

Guía de trabajo autónomo (plantilla)

TEMA: Autoconocimiento y elección de carrera

Centro Educativo: Colegio Técnico Profesional la Suiza

Educador/a: Xenia Coto Molina

Nivel: 12°

Asignatura: Orientación



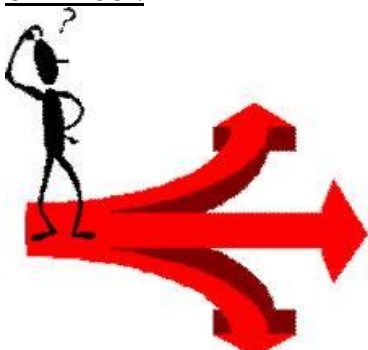
1. Me preparo para hacer la guía

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

Materiales o recursos que voy a necesitar	Materiales generales como: cuaderno/ hojas blancas o rayadas, lapicero, lápiz, y borrador, regla. <ul style="list-style-type: none"> Computadora o celular con acceso a internet Opcional: celular o computadora con acceso a internet.
Condiciones que debe tener el lugar donde voy a trabajar	Luz, ventilación, ambiente tranquilo.
Tiempo en que se espera que realice la guía	90 minutos, depende de la temática de su interés. Mes mayo.



2. Voy a recordar lo aprendido en clase.

Indicaciones	La presente guía representa un apoyo de exploración vocacional para que el estudiante de duodécimo nivel pueda ir descubriendo o reconociendo sus habilidades e intereses que le ayudan a ir construyendo su perfil vocacional para el logro de metas, y también hacer la relación con las carreras del área(s) de mayor preferencia para él o ella.
Actividad. <u>Explorando en mi interior, en mi Ser.</u> 	Responde las siguientes preguntas de forma sincera y reflexiona. <ol style="list-style-type: none"> 1. Quién Soy yo ahora? 2. Quién quiero llegar a Ser en el futuro? 3. Cuáles son las cosas o actividades que hago bien? 4. Qué cosas o actividades me gusta hacer? <p>Actividad opcional: Observa el siguiente video y realiza el ejercicio propuesto. https://youtu.be/a9CC3fO7110 Cómo descubrir tu Vocación con un triángulo Cosas de Coaching</p>

Actividad.
Estilos de Aprendizaje.



Reflejan como el individuo aprende, en sus diferentes habilidades, intereses, fortalezas y favorece el rendimiento académico.

Actividad.
Inteligencias Múltiples



Reconozco las actividades en cada uno de los estilos.

El siguiente cuadro muestra algunos ejemplos de actividades adaptadas a cada estilo:

Visual	Auditivo	Kinestésico
Ver, mirar, imaginar, leer, películas, dibujos, videos, mapas, carteles, diagramas, fotos, caricaturas, diapositivas, pinturas, exposiciones, tarjetas, telescopios, microscopios, bocetos.	Escuchar, oír, cantar, ritmo, debates, discusiones, cintas audio, lecturas, hablar en público, telefonar, grupos pequeños, entrevistas.	Tocar, mover, sentir, trabajo de campo, pintar, dibujar, bailar, laboratorio, hacer cosas, mostrar, reparar cosas.

Realiza una lectura de cada uno de los estilos. Cuál o cuáles crees que son propios de tu forma de aprender?
Responde:

1. Identifica cuál es su estilo predominante.
2. Qué relación tienen estos estilos para la elección de carrera u ocupación?
3. Pregunta a las personas cercanas que desempeñan una ocupación, si lo que hacen tiene relación con alguno de los estilos señalados anteriormente.

Las Inteligencias Múltiples se refieren a las inteligencias o habilidades que desarrollan las personas para resolver situaciones de la vida diaria, aficiones y vocación, logro de metas, y otros.

Howard Gardner.

Analiza la infografía del anexo 1, en la que se presentan las ocho inteligencias propuestas en la teoría de Howard Gardner, y reconoce en que consiste cada una y las carreras afines.

Ahora responde el cuestionario del anexo 2, titulado "Inteligencias Múltiples"

Realiza la sumatoria siguiendo el procedimiento que se le indica. Con base en los resultados identifica y escribe cuál o cuáles son tus inteligencias o habilidades más marcadas y/o sobresalientes.



3. Pongo en práctica lo aprendido en clase

Indicaciones

Elabora el cuadro en una hoja aparte.

Establezco la relación entre los tres componentes, tomando en cuenta también, mis estilos predominantes e inteligencias múltiples con base en los resultados del test.

Ejemplo: estilo visual-inteligencia espacial- carrera: Arquitectura, Publicidad, otros. Investiga cuáles otras carreras se relacionan.

Estilos de aprendizaje	Inteligencias Múltiples	Carreras
Visual		
Auditivo		
Kinestésico		

Actividad opcional: Observa este video:

<https://youtu.be/EoWhVFpZPI0>

“Encuentra tu carrera ideal conociendo tu tipo de inteligencia”

Preguntas para auto regularse y evaluarse.

