Universidad Veracruzana.

Facultad de Nutrición, Campus, Xalapa.

**Mtra. Laura Elena Gpe. Sobrino Valdés**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Primera sesión** | **Segunda sesión** | **Tercera sesión** |
| **Integración a la vida universitaria.**  Tiempo de la sesión: 1 Hora.  N°de tutorados:9  Lugar: aula | **Plan de estudios.**  Tiempo de la sesión: 1 Hora.  N°de tutorados:9  Lugar: aula | **Significado del ser un profesionista de calidad.**  Tiempo de la sesión: 1 Hora.  N°de tutorados:9  Lugar: aula |

**GUIA PARA LA ELABORACIÓN DE SESIONES DE TUTORIAS.**

**1.-Primera Sesión:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema**  **General** | **Integración a la vida universitaria.** | **1 hora** | **Técnica Grupal** |
| **Objetivo:** | **Conocer su universidad y el programa educativo al cual se va integrar.** |  |  |
| **Actividad o técnica grupal** | **Descripción.** | **Tiempo de aplicación.** | **Recursos y materiales** |
| **Tema:** | **Sensibilizar al tutorado sobre lo que significa ser futuro nutriólogo.** |  |  |
| **Conociendo a tu tutor y compañeros.** | 1.-A cada uno se les pide que escriba su nombre en cartoncito y que ponga a bajo de este futuro licenciado en nutrición.  2.-Cuando todos ya terminaron de escribir se les especifica que se lo pongan cerca de su corazón.  3.-El tutor comienza presentándose y el va dirigiéndose la secuencia de la presentación.  4.-Al final de la presentación el tutor hará una reflexión sobre lo que significa su carrera. | **15 min** | Cartulinas pequeñas.  Plumones  Diurex o seguros |
| **Tema:** | MEIF: Modelo educativo integral y flexible, que busca la formación integral y armónica de los estudiantes a través de un aprendizaje permanente en los diversos ámbitos del quehacer profesional y personal, promoviendo distintas competencias que lo llevan no solo a alcanzar un mejor desempeño en sus diversas actividades escolares y el desarrollo de su quehacer profesional, sino que trasciende en su vida personal brindándoles un sello de identidad como egresados de la Universidad Veracruzana. |  |  |
| **Lluvia de ideas**  **(Conociendo el MEIF)** | 1.-Se pegan dos papel bond en la pared y se escoge a dos chicos para que vayan escribiendo.  2.-El tutor hará las siguientes preguntas en tiempo para que los que gusten participar digan sus ideas y estas se van escribiendo.  3.-Las preguntas serian  ¿Por qué escogí estudiar Nutrición?  ¿Sabes lo que significa el MEIF?  ¿Crees que sea importante que conozcas sobre el MEIF?  ¿Qué es para ti un Programa educativo?  ¿Porque te interesa conocer el programa educativo de tu escuela? | **20 min** | Papel bond  Plumones |

Universidad Veracruzana.

Facultad de Nutrición, Campus, Xalapa.

**Mtra. Laura Elena Gpe. Sobrino Valdés**

**GUIA PARA LA ELABORACIÓN DE SESIONES DE TUTORIAS.**

**1.-Primera Sesión:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Integración a la vida universitaria.** | **1 hora** | **Técnica Grupal** |
| **Objetivo:** | **Conocer su universidad y el programa educativo al cual se va integrar.** |  |  |
| **Actividad y técnica grupal** | **Descripción.** | **Tiempo de aplicación.** | **Recursos y materiales** |
| **Proyecto de vida estudiantil** | Aquí cada uno de los alumnos deberá escribir en una hoja como espera verse como estudiante durante su curso durante la carrera, pondrá sus expectativas, que conocimientos piensa que va obtener, que desea obtener de su carrera en un año, cual es el promedio que desea durante los cursos, en cuestiones de su vida personal emotiva cree que va afectar su carrera (si o que le gustaría demostrarse el mismo. | **20 min** | Cartulinas pequeñas.  Plumones |
| **Despedida** | Entregan su proyecto para que se quede como el tutor para revisarlo durante las sesiones para agregar cosas o quitar. | **10 min** |  |

Universidad Veracruzana.

Facultad de Nutrición, Campus, Xalapa.

