específico. Estas instituciones se concentran normalmente en estudios de posgrado. La oferta de estudios de licenciatura no existe o es muy limitada.

Escuela: Institución del tipo superior (generalmente micro o pequeña), caracterizada por la agrupación de profesores y alumnos de una misma enseñanza, que normalmente comparten ideologías, principios o doctrinas comunes. Se trata de instituciones altamente especializadas en una profesión o área determinada. Además, normalmente estas instituciones defienden determinados valores profesionales. ES

Centro de Estudios Superiores: Institución educativa del tipo superior (generalmente mediana, grande o macro), que imparte enseñanzas de diversas áreas del conocimiento, en todos los niveles educativos del tipo superior, sin focalizar necesariamente sus esfuerzos en una profesión o área de estudios determinados.

Centro de Investigación: Institución dedicada principalmente al desarrollo científico y/o tecnológico que, como parte de sus servicios, ofrece también planes y programas de estudio especializados, sobre todo de nivel posgrado. La institución puede ser micro, pequeña, mediana, grande o macro.



Conservatorio: Institución del tipo superior, dedicada a entrenamientos artísticos diversos, pero altamente especializados. Estas instituciones normalmente imparten estudios de los diversos niveles educativos del tipo superior, esto es, no sólo imparten estudios de licenciatura, sino también estudios de posgrado. La institución puede ser micro, pequeña, mediana, grande o macro.

Instituto Educativo: Institución educativa del tipo superior (generalmente mediana, grande o macro), que, si bien puede impartir enseñanzas diversas y distintos niveles educativos, focaliza principalmente sus esfuerzos en una profesión o área de estudios determinada (pero no del rubro tecnológico). En estas instituciones, no necesariamente se comparten ideologías, principios o doctrinas comunes.

Instituto Tecnológico: Institución educativa del tipo superior (micro, pequeña, mediana, grande o macro), que, si bien puede impartir enseñanzas diversas y distintos niveles educativos, focaliza principalmente sus



esfuerzos en áreas afines a las tecnologías. Estas instituciones, sin ser propiamente universidades, realizan generalmente algunas actividades de investigación o desarrollo tecnológico.



Universidad: Institución educativa del tipo superior (generalmente grande o macro) que comprende diversas facultades y que puede agrupar colegios, institutos, departamentos, centros de investigación, escuelas profesionales, etc. Se trata de instituciones que ofrecen por lo menos cinco planes de estudios de licenciatura, o posgrado, en tres distintas áreas del conocimiento, una de las cuales debe ser necesariamente del área de humanidades. Son instituciones con una

oferta de estudios altamente diversificada y que necesariamente ofrecen estudios de cuando menos los niveles de licenciatura, especialidad, maestría y doctorado, además de normalmente ofrecer servicios educativos complementarios de actualización, capacitación, formación continua y superación profesional. Son instituciones que no sólo imparten, sino que también generan conocimientos y, por tanto, de manera invariable realizan actividades de investigación y/o de desarrollo científico y tecnológico. Se trata de instituciones que invariablemente cuentan con modelos internos de 11 aseguramiento de la calidad y que, además, someten de manera periódica su oferta educativa a la evaluación externa. Generalmente, estas instituciones también cuentan con centros de estudio de nivel bachillerato orientados a formar a parte de sus futuros alumnos del nivel superior, acorde a ciertos estándares académicos.

Centro de Extensión Universitaria: Institución educativa del tipo superior que, formando parte de una Universidad, opera como un campus o sede ofreciendo sólo algunos planes educativos y/o servicios a estudiantes. La institución, si bien conserva la identidad y calidad de la Universidad de que depende, no necesariamente reúne todos los elementos necesarios para ser considerada por sí misma Universidad.

Escuela de Gobierno: Institución del tipo superior, creada por un Poder, Dependencia u Organismo del Estado, para formar servidores públicos altamente especializados en un área o sector determinados. Destacan las Escuelas de Administración Pública a que se refiere el artículo 123, apartado B, fracción VII de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos.





TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

OED5_B1_Actividad 4_REFLEXIONAR SOBRE LO APRENDIDO

Instrucciones: Lee los siguientes casos y responde las preguntas con base en las lecturas anteriores.

1. Armando quiere estudiar la Educación Superior, pero aún no se decide si se inscribe en la universidad pública del estado o en una privada. Por su reciente contratación en una empresa, en donde trabajará tiempo completo descansando solo los domingos, desea una opción que sea breve y le forme para el trabajo en un área afín al puesto que desempeñará en la empresa.

¿Qué es lo primero que debe verificar si elige estudiar en una universidad privada?

¿Cuál es el grado académico que más se adapta a sus necesidades actuales?

¿Qué modalidades de estudio sería más probable le permita estudiar y trabajar al mismo tiempo?

2. Susana ha manifestado que desea estudiar una maestría, dice que desde pequeña le ha fascinado la idea de convivir y desempeñarse como docente de preescolar.

Tomando en cuenta al grado académico deseado ¿Cuántos años de estudio después de la Educación Media Superior necesita aproximadamente para obtener la maestría?

En relación con los intereses de Susana ¿Qué Institución de Educación Superior Pública le ofrece la formación específica deseada?



SESIÓN 5

OED5_B1_ACTIVIDAD 5_DIRECTORIO DE UNIVERSIDADES

INSTRUCCIONES: En equipo de trabajo colaborativo consulta los sitios web de cada universidad y en la columna de la derecha anota la oferta educativa.

| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de los Ríos (ITSR) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) km. 3 Carr. Balancán-Villahermosa CP 86930, Balancán, Tabasco Tels.: (934) 344 90 00 ext. 2030, 2031 difusionitsr@hotmail.com https://rios.tecnm.mx/index.php/ofertas-educativas https://rios.tecnm.mx/</p> | |
|  | <p>Escuela Normal Urbana de Balancán Gobierno Federal/Secretaría de Educación de Tabasco Periférico Pte. s/n Col. Las Flores Balancán CP 86930, Balancán, Tabasco Tels.: (934) 344 04 77, 344 11 88, 344 11 11 marisoldelcrmentejero@gmail.com</p> | |
|  | <p>Colegio de Postgraduados (ColPos), Campus Tabasco Gobierno Federal/Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (SADER) Perif. Carlos A. Molina s/n, Carr. Cárdenas-Huimanguillo Km 3.5 CP 86500, Cárdenas, Tabasco Tels.: (937) 372 23 86, 372 22 97, 372 22 75 ext. 5000, 5001 contacto@colpos.mx dirct@colpos.mx https://www.colpos.mx/wb/index.php/campus-tabasco</p> | |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de la Región Sierra SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Carr. Teapa-Tacotalpa Km 4.5 Col. Francisco Javier Mina CP 86801, Teapa, Tabasco Tels.: (932) 324 06 50 regionsierra@itss.edu.mx http://www.itss.edu.mx/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad de Negocios de Tabasco (UNET), Campus Cárdenas Universidad de Negocios de Tabasco, A.C. Av. El Jibarito 2 Col. Puerto Rico CP 86540, Cárdenas, Tabasco Tels.: (937) 322 51 37, 322 64 88, 322 54 34 coordinacion-academica@unet.edu.mx https://www.unet.edu.mx/oferta-educativa/licenciaturas-e-ingenierias/</p> | |
|  | <p>: Universidad Mundo Maya (UMMA), Campus Cárdenas Universidad Mundo Maya, A.C Av. El Jibarito 70 Col. Puerto Rico CP 86500, Cárdenas, Tabasco Tels.: (937) 322 55 89, 372 98 58 ricardopalomeque@umma.com.mx http://www.umma.com.mx/ummaWeb/umma/C%C3%A1RDENAS/nivel-LICENCIATURA</p> | |
|  | <p>Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET), Unidad Académica Villa Vicente Guerrero Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET) Mariano Matamoros s/n CP 86761, Centla, Tabasco Tels.: (993) 383 07 13 asistenteuiet@hotmail.com http://www.uiet.edu.mx/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad Popular de la Chontalpa (UPCH) Gobierno del Estado Carr. Cárdenas-Huimanguillo Km 2.0 Ranchería Paso y Playa CP 86529, Cárdenas, Tabasco Tels.: (937) 372 70 50, 01 800 728 87 24 contacto@upch.mx https://upch.mx/</p> | |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de Centla (ITS) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Ejido s/n Col. Siglo XXI CP 86751, Centla, Tabasco Tels.: (913) 332 13 81, 332 13 83, 332 13 94, 332 18 47 ext. 101,102 direccion@itscentla.edu.mx http://www.centla.tecnm.mx/</p> | |
|  | <p>Universidad Dunamis Universidad Dunamis, A.C. Malecón Carlos A. Madrazo 677 edif. CANACO 2do. piso esq. G. Méndez Centro CP 86000, Centro, Tabasco Tels.: (993) 314 20 14, 314 03 03 universidad_dunamis@hotmail.com https://universidaddunamis.edu.mx/oferta-educativa/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad Olmeca Carr. Villahermosa-Macuspana Km 14 Poblado Dos Montes CP 86280, Centro, Tabasco Tels.: (993) 187 97 20, 187 97 00 ext. 3111 contacto@olmeca.edu.mx https://www.olmeca.edu.mx/sistema-escolarizado</p> | |
|  | <p>Universidad Pedagógica Nacional (UPN) 271 Villahermosa Universidad Pedagógica Nacional (UPN) Río Usumacinta 112 Col. Casa Blanca CP 86060, Centro, Tabasco Tels.: (993) 312 42 60 upn_271@hotmail.com https://www.upntabasco.edu.mx/index.php</p> | |
|  | <p>Escuela Normal Primaria Rosario María Gutiérrez Eskildsen Secretaría de Educación de Tabasco Cda. Ignacio Gutiérrez s/n Gil y Sáenz, 3ra del Águila, Centro CP 86080, Centro, Tabasco Tels.: (993) 315 28 00 normalprimaria2013@gmail.com https://www.normaleskildsen.edu.mx/primaria/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad Interamericana para el Desarrollo (UNID), Campus Villahermosa Universidad Interamericana para el Desarrollo (UNID) Reforma 100 esq. Av. Gregorio Méndez Magaña Col. Atasta CP 86100, Centro, Tabasco Tels.: (993) 161 60 60, 161 60 62 villahermosa@unid.mx https://www.unid.edu.mx/</p> | |
|  | <p>Instituto de Ciencias y Estudios Superiores de Tabasco (ICES) Campus Villahermosa Urbano Castañeda No. 102, esq. Con carretera Principal Sabina s/n Col. Sabina, CP 86153, Centro, Tabasco Tels.: (993) 316 43 38, 139 47 64 e-mail: contacto.villahi@cestabasco.edu.mx dirección.villahi@cestabasco.edu.mx villahermosa@icest.edu.mx https://www.icestabasco.edu.mx/tabascoa/cerca/</p> | |
|  | <p>El Colegio de la Frontera Sur (ECOSUR), Unidad Villahermosa Gobierno del estado de Chiapas/Centro de Investigaciones Ecológicas del Sureste (CIES) Carr. Villahermosa-Reforma Km. 15.5 s/n Ranchería Guineo 2a. Sección, Apdo. Postal 1042 CP 86280, Centro, Tabasco Tels.: (993) 313 61 10 ext. 3200 contacto@ecosur.mx https://www.ecosur.mx/</p> | |



Directorio de Universidades

| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|---|--|------------------|
|  | <p>Universidad del Valle de México (UVM), Campus Villahermosa Universidad del Valle de México, S.C. Av. México 101, antes 703 Fracc. Guadalupe Centro CP 86180, Centro, Tabasco Tels.: (993) 358 01 20 eleanneth.garcia@uvmnet.edu, iamartinez@uvmnet.edu mmendozap@uvmnet.edu.mx https://uvm.mx/la-uvm/campus/villahermosa</p> | |





TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  <p>Universidad Autónoma de Guadalajara</p> | <p>Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG), Campus Tabasco Universidad Autónoma de Guadalajara (UAG) Prol. de Paseo Usumacinta km 3.5 Fracc. El Country CP 86039, Centro, Tabasco Tels.: (993) 310 51 70 ext. 61012 fclaramontec@uagtabasco.edu.mx http://tabasco.uag.mx/#services</p> | |
|  | <p>Instituto Tecnológico de la Construcción (ITC), Delegación Tabasco Cámara Mexicana de la Industria de la Construcción/Instituto Tecnológico de la Construcción, A.C. Centro Municipal 106, avenida Los Ríos, Col. Tabasco 2000 CP 86035, Centro, Tabasco Tels.: (993) 315 07 07, 310 93 00 al 10 itctab.direccion@gmail.com https://itc-ac.edu.mx/licenciaturas/</p> | |
|  | <p>Universidad de Sotavento (US), Campus Villahermosa Universidad de Sotavento, A.C. Priv. de Golondrinas 130 Col. José Ma. Pino Suárez CP 86029, Centro, Tabasco Tels.: (923) 357 07 49 villahermosa_sotavento@hotmail.com http://us.edu.mx/web/villahermosa/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|---|--|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Escuela Normal de Educación Especial Graciela Pintado de Madrazo Gobierno del Estado/Secretaría de Educación de Tabasco Tenochtitlán s/n Col. El Recreo CP 86020, Centro, Tabasco Tels.: (993) 357 14 15 eneegpm13@hotmail.com escuela.gracielapintadodemadrazo@correo.s-etab.gob.mx</p> | <ul style="list-style-type: none"> |
|  | <p>Centro de Actualización del Magisterio (CAM) Gobierno del Estado/Secretaría de Educación de Tabasco Eusebio Castillo 1107 Centro CP 86000, Centro, Tabasco Tels.: (993) 314 04 83, 312 76 35 Fax 314 04 83 posgradocam2002@hotmail.com</p> | |
|  | <p>Universidad IEU, Campus Villahermosa Instituto de Estudios Universitarios, S.C. Av. Campo Giraldas s/n esq. Campo Cactus Fracc. Carrizal CP 86038, Centro, Tabasco Tels.: (993) 316 82 79 WhatsApp 9932122502 villahermosa@ieu.edu.mx https://ieu.edu.mx/campus/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Instituto Tecnológico de Villahermosa (ITVH) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Car. Villahermosa-Frontera Km. 3.5 Cd. Industrial CP 86010, Centro, Tabasco Tels.: (993) 353 02 59 ext. 101 director.itvillahermosa@gmail.com admissionitc@itc-ac.edu.mx http://villahermosa.tecnm.mx/</p> | |
|  | <p>Instituto de Estudios Superiores (ISIMA), Plantel Villahermosa Grupo ISIMA, S.C. Lamberto Castellanos Rivera 226 2do piso Col. Arboledas CP 86000, Centro, Tabasco Tels.: (993) 312 18 26 isimavillahermosa@hotmail.com https://www.isima.com.mx/gastronomia.htm !</p> | |
|  | <p>Escuela Normal de Educación Física Pablo García Ávalos Gobierno del Estado/Secretaría de Educación de Tabasco Circuito Deportivo s/n Col. Atasta de Serra CP 86100, Centro, Tabasco Tels.: (993) 315 05 88 matigoque68@hotmail.com http://sic.gob.mx/ficha.php?table=universida d&table_id=1804</p> | |
|  | <p>Instituto de Educación Superior del Magisterio en Tabasco. Sede Nacajuca: Ave. La plaza, Col. 17 de julio frente al deportivo 17 de julio, Municipio de Nacajuca, Tabasco. Correo: isamatab@correo.setab.gob.mx Sede Centro: Calle Eusebio Castillo no. 1107, Col Centro, Villahermosa, Tabasco. Tel 9933127635 correo isamatab@correo.setab.gob.mx</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  <p>Universidad Mundo Maya <i>Principio de Strambuco</i></p> | <p>Universidad Mundo Maya (UMMA), Campus Villahermosa Universidad Mundo Maya, A.C. Carr. Villahermosa-Buenavista km 4.5 Col. Miguel Hidalgo CP 86126, Centro, Tabasco Tels.: (993) 350 30 37 al 39 ext. 113, 01 800 83 28 346 garciarosendo@umma.com.mx http://www.umma.com.mx/ummaWeb/umma/VILLAHERMOSA/nivel-LICENCIATURA</p> | |
|  <p>UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DEL CENTRO UPC</p> | <p>Universidad Politécnica del Centro (UPC) SEP/Secretaría de Educación Superior/Coordinación General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas (CGUTyP) Carr. Federal Villahermosa-Teapa Km 22.5 Col. Tumbulushal Centro CP 86290, Centro, Tabasco unipol06@hotmail.com Tels.: (993) 312 58 93, 312 18 93 ext. 24 informes@updc.edu.mx; rectoria@updc.edu.mx https://www.updc.edu.mx/v1/</p> | |
|  <p>UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DEL GOLFO DE MÉXICO UPG</p> | <p>Universidad Politécnica del Golfo de México en Paraíso Tabasco. Carretera Federal Malpaso- El Bellote km.171/ Monte Adentro C.P. 86600, Paraíso, Tabasco, México. Tel. 933 333 2654 ext. 115 E-MAIL. contacto@updelgolfo.mx informes@upgm.edu.mx eddy_aga@hotmail.com</p> | |

