

Fecha: Del 21 al 25 de setiembre de 2020.

## I Parte. Administrativa.

Institución educativa: **Colegio Técnico Profesional La Suiza**

Nombre del docente: **Prof. Clotilde Fuentes Núñez**

Especialidad Técnica: **Secretariado Ejecutivo**

Sub-área: **Gestión Empresarial**

Unidad de estudio: **Legislación Laboral**

Nivel: **Duodécimo (12-3A)**

Horario de atención a distancia: **Lunes de 7 a.m a 11: 20 a.m y de 12:10 p.m a 4:30 p.m. o martes de 12:10 p.m a 2:10 p.m**

Canales de comunicación **Microsoft Teams, WhatsApp 8810-4878, correo electrónico [clotilde.fuentes.nunez@mep.go.cr](mailto:clotilde.fuentes.nunez@mep.go.cr)**

Nombre del estudiante: \_\_\_\_\_ Sección **12-3A**

Nombre y firma del padre, madre o encargado: \_\_\_\_\_

Fecha de devolución: 12 de octubre Medio de devolución: Impreso

## II Parte. Planificación Pedagógica

Tema (s).	Imagen Profesional
Resultados de aprendizaje	Practicar la imagen profesional correcta acorde con la exigencia de la empresa.
Contenidos	Imagen profesional: <ul style="list-style-type: none"> <li>El vestuario en el mundo de los negocios.</li> </ul>
Valores o actitudes.	Capacidad de dialogar en situaciones conflictivas.
Materiales o recursos didácticos que voy a necesitar:	Cuaderno de la materia, lapiceros, lápiz, hojas blancas, herramientas tecnológicas. Computadora e impresora <b>(no obligatorio)</b> .
Condiciones que debe tener el lugar	Debe trabajar en espacio cómodo y tranquilo. Utilizar en la medida de lo posible una mesa y una silla donde pueda sentarse adecuadamente.
Indicaciones generales:	Las prácticas pueden ser desarrolladas en el cuaderno, en hojas aparte (impresas en computadora o a mano).

## Planificación de las actividades que realiza el estudiante.



### EL VESTUARIO EN EL MUNDO EMPRESARIAL

#### Vestuario de una ejecutiva en la oficina.

Algunas ocasiones exigen un atuendo especial, pero siempre es necesario vestir con gusto y adecuadamente. Al escoger el traje y los accesorios se debe tomar en cuenta la hora, el clima y la celebración.

Lo más importante es tener sentido común y gusto para estar acorde con la situación. Para la oficina es aconsejable proyectar una imagen clásica y conservadora. Ropa ceñida o demasiado floja, escotes pronunciados, faldas muy cortas, blusas transparentes, joyas llamativas o peinados extraños, están completamente fuera de las normas de etiqueta laboral.

La lista de vestuario que se incluye a continuación, no es un conjunto de prendas elegido en forma arbitraria. Se trata de lo que es la “columna vertebral” del vestuario básico.

- |  |   |
|--|---|
| ▪ 2 jeans  | ▪ 2 pantalones “chinos” (caquis)  |
| ▪ 2 pantalones negros  | ▪ 1 blusa blanca  |
| ▪ 2 suéter   | ▪ 1 sombrilla   |
| ▪ 2 blazers  | ▪ 1 bolso grande  |
| ▪ 1 par de zapatos bajos   | ▪ 1 par de tacones negros   |
| ▪ 1 par de botas altas   | ▪ Bufandas o pañuelos   |
| ▪ 1 gabardina clásica.   | ▪ 1 traje sastre.   |
| ▪ 1 vestido sencillito negro                                       | ▪ 1 vestido tipo coctel   |
| ▪ 2 faldas cortas  | ▪ 2 faldas largas   |
| ▪ Camisetas o tops en colores neutros (blanco, gris, beige, negro) | ▪ Accesorios: anillos, reloj de pulsera, collar, cinturones, lentes, aretes, etc. |

