# Programa Institucional de Tutorías 2024B







# Programa Institucional de Tutorías

El PIT es un programa institucional de acompañamiento, asesoría, orientación y seguimiento para los estudiantes del CUSur, que promueven su formación integral, coadyuvando al logro de obietivos institucionales, con ética y responsabilidad transformación y el desarrollo social.





Objetivo Promover la formación integral de los alumnos a través de la articulación de manera sistemática en el CUSur, Inducción reteinciónia provechamiento y eficiencia para melora servicios que ofrece la universidad.

terminal

**Tutoría** Grupal

Trayectoria

Específica



Conocer mapa curricular, elección de materias y prácticas, servicios que ofrece la universidad.

Conocimiento y estrategias en áreas específicas de formación integral, académica y profesional.

Conocer el campo laboral, modalidades de titulación, elaboración de CV

La especificación del tipo de tutoría y lo que conlleva, viene en el oficio de asignación de cada tutor

**Tutoría** 



La vida universitaria es una etapa de muchos cambios; el estudiante se enfrenta a una etapa de crecimiento en su vida personal y profesional.

Toma de decisiones Controlar emociones Reconocerse a sí mismo Plantear nuevas metas

Contar con un acompañamiento profesional es un beneficio. El Programa Institucional de Tutorías es para ti.



Todos somos diferentes y tenemos diferentes necesidades.

Elige la tutoría para ti.

# Tutoría Grupal

### Tutoría de Inducción

Apoyo en la transición entre el nivel medio superior a superior, conocer los servicios que ofrece la universidad.

### **Trayectoria Específica**

Conocimiento y estrategias en áreas específicas de formación integral, académica y profesional



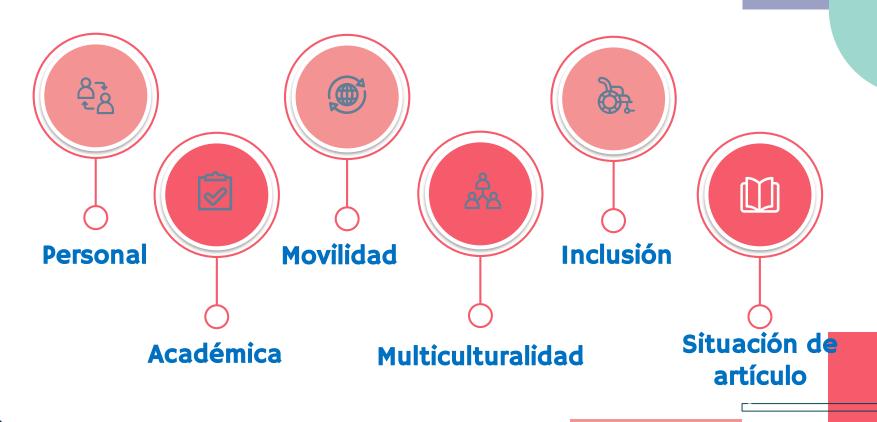
### **Tutoría de Trayectoria**

Conocer mapa curricular, elección de materias y prácticas, servicios que ofrece la universidad.

### **Tutoría de Egreso**

Conocer el campo laboral, modalidades de titulación, elaboración de CV

# Tutoría Individual



Para pertenecer a un grupo de tutoría grupal o individual, necesitas registrarte al inicio del semestre.

