

ESCUELA NORMAL PARTICULAR AUTORIZADA  
“**COLEGIO FROEBEL**”

**LICENCIA TURA EN EDUCACIÓN FÍSICA**

CLAVE: 21PNL0020J

---



froebel

**PROYECTO DE TUTORIA**  
**CICLO ESCOLAR 2018-2019**

Responsable:

MARIA DE LOURDES SANCHEZ JIMENEZ

## **I.- DENOMINACIÓN TUTORIA.**

Medida complementaria en el proceso enseñanza-aprendizaje del alumno normalista.

## **2.- NATURALEZA**

### **A) Descripción**

El proyecto de tutoría es una modalidad de instrucción en la que un maestro (tutor) proporciona educación personalizada a un alumno o a un grupo, para elevar la calidad de la educación superior, a través del establecimiento de un sistema generalizado de enseñanza tutorial en el nivel de licenciatura.

Se adopta como medida complementaria en el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumno normalista.

### **B) Justificación**

La educación superior requiere cumplir sus funciones con calidad, entendiendo ésta como la generación de espacios adecuados para llevar a cabo una relación pedagógica; y desde los ángulos del profesor y estudiante, estableciendo un tipo de vínculo que canalice lo mejor de sus energías, capacidades e intenciones, aprovechando adecuadamente los recursos humanos y el aportar mayor esfuerzo a las tareas educativas.

La atención personalizada del estudiante adquiere una dimensión singular, que permite conceptualizar al alumno como el actor principal del proceso educativo, propiciar su independencia, el logro de objetivos propuestos, su adaptación y ajuste al ambiente escolar; como consecuencia es posible esperar una reducción en los índices de deserción escolar y rezago educativo, así como un incremento en el aprovechamiento escolar.

Al incorporar la figura de un tutor en el desarrollo académico de los alumnos, el papel del profesor adquiere un nuevo sentido, ofreciendo la oportunidad de incidir de manera más importante en la formación profesional y humana de los alumnos.

El proyecto de tutoría se puede entender como un sistema de atención educativa en el que un profesor apoya a un pequeño grupo de estudiantes de una manera sistemática, en su proceso enseñanza-aprendizaje, sobre la posibilidad de elevar la calidad de la educación superior.

### **C) Objetivo.**

Incrementar la calidad del proceso formativo, elevando la motivación del estudiante, el desarrollo de habilidades para el estudio y el trabajo, el apoyo académico y la orientación; reduciendo así el rezago y la deserción educativa, para lograr el incremento de índices de aprovechamiento y de eficiencia terminal.

### **D) Metas.**

Responsabilizar al tutor de sus proyectos.

Involucrar al alumno en el trabajo de tutoría.

Formar alumnos que sean capaces de desarrollar sus habilidades y aptitudes adecuadas en su proceso de enseñanza aprendizaje, que se reflejará a lo largo de estancia en la escuela normal.

### **E) Beneficiarios.**

Alumnos de la institución en su proceso de enseñanza-aprendizaje.

### **F) Productos.**

Formar alumnos conscientes de su proceso de formación académica.

Trabajar con los proyectos de tutoría.

El tutor actuará como mediador entre las estancias administrativas, los cuerpos colegiados y sus tutorados a fin de promover un clima institucional de colaboración y respeto para el tutorado así como su autoconfianza.

Canalizar a los estudiantes a los servicios de apoyo apropiados a la problemática identificada.