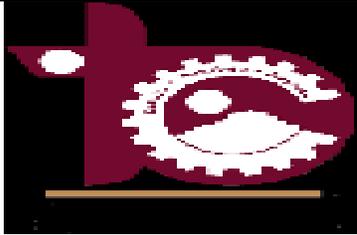


| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad Valle del Grijalva (UVG), Campus Tabasco Universidad Valle del Grijalva Zona Norte, S.C. Carr. Villahermosa a Teapa Km 0+300 Fracc. El Amate CP 86090, Centro, Tabasco Tels.: (993) 139 90 73, 217 89 99 direccion.academica@uvg.edu.mx https://www.aliatuniversidades.com.mx/uv-g/campus/villahermosa</p> | |
|  | <p>Instituto de Administración Pública del Estado de Tabasco Instituto de Administración Pública del Estado de Tabasco, A. C. Blvd. Adolfo Ruiz Cortines esq. Av. de Las Américas s/n local G-3 planta alta, Plaza City Center Service Col. Atasta CP 86100, Centro, Tabasco Tels.: (993) 314 11 77, 316 07 80 presidencia@iaptabasco.org.mx posgrados@iaptabasco.org.mx https://iaptabasco.org.mx/</p> | |
|  | <p>Universidad TecMilenio, Campus Villahermosa Enseñanza e Investigación Superior, A.C. José Mariscal s/n Col. José María Pino Suárez CP 86029, Centro, Tabasco Tels.: (993) 313 60 20 informes@tecmlenio.edu https://tecmlenioenlinea.mx/s/tecmlenio-informacion?gclid=EAlaIqobChMI_aHxvWs8AIVMiGtBh2EygkKEAAYASAAEgIIFd_BwE</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Universidad Los Ángeles Campus Comalcalco Carretera a Chichicapa No. 526 Ejido Santo Domingo. Comalcalco, Tab. Tel 01 933 3 37</p> <p>Una extensión Calle Lerdo de Tejada no. 421 Col. Centro Comalcalco 0109333 34 03 26 01 933 3 37 61 https://uatabasco.com.mx/</p> | |
|  | <p>Instituto de Educación Superior Alfa y Omega SEP Av. 27 de febrero 1804 Col. Atasta CP 86100, Centro, Tabasco Tels.: (993) 315 34 29, 315 28 96, 315 89 58, 315 03 16 iesao@prodigy.net.mx https://unialfayomega.com/</p> | |
|  | <p>[Universidad Tecnológica de Tabasco (UTTAB) SEP/Secretaría de Educación Superior/Coordinación General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas (CGUTyP) Carr. Villahermosa-Teapa Km. 14.6 Fracc. Parrilla II CP 86288, Centro, Tabasco Tels.: (993) 358 22 22 ext. 9002 buzonrectoria@uttab.edu.mx https://www.uttab.edu.mx/</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Instituto Tecnológico de la Zona Olmeca Gobierno del Estado Carretera a Frontera Km. 17.5 Prolongación. Ignacio Zaragoza s/n Villa Ocuilzapotlan CP 86250, Centro, Tabasco Tels.: (993) 321 06 08 Fax 321 06 08 https://zolmeca.tecnm.mx/</p> | |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de Comalcalco (ITS) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Carr. Vecinal Comalcalco-Paraiso Km. 2 Rancho Occidente. 3ra. Sección CP 86651, Comalcalco, Tabasco Tels.: (933) 334 90 90 Fax 334 01 24 tec@itsc.edu.mx http://www.itsc.edu.mx/index.php/oferta-educativa</p> | |
|  | <p>[Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET), Unidad Academia Villa Tamulté de las Sábanas Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET) Lázaro Cárdenas s/n CP 86250, Centro, Tabasco Tels.: (993) 324 77 69 asistenteuiet@hotmail.com http://www.uiet.edu.mx/</p> | |
|  | <p>Universidad Tecnológica del Usumacinta (UT) SEP/Secretaría de Educación Superior/Coordinación General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas (CGUTyP) Libramiento Glorieta Emiliano Zapata Tenosique s/n, Col. Las Lomas CP 86980, Emiliano Zapata, Tabasco Tels.: (934) 343 56 90 Fax 343 56 90 utrectoria@hotmail.com http://www.utusumacinta.edu.mx/ofer.htm !</p> | |





"Educación que genera cambio"

| | | |
|---|--|---|
|  | <p>Instituto Universitario Metropolitano de Villahermosa Ranchería Boquerón 2da. Sección Km.11.5 86296 Villahermosa, México Julio161916@hotmail.com https://datamexico.org/es/profile/institution/instituto-universitario-metropolitano-de-villahermosa</p> | |
|  | <p>Universidad Politécnica Mesoamericana (UPM) SEP/Secretaría de Educación Superior/Coordinación General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas (CGUTyP) Carr. Tenosique-El Ceibo Km 43.5 Col. Sueños de Oro CP 86906, Tenosique, Tabasco Tels.: (934) 342 46 71, 342 45 74, 342 45 74 ext. 501 rectoria@utusumacinta.edu.mx http://upm.edu.mx/w3/oferta-educativa/</p> | • |
| | <p>ludmi.Villahermosa@gmail.com Lic. Julio Adrián Tel:9932316028</p> | |
|  | <p>Centro estatal de prevención social del delito y participación ciudadana prevenciondeldelito@tabasco.gob.mx tel:(993) 358 1200 ext. 2512</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|--|---|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Colegio Montecristo Colegio Montecristo, A.C. Calle 2 de abril 37 Centro CP 86981, Emiliano Zapata, Tabasco Tels.: (934) 343 07 49 admoncmontecristo@hotmail.com https://www.facebook.com/Colegio-Montecristo-SC-163277967700743/</p> | |
|  | <p>Escuela Normal Justo Sierra Méndez de Huimanguillo Particular Benito Juárez 66 Centro CP 86400, Huimanguillo, Tabasco Tels.: (917) 375 02 92 Fax 375 02 92 jsm951@hotmail.com https://www.cejsm.education/?utm_source=gmb&utm_medium=referral</p> | |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de Villa La Venta (ITSLV) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Cto. Tecnológico 1 Col. El Cuatro CP 86419, Huimanguillo, Tabasco Tels.: (923) 323 20 00 ext. 101 dir_dvillaventa@itslv.edu.mx http://sic.gob.mx/ficha.php?table=universidad&table_id=1895</p> | |
| <p>UNADEM MEXICO</p>  | <p>Av. Universidad 1200. Piso 1 Cuadrante 1-21. Col. Xoco, Alcaldía Benito Juárez, C.P. 03330. Ciudad de México. Teléfonos 36002511 - 36002500 Horario de atención: de 9:00 a 18:00 horas. https://www.unadmexico.mx/licenciaturatsu/ofertaeducativa#</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|---|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  | <p>Instituto Tecnológico Superior de Macuspana (ITSM) SEP/Tecnológico Nacional de México (TecNM) Av. Tecnológico s/n Col. Lerdo de Tejada 1a. secc. CP 86719, Macuspana, Tabasco Tels.: (936) 362 33 30, 362 33 23 ext. 102 direccion@itsmacuspana.edu.mx https://macuspana.tecnm.mx/</p> | |
|  | <p>Universidad Politécnica del Golfo de México (UPGM) SEP/Secretaría de Educación Superior/Coordinación General de Universidades Tecnológicas y Politécnicas (CGUTyP) Carretera Fed. Malpaso-El Bellote Km. 171, Col. Monte Adentro CP 86600, Paraíso, Tabasco Tels.: (933) 333 26 54 ext. 115 informes@upgm.edu.mx eddy_aga@hotmail.com http://www.updelgolfo.mx/upgm/</p> | |
|  | <p>Universidad de Negocios de Tabasco (UNET), Campus Paraíso Universidad de Negocios de Tabasco, A.C. Manuel R. Domínguez 433 Col. La Ceiba CP 86607, Paraíso, Tabasco Tels.: (933) 333 01 71 coordinacion-academica@unet.edu.mx https://www.unet.edu.mx/</p> | |
|  | <p>Carretera Federal Villahermosa - Teapa km. 1 Col. Plutarco Elías Calles. Tel. (993) 1 39 90. 42 / 72 / 08 https://www.iupsureste.mx/oferta-educativa-1</p> | |



| Directorio de Universidades | | |
|--|--|------------------|
| Logotipo | Dirección | OFERTA EDUCATIVA |
|  <p>UNIVERSIDAD INTERCULTURAL DEL ESTADO DE TABASCO</p> | Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET), Unidad Academia Sede Universidad Intercultural del Estado de Tabasco (UIET) Carretera Oxolotán-Tacotalpa Km 1 s/n CP 86890, Tacotalpa, Tabasco Tels.: (932) 342 40 00 asistenteuiet@hotmail.com https://uiet.edu.mx/ | |

Extraclas

Elige 1 o 2 carreras de tu interés del Directorio de IES e integra la información correspondiente en el formato del profesiograma.



SESIÓN 6

OED5_B1_LECTURA 5_ OFERTA EDUCATIVA



Demanda y oferta de ingreso a las instituciones de educación superior.

La elección de carrera tiene efectos en todos los ámbitos de la vida futura, por ello es importante identificar:

Estos aspectos conducen a mejores perspectivas profesionales. En este apartado nos enfocaremos a la demanda y oferta de ingreso al nivel superior. Se sabe que en la actualidad nuestro país cuenta con mayor número de personas educadas y capacitadas en toda su historia. Sin embargo, al mismo tiempo, los índices de subempleo y desempleo también han crecido de modo considerable. Las estadísticas señalan que, desde 1960, el número de estudiantes que egresan de las distintas universidades ha excedido al número de profesionales que ha logrado colocarse en un empleo, por lo que más de tres egresados competirán por éste. Además, ese tipo de estadísticas varía incluso mes con mes. El INEGI (Instituto Nacional de Estadística, Geografía e informática) recopila y publica la información estadística de coyuntura, aquí revisaremos algunos datos estadísticos respecto al empleo y el desempleo, pero tú deberás ingresar al sitio web del INEGI <https://www.inegi.org.mx/default.html> y <https://www.forbes.com.mx/economia-desempleo-en-mexico-cae-en-septiembre-datos-inegi/>

NUEVAS CARRERAS (Aguirre, 2020)



Existen carreras distintas y no tan saturadas que prometen un desarrollo profesional próspero. Es cosa de buscar.

El Instituto Politécnico Nacional ofrece el programa de Ingeniería Biónica, en el que podrás diseñar, desarrollar y producir dispositivos artificiales que posean un comportamiento y desempeño morfológico y/o funcional semejante al de órganos o sistemas biológicos.

La Universidad Iberoamericana presentó este año la carrera de Diseño de Indumentaria y

Moda, cuyo objetivo es formar profesionales que respondan a las necesidades de la industria del vestido en México tomando en cuenta no sólo la mercadotecnia y la tecnología, sino la sustentabilidad, la historia y cultura de nuestro país.

Por ejemplo: la licenciatura en Ciencias Genómicas de la UNAM tiene campo laboral en las áreas de medicina, veterinaria e, incluso, antropología, pues engloba las disciplinas de Biología Molecular, Bioquímica, Estadística, Matemáticas y Ciencias Computacionales. Ésta permite comprender, en pocas palabras, el proceso de la vida y la evolución humana y cómo éste presenta discusiones ético-sociales cuando se habla, por ejemplo, de la clonación.

En la UNAM también puedes estudiar Nanotecnología, la cual conjuntas ciencias como la Física, la Biología, la Química, la Ingeniería y las Ciencias Sociales para entender, manipular y explotar las características físicas de la materia a la nanoescala, y generar innovaciones tecnológicas teniendo en



consideración su impacto social y ambiental. Ésta se encuentra en el Centro de Nanociencias y Nanotecnología de Ensenada.

Opciones nuevas:

- Tecnológico de Monterrey. Creó la licenciatura en *Emprendimiento Cultural y Social*.
- UNAM. Presentó la carrera de *ciencias Materiales Sustentables, Geociencias y Literatura Intercultural*.
- UVM. *Comercio y Logística Internacionales, Administración Pública y Seguridad Pública*.
- Justo Sierra. Estrenó *Ingeniería Automotriz y la licenciatura en Criminología y Criminalística*.
- Universidad Nacional de Aeronáutica de Querétaro. Las carreras están enfocadas a esta industria que en 2011 tuvo un crecimiento de 32.8% y cada año se incrementa en casi 19%.
- UAM. Estrenó sus *licenciaturas en Recursos Hídricos, Arte y Comunicación Digitales, Estudios Socioterritoriales y Políticas Públicas*.

Estudiar una carrera profesional, te brinda la posibilidad de realizar tu vocación a través del desempeño de actividades remuneradas que te permitan acceder a un estilo de vida.

Por ello, conocer la oferta y la demanda que presenta la profesión de tu interés, en los diferentes sectores productivos de tu comunidad, región o estado, es un aspecto muy importante que debes conocer.

En tus manos tienes diferentes recursos que pueden ayudarte en esa búsqueda:



[Portal del Empleo](http://www.empleo.gob.mx)

<https://www.empleo.gob.mx>

Portal del empleo (Federal, 2022): En él se dan a conocer todos los puestos y profesiones que están buscando los empleadores a nivel nacional, además de capacitación para el trabajo, las carreras mejor pagadas, etc., todo lo relacionado con el tema, fue creado por el gobierno federal y está disponible en internet.



<https://www.observatoriolaboral.gob.mx/#/>
Observatorio laboral (FEDERAL, 2022): te brinda información confiable, oportuna y actualizada sobre las tendencias del mercado de trabajo profesional en México, a nivel nacional y por estados, que te permitirán conocer qué áreas profesionales y en qué regiones, tienen actualmente mejores oportunidades de empleo las diferentes profesiones.



En este link descubre: **¿cuáles son las nuevas licenciaturas que se estrenaron en el país durante el 2022, y cuáles vendrán este año para hacerle frente a las urgencias nacionales y las tendencias laborales globales:**

<https://mba.americaeconomia.com/articulos/notas/15-carreras-profesionales-del-futuro-laboral-que-ya-se-ofrecen-en-mexico>

Periódicos Oficial (Tabasco, 2022): Tiene una sección destinada a presentar empleos que se están requiriendo en la región. <https://tabasco.gob.mx/PeriodicoOficial>



**GUÍA
UNIVERSITARIA**

Revistas GUIA UNIVERSITARIA (Digert, 2022)- encontrarás información y orientación a la elección y decisión profesional.

<https://mextudia.com/rankings/100-universidades-de-mexico-readers-digest/>



Instituto Mexicano para la competitividad (IMCO, IMCO, 2022) Ofrece información relevante en las áreas profesionales, es una herramienta que muestra las consecuencias económicas de escoger una carrera en la que, entre otros datos, se asegura que un profesionista promedio gana casi el doble que una persona que sólo terminó la preparatoria. El estudio del IMCO también considera Rankin laborales en los que se definen las profesiones mejor pagadas y la peor pagadas en México, así como las más populares y la menos demandas.

Puedes encontrar el top 10 de las carreras, esto te puede servir para elegir mejor: sigue la liga: <http://imco.org.mx/comparacarreras/las-10-mas>

Compara carreras: <http://imco.org.mx/comparacarreras/>

Extraclas

Revisa esta lectura para conocer las becas que ofrecen fundaciones de apoyo a la Educación Superior

FUNDACIONES DE APOYO A LA EDUCACIÓN

Estudiar puede convertirse en un reto para muchos individuos, no sólo por la dificultad intrínseca, relacionada con la absorción de conocimientos, sino que es posible que el estudiante se enfrente con otros conflictos que provengan de su ambiente y que afecten su rendimiento académico y el deseo de estudiar. Uno de los problemas a los que debe enfrentarse el alumno que desee continuar su formación a nivel profesional es el aspecto económico; por lo que no es de extrañar que muchos mexicanos requieran de una **ayuda** para poder seguir en el sistema educativo.

El estudiante mexicano que desee **solicitar una beca** ya sea porque proviene de un hogar de bajos recursos económicos y necesita de algún apoyo económico para poder continuar sus estudios; o bien porque posee un rendimiento académico extraordinario, puede dirigirse a diversos entes de carácter estatal que pueden ofrecerle diversas ayudas económicas, según su nivel de estudios o necesidades específicas; sin embargo, existen muchas instituciones privadas que también ofrecen aportes a estudiantes. Algunas **fundaciones en México que ofrecen becas** son:

Becas para Universitarios y Posgrados (Mextudia, 2020) Mextudia, 2022

Becas Institucionales <https://mextudia.com/becas/>

- **Beca Indígena.** <https://mextudia.com/becas/indigena/>
- **Beca Líderes del mañana.** <https://mextudia.com/becas/lideres-del-manana/>
- **Beca Probemex.** <https://mextudia.com/becas/probemex/>
- **Beca Telmex.**
- **Becas AMLO.** <https://mextudia.com/becas/telmex/>



- El banco Banamex.. <https://mextudia.com/becas/banamex/>
- Becas Bancomer. <https://mextudia.com/becas/banamex/>
- Becas CONACYT. https://conacyt.mx/becas_posgrados/
- Becas Conafe. <https://mextudia.com/becas/conafe/>
- Becas de Movilidad Internacional. <https://mextudia.com/becas/movilidad-internacional/>
- Becas Educafin.. <https://mextudia.com/becas/educafin/>
- Becas Erasmus Mundus. <https://mextudia.com/becas/erasmus-mundus/>
- Becas Esposos Rodríguez. <https://mextudia.com/becas/esposos-rodriguez/>
- Becas Fulbright. https://www.comexus.org.mx/posgrado_eua.php
- Becas Fundación Carolina. <https://mextudia.com/becas/fundacion-carolina/>
- Becas IEA. <https://mextudia.com/becas/iea/>
- Becas IMJUVE. <https://mextudia.com/becas/imjuve/>
- Becas ISSFAM.. <https://mextudia.com/becas/issfam/>
- Becas Nacionales CONACYT. <https://mextudia.com/becas/becas-nacionales-conacyt/>
- Becas OEA.. <https://mextudia.com/becas/becas-oea/>
- Becas Pablo García. <https://mextudia.com/becas/pablo-garcia/>
- Becas SEC. <https://mextudia.com/becas/sec/>
- Becas SEDENA. <https://mextudia.com/becas/sedena/>
- Becas SEP. <https://mextudia.com/becas/sep/>
- Becas SEP para docentes UPN CDMX. <https://mextudia.com/becas/sep-para-docentes-upn-cdmx/#:~:text=Las%20becas%20SEP%20para%20docentes%20UPN%20CDMX%20se%20pueden%20encontrar,Comisi%C3%B3n%20para%20Estudios%20de%20Posgrado.>
- Becas SEP Posgrado. <https://mextudia.com/becas/sep-posgrado/>
- Becas SEP Pronabes. <https://mextudia.com/becas/sep-pronabes/>
- Becas SEYC. <https://mextudia.com/becas/seyc/>
- CONACYT BECAS EXTRANJERO. <https://mextudia.com/becas/conacyt-becas-extranjero/>
- SRE Becas. <https://mextudia.com/becas/sre/>

Becas por Universidad (Mextudia, 2020) Mextudia, 2022

<https://mextudia.com/becas/>

- Becas IBECEY. <https://mextudia.com/becas/ibecey/>
- Becas IPN. <https://mextudia.com/becas/ipn/> <https://www.ipn.mx/daes/becas/>
- Becas Santander. <https://mextudia.com/becas/santander/>
- Becas TravelNow <https://mextudia.com/becas/sep/yc/>
- Becas UADY. <https://mextudia.com/becas/uady/>
- Becas UJAT. <https://mextudia.com/becas/ujat/>
- Becas UNAM. <https://mextudia.com/becas/unam/>
- Becas UPN. <https://mextudia.com/becas/becas-upn/>

Becas por Nivel Superior. <https://www.gob.mx/becaeducacionsuperior>

- Beca Indígena. <https://mextudia.com/becas/indigena/>
- Beca Líderes del mañana. <http://lideresdelmanana.itesm.mx/>
- Beca Probemex. <https://gobmx.org/becas/becas-probemex-2022-2023/>
- Beca Telmex. <http://www.fundaciontelmextelcel.org/becas>
- Becas AMLO. <https://mextudia.com/becas/becas-amlo/>
- Becas Bancomer. <https://www.fundacionbbva.mx/becas-bbva-para-chavos-que-inspiran/>
- Becas CONACYT.. https://conacyt.mx/becas_posgrados/





"Educación que genera cambio"

- Becas de Movilidad Internacional. <https://mextudia.com/becas/movilidad-internacional/>
- Becas Educafin. <https://gobmx.org/becas/educafin/>
- Becas Erasmus Mundus. <https://erasmus-plus.ec.europa.eu/es/becas-para-los-masteres-conjuntos-erasmus-mundus>
- Becas Fulbright. <https://www.comexus.org.mx/>
- Becas Fundación Carlos Slim. <https://fundacioncarlosslim.org/educacion-2/otros-programas-educacion/>
- Becas OEA. <http://www.oas.org/es/becas/>

Extraclas

- investiga en internet la demanda en el mercado laboral de la carrera que deseas estudiar para complementar la ficha profesiográfica que aparece al final de la sesión 7 para la próxima clase.