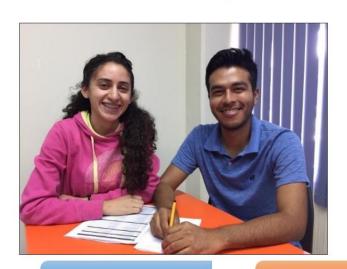
# http://www.cusur.udg.mx/es/pit-

Manual de actividades para la intervención tutorial

Documentos

¿En qué consiste la tutoría? Contacto

Búsqueda rápida de recursos de apoyo CUSur



	4000	Fecha-Hora	Poponta	W. F. C.
Evento	Chietho	Petha-Hora	Ponante	Dirigido a:
Grupo de apoyo Yadas las encociores sun necesarias: Antrigencia y regallación enrocional	Describer landed meetal de localamen	By gains \$1-27 de enven Suestar no del Cide envent al 9 de febrero (000 5 digno malifor a CISC)	Dru. (p.) Golder Rr. of Cautas Exper	Companidad Universities
Conferencia La line pun corporal es princiligilico, no fisica. Aprende neutrolidad corporal	Fortalisce la limagen concerni y la autoretima de los participantes	2 momentus: 25 de espes 18 última 1 de febrero, 4 última Amillo in 2004 2	Day (C) Valdera Pada Centra Lifyec	Cradenias ariveniteis
Serie de Grupos de apoyo CUSUR está Covilija	Euconomio Salad sendal de numbrocal, secol	Regions 7 to de habrers Incom 1 de febrero Bolinos y trades spreso debos Wale atoma de despoés de securido	3r. Mano Ardin le Santinsa Ci repor	Committed disserting
Seminerio Salval mesta fen de turania	lationer a les tatores sobre temas de sulad mental en la comunicad universitada.	Seniores secréticos 37 y M de hicerory 3 de marco elemes 1500-300pm Virtual (16 hose)	Bruigo Calidid da Vola	Acidénism
Grupos de estudio PIT	Breater one open into dipino que los identes comportamente de color, combinados, existingões (y la cido mación color se vido académica	Togothe 20-24 de Volvens Broeder en del 27 de Selberto e Selemanyo Hans o vanato per 181 minusillo S. L.), ven 144. Teruso 30-anosa	Programs will admin to Tatoria- Dan Mode G addinger Erwin Robig are	Eradinterativali s
Grupo de apoyo Construyendo renfesgan sa ludables	Sensibilitar a los estudiantes acesta de los beneficos de nacros resculos saludados	Deglate 23 de feb 2 de asacra Od 8 stade mose Varmes 100,5 sector do Mousi Neet, but, siegole do para de aspaño	Date, July Servatro Perchasovier Audinor	Eradinos ativestria
Taller Corne bien y opvende mejov	As randor sobre a cas solutado exerpresão que por estador as a variar reços academismos casa, mantenes se activo y aconstitura los factores extresar as corás rela unido universidor as	Occupantes Marks 11 ft mans 600-600 Marcolin 25 cm mar 100-330 Scorlinith di, 70 altranos por en de Ja. 800-6044 I	Oto, Particle Modified Ages (Martis	Eradoras wikęski k
Conferencia Disciplina an miliaristration	Cue les alvannes contractos sebecto discuplina em ol contracto common forte para common descuado que a el aprendo que en el ación.	30 de 1 hi 500 3 00 pri Anelle na 1 0 5 8	Wyo, Karlin del Corner châves	Committed University is
Conferencia Hatilmos de sucivio	Previote concludes activides activides and discrete discrete companied softwards fac.	tom Mercel 100200pn Data	Disc District formits Genetice Flores	Committed University of
Conferencia Estrés acodémico, conoce el enemigo	Forsilecer la salval mental en be allameno	27 de 191 1 30 200 Aprillo 10 00 A 2	(an Estile Analii i), iko	Committed University (
Conversatorio Cono se puede ver la viciencio en la universidad	Enco concorrirectors que puerrer aer devanocidos es la Unidad de Mineros contoctas	2 de major 1 00 200 Aprillo (n. 1943)	57es. Kno Fabiols Compos tare	Convenibal University of
Conferencia Africto: mensidad antonoxia del ser hum pro	Fortalwar birelationes interpersonal is	12 de mayo 1009-1500 Ancho (1004-1	Max. Ulibra Face Other	Committed Dalamitans extensis