### 3. ACTIVIDADES Y CALENDARIZACIÓN.

| <b>MODULO 1: ASESORIA ACADÉMICA</b>   |  |  |  |                 |
|---|--|--|--|-----------------|
| <b>OBJETIVO:</b> Favorecer la integración del estudiante a la vida normalista mediante la orientación de aspectos relacionados a lineamientos institucionales, el conocimiento de plan de estudios, seriación de materias, normas de control escolar, servicios y programas de apoyo. |  |  |  |                 |
| <b>CONTENIDO</b>  | <b>OBJETIVO</b>  | <b>ACTIVIDAD</b>   | <b>MATERIALES</b>  | <b>SESIONES</b> |
| <b>1. Encuadre:</b><br>○ Presentación.<br>○ Metodología a seguir.<br>○ Contenido del programa.<br>○ Compromisos.  | Dar la bienvenida y llegar a acuerdos con respecto a la metodología y compromisos a seguir.  | ○ Presentación del tutor y de los estudiantes.<br>○ Exposición sobre objetivos y contenidos del programa.<br>○ Conocer las expectativas de los estudiantes con respecto al programa de tutorías.<br>○ Elaborar carta compromiso de tutoría.<br>○ Resolución de dudas.  |  | 3               |
| <b>2. Lineamientos institucionales.</b><br>○ Reglamento de estudiantes.   | Conocer y analizar los lineamientos institucionales, para prevenir situaciones que pongan en riesgo su estancia en la institución. | ○ El tutor promoverá la consulta y análisis del reglamento de estudiantes y comentará sobre su importancia para regular la trayectoria escolar.<br>○ Retomar los puntos tratados en la carta compromiso de la tutoría, comentar con el grupo y pedir opiniones al respecto, se firmará por ambos y se llegará a acuerdos.<br>○ Se dará un espacio para conocer sus inquietudes y dudas por la cual el tutor podrá tomar notas y hacerlas llegar a la dirección de la escuela y a la coordinación de tutoría.<br>○ El tutor preguntará al grupo que tan dispuestos están para culminar sus metas de formación, sobre su participación en la tutoría y cómo creen que ésta puede ayudar a lo anterior.<br>○ Pedir comentarios. | Carta compromiso   | 3               |
| <b>3. Estructura curricular.</b><br>● Revisión del modelo curricular.<br>● Revisión del plan de estudios.<br>● Seriación.<br>● Materias críticas.   | Que el estudiante conozca el modelo que sustenta los programas educativos, a la vez analice la estructura de su plan de estudios.  | ○ El tutor presentará el modelo curricular vigente y lo comentará de forma general con los estudiantes, haciendo hincapié en la relación que guardan entre sí las áreas de formación general, especializada básica y especializada aplicada y su contribución a la formación integral del estudiante del plan 2002.<br>○ Se formarán grupos y se revisará el plan de estudios correspondiente, se resolverán dudas al respecto (de ser necesario, se pedirá al estudiante que acuda con su coordinador de carrera para que le aclare con mayor precisión sus inquietudes)<br>○ Se pedirán comentarios finales.   | Esquema del modelo curricular actual.<br>Planes de estudio | 3               |
| <b>4. Servicios y programas de apoyo.</b>   | Que el estudiante conozca y se acerque a los centros y servicios en los que se ofrece apoyo al alumnado.                           | ○ El tutor comentara sobre la existencia de diversos centros y programas de apoyo como el:<br>○ Control escolar.<br>○ Centro de cómputo.<br>○ Biblioteca.  |  | 3               |

## MODULO 2. PLANEACIÓN DE VIDA Y ADMINISTRACIÓN DE TIEMPO

**Objetivo:** Proporcionar estrategias al estudiante para que logre el autoconocimiento y realice una planeación de vida y carrera en función de sus intereses, objetivos y metas; asimismo, que conozca y maneje estrategias de administración de tiempo para obtener un óptimo rendimiento en sus estudios.

