

# Actividades Extracurriculares



En el CONALEP es muy importante dar a sus alumnos una educación integral formándolos para desempeñar una ocupación en el mundo del trabajo como profesionales técnicos y para su desarrollo en sociedad como ciudadanos responsables, críticos y participativos.

Para contribuir al logro de este objetivo, de manera complementaria a las actividades académicas, se realizan actividades extracurriculares o extra clase para ayudarte a entender, valorar y enfrentar situaciones de la vida cotidiana en tu familia, en tu grupo de amigos y en la sociedad en general, así como para tu desarrollo personal a través de tus emociones, tu creatividad y tus capacidades físicas. Con esta finalidad, se considera básico trabajar cuatro tipos de actividades extracurriculares:

Orientación Educativa, Prácticas de Vida Saludable, Actividades Culturales y Deportivas en las que a través de talleres, conferencias, cine-debate, torneos, concursos y otras, se sensibiliza sobre la importancia del cuidado de la salud y se orienta sobre aspectos de interés general que los alumnos deben enfrentar en su vida cotidiana.

Pide informes en el área de servicios escolares y participa en las actividades extracurriculares que se realizan en tu plantel.

## ACTIVIDADES CULTURALES

A través de estas actividades se abre un espacio para tu expresión artística para acercarte a diversas manifestaciones culturales como son: la integración de grupos de danza, teatro, música, oratoria, entre otras, así como la realización de eventos cívicos, y fiestas tradicionales.

Puedes consultar las actividades que el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes tienen programadas, visita su página electrónica.

<http://www.conaculta.gob.mx/>  
<http://fonca.conaculta.gob.mx/principal.html>

## ORIENTACIÓN EDUCATIVA

Su finalidad es guiar tu desarrollo como alumno, orientándote en las distintas etapas de tu proceso de formación para construir tu trayectoria de formación profesional técnica de acuerdo con tus intereses vocacionales y personales aprovechando al máximo los servicios, apoyos y recursos de aprendizaje que el CONALEP te ofrece.

Mediante el apoyo de este servicio puedes:

- Mejorar tu desempeño académico a través del seguimiento de tus evaluaciones, proponiéndote acciones para conservar o mejorar tus calificaciones.
- Orientarte para ejercer tus derechos y cumplir con tus obligaciones como alumno del CONALEP.
- Asesorarte sobre los apoyos con que cuentas para cumplir con los requisitos y trámites que debes cumplir durante tu trayectoria escolar como son las Prácticas Profesionales, el Servicio Social y la Titulación.
- Orientarte para aprovechar los diversos apoyos y servicios que ofrece tu plantel como las
- Identificar problemas que afectan tu desarrollo ya sea en la escuela o en tu vida personal, orientándote sobre posibles soluciones o bien canalizándote a instituciones especializadas.

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS

La importancia de las actividades físicas y deportivas se ha reconocido como una actividad humana importante para el mejor desarrollo y mantenimiento de la calidad de vida, por esto en los planteles del Colegio se organizan encuentros y torneos.

Como resultado de los encuentros y torneos al interior de los planteles, se integran los equipos representativos que pueden participar en eventos municipales, estatales, regionales /o nacionales de los Juegos Nacionales de la Educación Media Superior.

## PRÁCTICAS DE VIDA SALUDABLE

Los hábitos de vida saludable son aquellos que te permiten un desarrollo físico, mental y emocional adecuado.

El cuidado de tu salud es en un principio, tu responsabilidad, por lo que contar con información oportuna y confiable es muy importante para ayudarte a decidir de manera informada y responsable.

En tu vida cotidiana constantemente enfrentas retos y debes tomar decisiones que pueden afectar tu salud y tu vida de manera importante.

Los derechos y deberes, la sexualidad, la alimentación, las relaciones sociales, las enfermedades, los hábitos de higiene y otros te plantean constantemente interrogantes a las que debes responder.

Por esta razón en el CONALEP se propone a través de las actividades que fomentan las prácticas de vida saludable, ofrecerte información y orientarte sobre aspectos fundamentales para tu conformación armónica como persona en las siguientes áreas: salud e higiene, desarrollo personal, desarrollo social, prevención de adicciones y cuidado del medio ambiente; que se trabajan a través de actividades informativas como: conferencias, talleres de sensibilización y sociodramas; además de actividades recreativas como concursos y otras.