

Capacidad terminal

- Presentar actitudes y habilidades interpersonales e intrapersonales que le permitan enfrentar los retos y dificultades presentadas en el desarrollo de su formación y de su vida diaria.



Desarrollo Personal

Cronograma de temas y evaluaciones

SEM.	TEMA	EVALUACIÓN
1	Presentación del Curso. Autoconocimiento.	
2	Valores	
3	Mejora tu conocimiento personal	
4	Técnicas y métodos de estudios	
5	Zona de Confort	Evaluación Continua 1
6	Control de emociones	
7	Ansiedad ante los exámenes	
8	Empatía y Sociabilización	
9	Técnica de exposición	
10	Motivación	Evaluación Continua 2
11	Motivación y y Relaciones sociales	
12	Comunicación efectiva	
13	Técnicas de comunicación	
14	Trabajo en Equipo	
15	Liderazgo	Evaluación Continua 3
	Cómo potenciar tu marca	

- Evaluación Continua: 40%
- Proyecto 30%
- Exposición Final: 30%
- Nota mínima aprobatoria del curso: 13
- Con 30% de inasistencia se desaprueba el curso.

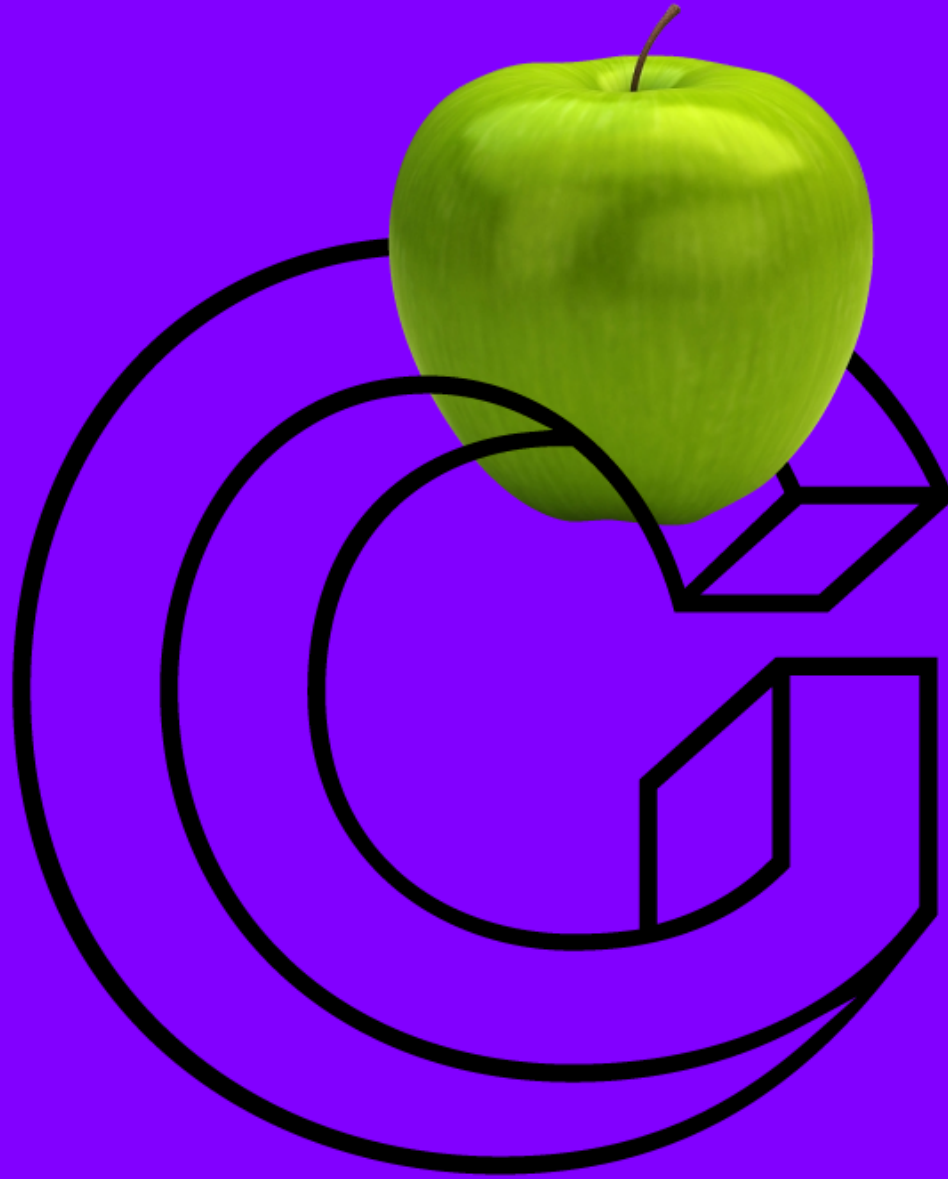


Presentación personal



Estableciendo normas de convivencia





Semana 1: Autoconocimiento

Logro de aprendizaje

- Reconoce la importancia del él mismo con autoconocimiento.

