

“SEMANA DE SALUD EMOCIONAL Y FÍSICA”

Programa Institucional de Tutorías

El Instituto Tecnológico de la Laguna a través del Departamento de Desarrollo Académico y la Coordinación Institucional de Tutorías, organiza e invita a los y las **estudiantes del primer semestre** a participar en la **Semana de Salud Emocional y Física**, que se realizará del **12 al 16 de noviembre** del año en curso

1. OBJETIVO

- Lograr que los y las estudiantes de nuevo ingreso, desarrollen el sentido de pertenencia e integración a la institución, necesarios para alcanzar una formación integral adecuada, la cual, les permita responder a los retos de una sociedad en constante evolución. Siendo parte esencial de las diferentes actividades individuales y por equipo programadas y dirigidas al fomento del cuidado de la salud emocional y física.

2. JUSTIFICACIÓN

Dentro de los elementos que han sido identificados como reflejo del grado de integración de los estudiantes al sistema académico y social de una institución de educación superior, están particularmente: la asistencia regular y puntual a todas las actividades previstas por sus profesores(as), el tiempo que el estudiante invierte para estudiar, su presencia activa en clase, el trabajo que realiza en equipo. Así como, la participación y asistencia en actividades culturales, eventos deportivos y académicos, organizados dentro y fuera de la institución, por mencionar algunos ejemplos. De ahí, la importancia de realizar el mayor de los esfuerzos para que desde su ingreso, forme parte activa de su entorno escolar y participe con propuestas para la adopción de estilos de vida saludables, la promoción de valores entre los que se perciba su compromiso por el cuidado del medio ambiente y de la infraestructura física de su plantel. Y que además, logre convertirse en factor de cambio, al fomentar la participación integrada de la planta docente, administrativa y de apoyo a la docencia.

3. META

- Lograr que por lo menos el 80% de los y las estudiantes de nuevo ingreso, participen en la Semana de Salud Emocional y Física.



4. PARTICIPANTES

Podrán participar los y las estudiantes de todas las carreras, inscritos(as) en el primer semestre, apoyados por el (la) tutor(a) y los(as) profesores(as) del grupo.

5. ACTIVIDADES PREVISTAS

- "Desarrollando actividades deportivas y administrando el trabajo en equipo"
- "Desarrollando actividades deportivas individuales y superando expectativas"
- "Promoviendo los Valores Universales y los Derechos Humanos" en Modalidad de video corto,
- "Promoviendo la cultura de la Denuncia" en Modalidad de cartel,
- "Baileton"
- Conferencia: "Habilidades Sociales" los días 14 y 16 de Noviembre, atendida por Centros de Integración Juvenil, Torreón Oriente. A.C.

6. DE LOS REQUISITOS

Para cada actividad propuesta, se anexa la información que describe las características generales y los requisitos de participación. Así como, los formatos de registro.

7. DE LA PUBLICACIÓN DE RESULTADOS

El viernes 16 de noviembre, a las 13:30 Hrs., en Sala de Usos Múltiples, serán dados a conocer los resultados obtenidos por los estudiantes/grupos participantes en cada una de las actividades programadas. **Tendrán reconocimiento, los tres grupos de primer semestre con mayor puntuación alcanzada de manera global. Así como, el (la) tutor(a) del grupo.**

8. CONSIDERACIONES GENERALES

Los casos no previstos, serán atendidos y resueltos por el comité evaluador. La publicación de las resoluciones, será a través del Departamento de Desarrollo Académico y por las vías oficiales.

A t e n t a m e n t e

"Educación Tecnológica, Fuente de Innovación"