Registro a Tutoría 2023-B

PIT: Programas y Tipos de Tutorias

Conoce a los Tutores 2023-B

# Casos Especiales

### Para solicitar tutoría individual:

tutorias@cusur.udg.mx



Nombre
Código
Programa educativo
Descripción de necesidad
Propuesta de tutor





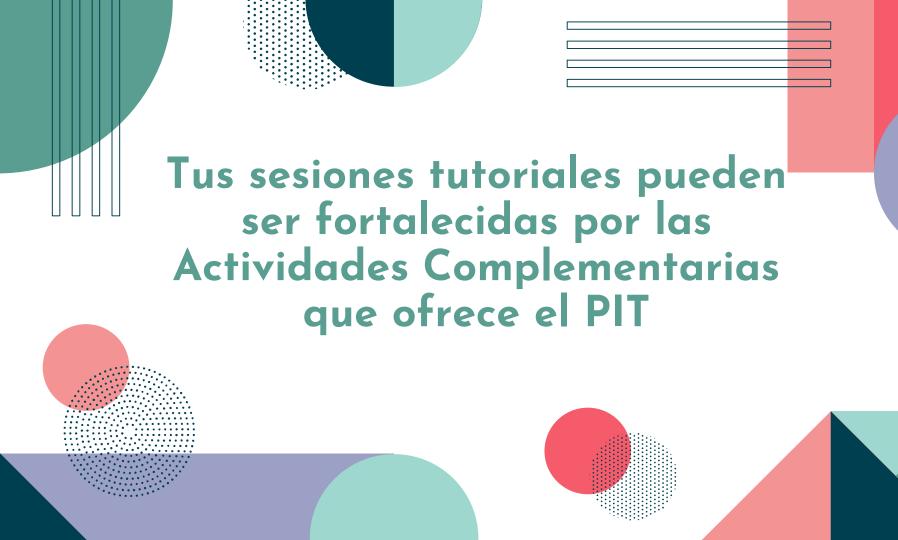




Participación en tutoría PIT otorga constancia para formación integral

(cumpliendo con un mínimo de tres sesiones)





# Actividades Complementarias





Conferencias



**Talleres** 



Grupos d apoyo



Grupos de estudio

Registro: http://www.cusur.udg.mx/es/pit-cusur

"Lo lindo del trabajo en equipo es que siempre tienes a alguien a tu lado".

Margaret Carty *Autora y directora ejecutiva de MLA* 



En caso de requerir apoyo o sugerencias para fortalecer tu trayectoria académica, favor de contactarnos:

tutorias@cusur.udg.mx Ext. 46019





# Créetela, j eres un LEÓN NEGRO!

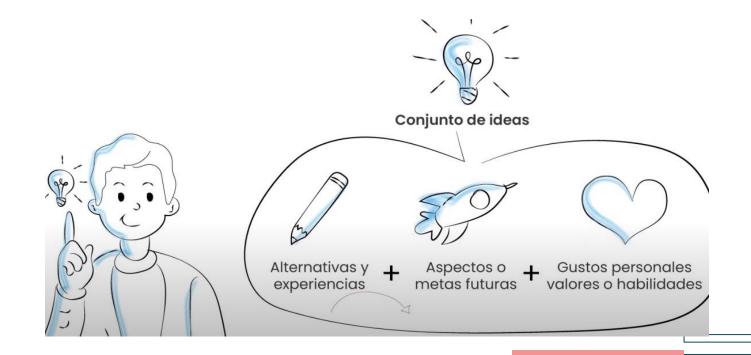
### Algunos tips para tu inicio:

- Pide consejos y logra la comprensión personal,
- · Crea un espacio de estudios apropiado,
- · Consigue todas las herramientas que necesites,
- Evita distractores,
- Ordena tus horarios de estudio y descanso,
- · Siempre toma apuntes en clase, analiza y cuestiona,
- Identifica tu estilo de aprendizaje,
- · Haz grupos de estudio,
- · Duerme, come bien y ejercítate.



https://youtu.be/YUszf4KSUjk

Que es un proyecto de vida?
Conjunto de ideas,
alternativas y experiencias
que permiten planear
aspectos o metas futuras



# ¿De qué se trata?



# ¿Cuáles son las características centrales de un proyecto de vida?

- 1. Surge de la realidad
- 2. Se desarrolla de acuerdo a intereses personales
- 3. Se planea en el campo de la imaginación y la creatividad
- 4. Puede presentar variaciones de acuerdo a factores económicos, sociales o de tiempo.
- 5. Posibilita la concentración y determinación de las personas

### Que implica construir un proyecto de vida?

- Autoconocimiento
- 2. Proyección al futuro
- 3. Esfuerzo
- 4. Definir objetivos y metas claras
- 5. Desarrollo personal



### Para planear un proyecto de vida es necesario:



¿Qué me gusta?

¿Qué me disgusta?

¿Mis sueños?

¿Mis habilidades?



Creer en nuestras metas



¿Es mi proyecto de hoy o de cuando era niño?

¿Es mi proyecto o es el de otras personas?



Metas propias

## **VALORES**



# REFLEXIÓN

Para lograr una meta existen una serie de desciciones que yo únicamente debo tomar por lo tanto de mi depende tomar un buen rumbo aunque es verdad que en esta vida no siempre saldrán las cosas como nosotros queremos. Si existe un tropezón debo armar mi estrategia para salir adelante y redireccionar hacia donde voy pero no solo se trata de decir yo puedo si no que también debo conocer mis limitaciones para trabajar en ello cada día y gracias a estos pasos ordenados uno en uno puedo tener un final bueno o malo (normalmente mientras mas esfuerzo de mas probable es alcanzar el éxito)