

# UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO



## ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA PLANTEL 7

“EZEQUIEL A. CHÁVEZ”



# PROGRAMA INSTITUCIONAL DE TUTORÍAS (PIT)



SEMINARIO DE TUTORÍAS DEL PLANTEL 7  
PRIMERA REUNIÓN

2017-2018

28 DE SEPTIEMBRE DE 2017

# Orden del día

- Plática de la Mtra. Lorena Magaña sobre actividades a realizar dentro del PIT durante el ciclo escolar 2017-2018.
- Bienvenida a tutores y presentación de coordinadores.
- Compartamos experiencias del sismo.
- Actividad de relajación.
- Guía para docentes
- PAT
- Fechas del seminario.
- Temas a tratar en el seminario.

# Guía para docentes.

Los primeros días en el aula después de la emergencia.

Y después del temblor, ¿qué sigue?

- Crear un ambiente propicio para la convivencia, el trabajo colectivo y el aprendizaje.
- Avanzar en una cultura de prevención, protección civil y **resiliencia** frente a las devastadoras consecuencias de los eventos naturales.
- Integrar la experiencia que este hecho significó en la vida de las personas para incorporarla a su cotidianidad.

# Ante lo adverso, la resiliencia

- Resiliencia es la capacidad de los seres humanos de continuar la vida de forma armónica e integral después de experimentar una situación adversa.

# Características de la resiliencia

- Tener deseos de vivir y volver a la cotidianidad con un nuevo sentido
- Poder controlar el miedo y aprender a estar alerta ante posibles eventos
- Ordenar los pensamientos e ideas ante la confusión
- Aprender a manejar el estado de ánimo
- Reconectar los vínculos afectivos con seres queridos, amigos y mascotas.
- Aprender de la experiencia y los errores sin culpa.
- Percibir que existe equilibrio entre su vida personal, familiar, comunitaria y con la naturaleza.
- Trascender la experiencia adversa con una actitud positiva hacia el futuro.

# El papel del docente

- Tiene un papel fundamental no sólo en la educación sino en la protección y prevención ante las emergencias, así como en el restablecimiento de la vida ordinaria en la escuela.

# Se requiere que el docente

- Explique el encuadre para el trabajo, el objetivo y las indicaciones de cada actividad, es decir, darles un contexto de por qué y para qué se realizarán las actividades.
- Exponga clara y brevemente las ideas centrales de cada tema.
- Procure que las actividades no se desvíen del objetivo.
- Incentive el desarrollo de la inteligencia emocional, que se refiere a la capacidad de integrar el conocimiento y expresión de las emociones, desarrollando la habilidad de manejar los sentimientos propios hacia uno mismo y en la interacción con los demás.
- Refuerce la asertividad, capacidad de reconocer los propios derechos y los de los más en un marco de respeto.
- Tenga una actitud empática y amena que fomente un clima participativo.



# Actividades

- En círculo expresar las vivencias.
- Recordar las reglas para protegernos en la escuela.
- Respiración para entrar en calma.
- Representar el miedo y la tristeza,
- Escribir sobre una pérdida
- Organizar de forma gradual las acciones cotidianas en el salón de clase.
- Recordar las vidas humanas y animales fallecidas en el sismo.



# Calendario para el seminario de Tutorías 2017-2018 en el Plantel 7

- Jueves 28 de septiembre
- Miércoles 25 de octubre
- Jueves 30 de noviembre
- Martes 30 de enero
- Viernes 23 de febrero
- Martes 13 de marzo
- Lunes 9 de abril

# Temas a tratar en el Seminario

Problemas más comunes detectados por los tutores en el ciclo escolar 2016-2017.

- Familiares: nivel de estudios bajo de los padres, falta de comunicación, autoridad y cuidado, intolerancia, abandono por parte de los padres. Alumnos que trabajan o que están al cuidado de sus abuelitos o hermanos pequeños.
- Personales: homosexualidad, inquietud en el salón, desgano por el trabajo, pasividad, falta de ejercicio, no tienen un plan de vida.
- Emocionales: ansiedad, angustia, soledad, depresión.
- De salud: epilepsia, esquizofrenia, trastornos alimenticios, adicciones.
- Escolares: falta de comunicación e identificación con algunos profesores, falta de hábitos de estudio y de limpieza en el salón de clases. No contar con las calificaciones de los parciales a tiempo.

**POR SU ATENCIÓN**

**MUCHAS**

**GRACIAS**