| CONTENIDO   | OBJETIVO   | ACTIVIDADES  | MATERIALES | SESIONES |
|---|--|--|------------|----------|
| <b>1. Autoconocimiento</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fortaleza y debilidades.</li> <li>Balance personal de éxitos y fracasos.</li> </ul>             | Que el estudiante reflexione sobre sí mismo valorando sus fortalezas y sus logros.                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>En forma individual identificar sus fortalezas y debilidades de los alumnos (formato 1) pidiéndoles sean lo más sincero posible (se les dará 5 min para realizarlo), al finalizar se les pedirán comentarios sobre el ejercicio.</li> <li>En pareja comente cuáles han sido sus mayores éxitos y fracasos, una vez concluido ese tiempo se les preguntara: <ul style="list-style-type: none"> <li>“¿A qué se deben sus éxitos y fracasos?”</li> <li>“¿Qué se puede aprender de ellos?”</li> <li>“¿Cuál considera es la clave del éxito?”</li> </ul>                     (ambas preguntas se discutirán en grupo)                 </li> </ul>  | Formato 1  | 3        |
| <b>2. Situación personal actual.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Situación en el área personal.</li> <li>Situación en el área académica.</li> </ul>    | Que el estudiante reflexione sobre su situación actual con el fin de que considere aspectos a mejorar. | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se le preguntará al grupo ¿Cómo se sienten actualmente en el área personal?, ¿Qué desearían mejorar? y ¿Qué necesitan para hacerlo?</li> <li>Y de la misma forma se les preguntará: ¿cómo se han sentido en cuanto al aspecto académico?, ¿hay algo que desearían mejorar o lograr? y ¿Qué requieren para lograrlo?</li> <li>Se les pedirá exponer sus comentarios de forma voluntaria.</li> </ul>  |            | 3        |
| <b>3. Metas a corto, mediano y largo plazo.</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>La importancia de fijar metas.</li> <li>Ventajas y desventajas.</li> </ul> | Que el estudiante reflexione sobre la importancia de tener metas y planear la forma de alcanzarlas.    | <ul style="list-style-type: none"> <li>El tutor comentará sobre la importancia de tener propósitos en la vida, sobre la necesidad de fijarse metas para alcanzar ese o esos propósitos y de la necesidad de considerar metas a corto, mediano (las cuales indican el camino a seguir) y a largo plazo (lo que se quiere lograr).</li> <li>Se pedirá comentarios al grupo.</li> <li>Se les pedirá a los estudiantes que trabajen con el <b>formato 2</b> donde anotarán sus metas a corto, mediano y largo plazo en las áreas, personal y académicas, se darán 10 minutos para ello.</li> <li>Se piden comentarios y se les puede preguntar “¿Qué tan fácil o difícil fue hacer el ejercicio? Y ¿Qué requieren para cumplir esas metas? ¿Cuáles serían las consecuencias de no hacer lo anterior? ( el tutor resaltará en ese momento la importancia de la planeación y administración personal)</li> <li>Se pedirán comentarios.</li> <li>Se establecerá el compromiso de traer para la próxima sesión su planeación académica por cada semestre, contemplando el tiempo en que se habrá de cubrir los créditos (materias) correspondientes, pudiendo recurrir con su coordinador en caso de alguna duda.</li> </ul> | Formato 2  | 3        |
| <b>4. Planeación Académica.</b>   | El estudiante planeará su estancia en la institución.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se pedirá que comenten cada uno el tiempo que programan para terminar su carrera y sobre las dificultades que visualizaron, aquí el tutor puede preguntar “¿Cómo pueden vencer esos obstáculos? ¿Qué tan importante consideran que es el administrar eficientemente el tiempo?”</li> </ul>  |            | 3        |
| <b>5. Administración del tiempo y actividades</b>   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se pedirá que trabajen en forma individual y enlisten en una hoja lo que necesitan para organizar su tiempo.</li> <li>Se pedirán comentarios.</li> <li>Se solicitará para la próxima sesión traer su horario semanal de actividades donde incluyan horas de clase, de estudio, de descanso, de recreación, actividades del hogar y/o trabajo.</li> </ul>  |            | 3        |

### MODULO 3. HÁBITOS DE ESTUDIO Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Objetivos: Analizar los hábitos de estudio actuales del estudiante, además de estudios actuales del estudiante además de ofrecer y practicar algunas estrategias académicas que le permitan enfrentar sus responsabilidades con resultados aceptables.

| CONTENIDO  | OBJETIVO  | ACTIVIDADES   | MATERIALES  | SESIONES |
|--|---|---|---|----------|
| <p>I. <b>Estilo personal de estudio.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Evaluación de la forma de estudiar.</li> <li>● Beneficios.</li> <li>● Estrategias de estudio.</li> </ul> | <p>Que el estudiante analice su postura real ante el estudio, además de que reflexione acerca de las ventajas de hacer uso adecuado de las diversas estrategias de aprendizaje y capacitarlo en algunas habilidades para la comunicación escrita.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Hacer una reflexión grupal acerca de la forma de estudiar actual.</li> <li>● Posteriormente reforzar la reflexión contestando el <b>ejercicio 1 ¿Cómo estudias?</b> Se darán 5 minutos para contestarlo.</li> <li>● Posteriormente, el tutor pedirá a cada uno de sus tutorados compartir sus impresiones con respecto al ejercicio.</li> <li>● Hacer una reflexión final.</li> <li>● El tutor solicitará que respondan las siguientes interrogantes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- ¿Qué es estudiar?</li> </ul> </li> <li>● Para ampliar la aportación de los estudiantes, el tutor puede apoyarse en la <b>lectura A.</b></li> <li>● Solicitar en lluvia de ideas sobre los beneficios de estudiar, apoyarse en la lectura A, hacer una conclusión final.</li> <li>● Mencionar las estrategias de estudio básicas y preguntar cuál de ellas conoce, cuáles aplican y qué resultados obtienen.</li> </ul> <p>❖ Habilidades para la comunicación escrita:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Resumen.</li> <li>● Cuadro sinóptico.</li> <li>● Mapa conceptual.</li> <li>● Técnicas de lectura.</li> </ul> <p>❖ Habilidades para el trabajo académico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Tomar notas.</li> <li>● Elaboración de guías de estudio.</li> <li>● Escuchar con atención.</li> <li>● Preparación de exámenes.</li> </ul> <p>El tutor presentará las técnicas del resumen, cuadro sinóptico y mapa conceptual y solicitará a los estudiantes lean la <b>lectura B</b> donde se describen y se explica la utilidad de cada técnica (si no hay tiempo suficiente para leerse, puede dejarse para la siguiente sesión). Se asignará para la siguiente sesión apliquen las tres técnicas en alguna (s) de sus clases y comenten al inicio como se sintieron, que tan fácil les resultó y que beneficios les aportó realizar esas técnicas.</p> | <p>Formato para el ejercicio I.<br/>Lectura A<br/>Lectura B</p> | <p>3</p> |

