

Guía de trabajo autónomo (plantilla)

TEMA: EXPLORACIÓN VOCACIONAL. METAS, INTERESES.

Centro Educativo: Colegio Técnico Profesional La Suiza

Educador/a: Xenia Coto Molina

Nivel: 12°

Asignatura: Orientación




1. Me preparo para hacer la guía

Pautas que debo verificar **antes de iniciar** mi trabajo.

Materiales o recursos que voy a necesitar	Computadora o celular con acceso a internet Lapicero, lápiz, borrador, hojas blancas o cuaderno en caso de tener el material impreso.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Preferiblemente que tenga una iluminación adecuada, para no forzar la vista.
Tiempo en que se espera que realice la guía	90 minutos, depende de la temática de interés.



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	<p>En la presente guía vamos a continuar trabajando en la exploración vocacional iniciada en la guía anterior, pero ésta vez enfocado a sus metas, e intereses.</p> <p>Si tienes acceso a internet puedes ir avanzando con otras actividades para el conocimiento del medio (información sobre carreras, universidades, acreditación, campo laboral, entre otros), abriendo los enlaces que se ofrecen más adelante.</p>
<p>Actividad</p> 	<p>Revisa detalladamente la infografía que está en la siguiente página titulada “Siete pasos para alcanzar tu meta”, inicia por el primer paso en orden descendente.</p>



Actividad.

Metas



Recuerda, qué tienes dos grandes metas a corto plazo, la primera es la aprobación de 12° nivel con los ajustes que indique el Mep, y la segunda, elegir una carrera de estudio superior de forma realista, tomando en cuenta sus intereses y habilidades que lo caracterizan en su forma de Ser y hacer.

Ahora completa el siguiente cuadro, y si prefieres lo puedes hacer en una hoja aparte. Se le ofrece un ejemplo.

Objetivo(s)) a corto plazo.	Posibles obstáculos	Estrategia a ¿Cómo lo hago?	Logros en el camino	¿Qué puedo mejorar?
1. Aprobar 12°	Desmotivación	Aplico horario semanal	Dominio de temas. Consulta al profesor de materia.	Dedico más tiempo en las materias que me cuestan.
2.				

Actividad opcional: Observa el video:

Alcanzando metas Hola Seiiti Arata 41. Abre el siguiente enlace:

<https://youtu.be/s8K2KgryfDI>

Posterior al video reflexiona sobre el aprendizaje que obtuviste. Y luego completa el cuadro anterior.



Actividad.
Intereses vocacionales.

Preguntas para reflexionar y responder

Actividad.
Conocimiento de sí mismo.
Conocimiento del medio.



Para el logro de metas, es necesario ir descubriendo sus intereses en el área vocacional.

Complete primero el cuestionario del anexo 1. Realiza la interpretación de los resultados siguiendo las instrucciones, y responde a las preguntas. Fuente: Guía de orientación vocacional para estudiantes. COVO U.C.R

Actividad opcional: Ingresa a este enlace, tienes que registrarte como usuario.

<http://infoes.conare.ac.cr/web/infoes/instrumento-vocacional>

Realiza el test vocacional, sigue la ruta indicada. Y también obtienes información de otras universidades públicas

Actividad opcional:

Si deseas avanzar conociendo el medio.

Ingresa a google, anota covo sovi, acá te lleva a la opción que dice **Sistema de Orientación Vocacional Informatizado**, dale clic y te despliega la página del COVO.

También ingresas con este link.
<https://vocacional.ucr.ac.cr/sovi/?rvn=1>

Una vez en la página lee bien las instrucciones ingresa en este orden:

1. Factores que influyen en la elección vocacional. En cada pestaña y en orden descendente, realizas una lectura lenta y reflexiva.

2. Ejercicio de eliminación de carreras. Sugiero que previo a este ejercicio te posiciones en el logo de cada área de estudio, y consulta la descripción de las carreras. Por último elimina las carreras que nunca estudiarías, si no sabes, no las elimine.

