



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
PREPARATORIA 25 “DR. EDUARDO AGUIRRE PEQUEÑO”



Semestre: agosto – diciembre 2026

PORTAFOLIO EXTRAORDINARIO

(3^a, 4^a, 5^a y 6^a oportunidad)

UA: ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

Semestre: SEGUNDO	
Estudiante:	
Matrícula:	
Responsable:	MEAT. Karina Isabel Domínguez Ornelas KDOMINGUEZO@uanl.edu.mx
Fecha de entrega:	_____ de 2026.

General Escobedo, NL, septiembre de 2026

ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

___ Oportunidad

Elaborar las **actividades y evidencias** de cada una de las **ETAPAS** para integrar su **PORTAFOLIO**, así como el **Producto Integrador de Aprendizaje (PIA)**.

Instrucciones: sigue las indicaciones y criterios establecidos en su libro de texto, así como en este documento para desarrollar cada una de las actividades y evidencias de cada etapa.

PORTAFOLIO DE EVIDENCIAS: Etapas 20% cada una y PIA 20%	
ETAPA	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE y EVIDENCIAS
1. Adolescencia	1. Preguntas detonantes , página 14 en su libro de texto. 2. Resumen de "las etapas del ciclo de vida" (a mano, extensión mínima 1 cuartilla). 3. Mapa conceptual de las subetapas de la adolescencia: pubertad, adolescencia media y tardía. Incluye descripción de cada subetapa, cambios físicos, psicológicos y sociales (al menos 3 de cada uno).
2. Desarrollo Psicológico	4. Cuadro de dos columnas sobre el tema "emociones y conflictos psicológicos" en la adolescencia. Definir cada concepto: ira, miedo, frustración, celos, envidia, afecto, felicidad, miedo. Y de conflictos psicológicos: ansiedad, angustia, apatía, depresión, duelo, temores y fobias, trastornos alimenticios (anorexia, sobrepeso y bulimia). 5. Test de Autoestima , copia de página 80-81 del libro de texto. 6. Práctica reflexiva , de acuerdo con el resultado del test de autoestima se realiza una reflexión apoyándose con las cuestiones que se encuentran en tu libro de texto pág. 83 (mínimo media cuartilla).
3. Desarrollo Social	7. Preguntas detonantes , página 96 en tu libro de texto. 8. Organizador gráfico de la etapa 3 considerando los temas: Socialización, Relaciones afectivas y Conflictos sociales en la adolescencia. Puede ser un mapa mental, mapa conceptual, cuadro sinóptico. Considera las características de acuerdo al organizador elegido. 9. Escrito del estudio de caso "El cambio no duele", se encuentra pág. 116 en tu libro de texto. Incluye lo siguiente: - Resumen en un párrafo del caso, identificando la conducta de riesgo planteada. - Redacten su opinión personal con respecto al desenlace del caso y cómo el ambiente social contribuye al desarrollo personal. - Escriban cuál sería la mejor solución y expliquen porqué (de entre todas las personas que conforman el equipo seleccionen la mejor). - Identifiquen las relaciones afectivas que influyen en su desarrollo social y lo incluyen como conclusión personal (de cada integrante).
4. Desarrollo de la Sexualidad	10. Mapa mental acerca del desarrollo de la sexualidad, apóyate con tu libro de texto pág. 131-142 para el contenido. Incluye imágenes relacionadas al tema. 11. Reporte ABP: Caso Patricio (ver anexo).

PIA	12. Infografía, elaborado de forma digital (impresa para la entrega). Debe tener título "Salud mental", incluir una breve introducción, desarrollo (la investigación dando respuesta a las preguntas), reflexión y referencias. Realiza una investigación para que la información sea válida y confiable, incluye referencias bibliográficas. La infografía debe incluir en desarrollo: • ¿Qué significa estar sano mental y emocionalmente? • Escribe 5 ejemplos de salud mental y emocional de un adolescente. • Escribe cuatro recomendaciones para cuidar la salud mental. • Reflexión sobre la salud mental
---	--

Requisitos y criterios de entrega de portafolio:

- Las actividades y evidencias de aprendizaje serán realizadas a mano, letra legible, a dos tintas (negra y azul), cuidando formato y ortografía. Lo único que se entrega impreso es el PIA: Infografía y la copia del test de autoestima.
- El Portafolio será organizado de la siguiente forma:
 1. Portada inicial: logos institucionales, nombre completo, matrícula, unidad de aprendizaje, oportunidad, fecha de entrega (puede utilizar la portada de este documento).
 2. Portada de cada etapa: número y nombre de la etapa, colocar alguna imagen relacionada.
 3. Incluir en cada una de las actividades el encabezado con el nombre de la actividad o evidencia de aprendizaje.
 4. Incluir el Producto Integrador de Aprendizaje (PIA) al final de las etapas.
 5. Al final anexa una copia del recibo de pago de la oportunidad.
 6. Entregar el portafolio completo de manera física, ordenado y grapado, dentro de un legajo tamaño carta con datos de identificación en la parte de enfrente: nombre completo, matrícula, unidad de aprendizaje y oportunidad presentada.