**Mtra. Laura Elena Gpe. Sobrino Valdés**

**GUIA PARA LA ELABORACIÓN DE SESIONES DE TUTORIAS.**

**2.-Segunda sesión.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **Plan de estudios.** | **1 hora** | **Técnica Grupal** |
| **Objetivo:** | **Conocer e identificar cuáles son las materias por áreas de formación y su importancia para la carrera.** |  |  |
| **Actividad** | **Descripción.** | **Tiempo de aplicación.** | **Recursos y materiales** |
| **Tema:** | **De las Áreas de formación y las experiencias educativas (EE).**  El logro de estas metas se basa en las cuatro áreas de formación que establece el MEIF para los planes de estudio de los distintos programas educativos:   1. **Del Área de formación básica:**   **a). Área de formación básica general (AFBG)**:  Computación básica  Inglés I y II  Lectura y redacción a través del análisis del mundo contemporáneo  Habilidades de Pensamiento Crítico y Creativo  **b).- Área de formación básica de iniciación a la disciplina (AFBID)**   1. **Área de formación disciplinaria (AFD)** 2. **Área de formación terminal (AFT)** 3. **Área de formación de elección libre (AFEL).** | **20** | Exposición en power point |
| **Conociendo mi plan de estudios.**  **(Debate)** | Deben de escribir tres preguntas y salir a preguntarles a 3 tres compañeros de nutrición de años las siguientes preguntas:  1.-Que es un plan de estudios?  2.-¿Es importante conocer el plan de estudios de tu facultad ?  3.-¿Sabes en qué áreas está dividida el plan de estudios?  2.-Despues de recolectar las respuestas, se organiza de tal manera el grupo para que todos se ven al rostro y poder interactuar con sus ideas y de lo que encontraron con las entrevistas. | **10 min** | Hojas y lapiceros |
| **Recortanutrición.**  **Mtra. Sobrino** | 1.-Se les pide a los alumnos antes de que sea la tutoría lleven para el día programado revistas relacionadas con la alimentación, nutrición y con salud en general y hojas recicladas para utilizarlas para pegar.  2.-Se le pide que escojan dos materias de cada área de formación y que la relacionen con algún recorte.  3.-Hacer una reflexión. | **30 min** | Revistas  Hojas recicladas  Pegamento  plumones |

**4.-Tercera Sesión**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Tema** | **VALORES QUE MI DISCIPLINA NECESITA** | **1 hora** | **Técnica Grupal** |
| **Objetivo:** | **Conocer que valores debo de poner en práctica en mi disciplina como nutriólogo** |  |  |
| **Actividad y técnica Individual** | **Descripción.** | **Tiempo de aplicación.** | **Recursos y materiales** |
| **TEMA:** | Educar es depositar en cada hombre toda la obra humana que le ha antecedido: es hacer a cada hombre resumen del mundo viviente, hasta el día en que vive: es ponerlo a nivel de su tiempo, para que flote sobre él y no dejarlo debajo de su tiempo, con lo que no podrá salir a flote; es preparar al hombre para la vida”. **JOSE MARTI**  Los valores humanistas como la confianza, la libertad, la ética y el respeto por el individuo.Si lo que nos proponemos es orientar comportamientos adecuados debemos empezar con nosotros mismos, así, nuestras características personales, las cuales tendrán que estar ligadas obviamente a conceptos tales como ética, moral, honestidad, humildad, etc. deberían promover e incentivar el ejemplo.   **Reconocer nuestros errores** sin temor a la crítica nos hará no sólo modestos sino también honestos y estaremos ilustrando con el ejemplo que los errores no se deben ocultar sino que de los cuales debemos aprender buscándoles la solución más adecuada. El beneficio eventual será que nuestros seguidores nos ahorrarán tiempo tratando de descubrirles sus errores y terminarán siendo sus propios supervisores. Hay que comprender que todas las personas tienen la necesidad de errar y aprender de ello.   **Lograr el respeto** de nuestros trabajadores y de las personas que nos rodean es una tarea ardua y se da cotidianamente a través de nuestra autenticidad demostrando un genuino interés por el trabajo y haciendo sentir la trascendencia de nuestra labor.  **Solidaridad, Amor al trabajo, respetuosidad, sensibilidad, Eficiencia, Modestia, Competencia.** | **20 min** | Exposición en power point |
| **Conociendo mi persona.** | 1.-Tendran en sus manos unas cartulinas en donde escribirán únicamente los valores que el tutor menciona con anterioridad..  2.-Ya que tengan hechas las cartulinas se les pide que se peguen alrededor de su cuerpo las cartulinas.  3.-el tutor lo va ir llamando para que diga un ejemplo del valor relacionado con lo que el hace en su vida diaria.  4.-al final se realiza una reflexión individual y ellos deberán escribir a tras de cada cartulina que pueden hacer para mejorar ese valor o que van hacer de ahora en adelante como nutriólogos**.** | **40 min** | Cartulinas  Plumones  diurex |