3. Base de datos. Puedes ver las carreras que se imparten en los diferentes recintos o sedes.

4. Enlaces del Covo. Presenta información variada de sedes de universidades públicas, colegios para universitarios, información del mercado laboral (OLAP). En este enlace dale clic en la pestaña ¿Qué puedo estudiar?



--	--



Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones	<p>Con base en los resultados obtenidos en el cuestionario de intereses. Responde.</p> <ol style="list-style-type: none">1. Por qué piensas que lo descrito en la definición de interés te gusta?2. Crees que en el futuro podrías desarrollar actividades relacionadas con los tipos de interés que has expresado? Explica tu respuesta.3. Menciona dos carreras que crees se pueden relacionar con los intereses anotados como altos por usted. <p><i>Elabora una lista de cotejo y examina las ventajas y desventajas de 5 opciones educativas de tu interés a partir de tus habilidades e intereses para elección de carrera.</i></p> <p>¿Conozco las carreras de alta demanda laboral?</p> <p>¿Qué habilidades requiero para mi inclusión en el mercado laboral tan cambiante?</p> <p>¿Con qué recursos cuento?</p>
Indicaciones o preguntas para auto regularse y evaluarse.	<p><i>Reflexiona:</i></p> <ul style="list-style-type: none">○ ¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?○ ¿Qué puedo mejorar de mi exploración?○ Cómo aplicaré lo aprendido para la toma de decisiones vocacional?○ Anota los aprendizajes obtenidos en el portafolio de evidencias. <p>Para llamadas. Xenia Coto M. Teléfono: 63349543 Horario: de lunes a viernes de 1:00pm a 3:00pm.</p>



Anexo 1

Cuestionario de intereses expresados.

A continuación se le presenta la definición de algunos intereses vocacionales.

Califique su preferencia por cada uno, marcando con (X) la opción que considere refleja su nivel de interés. En la escala 1 es el interés más bajo y 5 el más alto.

Tipo de interés	¿En qué consiste?	Escala				
Por la naturaleza	Es la preferencia que tienen las personas por actividades al aire libre, que se realizan en el campo, los bosques o el mar.	1	2	3	4	5
Mecánico	Es la preferencia por la utilización de máquinas y herramientas, construir y arreglar objetos mecánicos, artefactos, muebles, entre otros,	1	2	3	4	5
Numérico	Es la preferencia por el trabajo con números y la resolución de problemas matemáticos.	1	2	3	4	5
Científico	Preferencia por investigar la razón de ser de las cosas y los hechos, en descubrir las causas que los producen y los principios y reglas que los explican, así como descubrir nuevos hechos y resolver problemas.	1	2	3	4	5
Persuasivo	Preferencia por el trato con personas con el fin de convencerlas respecto a alguna idea o proyecto.	1	2	3	4	5
Artístico	Preferencia por el arte en todas sus formas de expresión y por las actividades libres, creativas y vinculadas al manejo de diferentes materiales físicos, verbales o humanos para crear productos artísticos.	1	2	3	4	5
Verbal	Preferencia por las actividades relacionadas con la lectura, el manejo del lenguaje y la expresión en forma oral y escrita.	1	2	3	4	5
Social	Preferencia por el trato directo con las personas y por el análisis y la solución de problemas sociales.	1	2	3	4	5
Por actividades administrativas	Preferencia por tareas de oficina que requieren de precisión y exactitud y por la planificación y organización del trabajo administrativo.	1	2	3	4	5
Por los negocios	Preferencia por las actividades vinculadas con el manejo de recursos humanos y materiales, para lograr fines organizacionales y beneficios económicos.	1	2	3	4	5
Trabajo en equipo	Preferencia por compartir con otros de igual o distintas disciplinas, aspectos teóricos y prácticos relacionados con el trabajo o tareas por desarrollar.	1	2	3	4	5

Interpretación del cuestionario. Anexo 1.

Tomando en cuenta las respuestas anteriores, haga una lista de los cinco intereses calificados más altos y ordénelos de mayor a menor.

Por ejemplo si le otorgó a varios intereses el valor de 5, anótelos y continúe con los que tienen valor de 4 y así sucesivamente hasta completar cinco.

Fuente: Guía de orientación vocacional para estudiantes. COVO U.C.R