#### **Recomendaciones.**

1. Un vestido negro, de líneas sencillas, puede ser considerado “un básico” para asistir a diversas reuniones. Los accesorios le darán un aspecto más “formal o más casual”.
2. Las faldas levemente talladas hasta la rodilla sientan mejor que las plisadas o rectas.
3. Los trajes que más favorecen son los pantalones rectos y chaquetas sastre largas con hombreras discretas, levemente talladas en la cintura en colores negro, azul, beige, gris o pasteles.
4. Evitar las telas con adornos muy elaborados y colores muy chillones durante el día.
5. Los zapatos, la cartera y el cinturón, combinarán en color, tamaño y diseño con el resto de la vestimenta.
6. El calzado resulta un accesorio fundamental. El tacón más favorable para la postura, es el de 5 cm., ya que aporta altura y equilibrio; mayor altura de este tacón puede generar incomodidad. Las piernas se estilizan cuando se usan las medias y los zapatos en la misma tonalidad.

7. Es importante evitar los accesorios en exceso, ya que la acumulación de estos suele deteriorar la elegancia. Los accesorios no son apropiados durante el día.
8. El cabello. Sea cual sea el largo y el corte elegidos, lo cierto es que la tendencia actual apunta a la comodidad y naturalidad. Es importante que en caso de que el cabello sea teñido, evitar que se vean las raíces de otro color. Los recogidos y peinados espectaculares, deben dejarse solo para aquellas ocasiones que realmente lo requieren. Un cabello excesivamente largo, además de ser de difícil cuidado, no es lo que mejor le sienta a una mujer profesional o laboralmente activa; especialmente luego de los 30 años de edad.
9. La piel y el maquillaje. Sutileza y discreción suelen ser la tendencia general del maquillaje en la actualidad. Este debe adecuarse al tono de piel, al vestuario y al momento del día.
10. El perfume. Al igual que el maquillaje deben adecuarse a la edad; por ejemplo, las colonias frescas, alimonadas o florales son adecuadas para las más jóvenes, mientras que las más intensas o con fuertes notas de madera, resultan convenientes para las mujeres maduras. Con respecto a los horarios, las fragancias frescas se imponen para la mañana y la tarde, mientras que las más sustanciosas lo hacen para la noche.

### ***Tipos de vestidos.***

**Vestido cóctel:** Es el traje adecuado para eventos en que se exige más etiqueta celebrados en horario diurno o a primera hora de la tarde. Se sitúa, en elegancia, entre el traje de noche y el vestido corto. A diferencia del vestido corto, suele ser más elegante, y el largo suele ir hasta la rodilla o un poco por debajo de la misma. El vestido coctel es el que mejor combina con todos los horarios.

Los complementos juegan aquí un papel fundamental pues se permite el uso de joyería y bisutería de atrevidos diseños. Se pueden utilizar tocados y sombreros, que admiten elegantes combinaciones y diseños vanguardistas. El bolso recomendado es el pequeño de mano y puede ser de materiales muy diversos como el metal, carey o tela, con pedrería.

Los zapatos de media altura (aunque se admite alto y plano dependiendo de la ocasión). Siempre es mejor vestir medias, pues hacen más bonitas las piernas de las mujeres.

**Vestido corto:** El traje corto se utiliza en actos semiformales. Es un traje de día o media tarde, elegante, de corte generalmente clásico, ideal para la mayoría de las ocasiones. Su largo suele llegar hasta la rodilla o un poco por encima de ella, pero nunca debe llegar al corte de minifalda. Se recomienda el uso de medias finas, zapatos con tacón medio, aunque también es posible utilizar tacón alto o plano.

**Vestido largo o traje de noche:** Se utiliza en actos nocturnos de gala. El largo oscila hasta la altura del tobillo aproximadamente. Bolso pequeño y nunca de piel. Riqueza en los tejidos y acabados. En actos religiosos, si se llevan los hombros descubiertos, hay que taparlos con un fular (seda) o chal. Es la prenda de más etiqueta del vestuario femenino, se caracterizan por su elegancia y por la utilización de telas de buena calidad: rasos, sedas, terciopelos. También los complementos deben ser de gran calidad.