¿Qué sabía antes de estos temas y qué sé ahora?
¿Qué puedo mejorar de mi exploración vocacional?
¿Cómo puedo aplicar lo aprendido para la elección de una carrera u ocupación?
¿Cómo puedo aplicar lo aprendido sobre los estilos de aprendizaje e inteligencias múltiples para hacer frente a las situaciones que se presentan durante la pandemia del COVID 19.

Pensamiento: **En medio de la dificultad, reside la oportunidad.**
Albert Einstein.

Orientadora Xenia, Teléfono 63349543.

Horario: de lunes a viernes, de 1:00 a 3:00pm

ANEXO 1





Anexo 2

Test de Inteligencias múltiples, de Howard Gardner

INSTRUCCIONES: Lee cada una de las afirmaciones. Si expresan características fuertes en tu persona y te parece que la afirmación es veraz entonces coloca una **V** y si no lo es, coloca una **F**. Si lo prefieres puedes responder en una hoja junto al número de la pregunta.

- 1___ Prefiero hacer un mapa que explicarle a alguien como tiene que llegar.
- 2___ Si estoy enojado(a) o contento (a) generalmente sé exactamente por qué.
- 3___ Sé tocar (o antes sabía tocar) un instrumento musical.
- 4___ Asocio la música con mis estados de ánimo.
- 5___ Puedo sumar o multiplicar mentalmente con mucha rapidez
- 6___ Puedo ayudar a un amigo a manejar sus sentimientos porque yo lo pude hacer antes en relación a sentimientos parecidos.
- 7___ Me gusta trabajar con calculadoras y computadoras.
- 8___ Aprendo rápido a bailar un ritmo nuevo.
- 9___ No me es difícil decir lo que pienso en el curso de una discusión o debate.
- 10___ Disfruto de una buena charla, discurso o sermón.
- 11___ Siempre distingo el norte del sur, esté donde esté.
- 12___ Me gusta reunir grupos de personas en una fiesta o en un evento especial.
- 13___ La vida me parece vacía sin música.
- 14___ Siempre entiendo los gráficos que vienen en las instrucciones de equipos o instrumentos.
- 15___ Me gusta hacer rompecabezas y entretenerme con juegos electrónicos
- 16___ Me fue fácil aprender a andar en bicicleta. (o patines)
- 17___ Me enoja cuando oigo una discusión o una afirmación que parece ilógica.
- 18___ Soy capaz de convencer a otros que sigan mis planes.
- 19___ Tengo buen sentido de equilibrio y coordinación.
- 20___ Con frecuencia veo configuraciones y relaciones entre números con más rapidez y facilidad que otros.
- 21___ Me gusta construir modelos (o hacer esculturas)
- 22___ Tengo agudeza para encontrar el significado de las palabras.
- 23___ Puedo mirar un objeto de una manera y con la misma facilidad verlo.
- 24___ Con frecuencia hago la conexión entre una pieza de música y algún evento de mi vida.
- 25___ Me gusta trabajar con números y figuras
- 26___ Me gusta sentarme silenciosamente y reflexionar sobre mis sentimientos íntimos.
- 27___ Con sólo mirar la forma de construcciones y estructuras me siento a gusto.
- 28___ Me gusta tararear, silbar y cantar en la ducha o cuando estoy sola.
- 29___ Soy bueno(a) para el atletismo.
- 30___ Me gusta escribir cartas detalladas a mis amigos.
- 31___ Generalmente me doy cuenta de la expresión que tengo en la cara
- 32___ Me doy cuenta de las expresiones en la cara de otras personas.
- 33___ Me mantengo "en contacto" con mis estados de ánimo. No me cuesta identificarlos.
- 34___ Me doy cuenta de los estados de ánimo de otros.
- 35___ Me doy cuenta bastante bien de lo que otros piensan de mí.



AHORA REvisa LAS SIGUIENTES PREGUNTAS EN EL ORDEN DADO:
SI PUSISTE VERDADERO ASIGNALES UN PUNTO A CADA UNA Y SUMA LOS PUNTOS.

A) 9-10-17-22-30 =

B) 5-7-15-20-25 =

c) 1-11-14-23-27=

d) 8-16-19-21-29=

E) 3-4-13-24-28=

F) 2-6-26-31-33=

G) 12-18-32-34-35=

Suma cuanto te da en cada una de las filas, (A-B-C-D-E-F-G), si el total de la suma en cada fila da 4, entonces tienes la habilidad marcada y si es 5, eres sobresaliente.

Ahora las inteligencias por agrupación de afirmaciones:

- A) Int. Verbal
- B) Int. Lógico-matemática
- C) Int. Visual espacial
- D) Int. Kinestésica - corporal
- E) Int. Musical-rítmica
- F) Int. Intrapersonal
- G) Int Interpersonal.

Mi inteligencia/s múltiple marcada es: _____

Mi inteligencia/s múltiple sobresaliente es: _____

