UNIVERSIDA VERACRUZANA

FACULTAD DE NUTRICIÓN CAMPUS XALAPA

CURSO TALLER “ESTRATEGIAS DE TRABAJO PARA LA Tutoría Académica”

EJEMPLO DE PLANEACIÓN DE SESIONES POR TEMÁTICA

PERIODO; OCTAVO

TEMATICA: PROFESIONAL

ASPECTO: PRESENTACION E IMAGEN

Integrantes:

Maestra Nelly Ladrón de Guevara Castillo y Maestra Ana Rosa Castillo Guerrero

Xalapa, ver a 12 de diciembre de 2011

INTRODUCCION.- Un aspecto que durante la estancia del alumno en la escuela nunca o muy poco se trata es la presentación e imagen que ya a nivel profesional debería proyectar. Dicha imagen no será la misma que la de un estudiante. Su entorno cambiará e iniciará su transitar en la búsqueda laboral de su campo profesional, por lo tanto, necesita tener presente el cambio de su presentación, con el fin de proyectar una buena imagen.

La correcta combinación de parte interior y exterior es lo que compone la imagen de una persona. Ser amable, educado, inteligente, agradable... pero ir mal vestido no es una buena combinación. Y al contrario; vestir de forma elegante pero ser grosero en sus modales, desagradable e incluso antipático, tampoco es una buena combinación.

"Hay tres cosas en esta vida que nunca vuelven atrás, la palabra pronunciada, la flecha lanzada y la oportunidad perdida". Una mala primera impresión es una oportunidad perdida, por ello es necesario en lo espacios de la tutoría otorgar algunas herramientas de utilidad para esa verdadera realidad.

OBJETIVO.- Durante las 3 sesiones del periodo intersemestral se tomara en cuenta la presentación e imagen del próximo egresado de la Licenciatura en Nutrición, para llegar a la reflexión sobre su aspecto y visualizarse como un profesionista no tan solo con conocimientos, sino completo con habilidades y actitudes acordes a su profesión.

DISTRIBUCION DE LAS SESIONES

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1ª. SESION | 2ª. SESION | 3ª. SESION |
| 1. Modalidad grupal 2. Alumnos con avance crediticio del 71 AL 100% 3. Mínimo 4 máximo 12 4. Tiempo de la sesión 75 minutos 5. Lugar: Salòn. | 1. Modalidad grupal 2. Alumnos con avance crediticio del 71 AL 100% 3. Mínimo 4 máximo 12 4. Tiempo de la sesión 75 minutos 5. Lugar: salón. | 1. Modalidad grupal 2. Alumnos con avance crediticio del 71 AL 100% 3. Mínimo 4 máximo 12 4. Tiempo de la sesión 70 minutos 5. Lugar: Salón. |

NOTA.- Por la naturaleza de la temàtica, consideramos las tres sesiones sean grupales debido a que se obtendrìa un mayor enriquecimienmto, pues de manera indiidual no existirìa una retroalimentaciòn eficaz.

SESION 1.- LA PRESENCIA E IMAGEN QUE…..ME HA IMPACTADO

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ACTIVIDAD | DESCRIPCION | TIEMPO |
| Bienvenida y encuadre de la sesión  (Tutor) | El tutor hace una breve introducción sobre las generalidades de presentación e imagen | 10 minutos |
| Lluvia de ideas (Grupo) | El tutor pide a los jóvenes que comenten y analicen sobre la imagen de personas de diferente género artístico que les agraden (músico, pintor, literario, cineasta, cantante etc.) | 15 minutos |
| Integración de grupos | Los jóvenes se integrarán por las características similares externadas sobre la imagen de los artistas y determinarán los pro y los contra hacia lo que proyectan. | 15 minutos. |
| Integración de grupos | Los jóvenes se integrarán por las características diferentes externadas sobre la imagen de los artistas y realizarán un cuadro comparativo | 15 minutos |
| Plenaria | Anotar en pintaron las similitudes, diferencias, pro y contras como consenso a nivel grupal | 10 |
| Conclusión | Para la siguiente tutoría cada alumno traerá una reseña de cómo sería u ideal en cuanto a imagen. | 10 minutos |