Fecha de entrega: _____

Entrega en: Acompañamiento al estudiante (el estudiante firma al entregar el portafolio).

Contacto: Dr. Juan Manuel Sánchez Lozano

Correo: juan.sanchezln@uanl.edu.mx

ANEXO - REPORTE ABP

I. Lee con atención la siguiente problemática, analiza la información para elaborar un reporte.

ABP Patricio

Patricio tiene 18 años y a pesar de su corta edad, tomó la decisión de casarse, pues su novia de 17 años estaba embarazada y él deseaba ser un padre responsable. Su situación ha cambiado radicalmente, ya que antes sólo se dedicaba a estudiar y estaba en un equipo de fútbol, y ahora se dedica a trabajar y estudiar. Tomando en cuenta que su bebé está por nacer, tiene muchos compromisos y obligaciones por cumplir. Su ingreso económico es variable, ya que su sueldo como mesero es poco y con las propinas no siempre le va bien. Patricio está muy presionado, su rendimiento académico ha bajado, aun así, por las noches al llegar a casa, hace sus tareas, pues está determinado a estudiar la carrera de mecatrónica que recién comenzaba, por lo que duerme pocas horas. Su ritmo de vida cambió radicalmente, y aunque sabe que está cumpliendo su compromiso, quiere a su esposa y su hijo, se siente agotado y a veces piensa o se imagina lo diferente que sería su vida.

Criterios:

II. Escrito de una cuartilla a mano, tinta negra o azul, considerando los siguientes puntos:

1. Identifica la problemática del caso.
2. Actitud que muestra Patricio ante su situación.
3. Señala las características de Patricio que cambiaron.
4. Cómo crees que reaccionaron sus padres cuando se enteraron de su decisión.
5. Si tu estuvieras en una situación semejante, ¿qué harías?



PIA - FICHA DE IDENTIFICACIÓN

Llena la siguiente ficha de identificación con tus datos personales.

Datos generales

Nombre: _____
Fecha de nacimiento: _____
Edad: _____ Sexo: _____
Estatura: _____ Peso: _____

Foto

Descripción física:

Te consideras: Alto ☐ Bajo ☐ Promedio ☐
Complexión: Robusta ☐ Delgada ☐ Media ☐
Tez: Morena ☐ Aperlada ☐ Blanca ☐
Color cabello: Negro ☐ Castaño oscuro ☐ Castaño claro ☐ Rubio ☐
Extensión cabello: Largo ☐ Corto ☐ Medio ☐
Tipo de cabello: Liso ☐ Ondulado ☐ Rizado ☐
Color de ojos: _____ Cicatrices o señas particulares: _____

Descripción médica:

Enfermedad que padece: _____
Tipo de sangre: _____ Servicio Médico: _____
Alergias: _____ Toma medicamentos: _____
Requiere algún tipo de ayuda o apoyo _____
En el último año, has tenido consultas médicas: _____ # veces: _____
Motivo: _____
Intervenciones o internamientos recientes: _____

Breve descripción deportiva (actividad realizada, días, tipos de ejercicios, duración, etc.):

PIA - DIETA SEMANAL IDEAL (HÁBITOS ALIMENTICIOS)

Criterios:

- Considera el plato de buen comer y la jarra del buen beber.
- Incluye alimentos variados y saludables con una cantidad aproximada de consumo.
- Agrega horarios ideales.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno							
Comida							
Merienda							
Cena							

PIA – HORARIO SEMANAL IDEAL (HÁBITOS EN GENERAL)

Criterios:

- Considera hábitos de estudio, descanso, alimentación, ejercicio, higiene personal, de ocio, de convivencia social, etc.
- Incluye horarios ideales, desde que despiertas hasta que duermes.

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Mañana							
Tarde							
Noche							

PIA - PLAN DE ACCIÓN

Elabora un escrito donde expliques un Plan de acción para mejorar algún aspecto de tu vida actual.

ÁREA DE OPORTUNIDAD: _____

PROBLEMÁTICA DETECTADA (descripción amplia explicando la importancia de atender esa área de oportunidad, en qué puede afectar si no es atendida, etc.):

ESTRATEGIA A SEGUIR (nombre de tu plan de acción): _____

ACTIVIDADES A REALIZAR (*Descripción de lo que realizarás, por ejemplo: los materiales que tienes que conseguir, lugar, apoyo de otra persona, etc.*)

- | | |
|---------|---------|
| • _____ | • _____ |
| • _____ | • _____ |
| • _____ | • _____ |
| • _____ | • _____ |
| • _____ | • _____ |

PERÍODO: Del _____ a _____ 2026.

Incluir un calendario (marcando los días que se realizará el plan de acción).

HORARIO ASIGNADO: _____

EVIDENCIAS: (pueden ser capturas de pantalla, materiales, lugar, etc.)