Para elegir un vestido de “etiqueta” cuenta con una amplia variedad de posibilidades; discretos, escotes, tirantes, espaldas al aire, pero siempre manteniendo el gusto y la elegancia. El vestido debe ser largo cubriendo en su totalidad las piernas; se recomienda vestir medias, aunque no se vean las piernas. Los zapatos deben ser altos y de tacón fino, a juego con el vestido. El bolso pequeño, de mano, de metal, carey o de tela con pedrería o brocados.

Respecto a las joyas, pocas y de calidad (un collar, unos pendientes y alguna pulsera o sortija). Las perlas y los diamantes son muy recomendados ya que son elegantes y no pasan de moda. Los vestidos de noche admiten incrustaciones de pedrería, lentejuelas y diseños más lujosos que los vestidos de día. Los colores, por regla general, oscuros (el negro sigue siendo el rey) aunque la moda influye mucho en ello.

### **Colores: usos y combinaciones**

Hay tres colores básicos que nunca deben faltar en nuestro closet, debido a su elegancia y fácil combinación, estos colores son el negro, azul marino, gris Oxford.

- Negro: Es un color conveniente especial para ciertas reuniones de gran protocolo. Se usa en eventos especiales principalmente en la realeza, cuerpo diplomático y grandes ocasiones oficiales.
- Gris: Es uno de los colores que combinan el vestuario masculino (los trajes). Combina con todos los colores, como el negro, azul y tonos de rojo, verdes, algunos marrones. Es serio, discreto y elegante.
- Azul navy: Es el color de los espacios infinitos (cielo y mar). Es el más apropiado para los eventos diplomáticos o ligados a algún tipo de protocolo riguroso.

Los colores deben ser lo más clásicos posibles, utilizando:

- Los colores más claros para la mañana
- Los intermedios para la tarde
- Los más oscuros para la noche

### **Recomendaciones en el uso de colores y combinaciones.**

1. Los colores claros agrandan o engordan. Los colores oscuros adelgazan o estilizan más.
2. Los vestidos de color uniforme (de un solo color) o de líneas verticales, hacen más alto y por lo tanto estilizan. Los vestidos estampados, de cuadros o líneas horizontales hacen más bajo y ensanchan.
3. Los colores pastel hacen más grande, ensanchan, y dan sensación de ligereza. Los colores oscuros hacen más pequeño, pero dan más sensación de pesadez y grosor de los tejidos.
4. Los colores cálidos ensanchan, y son utilizados para destacar y atraer la atención. Los fríos reducen (estilizan) y son utilizados por personas discretas y tranquilas, que quieren pasar desapercibidas.

### **Observaciones para realzar los encantos y disminuir los defectos.**

- Para acentuar una línea vertical u horizontal, añade una paralela.
- Para acortar una línea vertical u horizontal, traza una perpendicular.
- Las líneas discontinuas parecen acortar la altura y aumentar el ancho.
- Las superficies brillantes lucen de mayor tamaño.
- Los tejidos toscos tienden a añadir anchura y peso.

- Las telas lisas, de superficie mate, adelgazan la figura.
- Los aretes en forma de botón y los collares cortos añaden anchura y redondean las facciones.
- Los aretes colgantes y los collares largos alargan la cara y el cuello.
- Los colores oscuros son más elegantes.
- Los colores claros hacen ver a las personas más altas.
- Los dibujos pequeños y definidos son mejores para personas pequeñas.

## **Accesorios**

Zapatos, cinturones, fajas, bufandas, pañoletas, guantes, sombreros, carteras, joyería (aretes, collares, gargantillas, broches, brazaletes, etc), sombrillas y hasta la ropa íntima están incluidos como accesorios.

Existen algunas recomendaciones para el uso de accesorios tales como:

- No llevar collar y prendedor simultáneamente.
- Los aretes y el broche deben hacer juego.
- Cuando se lleva blusa de mangas largas con botón no usar pulsera.
- No utilizar collar con vestido de cuello alto.
- Para los accesorios escoger una sola línea: de oro, de plata, perlas, fantasía, artesanales u otros, pero nunca combinarlos y jamás usarlos todos a la vez.
- Cuando se utilizan gafas (lentes o anteojos) no deben utilizarse muchos accesorios.
- El prendedor se utiliza del lado izquierdo.
- Las perlas y los diamantes siguen siendo las reinas de la noche: son elegantes y no se pasan de moda.
- Con el vestido de noches se utilizan joyas de calidad (un collar, unos pendientes y alguna pulsera y sortija).
- El uso de joyería y bisutería de atrevidos diseños son utilizables con el vestido corto.
- El calzado debe ir siempre muy limpio y brillante, jamás viejos, torcidos o gastados.