RECURSOS Y MATERIALES

|  |  |
| --- | --- |
| RECURSOS Y MATERIALES | Descripción |
| Laptop y cañón | Temática: Que es la presentación e imagen, y su importancia en todos los niveles. |
| Hojas blancas | 1 por equipo para que anoten las similitudes y determinarán los pro y los contra hacia lo que proyectan. |
| Pintaron | El tutor colocara la síntesis de la plenaria. |

TECNICAS GRUPALES

|  |  |
| --- | --- |
| TECNICA | DESCRIPCION |
| Lluvia de ideas o tormenta de ideas | La lluvia de ideas es una técnica de grupo para generar ideas originales en un ambiente relajado.  Objetivo.- Facilitar el surgimiento de nuevas [ideas](http://es.wikipedia.org/wiki/Ideas) sobre un tema o problema determinado.  Desarrollo.- Ya con el conocimiento de la temática con base a al exposición del tutor, se explica la principal regla que consiste en no hacer  **juicio**, ya que en un principio toda idea es válida y ninguna debe ser rechazada. Aquí se busca tácticamente la cantidad sin pretensiones de calidad y se valora la originalidad. Cualquier persona del grupo puede aportar cualquier idea de cualquier índole, la cual crea conveniente para el caso tratado. Un análisis ulterior explota estratégicamente la validez cualitativa de lo producido con esta técnica. En la sesión se debe aportar una ídea por ronda. |
| Cuadro comparativo | Objetivo.- Sistematizas la información  Desarrollo.- Los equipos anotarán las similitudes, diferencias, pro y contras de su percepción para organizar la información y hacer más fácil su comprensión. |

PERFIL DE EGRESO.- Aún cuando el perfil de egreso no contempla explícitamente este aspecto de: presentación e imagen, implícitamente desde los inicios debemos fomentarlo y hacer hincapié de su importancia con el objetivo fundamental de favorecer un hábito por convicción.

SESION 2.- ¿QUÈ IDENTIFICO DE MI CON LA PRESENCIA E IMAGEN QUE ME HA IMPACTADO?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ACTIVIDAD | DESCRIPCION | TIEMPO |
| Recapitulacion de la sesión anterior y objetivo de esta sesión.  (Tutor) | El tutor hace una breve reseña de la sesión anterior y establece el objetivo por alcanzar. | 5 minutos |
| Individual | Cada estudiante da a conocer su trabajo de cómo sería su ideal en cuanto a imagen. | 20 minutos |
| Individual (carta) | Al concluir cada exposición todo escuchante, de manera anónima, hará una carta donde anotará, de manera respetuosa como observan la presencia e imagen de su compañero, Sobre el sobre pondrán algún símbolo, signo o color que lo identifique Entregándola al tutor. . | 10 minutos. |
| Grupal | El tutor colocará las cartas sobre una mesa y todos los alumnos irán por la suya identificándola. | 20 minutos |
| Plenaria | El tutor efectuará un cierre haciendo hincapié de cómo me percibo y como me perciben. | 10 |
| Conclusión | Para la siguiente tutoría por equipos presentarán una dramatización que respete situación, contexto, finalidad y logro de meta, reflexionando con las siguientes preguntas: ¿Còmo me siento con la presentaciòn e imàgen que me estoy formando?  ¿Qué deseo transmitir hacia los demàs con mi presencia e imàgen?  ¿Cuàl es la jerarquia que otorgo a mi precencia e imàgen a nivel Profesional? | 10 minutos |