SESIÓN 7

OED5_B1_Actividad 6_ Mercado de Trabajo

I.- Solicita al alumno la lectura individual del texto referente al mercado de trabajo, las carreras de mayor demanda en México y en Tabasco, así como las carreras mejores remuneradas.

II.- Solicita investigar en internet la demanda en el mercado laboral de la carrera que deseas estudiar para complementar la ficha profesiográfica que aparece al final.

III.- Revisar el siguiente vídeo: "Oferta educativa"

<https://drive.google.com/file/d/1JfFGHC1QKDFPC84OfjwxUafelOeWJshO/view?usp=sharing>

Otra opción: [Carreras y Trabajos 2022](#)  ¡Conoce las carreras y trabajos con mayor futuro en 2022! 



Mercado de trabajo

¿Qué es mercado de trabajo? Etimológicamente la palabra mercado proviene del latín "Mercatus" que significa "comercio, trafico, mercado" derivado del verbo "mercari" que significa comprar. (Chile, 2016)

El trabajo se define como la ejecución de tareas que implican un esfuerzo físico o mental, y que tienen como objetivo la producción de bienes y servicios para atender las necesidades humanas (wikipedia, 2020).

A partir de ambos conceptos tenemos que el mercado de trabajo significa vender o comercializar mi trabajo a cambio de una remuneración económica. El mercado de trabajo, o mercado laboral, refleja las oportunidades de empleo y el conjunto de recursos humanos disponible en una nación, región o ciudad, tanto para las actividades privadas como para las públicas. (Expansión, 2019)



El mercado de trabajo es la unión de la oferta y demanda de empleo, y su equilibrio marca el nivel de empleo y de paro de un país. A mayor demanda de trabajo por parte de los empresarios, menos paro. En algunos momentos puede suceder que esa demanda supere a la oferta disponible, y sea necesario importar trabajadores del exterior, como hemos visto en España en la última expansión económica, con la llegada de muchos inmigrantes. Por el contrario, si los trabajadores se ofrecen, pero no hay demanda, entonces sube el paro. (Expansión, 2019)

De ahí la importancia de conocer la oferta y la demanda de la profesión de tu interés, en los diferentes sectores productivos de la comunidad donde vives, estado o país.

Actualmente existen diferentes recursos o sitios digitales que te pueden ayudar a conocer con mayor detalle las oportunidades laborales.

El servicio nacional del empleo (SNE) (Federal, 2022)

Es una institución pública, a nivel nacional, que tiene como principales objetivos facilitar la vinculación entre oferentes (empleadores) y demandantes del empleo (trabajadores), orientar a los buscadores de empleo y apoyar su clasificación, así como auxiliar a las empresas en la búsqueda de candidatos para cubrir sus vacantes de empleo. Para ello el SNE cuenta con el Portal del Empleo: www.empleo.gob.mx.

Portal del empleo:

En este sitio web se dan a conocer todos los puestos y profesiones que están buscando los empleadores a nivel nacional, además de capacitaciones para el trabajo, las carreras mejor pagadas, etc., creado por el gobierno federal y que esta está disponible en internet.

<https://www.empleo.gob.mx>

Bolsas de trabajo de las Universidades:

Las instituciones educativas de educación superior públicas y privadas promueven la vinculación de sus egresados con los sectores productivos, sociales y de servicio para identificar oportunidades de empleo, difundiendo la demanda de profesionistas requeridos de acuerdo al perfil de las empresas. Por ejemplo: la Bolsa de trabajo de la UJAT (<https://bolsatrabajo.ujat.mx>), Bolsa de trabajo Talento UVM (<https://www.uvm.mx/>) (OCCMUNDIAL, 2020).

Bolsas de trabajo particulares: Estos sitios web promueven los empleos por tipo de trabajo, sueldos en los que se ofertan las oportunidades laborales, por ejemplo: <https://www.occ.com.mx/>



Carreras de mayor demanda en México, según IMCO en el 2022. (FÓRMULA.MX, 2022)

- Medicina: 14 por ciento.
- Odontología: 28.2 por ciento.
- Veterinaria: 31.3 por ciento.
- Arquitectura: 32.5 por ciento.
- Literatura: 34 por ciento.
- Enfermería: 35.6 por ciento.
- Ciencias Políticas: 42.5 por ciento.
- Psicología: 42.6 por ciento.
- Comunicación y Periodismo: 45.4 por ciento.
- Biología: 46 por ciento.

¿Cuáles son las carreras menos demandadas en México?

De acuerdo con el reporte trimestral del IMCO, existen una serie de carreras donde **el 100 por ciento de las solicitudes son aceptadas**, siempre y cuando, los estudiantes pasen los filtros o mecanismos de selección estipulados por cada una de las universidades públicas en México; en la mayoría de los casos es un examen de conocimientos generales.

Producción Agrícola y Ganadería, Ciencias Ambientales, Música y Artes Escénicas, Formación docente para medio superior y Formación docente para programas generales son algunas de las carreras con menor demanda y donde se admiten hasta el 100 por ciento de las solicitudes, según el IMCO

Porcentaje de personas que ingresaron a la carrera sobre el total de solicitudes en universidades públicas (IMCO, IMCO, 2018)

| # | Carreras | % |
|----|--|-------|
| 1 | Medicina | 22.1% |
| 2 | Veterinaria | 37.3% |
| 3 | Estomatología y odontología | 37.7% |
| 4 | Diseño | 39.8% |
| 5 | Técnicas audiovisuales y producción de medios | 48.4% |
| 6 | Enfermería y cuidados | 51.8% |
| 7 | Arquitectura y urbanismo | 51.8% |
| 8 | Psicología | 53.8% |
| 9 | Economía | 58.7% |
| 10 | Didáctica, pedagogía y currículo | 59.6% |
| 11 | Biología y bioquímica | 62.0% |
| 12 | Comunicación y periodismo | 62.0% |
| 13 | Terapia y rehabilitación | 63.1% |
| 14 | Construcción e ingeniería civil | 63.5% |
| 15 | Formación docente para educación básica, nivel preescolar | 65.1% |
| 16 | Ingeniería de vehículos de motor, barcos y aeronaves | 65.4% |
| 17 | Negocios y administración, programas multidisciplinarios o generales | 65.4% |
| 18 | Bellas artes | 65.5% |





"Educación que genera cambio"

| | | |
|----|--|--------|
| 19 | Formación docente, programas multidisciplinarios o generales | 66.2% |
| 20 | Ingeniería química | 66.5% |
| 21 | Finanzas, banca y seguros | 67.1% |
| 22 | Derecho | 68.1% |
| 23 | Criminología | 70.0% |
| 24 | Minería y extracción | 75.5% |
| 25 | Negocios y comercio | 75.7% |
| 26 | Ingeniería industrial, mecánica, electrónica y tecnología, programas multidisciplinarios o generales | 75.8% |
| 27 | Ciencias de la educación, programas multidisciplinarios o generales | 77.0% |
| 28 | Ciencias políticas | 77.4% |
| 29 | electrónica y automatización | 82.0% |
| 30 | Formación docente para educación básica, nivel primaria | 82.1% |
| 31 | Sociología y antropología | 82.3% |
| 32 | Ingeniería mecánica y metalurgia | 82.5% |
| 33 | Producción y explotación agrícola y ganadera | 82.6% |
| 34 | Trabajo atención social | 84.8% |
| 35 | Contabilidad y fiscalización | 85.0% |
| 36 | Lenguas extranjeras | 85.4% |
| 37 | Formación docente para educación básica, nivel secundaria | 85.6% |
| 38 | Industria de la alimentación | 87.0% |
| 39 | Ciencias de la computación | 88.8% |
| 40 | Formación docente para educación física, artística o tecnológica | 91.9% |
| 41 | Tecnología de la información y de la comunicación | 92.8% |
| 42 | Manufacturas y procesos, programas multidisciplinarios o generales | 93.1% |
| 43 | Literatura | 95.3% |
| 44 | Administración y gestión de empresas | 95.5% |
| 45 | Matemáticas | 96.2% |
| 46 | Mercadotecnia y publicidad | 97.2% |
| 47 | Electricidad y generación de energía | 99.2% |
| 48 | Formación docente para otros servicios educativos | 100.0% |

Consulta: Las 10 más, de IMCO en el 2022. <https://imco.org.mx/comparacarreras/las-10-mas>

Carreras mejor remuneradas (EDUCOMPARA, 2022).

El Observatorio Laboral (OLA), es un servicio público de información confiable y gratuita que la Secretaría del Trabajo y Previsión Social (STPS), a través del Servicio Nacional de Empleo (SNE), ofrece información sobre las principales carreras profesionales del país, con la finalidad de que los jóvenes, los estudiantes, y los padres de familia, cuenten con información confiable y veraz que les permita tomar decisiones sobre qué carrera elegir y como insertarse al mundo del trabajo. A continuación, se presenta las diez carreras mejores pagadas en el país.



| # | Carreras | Salario promedio |
|----|---|------------------|
| 1 | Medicina | \$17,846 |
| 2 | Ingeniería civil | \$15,831 |
| 3 | Minería y extracción | \$15,776 |
| 4 | Ciencias políticas | \$15,620 |
| 5 | Arquitectura | \$15,603 |
| 6 | Ciencias ambientales | \$15,502 |
| 7 | Ingeniería en electricidad o energía | \$14,944 |
| 8 | Diseño textil, de objetos o interiores | \$14,928 |
| 9 | Ingeniería electrónica | \$14,682 |
| 10 | Ingeniería mecánica | \$14,614 |
| 11 | Ciencias de la computación | \$13,604 |
| 12 | Ingeniería industrial y programas multidisciplinarios | \$13,390 |

*Son las carreras cuyos ocupados recibieron el mayor ingreso promedio mensual.
Cifras actualizadas al primer trimestre 2022, (IMCO, IMCO, 2022)

Carreras mejor remuneradas en el Estado de Tabasco (BUSCANDOUNI, 2020)

| | Profesión | Sueldo promedio mensual |
|----|---|-------------------------|
| 1 | Medicina | \$17,449.00 |
| 2 | Mercadotecnia (Marketing Digital) | \$13,765.00 |
| 3 | Administración, Negocios o Comercio Internacional | \$13,750.00 |
| 4 | Finanzas, Contabilidad y Fiscalización | \$13,357.00 |
| 5 | Electrónica y Automatización. | \$15,109.00 |
| 6 | Ingeniería Industrial | \$ 12 a 14.000.00 |
| 7 | Ingeniería Mecánica Mecatrónica y Tecnológica | \$12,843.00 |
| 8 | Ingeniería Civil o Construcción | \$12,850.00 |
| 9 | Manufactura | |
| 10 | Sistema, Software | \$30,000.00 |

El salario promedio en México entre personas que estudiaron una carrera universitaria es de \$11,400 pesos al mes.



¿Para qué necesito conocer las carreras con los mejores salarios en México?

Recuerda que, al momento de elegir carrera universitaria, uno de los puntos a tomar en cuenta es el campo laboral, y esto incluye los salarios y oportunidades en el mercado de trabajo.

Este artículo es meramente informativo, una vez que egreses de la carrera te darás cuenta de que los ingresos que generes, ya sea un salario, o bien, que decidas emprender en algo relacionado con tu profesión, dependen 100% de ti, y no tanto de una empresa o un sector económico.

¿Cuáles son las carreras mejor pagadas en 2022?

Es muy importante que tengas en cuenta que estos ingresos se basan en el ranking de las carreras mejor pagadas en todo México. Esto no quiere decir que vayas a ganar exactamente la cantidad que te voy a mostrar en la lista.

Actualmente la oferta académica en las universidades más reconocidas en el ámbito público y privado es de entre 50 y 100 carreras universitarias, en este listado vamos a incluir las 40 mejor pagadas en México.

| Posición | Carrera | Salario |
|----------|---|----------|
| 1 | Medicina | \$17,889 |
| 2 | Finanzas, banca y seguros | \$17050, |
| 3 | Construcción e ingeniería civil | \$14848, |
| 4 | Ingeniería mecánica y metalurgia | \$14,493 |
| 5 | Tecnología de la información y de la comunicación | \$14,409 |
| 6 | Electricidad y generación de energía | \$13,977 |
| 7 | Negocios y comercio | \$13,824 |
| 8 | Ingeniería industrial, mecánica, electrónica y tecnología, programas multidisciplinares o generales | \$13,778 |
| 9 | Ciencias de la computación | \$13,699 |
| 10 | Minería y extracción | \$13,678 |
| 11 | Negocios y administración, programas multidisciplinares o generales | \$13,635 |
| 12 | Arquitectura y urbanismo | \$13,506 |
| 13 | Biología y bioquímica | \$13,495 |
| 14 | Ciencias políticas | \$13,477 |
| 15 | Derecho | \$13,471 |
| 16 | electrónica y automatización | \$13,416 |
| 17 | Ciencias de la educación, programas multidisciplinares o generales | \$13,301 |
| 18 | Contabilidad y fiscalización | \$12,440 |
| 19 | Administración y gestión de empresas | \$12,356 |
| 20 | Comunicación y periodismo | \$12,245 |
| 21 | Mercadotecnia y publicidad | \$12,148 |
| 22 | Formación docente para educación básica, nivel secundaria | \$11,761 |
| 23 | Matemáticas | \$11,636 |
| 24 | Estomatología y odontología | \$11,609 |
| 25 | Producción y explotación agrícola y ganadera | \$11,566 |
| 26 | Ingeniería química | \$11,484 |
| 27 | Veterinaria | \$10,925 |



| | | |
|----|--|----------|
| 28 | Técnicas audiovisuales y producción de medios | \$10,554 |
| 29 | Industria de la alimentación | \$10,470 |
| 30 | Psicología | \$10,449 |
| 31 | Formación docente para otros servicios educativos | \$10,370 |
| 32 | Enfermería y cuidados | \$10,320 |
| 33 | Ingeniería de vehículos de motor, barcos y aeronaves | \$10,055 |
| 34 | Terapia y rehabilitación | \$9976 |
| 35 | Formación docente para educación física, artística o tecnológica | \$9952 |
| 36 | Formación docente para educación básica, nivel primaria | \$9947 |
| 37 | Formación docente para educación básica, nivel preescolar | \$9745 |
| 38 | Formación docente, programas multidisciplinarios o generales | \$9642 |
| 39 | Didáctica, pedagogía y currículo | \$9596 |
| 40 | Trabajo atención social | \$9290 |
| 41 | Lenguas extranjeras | \$9101 |
| 42 | Orientación y asesoría educativa | \$7874 |

Recuerda que el salario o ingresos que pudieras generar es solo uno de los factores que debes de considerar al momento de decidir la carrera universitaria.

Carreras universitarias mejor pagadas (UNIBETAS, 2022)

Toma en cuenta los siguientes puntos al momento de elegir una carrera universitaria basado en la lista de las mejores pagadas:

¿De qué depende tu salario?

El salario que recibas depende del lugar donde trabajes y la experiencia, entre muchos otros factores (no únicamente de la carrera).

¿Tengo asegurado este ingreso?

Si tu carrera se encuentra entre las mejor pagadas, no te asegura nada.

¿Qué pasa si mi carrera es de las peor pagadas?

NO TIENES PORQUE DESANIMARTE, los ingresos dependen de tu desempeño y oportunidades.

¿Cómo se eligen las carreras?

La lista se realizó basada en los ingresos de profesionistas a nivel nacional, esto quiere decir que puede variar dependiendo el estado en el que radiques.

¿Estudiar una carrera asegura mi futuro?

Si bien estudiar una carrera universitaria te abre muchas oportunidades laborales (comparándolo con no tener una formación profesional), no quiere decir que asegura tu futuro, existen muchos factores a tomar en cuenta al momento de ingresar al campo de trabajo.



OED5_B1_ACTIVIDAD 7_EJEMPLO

Ejemplo de Ficha profesiográfica

Nombre de la profesión que deseas estudiar:

Licenciado en Turismo

Salario promedio mensual:

\$ 10, 571.00

Escribe cinco actividades que estén relacionadas con la profesión seleccionada:

- 1.- Organizar y dirigir empresas relacionadas a la actividad turística. (*Hoteles, cruceros, parques turísticos, etc.*).
- 2.- Establecer eventos y recorridos turísticos. (*Hoteles, Agencia de Viajes, etc.*).
- 3.- Elaborar normas de calidad y conservación de los recursos turísticos. (*Secretaria de Turismo, Secretaria de Relaciones Exteriores (SER)*).
- 4.- Planificar y administrar la actividad turística. (*Detectar oportunidades de negocios con nuevos destinos turísticos*)
- 5.- Diseñar planes de comercio para empresas turísticas. (*Ecoturismo, transportación turística, restaurantes, etc.*).

Escribe la cantidad de puestos vacantes que hayas encontrado en esta profesión:

Dos vacantes

Señala el tipo de empresa o institución social que tiene mayor demanda en tu profesión elegida:

Agencias de viajes, agencias de promoción turística, Hoteles, Museos, Empresas de servicios turísticos.

La profesión que elegiste es una de las mejores pagadas en relación a otras:

Según el Observatorio Laboral de la Secretaria del Trabajo y Prevención Social (SNPS), la ubica como la novena carrera peor pagada de las diez carreras con niveles más bajo de sueldo.





TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

OED5_B1_ACTIVIDAD 7_Ficha profesiográfica

Nombre de la profesión que deseas estudiar:

Salario promedio
mensual:

Escribe cinco actividades que estén relacionadas con la profesión seleccionada:

1.-

2.-

3.-

4.-

5.-

Escribe la cantidad de puestos vacantes que hayas encontrado en esta profesión:

Señala el tipo de empresa o institución social que tiene mayor demanda en tu profesión elegida:

La profesión que elegiste es una de las mejores pagadas en relación a otras:



COLEGIO DE BACHILLERES DE TABASCO PLANTEL No. ____
OED5_B1_LC_ficha profesiográfica

| INSTRUMENTO DE EVALUACION LISTA DE COTEJO PARA EVALUAR FICHA PROFESIOGRAFICA | | | | | |
|---|---|----------------|-------------------|-------|---|
| Instrucciones: Marque con una (X) para resaltar si cumplió con los criterios de la actividad. Sume los puntos para obtener la calificación | | | | | |
| DATOS GENERALES | | | | | |
| Nombre(s) del alumno(s) | | | Matrícula(s) | | |
| Producto: | | | Fecha: | | |
| Materia: Orientación Educativa V | | | Periodo: | | |
| Nombre del docente | | | Firma del docente | | |
| VALOR DEL REACTIVO | CARACTERISTICAS A CUMPLIR | VALOR OBTENIDO | | CALIF | OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA |
| | | SI | NO | | |
| 2 | Identifica claramente la profesión que desea estudiar. | | | | |
| 2 | Investiga cada uno de los apartados de la ficha de acuerdo a la información solicitada. | | | | |
| 2 | Respeto las reglas ortográficas y presenta una clara redacción. | | | | |
| 2 | Presenta la ficha informativa con los rubros solicitados. | | | | |
| 2 | Entrega en tiempo y en forma establecida. | | | | |
| Total: | CALIFICACION | | | | |

Realimentación:

| Logros: | Aspectos de mejora: |
|---------|---------------------|
| | |

Firma del evaluador: _____



SESIÓN 8

OED5_B1_ACTIVIDAD 8_EQUILIBRIO ENTRE LA OFERTA Y LA DEMANDA DE PROFESIONISTAS.

INSTRUCCIONES: Realiza en pareja la siguiente lectura y reflexionen lo siguiente ¿Por qué se debe tomar en cuenta la oferta y la demanda de empleo para la elección de una carrera profesional? ¿Qué relación hay entre la adquisición de conocimiento y la demanda de trabajo? ¿Cómo debe o debería ser la formación superior que esté en condiciones de responder a las nuevas necesidades que plantea la cambiante situación económica (demanda de trabajo)?



Equilibrio entre la oferta y la demanda.



Fuente: El Financiero

f YouTube MTenMEXICO

Por un lado, la oferta de trabajo está constituida por todos los trabajadores que venden su esfuerzo laboral en el mercado de trabajo.

Asimismo, la demanda son todas las empresas que requieren trabajadores para desarrollar su proceso de producción.

El mercado de trabajo tiene gran importancia para la sociedad. Su mal funcionamiento puede afectar negativamente al crecimiento económico y al empleo de un país. Además, el paro tiene importantes costes económicos y sociales:

- **Económicos**, ya que el desempleo supone una pérdida de producción potencial.
- **Sociales**, por los efectos nocivos del desempleo sobre la distribución de la renta y, de ahí, sobre la cohesión social.

De esta manera, el crecimiento, la optimización de los recursos y cohesión social dependen, en buena medida, del correcto funcionamiento del mercado de trabajo.

Por otra parte, el precio o la remuneración en el mercado laboral se llama salario y representa la cantidad de dinero que recibe el empleado por trabajar dentro de una empresa. El salario es el precio del factor trabajo. Cuantos más bajos sean los salarios reales, más trabajo demandarán las empresas. Cuanto más elevados sean los sueldos, más gente querrá trabajar.



La demanda de empleo está directamente vinculada a la actividad económica, de modo que solo un crecimiento sostenido de la producción puede garantizar el crecimiento del empleo en cantidad suficiente para absorber la población dispuesta a trabajar.

En otras palabras, la demanda de trabajo es derivada de la demanda de bienes y servicios. Esto, porque cuando una empresa vende quiere producir más, y para ello querrá contratar trabajadores. Por tanto, si no hay producción no habrá más trabajadores que puedan ofertar su empleo.

Funcionamiento del mercado laboral.

El mercado de trabajo, además, tiene otras peculiaridades. A pesar de que como cualquier otro mercado se rige por la ley de la oferta y la demanda, interviene el gobierno (a través de las normas jurídicas), las instituciones sociales y organizaciones colectivas como los sindicatos.

En el mercado laboral se fija el salario y las condiciones de trabajo mediante un proceso de negociación, determinándose así el nivel y la calidad de vida de los empleados.

En los mercados competitivos el precio funciona como un mecanismo de ajuste, hasta que se alcanza el equilibrio. El mercado de trabajo no funciona como un mercado perfectamente competitivo, ya que tiene imperfecciones, rigideces e intervenciones desde el exterior. Imperfecciones porque tanto las empresas como los trabajadores tienen poder de mercado para influir en el salario. Rigidez porque el empleo supone una relación personal estable y tanto al trabajador como a la empresa les interesan otras condiciones además del salario.

Finalmente, hay intervención de la legislación laboral en el mercado de trabajo donde se fijan las características de los contratos laborales, las indemnizaciones por despido, la fijación de un salario mínimo, entre otros.

¿Por qué hay tanta diferencia en los salarios?



Resulta que en todos los países existen brechas entre los salarios, hay trabajadores que tienen salarios muy altos y otros salarios muy bajos.

En realidad, estas diferencias se dan porque si nos damos cuenta hay mayor oferta de trabajadores no cualificados, que hace los salarios sean más bajos, porque los trabajadores son relativamente más abundantes.

Por el contrario, los trabajadores cualificados son más escasos en cualquier mercado, por lo que, al ser relativamente más escasos, su remuneración será más alta.





TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

Por ejemplo, si lo vemos en el campo de la medicina, gana menos un médico general que un neurólogo, debido a que hay más médicos generales, en relación con los neurólogos que son más especializados y por lo tanto son más escasos; lo que hace que su salario sea más alto.

Para terminar, entendemos que el mercado laboral se comporta como cualquier otro mercado, por lo que la cantidad ofrecida y demandada, dependen igualmente del precio. Aun así, hay casos excepcionales que podrían modificar salarios sin que necesariamente haya un movimiento por parte de demandantes y ofertantes. Por ejemplo, intervención gubernamental. Luego, eso podría tener efectos sobre oferta y demanda.

La cantidad demandada se mueve en forma inversamente proporcional y la cantidad ofrecida en forma directamente proporcional.

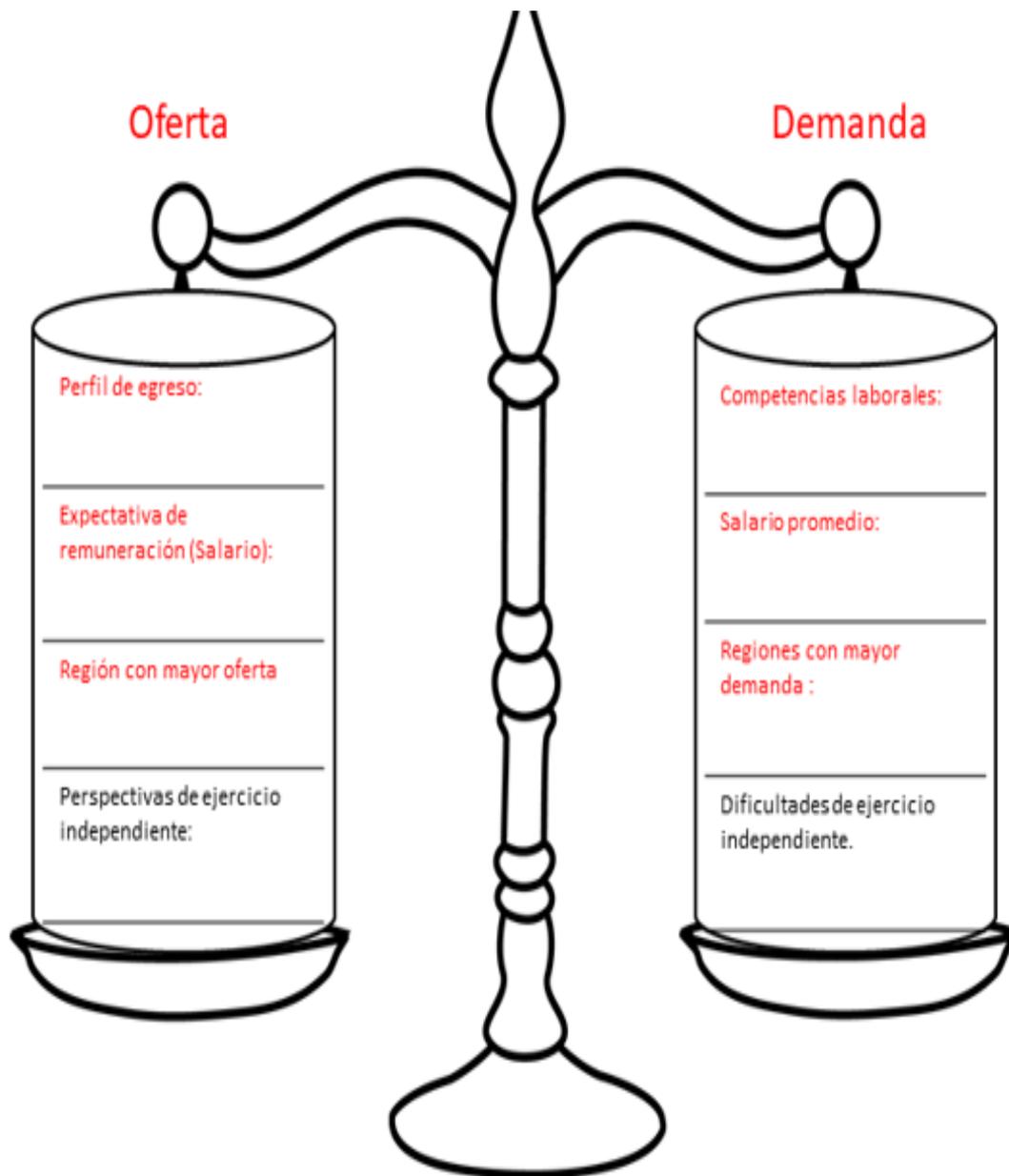
También podemos notar que el salario se modifica cuando aumenta o disminuye la oferta; así como la demanda de trabajo, cambiando el precio de equilibrio. Una menor demanda y mayor oferta hacen que el salario baje; mientras que más demanda y menor oferta hacen que el salario se incremente.



OED5_B1_ACTIVIDAD 9_“BALANZA DE MI PROFESIÓN”

Actividad: compara la oferta y la demanda del mercado laboral de la profesión de tu interés. No olvides que debes colocar el nombre de su profesión en la línea marcada.

Nombre de mi profesión: _____





OED5_B1_LC_Balanza de las profesiones

| INSTRUMENTO DE EVALUACION | | | | | |
|--|---|----------------|-------------------|-------|---|
| LISTA DE COTEJO | | | | | |
| Actividad: "BALANZA DE LAS PROFESIONES" | | | | | |
| DATOS GENERALES | | | | | |
| Nombre(s) del alumno(s) | | | Matricula(s) | | |
| Producto: responder los cuestionamientos de la balanza de las profesiones. | | | Fecha: | | |
| Materia: Orientación Educativa V | | | Periodo: | | |
| Nombre del docente | | | Firma del docente | | |
| VALOR DEL REACTIVO | CARACTERISTICAS A CUMPLIR | VALOR OBTENIDO | | CALIF | OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA |
| | | SI | NO | | |
| 2 | Identifica las competencias de egreso y laborales de la profesión de su interés | | | | |
| 2 | Identifica la diferencia entre oferta y demanda laboral. | | | | |
| 2 | Identifica los salarios de acuerdo a los conceptos dados. | | | | |
| 2 | Identifica las perspectivas de ejercicio independiente. | | | | |
| 2 | Entrega la evidencia de acuerdo a la fecha y lineamientos establecidos en clases. | | | | |
| Total: 10 | CALIFICACION | | | | |



Extraclas

Ahora si es tiempo de realizar tu infografía, apóyate en la información que has recabado en el formato del profesiograma y en la Actividad 2 que conociste en la primera clase donde se explica qué es una infografía y cómo hacerla.



BLOQUE II:

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida.

Propósito del bloque

Valora sus características personales y define sus metas para la construcción de un proyecto de vida conforme a sus intereses y necesidades actuales.

Aprendizajes Esperados

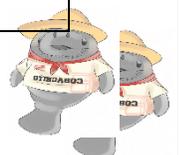
- Entiende el impacto de su historia personal para su proyecto de vida.
- Valora con un enfoque amplio la información específica acerca de sí mismo y su entorno para desarrollar sus metas y estrategias para el futuro.
- Construye un proyecto de vida sólido que les permita identificar quién es y hacia donde dirige el rumbo de su vida.

Competencias

Genéricas

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.
3. Elige y practica estilos de vida saludables.
4. Escucha, interpreta y emite mensajes pertinentes en distintos contextos mediante la utilización de medios, códigos y herramientas apropiados.
5. Desarrolla innovaciones y propone soluciones a problemas a partir de métodos establecidos.
6. Sustenta una postura personal sobre temas de interés y relevancia general, considerando otros puntos de vista de manera crítica y reflexiva.
7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida.
8. Participa y colabora de manera efectiva en equipos diversos.
9. Participa con una conciencia cívica y ética en la vida de su comunidad, región, México y el mundo.
10. Mantiene una actitud respetuosa hacia la interculturalidad y la diversidad de creencias, valores, ideas y prácticas sociales.
11. Contribuye al desarrollo sustentable de manera crítica, con acciones responsables.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



Situación Didáctica

Título:

¡Pasaporte al éxito!

Contexto:

Rodrigo ha decidido que va a estudiar la carrera de Ing. en Biotecnologías. Después de considerar sus factores tanto internos como externos, piensa que es la mejor decisión de su vida. Además de estar interesado en promover el desarrollo de su comunidad sueña con tener su propia compañía de producción de frutas y verduras. Al terminar la carrera quiere hacer un posgrado, también sueña con casarse y tener una familia con la que pueda compartir sus logros.

Conflicto cognitivo

¿Crees que los propósitos y sueños de Rodrigo se harán realidad?
 ¿Consideras que Rodrigo ha considerado todas sus áreas de desarrollo personal?
 ¿De qué manera podría organizar sus proyectos para darles seguimiento?
 ¿Qué criterios debe considerar para estructurar sus metas?
 ¿Qué estrategias considerar para alcanzar sus metas?
 ¿Qué podría hacer, ante una situación adversa, que no le permitiera continuar con sus metas?

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida





TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

BLOQUE II:

**Planeas tu futuro a través de un
proyecto de vida.**



OED5_B2_LC_bloque II

| INSTRUMENTO DE EVALUACION | | | | | |
|---|--|----------------|-------------------|-------|---|
| LISTA DE COTEJO | | | | | |
| Bloque II | | | | | |
| Situación Didáctica: ¡Pasaporte al éxito! | | | | | |
| DATOS GENERALES | | | | | |
| Nombre(s) del alumno(s) | | | Matricula(s) | | |
| Producto: | | | Fecha: | | |
| Materia: Orientación Educativa V | | | Periodo: | | |
| Nombre del docente | | | Firma del docente | | |
| VALOR DEL REACTIVO | CARACTERISTICAS A CUMPLIR | VALOR OBTENIDO | | CALIF | OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS DE MEJORA |
| | | SI | NO | | |
| 5 | Evaluación diagnóstica contestada y hoja de presentación del proyecto de vida. | | | | |
| 5 | Reporte del video | | | | |
| 5 | Ejercicio para la autobiografía | | | | |
| 15 | Autobiografía | | | | |
| 10 | Análisis de la lectura: rasgos de personalidad. Perfil de rasgos de personalidad y valores. Registro en formato de personalidad y valores. | | | | |
| 15 | Ensayo titulado ¿Quién soy? Avatar Test de personalidad en línea | | | | |
| 10 | FODA personal basado en preguntas FODA personal sobre las 7 áreas de contacto personal. Estrategias para los conflictos encontrados en su FODA | | | | |
| 20 | Plan de acción con metas Marte a corto mediano y largo plazo | | | | |
| 5 | Árbol | | | | |
| 10 | Mapa del tesoro | | | | |
| Total: | | | | | |
| 100 | CALIFICACION | | | | |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida





SESIÓN 9

OED5_B2_ED

Evaluación diagnóstica: Proyecto de vida

Nombre del alumno _____ sem/grupo _____ turno _____

1. ¿Para ti, ¿qué es un plan de vida?

2. ¿Qué elementos debe contener un plan de vida?

3. ¿Qué es una autobiografía?

4. ¿Qué es una meta?

5. ¿Qué características debe contener una meta?

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_Lectura 1_PROYECTO DE VIDA

PROYECTO DE VIDA

En la infancia nuestro proyecto de vida o también nombrado plan de vida, depende de nuestra familia, de nuestros padres o de quienes nos haya tocado recibir protección.

Conforme crecemos adquirimos una mayor comprensión de nuestro entorno, de nuestro rol en la familia, normas de convivencia y comunicación, nos apropiamos de nuestros quehaceres escolares haciendo de nuestra escuela un territorio que dominamos y ampliamos nuestras relaciones con compañeros y amigos de la escuela o de cerca de casa.

Todo ello nos permite ir habilitándonos poco a poco para formar responsabilidades y decisiones propias, alcanzando mayores niveles de autonomía.

Así pasamos la primaria, la secundaria y llegamos al bachillerato, nos encontramos con que en este nivel hay que tomar más responsabilidades y más decisiones propias, no sólo en la escuela, también en la familia, el rol ha cambiado desde la secundaria y cada día se hace más potente, hemos dejado de ser niños.

¿Qué es un proyecto de vida?

Según (Arjona 2003) "Es un medio por el cual nos trazamos objetivos a seguir en la vida, lo cual requiere de reflexión, análisis, y valoración de nosotros mismos y sobre el rol social y productivo que desempeñamos. El plan de vida nos permite organizar nuestras acciones en función de lo que para nosotros es importante".