## **Vestuario de un ejecutivo en la oficina.**

El vestuario de los hombres debe mostrar gusto y la elegancia, ya que la forma de vestir representa nuestra personalidad y educación. En el caso de los varones el mal gusto es que se presenten con camisa sin abotonar o pantalones ajustados.

- |   |   |
|---|---|
| ▪ 1 traje gris claro                            | ▪ 1 traje gris oscuro (es el tono casi negro)                             |
| ▪ 1 traje azul oscuro                           | ▪ 1 traje beige o café  |
| ▪ Pantalones y sacos deportivos (sport)         | ▪ 12 camisas (9 blancas y 3 en tonos pastel)                              |
| ▪ 1 traje safari o guayaberas                   | ▪ Zapatos en los tonos básicos: negro, café y “burgundí”(vino, terracota) |
| ▪ Corbatas (varias que combinen con los trajes) | ▪ 1 reloj de pulsera (de buena clase)                                     |
| ▪ Pañuelos de bolsillo y bolsa del saco         | ▪ Calcetines en el color del pantalón                                     |
| ▪ Una buena loción                              | ▪ Un buen fijador para el cabello   |



## **Recomendaciones.**

- 1) Los colores clásicos (negro, azul, gris) siguen siendo los más adecuados.
- 2) El largo del saco tiene que cubrir siempre la zona del asiento del pantalón.
- 3) La camisa por excelencia es la blanca de hilo o seda.
- 4) Las camisas para traje no tendrán bolsillos ni mangas cortas ni botones exteriores en el cuello. Hay camisas que tienen botones internos en el cuello que sirven para darle más estabilidad y elegancia a la corbata.
- 5) Si se usara una camisa sin corbata, sport, se desprenderán los dos primeros botones, y si se quisiera arremangar la camisa, no deberán subirse las mangas por encima del codo.
- 6) En cuando a la corbata el principal consejo es la sobriedad. Lo indicado es que las corbatas con dibujos se usen con camisas lisas y viceversa.
- 7) El color de la camisa y el traje deben armonizar. Para las camisas a rayas o estampadas se impone la corbata lisa. De manera inversa, una camisa lisa habilita el uso de corbatas a rayas o estampadas.
- 8) Con respecto al calzado podemos mencionar que en ocasiones muy formales se impone el zapato acordonado, mientras que para circunstancias menores, los mocasines son apropiadas. El color negro o marrón oscuro asegura, en principio, un toque de elegancia. Este último debe combinarse con tonalidades similares, los zapatos negros resultan imprescindibles para la indumentaria negra, gris o azul.
- 9) No es aconsejable el tacón, ya que es excéntrico y ordinario, por ejemplo, un hombre con pies grandes o anchos deberá usar los zapatos más lisos posible y con suela fina, los cuales ayudarán a disimular su estatura.
- 10) Las medias deberán ser lisas y oscuras, que armonicen con el resto del traje, más con el pantalón, esto alarga las piernas. Jamás se usarán medias cortas, sino que deben llegar hasta antes de las rodillas.
- 11) El pañuelo debe ser utilizado únicamente por uno de sus lados, su utilidad es para la limpieza de la cara o el sudor. Si tiene que sonarse la nariz y usar el pañuelo, este debe quedar bien envuelto, no usarlo más para la cara y doblarlo con la parte sucia hacia adentro.

## **Tipos de trajes.**

**Chaqué:** Es el traje de máxima etiqueta para el hombre. Se utiliza para fiestas y ceremonias de día (para las noches se utiliza el frac). El chaqué se compone de 4 piezas:

- Levita: Es la parte más vistosa. Lleva una cola larga y redondeada. Su color suele ser negro, gris marengo y a veces otros colores como gris claro.
- Chaleco: Los más normales son el gris para la gente joven y el negro para los mayores.
- Pantalón: Negro liso con vivo o sin ello, gris si el chaleco es negro.
- Corbata: se lleva del color que más le guste o le convenga para la actividad.