ING. ALMA LETICIA RAMOS RÍOS
JEFA DEL DEPARTAMENTO DE DESARROLLO ACADÉMICO



PROGRAMA DE TUTORÍAS: SEMANA DE SALUD EMOCIONAL Y FÍSICA

DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES

Del 12 al 16 de Noviembre del 2018

RETO	TEMA(S)	MODALIDAD	FORMATO EN EL QUE SE PRESENTARÁ EL RETO	FECHA DE ENTREGA DEL MATERIAL Y/O REGISTRO	LUGAR DE ENTREGA DEL MATERIAL TRABAJADO PARA PARTICIPAR EN EL RETO Y/O REGISTRO DE PARTICIPACIÓN	PUNTUACIÓN MÁXIMA PARA EL GRUPO POR SU PARTICIPACIÓN EN EL RETO
"PROMOVIENDO LOS VALORES UNIVERSALES Y LOS DERECHOS HUMANOS"	Valores como: Respeto, Tolerancia, Responsabilidad, Libertad, igualdad, Paz. Derecho de los Humanos a: la salud, educación, alimentación, a un ambiente sano, al trabajo.	VIDEO CORTO	Duración: 30 a 90 segundos, acompañado de subtítulos (sin que lleve demasiada carga de información escrita), el mensaje deberá ser claro y conciso e invitar a una acción clara. El idioma será Español. 5 Participantes como máximo	Martes 13 de Noviembre	Departamento de Desarrollo Académico. Horario de 8:00 a 15:00 Hrs.	20 puntos por cada video presentado por el grupo. (Máximo 2 videos)
"PROMOVIENDO LA CULTURA DE LA DENUNCIA"	Acoso Escolar, Violencia en el Noviazgo, Educación sin Inclusión, Falta de Respeto a la Diversidad Sexual, Contaminación del Medio Ambiente	CARTEL	Dimensiones: 841mm x 594mm, orientación vertical, Margen Superior 40mm, Márgenes inferior, izquierdo y derecho 25mm, Título del Poster: Centrado, Fuente Arial Narrow, tamaño 28, mayúsculas en negritas. Autor(es): Justificado a la derecha, Arial Narrow tamaño 28, mayúsculas y minúsculas en negritas. 5 Participantes como máximo	Martes 13 de Noviembre	Departamento de Desarrollo Académico. Horario de 8:00 a 15:00 Hrs.	20 puntos por cada cartel presentado por el grupo. (Máximo 2 carteles)
"DESARROLLANDO ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y ADMINISTRANDO EL TRABAJO EN EQUIPO"	Futbol, Basquetbol y Volibol. Las tres disciplinas varonil y femenil, o bien, Basquetbol y Volibol pueden llegar a ser mixtos.	COMPETENCIA ENTRE EQUIPOS, CANCHAS DEPORTIVAS AL AIRE LIBRE	Sólo se registrarán a los primeros 8 equipos en cada una de estas disciplinas. El sistema de competencia, se dará a conocer de acuerdo al número de equipos inscritos. El número de participantes se adecúa a lo que pide la disciplina.	El rol de juegos se dará a conocer a través del (de la) tutor(a) una vez cerradas las inscripciones. Los juegos serán programados del 12 al 14 de Noviembre.	Entregarán registro en el Departamento de servicios Escolares. Las fechas para registro serán del 5 al 9 de Noviembre.	10 puntos por cada disciplina en la que se participe. (Máximo un equipo por cada disciplina)
"DESARROLLANDO ACTIVIDADES DEPORTIVAS INDIVIDUALES Y SUPERANDO EXPECTATIVAS"	Atletismo: Competencia de 100 y 400 metros planos, salto de longitud y lanzamiento de bala	COMPETENCIA EN PISTA	Habrá registro individual, por cada disciplina.	El rol de las competencias se dará a conocer a partir del 12 de Noviembre, directamente al grupo a través de el (la) tutor(a). Las competencias serán el día 14 de Noviembre, directamente en la pista.	Entregarán registro en el Departamento de servicios Escolares. Las fechas para registro serán del 5 al 9 de Noviembre.	3 puntos por cada estudiante registrado. Deberá participar en todas las pruebas. (Máximo 10 estudiantes)
"BAILETÓN: TRABAJANDO LA RESISTENCIA, COORDINACIÓN Y PACIENCIA"	Diferentes Ritmos	COMPETENCIA INDIVIDUAL Y POR GRUPO, EN EL GIMNASIO AUDITORIO A PARTIR DE LAS 12:15 Hrs.	La participación se contabilizará de manera individual y por grupo. Será entregado un número por participante, para su identificación.	Del 5 al 9 de Noviembre	El registro de los y las participantes, será directamente en el Departamento de Desarrollo Académico, en horario de 8:00 a 15:00 Hrs., de lunes a viernes.	3 puntos por cada estudiante registrado. NOTA: Se deberá mantener el mínimo de participantes hasta el final de la competencia para obtener la puntuación. (Mínimo 10) para ser contabilizado por grupo.
CONFERENCIA	"HABILIDADES SOCIALES"	MIÉRCOLES 14 DE NOVIEMBRE (SISTEMAS, ELÉCTRICA, ELECTRÓNICA, RENOVABLES, GESTIÓN Y ADMON) Y VIERNES 16 DE NOVIEMBRE (QUÍMICA E INDUSTRIAL). SALA DE USOS MÚLTIPLES, DE 12:15 A 13:30 HRS.	Asistencia Obligatoria a la conferencia, en el lugar marcado.	Deberán participar todos los estudiantes de cada grupo y carrera. Se llevará el registro de asistencia en el mismo lugar.	Asistencia Obligatoria a la conferencia, en el lugar marcado.	Sin puntos para el grupo.