También es (Pérez Porto, 2009):

- La enumeración de los OBJETIVOS que una persona quiere lograr a lo largo de su vida y una guía que propone cómo alcanzarlos.
- Este plan PUEDE INCLUIR: Metas personales, profesionales, académicas, económicas y espirituales.
- El plan de vida incluye metas a corto, mediano o largo plazo: La persona (estudiante) puede pensar dónde le gustaría estar dentro de 5 o 10 años, y a partir de esa idea comenzar a desarrollar el plan.
- En este sentido el plan de vida es también un plan de acción, con pasos a seguir y plazos. Una estructura que permite encauzar las acciones hacia las metas que una persona desea cumplir en sus años de existencias.

¿Qué le entiendes a las siguientes frases?:

- a) No es suficiente idearlo, no es suficiente plantearlo, lo imprescindible es llevarlo a cabo*
- b) Para tener éxito tu deseo de alcanzarlo debe ser mayor que tu miedo al fracaso*
- c) Si no luchas por lo que quieres, no te lamentes por lo que pierdes*

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_LECTURA 2_ÁREAS DE DESARROLLO PERSONAL

ÁREAS DE DESARROLLO PERSONAL PARA LA PLANEACIÓN DE VIDA Y CARRERA (Casares Arrangoiz, 2010)
Son varias las áreas en todo esfuerzo de planeación de vida y carrera. Les llamamos áreas de desarrollo personal a saber:

1. **CON MI CRECIMIENTO PERSONAL** Es el proceso de asimilación e integración de nuevas experiencias e información, que hacen cambiar la conducta, la capacidad, las concepciones de sí mismo y del mundo. Haber crecido es ser capaz de hacer algo distinto y mejor de lo que hice ayer. Implica descubrir y desarrollar potencialidades latentes. Implica aprendizaje, cambio, movimiento: vitalidad. Ser responsable y auto dirigible es necesario para un crecimiento personal afectivo. La autoconciencia acelera las oportunidades de desarrollo. El crecimiento requiere un deseo de crecer y exponerse a nuevas experiencias y a nueva información.



2. **CON MI FAMILIA** La familia puede llegar a ser un ambiente de crecimiento que favorezca el desarrollo más íntimo de la persona. Es la prolongación más cercana de uno mismo, donde se da el proceso trascendente de crear y promover la vida y de estructurar e integrar el propio ambiente vital y de los seres a quienes más quiere y con quienes convive íntimamente. Esta área familiar se ha visto enfrentada a importantes cambios, de ahí la importancia de una mayor sensibilidad, comunicación y planeación dinámica de la familia.

3. **CON MI DESEMPEÑO ACADÉMICO.** La escuela es uno de los campos más importantes de la trascendencia académica y social para el ser humano. ¿Qué objetivos y planes tiene que realizar la persona en relación con su desempeño escolar y su profesión? ¿Está satisfecho con su desempeño actual? ¿Quiere seguir donde está, o quiere cambiar de actitud o de estrategia? Un análisis y cuestionario respecto al desenvolvimiento escolar es necesarios para toda persona vital.



4. **CON MI ESPIRITUALIDAD.** Espiritualidad es la búsqueda del sentido de la vida y de formas que promueven el contacto interior y directo con lo divino y lo sagrado. Está determinado por la ética, valores, ideales, religión, trascendencia, amor al prójimo, mística, ayuda desinteresada, filantropía., etc.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida





5. **CON EL AMBIENTE** Un acumulado de las tres áreas anteriores cabría en esta última área de contacto, sin embargo, el sentido va relacionado con el mundo de la naturaleza y de las diversas manifestaciones sensibles. ¿Cómo está mi comunicación o contacto con la naturaleza? Con los árboles, las flores, los animales ¿Aún me impresiona la belleza de los volcanes, de la lluvia? ¿Vibro con la música, puedo llorar al escuchar una bella sonata o verso que haga resonar mis fibras emocionales? Esto y más me debe decir que tan sana esta mi vida en relación con el mundo de la naturaleza y, que

objetivos en este ámbito conviene que me empiece a trazar.

6. **CON MI ECONOMÍA.** Son las que toman en cuenta los logros de tipo económico y material.



7. **SALUD.** Es la situación física, mental, social y económica de una persona.



OED5_B2_Lectura 3_Mi Autobiografía

¿Alguna vez te han preguntado sobre tu historia de vida? o ¿Te han dado ganas de contar tu propia historia?

La autobiografía es un relato que haces de tu propia vida en el que muestras elementos importantes de ella como tu nacimiento, experiencias personales significativas, logros, etc. Tú, como autor del texto, eres el protagonista de la historia que cuentas. Puedes adoptar diferentes modos de escribir tu autobiografía teniendo en cuenta tu intención. Por ejemplo, mostrar la alegría que experimentaste durante una época de tu vida o dar a conocer personas importantes en tu infancia. (Delgado, 2015).

Es un ejercicio que nos ayuda a recordar nuestro origen y todas las experiencias que hemos vivido durante nuestra vida. El traer este recuento al hoy, probablemente nos ayuda a comprender quiénes somos y a tener un referente de nuestra historia.

Según la RAE es la vida de una persona escrita por ella misma. Nadie te conoce mejor que tú, por lo que debes escribirla y hablar sobre todos los aspectos, desde tu nacimiento, tu familia, tus logros y los acontecimientos más importantes para ti, entre otros.

Algunas sugerencias que te permitirán darle una estructura:

1. Piensa en los sucesos más relevantes de tu vida
2. Ten en cuenta una cronología de todos los momentos, fechas importantes, recuerdos.
3. Redacta en primera persona
4. Sé claro y conciso
5. Escribe todas las ideas que vengan a tu mente

Para que te des una mejor idea de cómo redactarla, te compartimos el link de un video y un extracto de la Autobiografía del escritor José Saramago:

AUTOBIOGRAFIA DE JOSÉ SARAMAGO (Saramago, 2010)

Nací en una familia de campesinos sin tierras, en Azinhaga, una pequeña población situada en la provincia de Ribatejo, en el margen derecho del río Almonda, a unos cien kilómetros al nordeste de Lisboa. Mis padres se llamaban José de Sousa y María da Piedade. José de Sousa habría sido mi nombre si el funcionario del Registro Civil, por iniciativa propia, no lo hubiese añadido el apodo por el que mi padre era conocido en la aldea: Saramago. (Cabe esclarecer que *Saramago* es una planta herbácea espontánea, cuyas hojas, en aquellos tiempos, en épocas de carencia servían como alimento en la cocina de los pobres). Fue a los siete años, cuando tuve que presentar en la escuela primaria un documento de identificación, que se vino a saber que mi nombre completo era José de Sousa Saramago... Pero no fue éste el único problema de identidad que me fue concedido al nacer. Aunque había venido al mundo el día 16 de noviembre de 1922, mis documentos oficiales dicen que nacía dos días después, el 18: fue gracias a este pequeño fraude que la familia pudo escapar del pago de una multa por no declarar el nacimiento en el plazo legal.



Tal vez por haber participado en la Guerra Mundial, en Francia, como soldado de artillería, he conocido otros ambientes, diferentes a vivir en una aldea, mi padre decidió, en 1924, dejar el trabajo del campo y trasladarse con la familia a Lisboa, donde comenzó a ejercer la profesión de policía de seguridad pública, para el



Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida

cual no se exigían más “habilidades literarias” (expresión común entonces...) que leer, escribir y contar. Pocos meses después de habernos instalado en la capital, moriría mi hermano Francisco, que era dos años más viejo que yo. Aunque las condiciones en que vivíamos hubiesen mejorado un poco con la mudanza, nunca llegaríamos a conocer el verdadero desahogo económico. Ya tenía 13 o 14 años cuando pasamos, al fin, a vivir en una casa (pequeñísima) sólo para nosotros: hasta ahora siempre habíamos vivido en partes de casas, con otras familias. Durante todo este tiempo, y hasta la mayoría de edad, fueron muchos, y frecuentemente prolongados, los periodos en que viví en un pueblo con mis abuelos maternos, Jerónimo Melrinho y Josefa Caixinha.

Fui buen alumno en la escuela primaria: en la segunda clase ya escribía sin errores de ortografía, y la tercera y cuarta clases fueron dadas en un sólo año. Me trasladé después al instituto, donde permanecí dos años, con excelentes notas en primero, bastante menos buenas en segundo, más estimado por colegas y profesores, al punto de ser elegido (tenía entonces 12 años...) tesorero de la asociación académica... Entretanto, mis padres habían llegado a la conclusión de que, por falta de medios, no podían seguir manteniéndome en el instituto. La única alternativa que se presentaba sería entrar en una escuela de enseñanza profesional, y así fue: durante cinco años aprendí el oficio de cerrajero mecánico. Lo más sorprendente era que el plan de estudios de la escuela, en aquel tiempo, aunque orientado obviamente para formar profesionales técnicos, incluía, además de francés, una disciplina de Literatura. Como no tenía libros en casa (libros míos, comprados por mí, aunque con dinero prestado de un amigo, sí los pude tener a los 19 años), fueron los libros escolares de portugués, por su carácter “antológico”, que me abrieron muchas puertas para fruición literaria: aún hoy puedo recitar poemas aprendidos en aquella época distante. Terminado el curso, trabajé durante cerca de dos años como cerrajero mecánico en una oficina de reparación de automóviles. También a esas alturas había comenzado a frecuentar, en los periodos nocturnos de funcionamiento, una biblioteca pública en Lisboa. Y fue así, sin ayudas ni consejos, apenas guiado por la curiosidad y por la voluntad de aprender, que el gusto por la lectura se desarrolló y pulió. (A casa José Saramago, 2020).

Extraclas

OED5_B2_ACTIVIDAD 1_VIDEO
SOBRE AUTOBIOGRAFIA

VIDEO SOBRE AUTOBIOGRAFIA

<https://www.youtube.com/watch?v=BSb1Fk2n348>

MIRA EL VÍDEO Y ESCRIBE TU COMENTARIO.



Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDAD 2_EJERCICIO PARA LA AUTOBIOGRAFIA.

Ahora si estás listo para organizar tus ideas, realiza el siguiente ejercicio previamente a escribir tu biografía. Posteriormente, haz la redacción del texto que será el que quedará como tu autobiografía final.

¿Cuál es tu nombre, tu fecha de nacimiento y lugar donde naciste?

¿Dónde vives actualmente, con quien convives y cómo se llaman tus padres?

¿Qué es lo que más recuerdas de tu infancia?

¿Tu salud actual como la consideras?

¿Menciona 2 acontecimientos que ha sucedido en tu vida que te han hecho feliz?

¿Menciona las materias que más han marcado tu vida estudiantil?

¿Cuál es tu pasatiempo favorito y por qué?

Con base a lo anterior, redacta tu **Autobiografía** cumpliendo con las áreas solicitadas.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_RUBRICA_AUTOBIOGRAFIA

| INSTRUMENTO DE EVALUACION RUBRICA PARA LA <u>AUTOBIOGRAFIA</u> | | | | |
|---|--|--|---|----------------|
| DATOS GENERALES | | | | |
| Nombre del alumno(a) | | Situación didáctica: ¡Pasaporte al éxito! | | |
| Producto: AUTOBIOGRAFIA | | Fecha | | |
| Materia: ORIENTACIÓN EDUCATIVA V | | Período: | | |
| Nombre del docente | | Firma del docente | | |
| Criterio | Descriptores | | | Puntos totales |
| | Insuficiente 0 | Bueno 1 | Suficiente 2 | |
| | No contiene información personal (0 puntos) | Contiene la información personal incompleta (1 punto) | Contiene la información personal completa (2 puntos) | |
| | No contiene vida familiar (0 puntos) | Contiene la vida familiar incompleta (1 punto) | Contiene la vida familiar completa abarcando a todos los miembros de su familia (2 puntos) | |
| | No contiene vida social (0 puntos) | Contiene la vida social incompleta (1 punto) | Contiene la vida social completa (2 punto) | |
| | No contiene vida escolar (0 puntos) | Contiene la vida escolar incompleta (1 punto) | Contiene la vida social completa abarcando desde nivel preescolar hasta el bachillerato (2 punto) | |
| | No contiene aspiraciones o metas (0 puntos) | Contiene las aspiraciones y metas incompletas (1 punto) | Contiene las aspiraciones y metas completas (2 punto) | |
| | La autobiografía presenta entre 6 y 10 errores de ortografía y redacción (0 punto) | La autobiografía presenta entre 1 y 5 errores de ortografía y redacción (1 puntos) | La autobiografía no presenta errores ortográficos ni de redacción. (2 puntos) | |
| | La autobiografía no cumple con ningún requerimiento de formato (0 puntos) | La autobiografía no cumple con la mayoría de los requerimientos del formato (1 puntos) | La autobiografía cumple con todos los requerimientos del formato (2 puntos) | |
| Puntaje total | | | | |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



SESIÓN 10

OED5_B2_LECTURA 4_ RASGOS DE PERSONALIDAD

Instrucciones:

- Lee con atención el siguiente texto
- De manera individual reflexiona y responde las actividades que aparecen después de la lectura, registrándola en tu portafolio de evidencias.
- En plenaria, socializa la lectura y actividades presentada.



Rasgos de la personalidad

La personalidad no es un artículo que se pueda cambiar, encontrar o adquirir, y resultaría estéril hablar de personalidad sin entender realmente qué significa o qué se desea expresar con este término. Desde el nacimiento, cada persona tiene su propia personalidad, aunque ésta no es determinante sino más bien hace referencia a ciertas características propias, que con el tiempo y con la influencia de diferentes factores se irá estructurando y modificando.

Las habilidades de un individuo y su integración a los diferentes grupos sociales dependerán de la personalidad que desarrolle, y ésta permanecerá en el tiempo y de acuerdo a distintas situaciones. Los estudiosos de la psicología hacen énfasis en el aprendizaje de las primeras etapas o estadios de la infancia, otros difieren y aseguran que es la herencia, mientras otro grupo atribuye al medio ambiente como factor esencial en la personalidad del ser humano. Lo fundamental al definir la personalidad es que es una característica individual, y es lo que hace que las personas sean diferentes (Seelbach Gonzalez, 2013).

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.

Componentes de la personalidad (Seelbach Gonzalez, 2013)

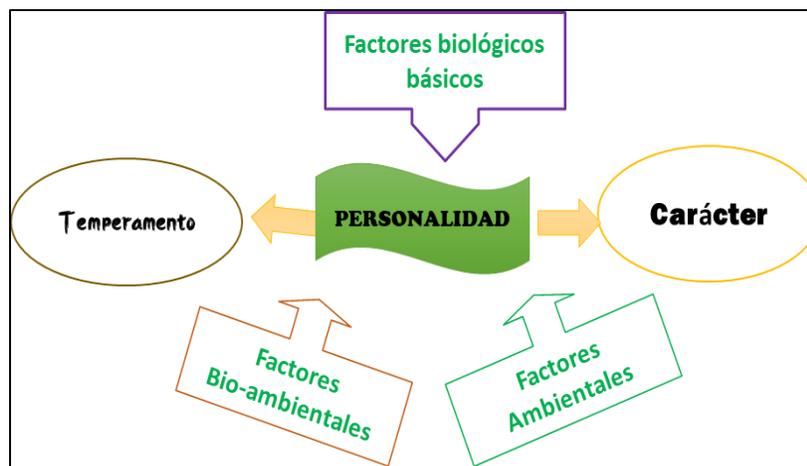


Imagen 1 Personalidad

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida





TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

La personalidad se configura por dos componentes o factores: el temperamento y el carácter.

- a) **Temperamento:** Todos los seres humanos poseen una herencia genética, es decir, las características que se heredan de los padres, como, por ejemplo, el color de ojos, el tono de piel, e incluso la propensión a determinadas enfermedades. El temperamento es un componente de la personalidad porque determina, de alguna manera, ciertas características de cognición, comportamiento y emocionales.
- b) **Carácter:** Se denomina carácter a las características de la personalidad que son aprendidas en el medio, por ejemplo, los sentimientos son innatos, es decir, se nace con ellos, pero la manera en cómo se expresan forma parte del carácter. Las normas sociales, los comportamientos y el lenguaje, son sólo algunos componentes del carácter que constituyen a la personalidad.

Algunos autores y ciertas corrientes tienen diferentes puntos de vista sobre la importancia de uno u otro factor, es decir, algunos autores aseguran que el temperamento es más importante en el despliegue de la personalidad, mientras que otros autores sostienen que el factor ambiental –el carácter– determina la personalidad. No se puede asignar más peso a uno u otro factor, en realidad la personalidad se determina en partes proporcionales.



OED5_B2_ACTIVIDAD 3_PRUEBA DE PERSONALIDAD y VALORES

Prueba de personalidad individual (RAMOS FLORES, 2013)

Revisa la siguiente descripción sobre caracteres de personalidad que se relacionan con el ejercicio de las distintas profesiones. Lee con atención cada uno de los tipos en que se han clasificado. Analiza el grado en que posees los caracteres descritos, ya que es posible que te identifiques con más de uno; sin embargo, seguramente identificarás uno que predomina.

Responde:

Mi tipo de personalidad dominante es:

| | |
|-----------|---|
| ACTIVO | Personas que acostumbran trabajar y moverse con rapidez; inquietos aun en circunstancias en las que debieran permanecer tranquilos; les gusta estar siempre ocupados en algo y tienen la tendencia a estar de prisa. De ordinario, cuando conversan, hablan en voz demasiado alta y tratan de resolver con rapidez todos sus problemas. |
| VIGOROSO | Personas a las que les gusta tomar parte en los deportes, en los trabajos que requieren el uso de herramientas, en actividades físicas que implican un considerable despliegue de energía a través de poner en movimiento todo su sistema muscular, gustan de dedicarse a trabajos de tipo mecánico y a actividades que se realizan preponderantemente al aire libre. A menudo estas personas usan "palabras fuertes" en sus conversaciones y gozan más de los espectáculos cuando en éstos se hacen apuestas. |
| ESTABLE | Este tipo es característico de las personas que generalmente están alegres y tranquilas, pueden reposar o estar ecuanímenes en un medio bullicioso, no tienen la cabeza en situaciones críticas, pueden concentrarse en medio de muchas distracciones, no se molestan si se les interrumpe mientras están meditando, no se irritan a causa de pequeños contratiempos de la vida cotidiana, no les incomoda realizar una tarea dentro de un plazo fijado, pueden tomar fácilmente una decisión entre varias alternativas o de peligro, conservan la ecuanimidad. En opinión de los demás son consideradas como optimistas. |
| DOMINANTE | Personas que se consideran capaces de tomar la iniciativa, asumir la responsabilidad o actuar como líderes. Les gusta hablar en público, organizar actos sociales, promover nuevos proyectos y convencer a los demás para que los secunden. En caso de un accidente, se hacen cargo de la situación y prefieren actividades que les permitan influir sobre los demás. GUSTAN de contar chistes y anécdotas para divertir a sus amigos y monopolizar la conversación en el grupo en que se encuentran. |
| SOCIABLE | Personas que buscan la compañía de los demás, las que fácilmente traban amistad, las que generalmente son consideradas como agradables o simpáticas. En su trato con la gente están siempre dispuestas a cooperar, a prestar ayuda y promover reuniones de tipo social. También acostumbran elogiar a sus amigos, prefieren trabajos en que se tenga que hablar mucho y son a las que los demás tienen confianza para contarles sus intimidades. Igualmente, son personas que están pendientes de los aniversarios y cumpleaños de sus amigos, les gusta trabajar en equipos y pertenecer a clubes, sociedades, comités, etc. |
| REFLEXIVO | Personas dedicadas a la meditación y encuentran más a su gusto tratar asuntos teóricos que problemas prácticos. Son tranquilos y acostumbran analizar sus propios actos, encuentran placer en el trabajo que requiere precisión y esmero en los detalles, tienen tendencia a hacerse cargo de sus obligaciones de las que pueden atender y gustan más bien de planear que ejecutar los planes. Prefieren estar solos que en compañía de los demás, les gusta leer mucho, realizar trabajos de tipo científico, son creativos y buscan nuevos medios para hacer las cosas y prefieren un medio silencioso y tranquilo para trabajar. |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



Los valores

Los valores son la guía de nuestras acciones, porque al actuar expresamos lo que es verdaderamente importante y trascendente para nosotros en ese momento; expresan los motivos por los que hacemos las cosas, nuestra posición ética en la vida.