**Esmoquín:** Es un traje de etiqueta masculino para lucir en fiestas nocturnas como entrega de premios, cocteles y otros actos sociales de cierta relevancia, sin llegar a la importancia de una boda, recepción oficial o cena de gala, ceremonias donde se luce chaqué o frac.

Al estar de pie se lleva siempre abrochado y al sentarse se desabrocha. El largo del pantalón debe quedar por encima del tacón del zapato y el largo de la chaqueta debe estar por detrás del de la camisa para poder lucir los gemelos (no son obligatorios) cuando se dobla el brazo.

**Frac:** Es el atuendo de gran gala. Podemos decir que es la indumentaria masculina de máxima etiqueta. Se utiliza generalmente de noche y en lugares cerrados. Por delante llega hasta la cintura y por detrás tiene dos faldones, separados entre sí y que llegan a la altura de las rodillas.

## EVIDENCIA

1. Revise su guardarropa actual y realice un inventario del mismo, según lo recomendado en la lectura del folleto “El vestuario en el mundo empresarial”.
2. De acuerdo con sus características, anote cuáles prendas son las recomendadas para usted.
3. Elabore un vídeo breve que muestre la forma correcta e incorrecta de vestirse en el ámbito laboral, dando una pequeña explicación, utilizando las prendas que tengan en su guardarropa.

## III Parte. Instrumentos para el registro del proceso de autoaprendizaje y autoevaluación.

**Instrumento para el registro del proceso de autoaprendizaje y autoevaluación de los criterios de desempeño, considerados en las actividades de mediación y estrategias de evaluación diagnóstica y formativa, planificadas en la guía de trabajo autónomo.**

En cuanto al proceso de autoaprendizaje durante el desarrollo de la guía de trabajo autónomo.	
Reviso las acciones realizadas <b>durante</b> la construcción del trabajo.	
Marco una X encima de cada símbolo al valorar el desarrollo de las acciones efectuadas durante la construcción del trabajo.	
El material está completo acorde a las actividades que me solicitan.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Me fueron útiles las actividades para comprender la materia vista.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Considero satisfactorio el trabajo que realice.	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

**En cuanto al proceso de autoevaluación de los criterios de desempeño, considerados en las actividades de mediación y de evaluación diagnóstica y formativa, planificadas en la guía de trabajo autónomo.**

Valoro lo realizado **al terminar** por completo el trabajo.

Marca una X encima del símbolo al valorar el desempeño del trabajo realizado a través de la autoevaluación.

Reconocí con eficiencia sobre las normas del buen vestuario en el mundo empresarial.



Identifiqué la importancia de la buena imagen a la hora de vestir.



Apliqué con exactitud cómo debe vestir el profesional de acuerdo a su contexto laboral.



### “Autoevalúo mi nivel de desempeño”

Al terminar por completo el trabajo, autoevalúo mi nivel de desempeño

Escribo una equis (x) en el nivel que mejor represente mi nivel de desempeño

Indicadores del aprendizaje esperado	Niveles de desempeño		
	Inicial	Intermedio	Avanzado
Aplica con exactitud cómo debe vestir el profesional de acuerdo a su contexto laboral.			
Práctica eficientemente sobre el buen vestuario en el mundo de los negocios.			

**Para saber qué nivel representa mejor mi nivel de desempeño, leo la siguiente información.**

<b>Inicial</b>	Me cuesta comprender lo que hay que realizar, tengo que leer varias veces el material para hacer las actividades pues se me confunden algunos conceptos y debo pedir ayuda.
<b>Intermedio</b>	Mi respuesta es bastante completa y aunque en algún momento se me confunden un poco los conceptos puedo realizar las actividades sin ayuda.
<b>Avanzado</b>	Todo lo hago de forma completa y no me cuesta realizar las actividades propuestas. Identifico sin ninguna confusión lo que se me solicita.