|  |   |  |   |          |
|--|---|--|---|----------|
| <p><b>2. Estrategias para el aprendizaje. (parte I)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Escuchar con atención.</li> <li>• Tomar notas.</li> <li>• Técnicas de lectura.</li> </ul> | <p>Capacitar al estudiante en el empleo de diversas técnicas que faciliten su rol de estudiante de manera efectiva.</p> | <p>TEMA: ESCUCHAR CON ATENCIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar el <b>ejercicio “acertijo”</b> cuyo objetivo es probar que tan bien saben escuchar los estudiantes. Se pide a los estudiantes que tomen un papel en blanco y escriban del 1 al 10 hacia abajo, se leerá solo una vez cada pregunta en forma clara (sin prisas) y con buena voz, ellos anotarán las respuestas en la hoja, junto al número que le corresponda, no se vale ver que puso el compañero. Posteriormente se verificarán las respuestas una por una, preguntando que respondieron cada uno de ellos.</li> <li>• Una vez concluido el ejercicio se les harán las siguientes preguntas:</li> </ul> <p>¿Cuántas correctas o incorrectas tuvo cada uno?<br/> ¿Por qué no se tuvieron todas bien?<br/> ¿Por qué consideran que la acción de escuchar se le llama “proceso activo”?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre la importancia de poner atención, preguntar al grupo:</li> </ul> <p>¿Qué es escuchar?<br/> ¿Qué significa poner atención, y que implica?<br/> ¿Cuáles son las ventajas de escuchar con atención?</p> <p><i>NOTA: aquí el tutor puede apoyarse en la <b>lectura C: “Escuchar con atención”</b></i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedir comentarios.</li> </ul> <p>TEMA: TOMAR NOTAS</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analizar los puntos básicos para tomar notas y resaltar la importancia del tema anterior para aprovechar está y las demás alternativas de estudio que se manejan en el programa.</li> <li>• Preguntar al grupo si tiene el hábito de tomar nota en clase, si les da buenos resultados, si sus notas son claras y no tiene dificultad al momento de repasar sus apuntes.</li> <li>• Analizar la <b>lectura D</b> que habla sobre los pasos o sugerencias para tomar notas en clase, revisar cada una junta y cuestionar si se realiza esa acción.</li> <li>• Comentar con el grupo que otras características consideran necesarias para tomar buenos apuntes y como pueden mejorar su desempeño académico.</li> </ul> <p>TEMA: OPTIMIZACIÓN DE LA LECTURA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuestionar al grupo sobre las siguientes cuestiones:</li> </ul> <p>¿Por qué es importante saber leer bien?<br/> ¿Qué es leer bien?<br/> ¿Cuáles son las características de un buen lector?<br/> ¿Por qué la lectura es considerada un arte?<br/> (Para enriquecer y apoyar los comentarios de los estudiantes el tutor puede apoyarse en la <b>lectura E</b>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Recomendar a los estudiantes que apliquen cada una de las técnicas en alguna(s) materia(s) y que comenten en la siguiente sesión los resultados de haberlo realizado. ¿Qué dificultades enfrentaron para hacerlo?</li> </ul> | <p>Hojas blancas.<br/> Formato del ejercicio<br/> “acertijo”<br/> Lectura C<br/> Lectura D<br/> Lectura E</p> | <p>3</p> |
|--|---|--|---|----------|