Los que debes desarrollar y poner en práctica como estudiante próximo universitario son:

1. La capacidad de interpretar y valorar lo que te rodea.
2. La actitud participativa, comprometida y responsable hacia tu labor.
3. La capacidad transformadora hacia el desarrollo humano.
4. La espiritualidad y la personalidad.

Para Allport, Vernon y Lindsey (1971) desde el punto de vista profesional, los valores se dividen en seis categorías (RAMOS FLORES, 2013):

| VALOR | DESCRIPCIÓN DE LA PERSONA QUE SE GUÍA POR ÉL. |
|------------------|---|
| Teorético | Se interesa sobre todo por la búsqueda de la verdad mediante la investigación, utilizando un proceso lógico, ordenado y claro. |
| Económico | Da preponderancia a la utilidad de las relaciones y de las cosas. Implica ser práctico, materialista, ahorrador de energía, espacio y tiempo. La persona que considera importante este valor se interesa en hacer suyo el conocimiento para obtener un provecho práctico. |
| Estético | Busca la satisfacción personal mediante la contemplación o la producción de la belleza. |
| Social | Busca la compañía de los demás, vive su experiencia en el contacto con sus semejantes, disfruta mucho brindar sus servicios y ayudar a los demás. |
| Político | Utiliza los conocimientos como medios para lograr el poder. Manifiesta voluntad de mando y deseo de dirigir y gobernar a los demás. |
| Religioso | Orienta su vida de acuerdo con las convicciones éticas y religiosas. Asimismo, presenta la tendencia a invitar a los demás a participar en este tipo de actividad. |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDAD 4_PERSONALIDAD Y VALORES

Considerando la clasificación de la personalidad y los valores profesionales:

¿Con cuál te identificas tú?

| | |
|---|----------------------|
| <p>Mi Personalidad dominante es:</p> | <p>Porque</p> |
| <p>Mi valor profesional predominante es:</p> | <p>Porque</p> |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDAD 5_INVENTARIO DE PERSONALIDAD "QUIEN SOY" (SEMS, 2010)



¿Quién soy? Adaptación basada en Mauro Rodríguez en *Creatividad. El arte de vivir* (SEP, cartilla del tutor)

Instrucciones: A continuación, utiliza los siguientes cuestionamientos para elaborar un ensayo sobre quién eres, las preguntas son guía para escribir tu texto, debes hacer autorreflexiones a partir de ellas.

- ¿Cuáles son mis cinco rasgos más destacados?
- ¿Me trato con respeto o juego a desvalorarme? Si me respeto ¿Cómo lo demuestro?
- ¿Pido a los demás que respeten mis necesidades o juego a que yo no importo? Si pido respeto ¿Cómo lo expreso?
- ¿Respeto mis necesidades y mis urgencias físicas y emocionales? ¿Qué hago para expresarlas y satisfacerlas?
- ¿Reservo tiempo para hacer cosas que me gustan? ¿Cómo?
- ¿Me permito disponer de tiempo para pasarlo con personas que me agradan? ¿Cómo?
- ¿Busco personas que me valoren por lo que soy y por lo que hago?
- ¿Hay congruencia entre lo que pienso y lo que hago? ¿Por qué?
- ¿Llevas una vida sana que te permita pensar en muchos años en buen estado físico? ¿Haces ejercicio o prácticas algún deporte?
- ¿Tu dieta es balanceada?
- ¿Evitas las adicciones?
- ¿Duermes lo necesario?
- ¿Estás en paz contigo mismo?
- ¿Eres congruente con el pensamiento religión o filosofía de vida que te das propuesto?
- ¿Has hecho lo necesario (leer, informarte) para que tu reflexión y razonamiento crezcan a la par de tu cuerpo y de tu nivel de estudios?
- ¿Prácticas alguna actividad artística?
- ¿Qué cosas te provocan alegría? ¿son cosas que verdaderamente te benefician?
- ¿Qué problemas te impiden en ocasiones estar alegre? ¿Cómo atiendes esos problemas?
- ¿Llevas una buena relación con tus padres, hermanos, familiares y amigos?
- ¿Cómo pueden mejorar esas relaciones para que tu medio ambiente te sea más favorable?
- ¿Quiénes son las buenas compañías a las que debes acercarte y cuáles son las que debes alejar?
- ¿De qué manera te preparas para tu vida adulta?
- ¿Sabes qué características buscas en una profesión u ocupación?
- ¿Sabes qué características buscas en una pareja? ¿Qué tan congruente estás siendo con esas características?

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDAD 6_CREA TU AVATAR y Contesta un Test



Instrucciones:

- Extra clase, de forma individual, crea tu propio avatar de cuerpo completo, de forma digital o en una hoja, con el objetivo de ampliar el conocimiento de ti mismo.
- Consulta la página de internet que mejor se adapte a tus rasgos de personalidad, sus gustos y habilidades, es decir, que te reflejen tal cual eres. Puedes buscar en google “crea tu avatar” o “diseña tu avatar” y te aparecerán muchos sitios dedicados a la creación de avatares. En Facebook, en

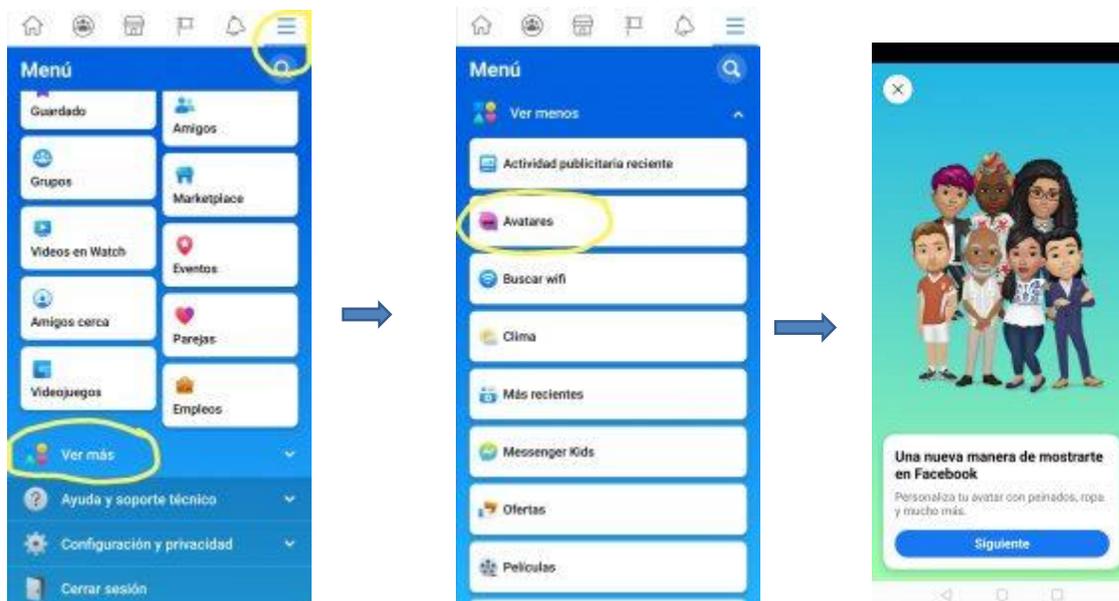
<https://www.creartuavatar.com/>

- Usa tu avatar para ilustrar el texto autorreflexivo de la actividad 5: *¿Quién soy?*
- Consulta el siguiente link y contesta el test de personalidad: <https://www.16personalities.com/es/test-de-personalidad>.
- Imprime y/o escribe tus resultados e intégralo a tu portafolio.
- En plenaria, comparte tu actividad y socializa con el grupo.

¿Cómo crear tu avatar en Facebook? (LAZ.COM, 2020)

¡Sigue estos 6 pasos!

- 1.- Abre la aplicación y ve a la parte donde están las tres líneas horizontales.
- 2.- Toca la opción **Ver más**. Luego, da clic en **Avatares**, toca **Siguiente** y después **Comenzar**.



Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida

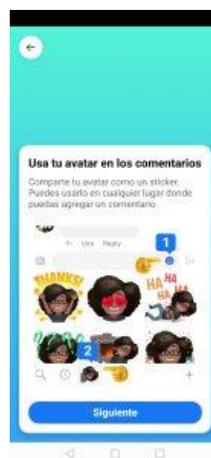


3.- Ahora, elige las características de personaje, tono de piel, tipo de peinado, color de cabello etc.

4.- También hay una opción para abrir tu cámara frontal, que permite recordar cómo te ves. En caso de querer hacerlo, hay que tocar el icono de espejo.

5.- Una vez que termines de crear tu avatar, toca **listo**.

6.- Dale **Siguiente**, ya tiene tu avatar en Facebook, que puedes usar como stickers en Messenger o cambiar tu foto de perfil.





OED5_B2_LC_Personalidad y valores, ¿Quién soy?, avatar y test de personalidad

COLEGIO DE BACHILLERES DE TABASCO PLANTEL No. ____

Lista de cotejo de texto ¿Quién soy? y Avatar

| | | |
|---|---------------|--|
| Asignatura: Orientación Educativa V | | Bloque II: Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida. |
| Situación didáctica: Pasaporte al éxito! | | |
| Nombre del estudiante: | | Docente: |
| Semestre: 5to. | Turno: | Fecha de aplicación: |
| Evidencia de Aprendizaje: Personalidad y valores, ¿Quién soy?, avatar y cuestionario de personalidad en línea. | | |

Instrucciones: Marque con una (X) para resaltar si cumplió con los criterios de la actividad. Sume los puntos para obtener la calificación

| Puntos | Indicadores | Criterios | | Observaciones |
|--|---|--------------|----------------|---------------|
| | | Si (1 pt) | No (0 pts.) | |
| 3 | Realiza su apreciación de rasgos de personalidad y de sus valores con sus datos personales y lo registra en el formato explicando por qué los eligió. | | | |
| 5 | Realiza su avatar o dibujo | | | |
| 5 | Su ensayo autoreflexivo "¿Quién soy?" tiene relación con el cuestionario presentado sin ser un texto de preguntas y respuestas. | | | |
| 3 | Expresa con coherencia y de manera ordenada sus ideas en el ensayo. | | | |
| 5 | Consulta el link y muestra evidencia de su resultado de la prueba de personalidad. | | | |
| 2 | Escribe siguiendo las reglas ortográficas | | | |
| 2 | Entrega la actividad en la fecha establecida | | | |
| PUNTUACIÓN FINAL (El máximo es 25 puntos) | | | | |

Realimentación:

| Logros: | Aspectos de mejora: |
|--------------|---------------------|
| | |

Firma del evaluador: _____

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



SESIÓN 11

OED5_B2_Lectura 5_Actividad 7_FODA

FODA (Volkia, 2008)

Esta herramienta detecta las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas de un proyecto, emprendimiento, organización, persona o hasta de un país.

Las Fortalezas y Debilidades son factores internos o propios. Las Oportunidades y Amenazas, externos.

Además de describir datos de estos cuatro grupos de variables, estudia las interrelaciones entre las mismas. Nos ayuda a diseñar estrategias para la toma de decisiones y la acción. Puede ser realizado en forma individual o grupal.

En este artículo nos referiremos a un **FODA personal**. Es empleable para toda nuestra persona, para un objetivo específico (un proyecto) o en la evaluación general de un rol (de estudio, pareja, etc.)

ACTIVIDAD:

1. Revisa la información proporcionada
2. Realiza tu FODA PERSONAL
3. Toma en cuenta las siguientes recomendaciones:
4. El FODA personal es una matriz con 4 secciones (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas) estas se pueden englobar en 2 partes.
5. **Análisis interno:** En esta parte nos centraremos en nosotros, en nuestras Debilidades y Fortalezas y así realizar estrategias que nos ayuden a mejorar.
6. **Análisis Externo:** Esta es la parte en que se analiza nuestro entorno, Amenazas y Oportunidades.
7. Para realizar correctamente el análisis interno y externo, debemos ser sinceros con nosotros mismos y contestar honestamente a varias preguntas.

Ten en cuenta:

- Una Fortaleza puede convertirse en Debilidad si se abusa de ella
- Una Oportunidad que se pierda, en una Debilidad o Amenaza
- Una Debilidad o una Amenaza son transformables en una Oportunidad

Para planificar las estrategias a seguir debemos pensar:

- ¿Cómo se puede detener cada debilidad?
- ¿Cómo se puede aprovechar cada fortaleza?
- ¿Cómo se puede explotar cada oportunidad?
- ¿Cómo se puede defender de cada amenaza?

La Matriz FODA indica 4 estrategias producto de la combinación entre lo personal (Debilidades y Fortalezas) y el ámbito laboral (Amenazas y Oportunidades)

1- Estrategia DA (Debilidades vs. Amenazas)

El objetivo es minimizar tanto las debilidades como las amenazas. Se puede lograr mediante, por ejemplo, adquirir nuevas habilidades a través de la capacitación.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



2- Estrategia DO (Debilidades vs. Oportunidades)

Se intenta minimizar las debilidades y maximizar las oportunidades. Un profesional puede identificar oportunidades en el medio ambiente externo (entorno laboral dentro de la empresa o el mercado) pero tener debilidades personales que eviten aprovechar las ventajas que éste ofrece.

3- Estrategia FA (Fortalezas vs Amenazas)

Se basa en las fortalezas personales que pueden contrarrestar las amenazas del entorno. Esto, sin embargo, no significa necesariamente tengamos que dedicarnos a buscar amenazas en el medio ambiente externo para enfrentarlas. Por lo contrario, las fortalezas deben ser usadas con mucho cuidado y discreción.

4- Estrategia FO (Fortalezas vs Oportunidades)

Esta es la situación ideal. Es un indicador que estamos bien orientados en cuanto a:

- **El mercado en el que estamos inmersos**
- **La empresa en la cual trabajamos**
- **El rol que desempeñamos dentro de la organización**





Nombre: _____

| FODA PERSONAL | |
|--|--|
| Análisis Interno FODA Personal | |
| <p>FORTALEZA ¿Cuál es mi mayor virtud?</p> <p>¿Qué actividad es la que más me apasiona?</p> <p>¿Qué hago mejor que los demás?</p> | <p>DEBILIDAD ¿Tengo la suficiente experiencia?</p> <p>¿Qué debería mejorar?</p> <p>¿Qué características son las que más me alejan de mis objetivos?</p> |
| Análisis externo FODA Personal | |
| <p>OPORTUNIDAD ¿Qué aspectos externos pueden facilitarme conseguir mis objetivos?</p> <p>¿Puedo ofrecer algo positivo en el sector?</p> <p>¿Qué recursos tengo que me acercan a conseguir mi meta?</p> | <p>AMENAZA ¿Qué aspectos externos me dificultan llegar a mis objetivos?</p> <p>¿Qué problemas externos en mi sector me dificultan conseguir mis metas?</p> <p>¿Hay mucha competencia en el sector?</p> |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDAD 7_FODA FORMATO

Nombre:

| FODA PERSONAL | |
|---|---|
| Sobre tus áreas de desarrollo personal: | |
| Familiar, salud, espiritual, académico/profesional, laboral, económico y recreativo | |
| Partiendo de las áreas de desarrollo personal y después de re-leer tu autobiografía, menciona una fortaleza y una debilidad más importante de cada una de las 7 área de desarrollo personal revisadas en la sesión 9. | |
| FORTALEZA 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. Otras: | DEBILIDAD 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. Otras: |
| Partiendo de las 7 áreas de desarrollo personal y después de re-leer tu autobiografía, menciona una oportunidad y una amenaza más importante de cada área de desarrollo personal. | |
| OPORTUNIDAD 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. Otras: | AMENAZA 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. Otras: |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



SESIÓN 12

OED5_B2_Actividad 8_Meta MARTE

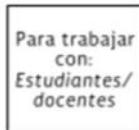
CONSTRUYE T

ACTIVIDADES PARA DOCENTES

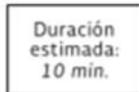


Para reflexionar...

- ¿Qué metas hemos alcanzado exitosamente en nuestra vida?
- ¿Por qué nos cuesta tanto trabajo alcanzar algunas metas?



Nuestro objetivo: Conocer las características que hacen que una meta sea más fácil de lograr (MARTE: medible, alcanzable, relevante, con un tiempo claro y específico).
Condiciones y materiales deseables: Copias del ANEXO. Metas MARTE o si se prefiere, proyectar en la pantalla una imagen del mismo.



Paso a paso:



1. Explicar a los participantes que proponerse y alcanzar metas contribuye a la felicidad.
2. Mencionar que hoy en día existen muchas investigaciones sobre qué ayuda a las personas a alcanzar sus metas.
3. Compartir las características de las metas bien establecidas (las que son más probables que logremos). Ver el anexo de la actividad. Es más probable lograr una meta si ésta es:

- Medible
- Alcanzable
- Relevante
- Tiempo (con un tiempo claro)
- Específica



4. Cada estudiante debe escribir una meta personal.
5. Después, en parejas, comparten las metas que anotaron y juntos analizan si se trata de una meta MARTE y, si no, la afinan para que cumpla con los cinco requisitos.