RECURSOS Y MATERIALES

|  |  |
| --- | --- |
| RECURSOS Y MATERIALES | Descripción |
| Laptop y cañón | Temática: una breve reseña de la sesión anterior y establece el objetivo por alcanzar. |
| Hojas blancas , sobres y colores | 1 hoja y sobre por alumno para hacer la carta donde anotará, de manera respetuosa como observan la presencia e imagen de su compañero y que sugerirían, Entregándola al tutor y hacerla llegar a cada interesado. |

TECNICAS GRUPALES

|  |  |
| --- | --- |
| TECNICA | DESCRIPCION |
| Carta | El Tutor explica a los subgrupos la actividad: "Las cartas se ponen sobre la mesa al centro del subgrupo. Un voluntario toma la primera carta, observa la ilustración y si se siente identificado con lo que ahí aparece, se queda con ella; si no es así, la pone junto al montón y le da la oportunidad a la persona que se encuentra a su lado derecho para que tome o deje la carta. Se continua de la misma forma y al terminar la ronda si nadie retiro la carta esta se elimina y se continúa con la siguiente" Aquí ya se agregara el nombre al sobre.  Objetivo.- Enriquecer la propia percepción. |

SESION 3.- REFLEXION SOBRE LA IMPORTANCIA QUE TIENE LA PRESENTACIÒN E IMAGEN A NIVEL PERSONAL.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ACTIVIDAD | DESCRIPCION | TIEMPO |
| Bienvenida y resumen de la sesión anterior (Tutor) | El tutor hace un breve resumen de la sesión anterior y escucha algunas opiniones de cómo se sintieron. | 10 minutos |
| Dramatización (Grupo) | El tutor pide se ponga atención a las dramatizaciones para que al final de cada una de ellas se comente lo identificado. | 20 minutos |
| Plenaria | Anotar en pintaron las conclusiones obtenidas por el grupo. | 20 |
| Conclusión | El tutor cerrara la sesión dando tips de presentación e imagen antes de una entrevista laboral y durante la misma, . | 20minutos |

RECURSOS Y MATERIALES

|  |  |
| --- | --- |
| RECURSOS Y MATERIALES | Descripción |
| Pintaron | Anotación de las conclusiones grupales |
| Laptop y cañón | Cierre de sesión. |

TECNICAS GRUPALES

|  |  |
| --- | --- |
| TECNICA | DESCRIPCION |
| Dramatización | Esta técnica se refiere a la interpretación "teatral" de un problema o de una situación en el campo general de las relaciones humanas, Se trata de un método que por sí mismo crea informalidad,- es flexible, permisivo y facilita la experimentación, estableciendo una "experiencia común" que puede emplearse como base para la discusión.  Objetivo.- Poder ensayar las sugestiones o soluciones postuladas como un caso hipotético que puede semejarse mucho a una situación de la vida real, llevando a un grupo, a través de una serie de etapas, a un problema complejo de relaciones humanas. La atmósfera grupal se convierte en una atmósfera de experimentación y de creación potencial.  ¿Cómo se realiza?:   1. Selección de las personas que desean participar en la dramatización (generalmente con cierta inclinación a la actividad artística) . 2. Los sujetos seleccionados "actúan" para el resto del grupo alguna situación previamente elegida. 3. Para un mejor resultado de la dramatización cada participante puede elegir libremente el papel que desee interpretar de acuerdo a sus facultades y seleccionar el escenario, vestuario, etc., de acuerdo a sus propósitos. 4. El resto del grupo permanece atento a lo que ocurre en el foro. 5. Posteriormente a la representación se elaboran críticas y conclusiones generales. |

**Fuentes consultadas**

<http://elartedepresentar.com/2008/12/11/una-imagen-en-tu-presentacion-dice-mas-que-mil-palabras/>

<http://elartedepresentar.com/2008/09/26/principios-universales-de-diseno/>

<http://www.gestiopolis.com/recursos/documentos/fulldocs/rrhh/TecDinGrUCH.pdf>

<http://www.microsoft.com/business/es-es/Content/Paginas/article.aspx?cbcid=408>

“Las imágenes se recuerdan mejor que las palabras.”

—Principios universales de diseño