**MODULO 4. Continuación...**

|  |  |  |          |
|--|--|--|----------|
| <p><b>3. Estrategias para el aprendizaje (parte 2)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guías de estudio.</li> <li>• Preparación de exámenes.</li> </ul> | <p>Ofrecer alternativas de estudio para que el estudiante adquiera mejores formas de responder a su actividad escolar con resultados favorables.</p> | <p>TEMA: LAS GUÍAS DE ESTUDIO.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El tutor comentará la importancia de prepararse con tiempo para los exámenes y que parte de esa preparación incluye el elaborar guías que faciliten el estudio.</li> <li>• Preguntar sobre ¿Qué es una guía de estudio?, ¿Quiénes de ustedes utiliza guía para estudiar?, ¿En qué momento las utiliza? Y ¿Cómo la realizan?</li> </ul> <p>TEMA: COMO PREPARARSE PARA LAS EVALUACIONES</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El tutor preguntará a los estudiantes el concepto que tienen de examen y manejará la idea de que es un medio o instrumento para corroborar los conocimientos adquiridos y sobre todo para realimentar. Además comentará sobre el empleo de otros instrumentos: portafolios lista de verificación, ensayos, estudio de casos, etc.</li> <li>• Aplicará el <b>ejercicio: “¿Cómo me preparo para los exámenes?”</b>.</li> <li>• Posteriormente pedirá que lean y analicen la <b>lectura G: “¿cómo prepararse para los exámenes?”</b>.</li> <li>• Solicitará comentarios sobre la lectura y retomará las respuestas dadas al ejercicio anterior y en los espacios de la derecha plasmarán sus comentarios acerca de cada reactivo.</li> <li>• Se harán comentarios generales y el tutor solicitará pongan en práctica las sugerencias revisadas.</li> </ul> | <p>3</p> |
|--|--|--|----------|



## MODULO 5. Problemáticas actuales y juventud.

**Objetivo:** Que el estudiante reflexione sobre las problemáticas que enfrentan actualmente los jóvenes y cómo pueden aprovechar lo visto durante el curso, de tal forma que se vea reflejado en su formación académico-personal.

| CONTENIDO   | OBJETIVO   | ACTIVIDADES   | MATERIALES  | SESIONES |
|---|--|---|---|----------|
| 1. Problemas que enfrentan los jóvenes.<br>2. La importancia de una formación profesional.<br>3. Proyecto de vida.<br>4. Reflexiones finales. | Que el estudiante reflexione sobre los obstáculos que pudieran dificultar su proyecto de vida y sobre la forma de vencerlos. | <ul style="list-style-type: none"><li>• Hacer una reflexión general sobre cuáles consideran que son las problemáticas que enfrentan los jóvenes hoy en día.</li><li>• Analizar la lectura 1 "problemática actual y juventud".</li><li>• Cuestionarles sobre qué les pareció la lectura y qué pueden rescatar de ella.</li><li>• Realizar ejercicio de autoevaluación y pedir comentarios.</li><li>• Revisar la lectura 2: "Proyecto de vida" y comentar sobre sus planes y proyecto de vida.</li><li>• Reflexiones finales sobre este último módulo, sobre el programa de tutorías en general, sobre su desempeño académico, su situación en cada una de las materias y preguntar si tienen alguna necesidad en particular que pudiera ser atendida por el tutor, o bien, por la coordinación de carrera o de tutoría.</li><li>• Indagar sobre su planeación de actividades escolares para el siguiente periodo y realimentarlos.</li></ul> | Lectura 1: "Problemática actual y juventud".<br><br>Ejercicio de autoevaluación.<br><br>Lectura 2: "Proyecto de vida" | 3        |

## 6. RECURSOS:

|                 |  |
|-----------------|--|
| A) HUMANOS:     | Profesores (tutores), Alumnos          |
| B) TECNICOS:    | Formatos de cuestionarios y proyectos. |
| C) MATERIALES:  | Hojas, papeles, rotafolios y cañón     |
| D) FINANCIEROS: | Dirección de la escuela.               |

## 7. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO:

- COORDINADOR DE TUTORIA: María de Lourdes Sánchez Jiménez.

## **8. INDICADORES DE EVALUACIÓN:**

- Participación de los tutores.
- Integración de los expedientes de los alumnos.
- Resultados de los cuestionarios propuestos en las actividades.
- El compromiso de la comunidad educativa.
- Evidencias de trabajo.
- Mejor desempeño académico del alumno.

**EL TUTOR**

**MARÍA DE LOURDES SÁNCHEZ JIMÉNEZ**

**VO. BO.  
EL DIRECTOR DE LA ENEF**

**MTRO. NORBERTO VÁZQUEZ RODRÍGUEZ**