Para terminar... ¿Cómo seré una mejor persona?, ¿Cómo seremos una mejor comunidad?

Saber establecer y alcanzar metas es muy importante en el trabajo y en la vida personal. Las investigaciones muestran que las personas que se proponen y logran metas, experimentan mayores niveles de bienestar. Hoy en día se habla de la “ciencia de las metas”, ya que hay conocimientos sólidos sobre qué se puede hacer para maximizar las probabilidades de lograr nuestros objetivos. Si nuestros estudiantes aprenden a establecer metas y tener éxito, puede lograr su productividad, su autoeficacia y su satisfacción con la vida.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_LLECTURA 6 _METAS

Metas

*Planear es poner en un plano nuestras ideas antes de echar a andar los proyectos.
El arquitecto antes de construir la casa hace "el plano".*

Jorge Clavizo

Estructura de meta

Las metas pueden definirse como **pequeños objetivos que el individuo se plantea para lograr llegar a un objetivo final.**

Las metas **se originan de la necesidad de lograr algo**, es la necesidad de satisfacer un anhelo, el punto de partida de una meta. Cuando un individuo o grupo de individuos tienen una necesidad, de inmediato comienzan a establecer objetivos, posteriormente se establecen las metas y es a partir de éstas, que surgirán los pasos a seguir que permitirán la motivación de quienes lo realizarán.

Metas MARTE (SEP, SEP, 2018)

A veces nos ponemos una meta con muy buenas intenciones, pero nos cuesta mucho trabajo lograrla. Frecuentemente no se trata de una falla de la persona, sino de que la meta no está bien definida. Una manera de establecer metas con más probabilidades de éxito es que la meta cumpla con los siguientes requisitos:

- **Medible:** que se puede medir tanto el resultado como el progreso. Por ejemplo, es mejor decir "mi meta es sacarme 8 o más en el siguiente examen de matemáticas" que "voy a mejorar en matemáticas"
- **Alcanzable:** que sea viable, realista. Por ejemplo, si alguien nunca ha jugado fútbol, es poco probable que en un año sea parte de la selección nacional. Pero sí podría ponerse la meta de en un año jugar en un equipo de la escuela si asiste a los entrenamientos.
- **Relevante:** quiere decir que sea algo importante para la persona. Se ha comprobado que es probable cumplir una meta que nos ponemos nosotros mismos que una que nos impone alguien más. Por ejemplo, si un alumno quiere estudiar veterinaria, sabe que es importante aprender biología y eso lo puede motivar para estudiar mucho en la clase de esa materia.
- **Tiempo:** es muy importante ponerle fecha u hora a la meta, ubicarla en el tiempo. Por ejemplo, es mejor decir "para el domingo a las nueve de la noche tendré terminada la tarea de geografía" que "acabar la tarea de geografía".
- **Específica:** descrita de la manera más detalla y observable se sea posible. Por ejemplo, en vez de decir "le voy a echar ganas a la escuela", es mejor decir "hoy en la clase voy a poner mi total atención, no voy a ver mi teléfono y voy a tomar notas".

Para acordarte de cómo debe ser una meta bien planteada acuérdate de las primeras letras de cada característica: MARTE (medible, alcanzable, relevante, con tiempo, y específica).

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



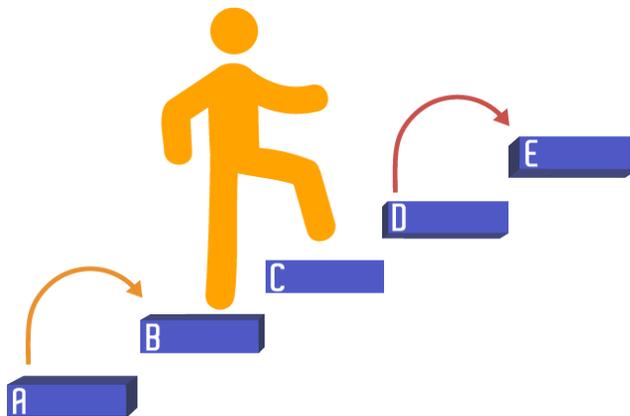
Es decir, el logro de una o varias metas deben implicar empezar a trabajar desde ese mismo instante en pro de la consecución de las metas posteriores, y así sucesivamente. Este es un criterio mediante el cual el alcance de los objetivos adquiere mayor nivel de factibilidad.

En este contexto, las metas suelen delimitarse en tres grupos, los cuales obedecen a un lapso de tiempo. Estos grupos son: Corto, mediano y largo plazo.

Tipos de metas

- **Corto plazo** (GABOB25, 2015)

Representan la base de las metas posteriores. El lograrlas nos lleva necesariamente al siguiente nivel, lo cual a su vez representa estar un paso más cerca de cumplir el objetivo planteado. Las metas que conforman esta categoría deben ser aquellas indispensables, esas sin cuyo cumplimiento en primer término imposibilita avanzar. Por ende, responden a una prioridad. Van desde los primeros días por venir, hasta las primeras semanas.



- **Mediano Plazo**

Son aquellas cuyo cumplimiento no es posible sin antes lograr las correspondientes al corto plazo. Las metas son interdependientes unas en relación con las otras, y deben entenderse como tal. Secarse con una toalla antes de darnos una ducha, por ejemplo, es algo que carece de sentido. Se debe seguir un

orden lógico que vaya encaminado hacia un fin macro como lo es el objetivo planteado propiamente dicho. En este orden de ideas, el logro de metas a mediano plazo suele estar enmarcadas dentro de un lapso de tiempo que comprende los meses por venir.

- **Largo plazo**

Algo que juega suma importancia dentro del logro del objetivo planteado es el cumplimiento sostenido. Lo esporádico no lleva a ningún lado en el marco de nuestras aspiraciones, y es

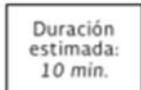
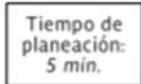
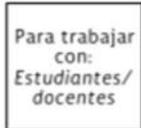


aquí en donde factores como la autodisciplina adquieren un rol protagónico. Es por eso que ese tipo de potencialidades deben desarrollarse imperativamente, ya que en ellas reposa nuestra probabilidad de éxito. En este sentido, estas categorías de metas responden al cumplimiento ininterrumpido durante años, incluso, de metas a corto y mediano plazo.



Todas las personas tenemos objetivos de vida, sin embargo, muchos carecen de información metodológica acerca de cómo trabajar de manera efectiva para cumplirlos, y es allí en dónde radica la mayor parte del fracaso. Por ende, debemos focalizar nuestra atención en información que nos dote de herramientas prácticas, ya que solo mediante el aprendizaje y formación continuos es que contamos con posibilidades reales de dar con el éxito.

OED5_B2_ACTIVIDAD 9_CONECTO CON MIS METAS



2.1 conecto con mis metas

“Si quieres vivir una vida feliz, átalala a una meta, no a una persona u objeto.” Albert Einstein.

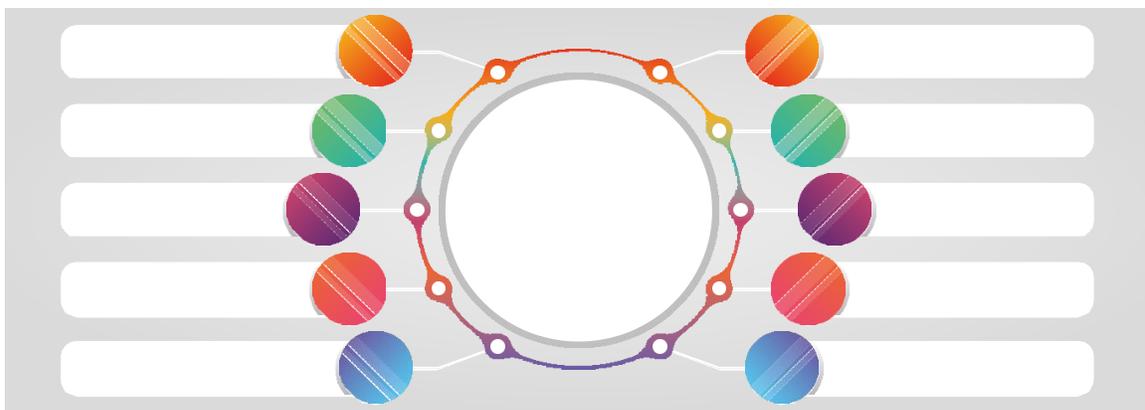
Soy Lety: Desde chica quería ser ingeniera y es la carrera que ahora estudio. En la preparatoria no entraba mucho a la clase de matemáticas pues mis compañeros no lo hacían y prefería estar con ellos. Ahora sufro mucho intentando ponerme al corriente. Me arrepiento de no haber estudiado cuando tuve la oportunidad, me hubiera ahorrado muchos dolores de cabeza. Reflexionar sobre nuestros intereses nos ayuda a tomar decisiones que nos conducen a nuestras metas. De ahí la importancia de hacerlos explícitos. Eso es lo que haremos en esta variación. El reto es identificar la importancia de establecer un proyecto de vida que te permita definir metas de acuerdo con tus intereses, valores y contexto, para guiar la toma responsable de decisiones.

ACTIVIDAD 1

Trabaja de manera individual.

En la variación 1.1 de Autoconocimiento realizaste tu “Mapa de identidad”. Ahora te proponemos hacer el esfuerzo de imaginarte cómo te gustaría que fuera tu vida en diez años y complementar así tu **“Mapa de identidad futuro”**.

Escribe tu nombre en el centro y puedes seguir las siguientes preguntas para incluir elementos en tu mapa: ¿dónde te gustaría vivir?, ¿con quién o quiénes?, ¿qué te ves haciendo o trabajando?, ¿cómo te imaginas a tus amigos y tus relaciones con los demás?, ¿cuáles te gustaría que fueran tus virtudes y fortalezas?, ¿cómo te gustaría sentirte?, ¿cómo te gustaría que te vieran los demás? Escribe tu mapa en presente, como si lo estuvieras viviendo en este momento.



Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



ACTIVIDAD 2

Reúnete en un equipo de cuatro o cinco compañeros y si te sientes cómodo, comparte alguna de las respuestas del ejercicio anterior sobre tus metas a largo plazo.

Reflexionen sobre la siguiente pregunta:

¿Qué relación encuentran entre su mapa de identidad futuro y la toma responsable de decisiones?

Escribe en un minuto
que te llevas de la
lección.

| |
|--|
| |
| |
| |
| |

REAFIRMO Y ORDENO

Para desarrollar la toma responsable de decisiones, el punto de partida es tener presentes los anhelos y metas relacionadas con nuestro proyecto de vida. Esta tarea puede ser complicada para algunas personas, pero vale la pena el esfuerzo para guiar nuestro actuar en la dirección que hemos elegido.

PARA TU VIDA DIARIA

Continúa reflexionando sobre tus metas. Identifica la relación entre tus intereses con una meta a realizar en un mes, un año y en cinco años, respectivamente.

¿QUIERES SABER MÁS?

En la siguiente charla TED, Cristina Muñoz nos habla de la importancia de tener un propósito en la vida. Puedes buscarla en tu navegador como *Resetea tu vida y encuentra tu propósito*,

TEDxCuestadelBailío o en la siguiente dirección:

<https://youtu.be/DuC2n9lmaMA>

CONCEPTO CLAVE

Meta a largo plazo:

Son fines u objetivos específicos a los que se quiere llegar o lograr en un plazo determinado a partir de pasos concretos, estas metas son parte sustancial del proyecto de vida de las personas.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



SESIÓN 13

OED5_B2_LECTURA 7_PLAN DE ACCIÓN

Has llegado al siguiente paso de tu proyecto de vida, después de que en las sesiones anteriores recordaste lo vivido en tu pasado, el cual forma parte importante de tu formación, exploraste tu presente el cual es indispensable para tener en cuenta quién eres y ahora estás empezando a pensar y plantear tu futuro, que te llevará a lograr de mejor manera tus objetivos; es momento de establecer un plan de acción que te permita definir claramente tus metas, respondiendo a las preguntas ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Con qué?, así como pensar los escenarios posibles que te permitan tener estrategias claras de resolución.

Para poner en práctica este plan de acción es indispensable organizar tus ideas, es por ellos que hemos diseñado un cuadro que te será de mucha ayuda, te pedimos que antes de iniciar, tomes en cuenta las siguientes recomendaciones:

- 1.- Piensa en todas las cosas que quieres lograr, tradúcelas en metas, recuerda que una meta mientras más específica es mejor. No olvides la metodología **MARTE** que trabajaste con anterioridad.
- 2.- Debes ser claro, conciso y preciso en cada rubro que definas.
- 3.- Deberás establecer una meta a por cada tiempo, corto, mediano y largo plazo para cada ámbito.
- 4.- Recuerda que es importante planear para que tus metas en el futuro sean probables y deseables, sin embargo, en el camino puedes encontrar diversas situaciones que te hagan replantear lo establecido, piensa en los 3 posibles escenarios y establece estrategias para enfrentar cada uno.

Te compartimos un **ejemplo** del plan de acción, para que lo tomes como referencia:

PLAN DE ACCIÓN DEL PROYECTO DE VIDA.

| ÁMBITO | | Familiar | Salud | Espiritual | Académico/ Profesional | Laboral | Económico | Actividades recreativas | |
|--------------------------|----------------|--|--|------------|--|---|-----------|----------------------------|--|
| Metas | Corto plazo | | Mejorar mi alimentación y comer sano. | | Terminar el 6º. semestre con al menos 9 de promedio para mejorar el promedio general. | | | | |
| Estrategias de Acción | | | <ul style="list-style-type: none"> • Evitar comer comida chatarra, refrescos y dulces. • Acudir con un nutriólogo para llevar un régimen alimenticio. | | <ul style="list-style-type: none"> • Esforzándome para cumplir con todos mis trabajos. • Poner mayor atención • Estudiar horas extras durante los parciales que faltan y el final | | | | |
| Fecha de Cumplimiento | | | Del 04 de abril de este año al 04 de diciembre | | A partir de ahora y hasta junio que termina el semestre | | | | |
| Apoyos externos | | | <ul style="list-style-type: none"> • Un especialista nutriólogo. • Mi familia. | | Internet y tutoriales en línea. Tengo un buen equipo de compañeros | | | | |
| Futuro | Probable | <ul style="list-style-type: none"> • Realizar un plan de alimentación diario • Ser constante y disciplinado. | | | | | | | |
| | | ¿Qué puedes hacer para alcanzar el futuro deseado? | | | | | | | |
| | | | No darne por vencido, no quiero ser gordo. | | No desistir. | | | | |
| | Deseable | | Seguir las estrategias diseñadas y buscar información y apoyo. | | | Me acercaré a compañeros responsables y preguntaré a los profes mis dudas | | | |
| | Indeseable | | Si mi plan no funciona comenzaría por realizar la primera estrategia de evitar comida chatarra para irme adaptando y buscar aparte de un nutriólogo un psicólogo que me ayude a trabajar en mi conducta. | | | Si no lograré mi propósito no me desanimaré. | | | |
| | | ¿Qué harías si se presentara una situación indeseable? ¿Cómo te sentirías? ¿Cómo actuarías? ¿Modificarías tus planes? | | | | | | | |
| | | | | | Me sentiría mal si no lo logro, pero creo que puedo y en el camino buscaré otras estrategias. | | | | |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



OED5_B2_ACTIVIDADES 10_FORMATO PARA PLAN DE ACCIÓN PROYECTO DE VIDA.

| ÁMBITO | | Familiar | Salud | Espiritual | Académico/ Profesional | Laboral | Económico | Actividades recreativas | |
|-----------------------|-------------|--|---|------------|---------------------------|---------|-----------|----------------------------|--|
| Metas | Corto plazo | | | | | | | | |
| Estrategias de Acción | | | | | | | | | |
| Fecha de Cumplimiento | | | | | | | | | |
| Apoyos externos | | | | | | | | | |
| Futuro | Probable | ¿Qué puedes hacer para alcanzar el futuro deseado? | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Deseable | | | | | | | | |
| | | Indeseable | ¿Qué harías si se presentara una situación indeseable? ¿Cómo te sentirías?, ¿Cómo actuarías?, ¿Modificarías tus planes? | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida

| | | | | | | | | |
|--------|-----------------------|---|--|--|--|--|--|--|
| Metas | Mediano plazo | | | | | | | |
| | Estrategias de Acción | | | | | | | |
| | Fecha de Cumplimiento | | | | | | | |
| | Apoyos externos | | | | | | | |
| Futuro | Probable | ¿Qué puedes hacer para alcanzar el futuro deseado? | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | Deseable | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | Indeseable | ¿Qué harías si se presentara una situación indeseable? ¿Cómo te sentirías?, ¿Cómo actuarías?, ¿Modificarías tus planes? | | | | | | |
| | | | | | | | | |

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida

| | | | | | | | | | |
|------------------------------|--------------------|--|---|--|--|--|--|--|--|
| Metas | Largo plazo | | | | | | | | |
| Estrategias de Acción | | | | | | | | | |
| Fecha de Cumplimiento | | | | | | | | | |
| Apoyos externos | | | | | | | | | |
| Futuro | Probable | ¿Qué puedes hacer para alcanzar el futuro deseado? | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | Deseable | | | | | | | | |
| | | Indeseable | ¿Qué harías si se presentara una situación indeseable? ¿Cómo te sentirías?, ¿Cómo actuarías?, ¿Modificarías tus planes? | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

Extraclas

Traer hojas blancas, colores, crayolas, lápiz, etc. para la próxima clase.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida

SESIÓN 14

OED5_B2_ACTIVIDAD 11_EL ÁRBOL (Casares Arrangoiz, 2010).

Para esta actividad necesitarás:

- Hojas blancas o cartulina, o doble carta o bond.
- Lápices de colores.
- Lápiz
- Borrador
- Crayolas o marcadores
- Y toda tu creatividad.



A partir de tu Autobiografía y de tú texto ¿Quién soy? Reflexiona: Si fueras un árbol, ¿cuál serías?

- a) Dibuja un árbol en una hoja de papel o una doble carta o cartulina, pero antes piensa qué tipo de árbol serías o cual podría representar lo que tú eres.
- b) En el tronco, escribe las diez cosas que más te gustan de ti o las diez características tuyas.
- c) En las raíces, escribe las cualidades, capacidades, habilidades o potencialidades que consideres tener y que has desarrollado a lo largo de tu vida y los aprendizajes que has adquirido.
- d) En las ramas y frutos, escribe tus logros. Resultados, frutos o productos que el árbol - tú- ha dado hasta hoy.

Colorea a tu gusto, pon toda tu creatividad, recuerda que en él se representa todo lo que tú eres.

Este trabajo lo integrarás a tu proyecto de vida.



Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



SESIÓN 15

OED5_B2_ACTIVIDAD 12_EL MAPA DEL TESORO.

Es muy probable que tengas en tu mente imágenes de ti mismo desempeñándote en distintas actividades profesionales. Deja que corra la fantasía y proyecta tu vida al futuro tal como lo desearías ¿sabes?

Es indispensable planear lo que quieres ser y hacer en el futuro. En tu Plan de acción que ya has concluido has puesto tus metas a largo, mediano y corto plazo, ahora es momento de que esas metas las visualices y organices el orden en qué esperas alcanzarlas.



Por ello, utiliza la técnica EL MAPA DEL TESORO que te ayudará a marcar una ruta de metas hacia la gran final. Utiliza las metas que elaboraste de tus áreas de contacto personal, y estructura un mapa, como los mapas del tesoro piratas, donde puedas representar la ruta que esperas seguir para hacer realidad todos tus sueños.

¿Cómo hacerlo?

1. Reúne imágenes que representen lo que eres actualmente.
2. Colecta o dibuja imágenes o si prefieres escribe pequeños letreros, que representen tus metas sobre cada una de tus áreas de contacto personales, a corto, mediano o largo plazo, que ya debes tener en el plan de acción de las clases anteriores.
3. Solo a ti te servirá este mapa, puedes crearlo de acuerdo a tus proyectos, tu creatividad.
4. Agrega los elementos que guste entre una meta u otra, puntos que consideras no olvidar para alcanzar o prevé el logro de esa meta, por ejemplo, si entre la conclusión de la prepa y terminar una carrera, quieres tener claro que necesitaras el apoyo extra de un trabajo, puedes incluir un letrero que diga Trabajo temporal.
5. Revisa que todas tus metas y proyectos estén representados con imágenes y quedé bien establecido el orden en esperas lograrlo.
6. Al realizarlo, incluye todos los detalles que signifiquen algo importante, pues durante su elaboración advertirás que pueden existir miedos, temores u obstáculos que pueden presentarse o motivos fuera de tu control que en el futuro podrías enfrentar.

Planeas tu futuro a través de un proyecto de vida



Ejemplo 1 2



Extraclase

Integra tu **Proyecto de vida** con las actividades realizadas en este bloque. Pregunta al maestro el orden y usa tu creatividad para darle una buena presentación.





TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

Haz concluido tu proyecto de vida, FELICIDADES, ahora sigue lo más importante:

**Hacer realidad con tu
esfuerzo y voluntad
cada una de tus metas.
No desistas.**

**LA CLAVE PARA
TRIUNFAR EN LA
VIDA SE LLAMA
“CREER EN TI”**



Fuentes de consulta

- (DGB), D. G. (2010). *Secretaría de Educación Média (SEMS*. (DGB, Editor, & SEP, Productor) Obtenido de <https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/320371/Manual.pdf>:
http://www.dgb.sep.gob.mx/02-m1/01-dgb/bachillerato_general.php
- (SEP), S. d. (21 de octubre de 2008). ACUERDO 444 de la RIEMS. (SEP, Ed.) *DIARIO OFICIAL DE LA FEDERACION*, pág. 5.
- ABC, C. (2013). *Color ABC*. Obtenido de <https://www.abc.com.py/articulos/el-resumen-699543.html>
- Agruirre, L. (2020). *Publimetro*. Obtenido de <https://www.publimetro.com.mx/mx/economia/2013/12/26/carreras-nuevas-conoce-mas-novedosas-lucrativas.html>
- anónimo. (julio de 2014). *Razonamiento Verbal* . Obtenido de <http://razonamiento-verbal1.blogspot.com/2014/07/ejercicios-de-comprension-de-lectura.html?m=1>
- anónimo. (2016). *Proverbios famosos y frases célebres*. Obtenido de Proverbios y frases sobre la educación: <http://www.frasesde.org/frases-de-educacion.php>
- ARROYO, I. Y. (junio de 2009). *FOMENTAR LA LECTURA*. Obtenido de BENEFICIOS PARA LOS JÓVENES: <http://fomentarlalectura.blogspot.com/2009/06/beneficios-para-los-jovenes.html>
- Bachillerato, D. G. (2013). Obtenido de DGB : https://www.dgb.sep.gob.mx/bachillerato_general.php
- BUSCANDOUNI. (agosto de 2020). *BUSCANDOUNI.COM*. Obtenido de Las 10 carreras mejor pagadas.: <https://www.buscandouni.com/las-10-carreras-mejor-pagadas-en-tabasco/>
- Casares Arrangoiz, D. y. (2010). *Planeación de vida y Carrera. Vitalidad personal y organizacional, Desarrollo Humano y crisis de madurez. Asertividad y administración del tiempo*. (27a ed.). México: Limusa.
- CECATI-95. (2019). *cursosycarreras.com*. Obtenido de CECATI 95 Centro de capacitación para el trabajo industrial no. 95: <https://www.cursosycarreras.com.mx/cecati-95-FI-1133>
- CENIT, R. (2014). *RED CENIT Centro de desarrollo cognitivo*. . Obtenido de 10 BENEFICIOS DE LA LECTURA .
- CETEA. (2019). *Centro Tecnológicos de Especialidades Automotrices* . Obtenido de <https://www.cetea.edu.mx/conocenos/>.
- Chile, d. (2016). *ETIMOLOGIAS DE MERCADO* . Obtenido de <http://etimologias.dechile.net/?mercado>
- Delgado, P. (2015). *CELEE*. Obtenido de Centro de Lectura y Escritura : <https://celee.uao.edu.co/la-autobiografia-narrar-la-vida-se-trata/>
- DGB. (2018). *DGB*. (SEP, Productor) Recuperado el noviembre de 2019, de https://www.dgb.sep.gob.mx/pdf/mapa_curricular_acordado.pdf



- DGB. (2019). Obtenido de Dirección General del Bachillerato: <http://www.dgb.sep.gob.mx/02-m1/01-dgb/bachillerato.php>
- DGB. (2019). *Lineamientos del servicio de Orientación Educativa para Bachillerato General*. México: SEP.
- DIF. (2019). *DIF Coatzacoalcos* . Obtenido de <https://dif.coatzacoalcos.gob.mx/comunicados-de-prensa/invita-sistema-dif-a-integrarse-a-sus-talleres-de-capacitacion/>
- DIF. (2019). *DIF TABASCO* . Obtenido de ¿Quiénes somos? : <http://dif.tabasco.gob.mx/content/dif-tabasco>.
- DIF-Veracruz. (2019). *DIF Veracruz* . Obtenido de Coordinación de Capacitación para el Trabajo y Talleres. : <https://dif.veracruzmunipio.gob.mx/subdireccion-operativa/coordinacion-de-capacitacion-para-el-trabajo-y-talleres/>
- Digert, S. d. (2022). *GUIA UNIVERSITARIA*. Obtenido de <https://guiauniversitaria.mx/las-7-mejores-carreras-cortas-para-estudiar>
- Educativo, P. (2017). *Portal Educativo*. Recuperado el julio de 2020, de Profesiones, oficios y otras actividades.: <https://www.portaleducativo.net/primer-basico/24/Profesiones-oficios-otras-actividades>
- educaweb. (2019). *educaweb*. Obtenido de Orientación Académica : <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/formacion-online-distancia/diferencias-formacion-online-formacion-distancia/#:~:text=La%20formaci%C3%B3n%20online%20son%20cursos,que%20tengan%20conexi%C3%B3n%20a%20Internet>.
- EDUCOMPARA. (2022). *EDUCOMPARA*. Obtenido de <https://educompara.com/las-10-carreras-mas-estudiadas-vs-las-10-mas-demandadas-por-las-empresas/>
- Esquinca Díaz, M. R. (28 de abril de 2011). *Edifica tu destino*. Obtenido de Blogspot: Orientación para todos de la autora: <http://orientacionparatodos.blogspot.mx/2011/04/edifica-tu-destino.html>
- Esquinca Díaz, M. R. (14 de junio de 2020). *Puzzle.org*. Obtenido de <https://puzzle.org/es/crossword/play?p=-M9nlrqupLgrgBBeU25L>
- etimologías. (2016). *Etimologías*. Obtenido de Información sobre Profesiografía : <http://etimologias.dechile.net/?profesiografi.a>
- Expansión. (2019). *Expansión* . Obtenido de Etimológicamente la palabra mercado proviene del latín “Mercatus” que significa “comercio, trafico, mercado” derivado del verbo “mercari” que significa comprar.
- FEDERAL, G. (2022). *OBSERVATORIO LABORAL*. Obtenido de <https://www.observatoriolaboral.gob.mx/#/>



- Federal, G. (2022). *PORTAL DEL EMPLEO*. Obtenido de <https://www.empleo.gob.mx/loginGOB>
- Fernández, L. C. (2011). *UNIVERSIDAD SALESIANA DE BOLIVIA* . Obtenido de Bolivia : <http://virtual.usalesiana.edu.bo/web/contenido/dossier/22011/766.pdf>
- FÓRMULA.MX, R. (5 de mayo de 2022). *Radio Formula.mx*. Obtenido de ¡Ojo! Las 10 carreras más demandadas en México en lo que va del 2022.: <https://www.radioformula.com.mx/nacional/2022/5/5/ojo-las-10-carreras-mas-demandadas-en-mexico-en-lo-que-va-de-2022-654484.html>
- GABOB25. (2015). *STEEMETS*. Obtenido de <https://steemit.com/spanish/@gabob25/las-metas-corto-mediano-y-largo-plazo>
- González, J. A. (2016). *Actividades de tutoría, 3er ESO*. Obtenido de Departamentos de Orientación: <https://www.elorienta.com/alyanub/enlaces/actividades-de-tutoria-3eso-segundotrimestre.pdf>
- IMCO. (2018). *IMCO*. Obtenido de % de personas que ingresaron a la carrera sobre el total de solicitudes en universidades públicas.: <https://imco.org.mx/comparacarreras/ranking/demanda/2018/1>
- IMCO. (MAYO de 2022). *IMCO*. Obtenido de CARRERAS MEJOR PAGADAS: <https://imco.org.mx/comparacarreras/ranking/mejor-pagadas/2022/1>
- IMCO. (abril de 2022). *IMCO*. Obtenido de Las 10 más: <http://imco.org.mx/comparacarreras/las-10-mas>
- KONRAD, F. (2011). *FUNDACIÓN UNIVERSITARIA KONRAD LONRENTZ CARRERAS UNIVERSITARIAS Y POSGRADOS EN BOGOTA* . Obtenido de LOS BENEFICIOS DE LA LECTURA : <http://www.konradlorenz.edu.co/es/estudiantes/servicios-para-estudiantes/biblioteca-juan-alberto-aragon-bateman/novedades/714-los-beneficios-de-la-lectura.html>
- LAZ.COM. (junio de 2020). *LAZ 107.3 FM*. Obtenido de EN EL CENTRO: <https://laz.mx/enelcentro/pasos-para-crear-tu-avatar-en-facebook.html>
- learningtoolbox. (2011). Obtenido de <http://coe.jmu.edu/learningtoolbox/cornellnote>
- LECTORES, J. (2018). *JOVECES LECTORES. ES*. Obtenido de IMPORTANCIA DE LA LECTURA EN LOS JÓVENES: <https://joveneslectores.es/importancia-de-la-lectura-en-los-jovenes/>
- Lucidchart. (2018). *Lucidchart*. Obtenido de https://www.lucidchart.com/pages/es/que-es-un-cuadro-sinoptico#section_0
- Madison Universidad, J. (2013). *The learning toolbox home, James Madison Universidad*. Obtenido de <http://coe.jmu.edu/learningtoolbox/cornellnotes.html>
- Mextudia. (2020). *Mextudia* . Obtenido de Becas para Universitarios y posgrados. : <https://mextudia.com/becas/>



- MIR. (2018). *Curso MIR de Asturias*. Obtenido de <http://www.curso-mir.com/metodoCIMA/7-El-horario.html>
- Monografías. (2010). *Monografías.com*. Obtenido de <https://www.monografias.com/trabajos109/caracteristicas-esenciales-toda-profesion/caracteristicas-esenciales-toda-profesion.shtml>
- naratosexto. (enero de 2015). *naratodosexto.blogspot.com*. Obtenido de <http://naratodosexto.blogspot.com/2015/01/que-es-un-infograma.html>
- Narro Robles, J., & Martuscelli Quintana, J. y. (2012). *Plan de diez años para desarrollar el Sistema Educativo Nacional. [En línea]*. UNAM. (Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial, Ed.) Recuperado el julio de 2020, de http://www.planeducativonacional.unam.mx/PDF/CAP_07.pdf
- NAVAL MILITAR, H. E. (2016). *HEROICA ESCUELA NAVAL MILITAR*. Obtenido de <https://www.henm.edu.mx/quienesSomos.html>
- notas, b. d. (enero de 2016). *blog de notas. Supera tus notas*. Obtenido de <https://superatusnotas10.wixsite.com/djm1/single-post/2016/1/10/D%C3%93NDE-Y-C%C3%93MO-ESTUDIAR>
- OCCMUNDIAL. (2020). *occmundial*. Obtenido de <https://www.occ.com.mx/empleos/de-universidad/>
- Pérez Porto, J. y. (2009). *Definición.de*. Obtenido de <https://definicion.de/plan-de-vida/>
- Pinterest.es. (2019). *Pinterrest.es*. Obtenido de <https://www.pinterest.es/pin/340092209354563481/>
- RAMOS FLORES, M. T. (2013). *TUTORIA Y ORIENTACIÓN EDUCATIVA*. Obtenido de ORIENTACION VOCACIONA, CARTILLA PARA TUTORES: <https://tutoria.minedu.gob.pe/assets/cartilla-orientacion-vocacional-i.pdf>
- Salgado Porcado, R. (2005). *Portal Político del Ciudadano*. Obtenido de Instituto Nacional de Estudios Políticos, A.C.: <http://www.inep.org/biblioteca/17-mexico-social/8-la-educacion-y-el-grado-de-escolaridad-en-mexico>
- Saramago, J. (2010). *A casa José Saramago*. Obtenido de <https://acasajosesaramago.com/autobiografia/>
- Seelbach Gonzalez, G. A. (2013). *Aliat.org*. (R. T. MILENIO, Ed.) Recuperado el 2020, de Bibliotecas Digitales/Psicología: http://www.aliat.org.mx/BibliotecasDigitales/Psicologia/Teorias_de_la_personalidad.pdf
- SEMS. (2010). *Yo no abandono* (Vol. X). México: SEP. Recuperado el 2020
- SEP. (2018). *SEP*. Obtenido de SEMS : <http://www.sems.gob.mx/construyet>
- SEP. (2019). *Gobierno de México*. Obtenido de Secretaria de Educación Pública : <https://www.gob.mx/sep/articulos/certifica-tus-competencias-labores-conoce-el-conocer>



- SEP. (s.f.). *Movimiento contra el abandono escolar en la Educación Media Superior*. (SEP, Ed.)
- SEP. DGB.DCA. (2010). *Lineamientos de Orientación Educativa*. México: DGB.
- SEP-EMS. (2008). Acuerdo 444 de la RIEMS. *capítulo III*. México .
- Serafini, M. (. (2010). *Subrayar, tomar apuntes y hacer cuadros sinópticos*. México:: Paidós.
- SES. (2016). *Subsecretaria de Educación Superior* . Obtenido de Instituciones de Educación Superior. : <https://web.archive.org/web/20160718193721/http://www.ses.sep.gob.mx/instituciones.html>
- Tabasco, G. d. (2022). PERIODICO OFICIAL DEL ESTADO DE TABASCO. *Periódico oficial del estado de Tabasco*, pág. <https://tabasco.gob.mx/PeriodicoOficial>.
- UNIBETAS. (2022). CARRERAS MEJOR PAGADAS. Obtenido de <https://unibetas.com> › carreras-mejor-pagadas-mexico
- UNIVERSIA. (diciembre de 2018). *UNIVERSIA* . Obtenido de Actualidad Universitaria. ¿En qué se diferencia un diplomado, una especialización, una maestría y un doctorado? : <https://www.universia.net/co/actualidad/orientacion-academica/que-se-diferencia-diplomado-especializacion-maestria-doctorado-cuadro-comparativo-1154861.html>
- UniversidadesdeMéxico. (2019). *Universidades de México*. Obtenido de <https://universidadesdemexico.mx/carreras/bibliotecologia-y-archivologia>
- Universo. (2011). El periódico de los universitarios, Uni verso. *El periódico de los univerrsitarios , AÑO 8(290)*. Obtenido de <https://www.uv.mx/universo/290/infgral/infgral13.htm>
- VIDAL CARRILLO, M. (julio de 2017). UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE HIDALGO. *Vida Científica, Boletín científico, de la Esucela Preparatoria no. 4 , 5(10)* . Recuperado el 2020, de VIDA CIENTIFICA, BOLETIN CIENTIFICO DE LA PREPA 4 NO. 10 : <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa4/n10/e5.html>
- Volkia. (2008). *Mi carrera Laboral. El blog de Carrera Laboral para profesionales*. Obtenido de FODA Personal - ejemplo: <https://micarrerallaboralenit.wordpress.com/2008/10/14/foda-personal-ejemplo/>
- Wikipedia. (2016). *Wikipedia. La enciclopedia libre* . . Obtenido de https://es.wikipedia.org/wiki/Educaci%C3%B3n_en_l%C3%ADnea#La_docencia_en_la_educaci%C3%B3n_en_l%C3%ADnea
- wikipedia. (junio de 2020). *Wikipedia* . Obtenido de [https://es.wikipedia.org/wiki/Trabajo_\(sociolog%C3%ADa\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Trabajo_(sociolog%C3%ADa))
- Yerro, E. (2017). *TUEMPLEO BY INFOEMPLEO*. Obtenido de Qué son las escuelas talleres y casas de oficios y talleres de empleo.: <https://blog.infoempleo.com/a/las-escuelas-taller-casas-oficios-talleres-empleo/>





TABASCO



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

"Educación que genera cambio"

ZUÑIGA, O. (2018). *LA MENTE ES MARAVILLOSA*. Obtenido de 7 BENEFICIOS DE LA LECTURA :
<https://lamenteesmaravillosa.com/siete-beneficios-de-la-lectura/>





TABASCO

"Educación que genera cambio"



COBATAB
COLEGIO DE BACHILLERES
DE TABASCO

FELICIDADES POR CONCLUIR ESTE 5º. SEMESTRE