Contenidos

- Presentación de objetivos del curso.
- Establecimiento de normas de convivencia
- Distinción de conceptos: autoconcepto, autoconocimiento y autoestima
- Establecimiento de las Normas de Convivencia



Observamos y respondemos

¿Por qué será
importante
conocernos a
nosotros
mismos?



Observamos y respondemos



Toda competencia interpersonal parte del adecuado conocimiento personal que tengamos, es el pilar fundamental para empezar nuestro ascenso en el mundo laboral actual.



[[Imagen negocios]] Recuperado de: <http://www.salud180.com/sites/www.salud180.com/files/97200713.jpg>

[[Imagen comunicación efectiva]] Recuperado de: <http://capacitacionconaccion.com/cursos/comunicacion-efectiva/>



Aprendemos: Escalera de la autoestima

1. En grupos de máximo 4 estudiantes, elaboren un ejemplo por cada escalón que se menciona en el video.

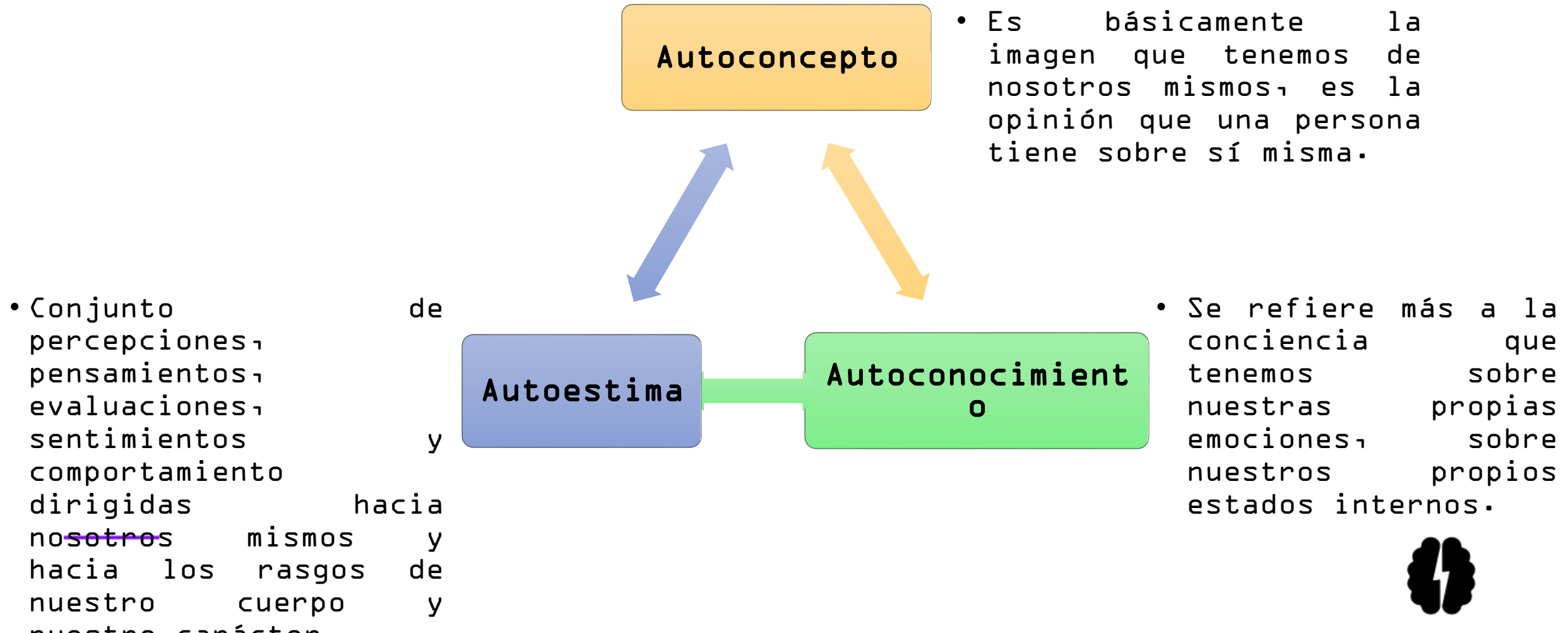


<https://www.youtube.com/watch?v=Dzi3zeyGg7M>

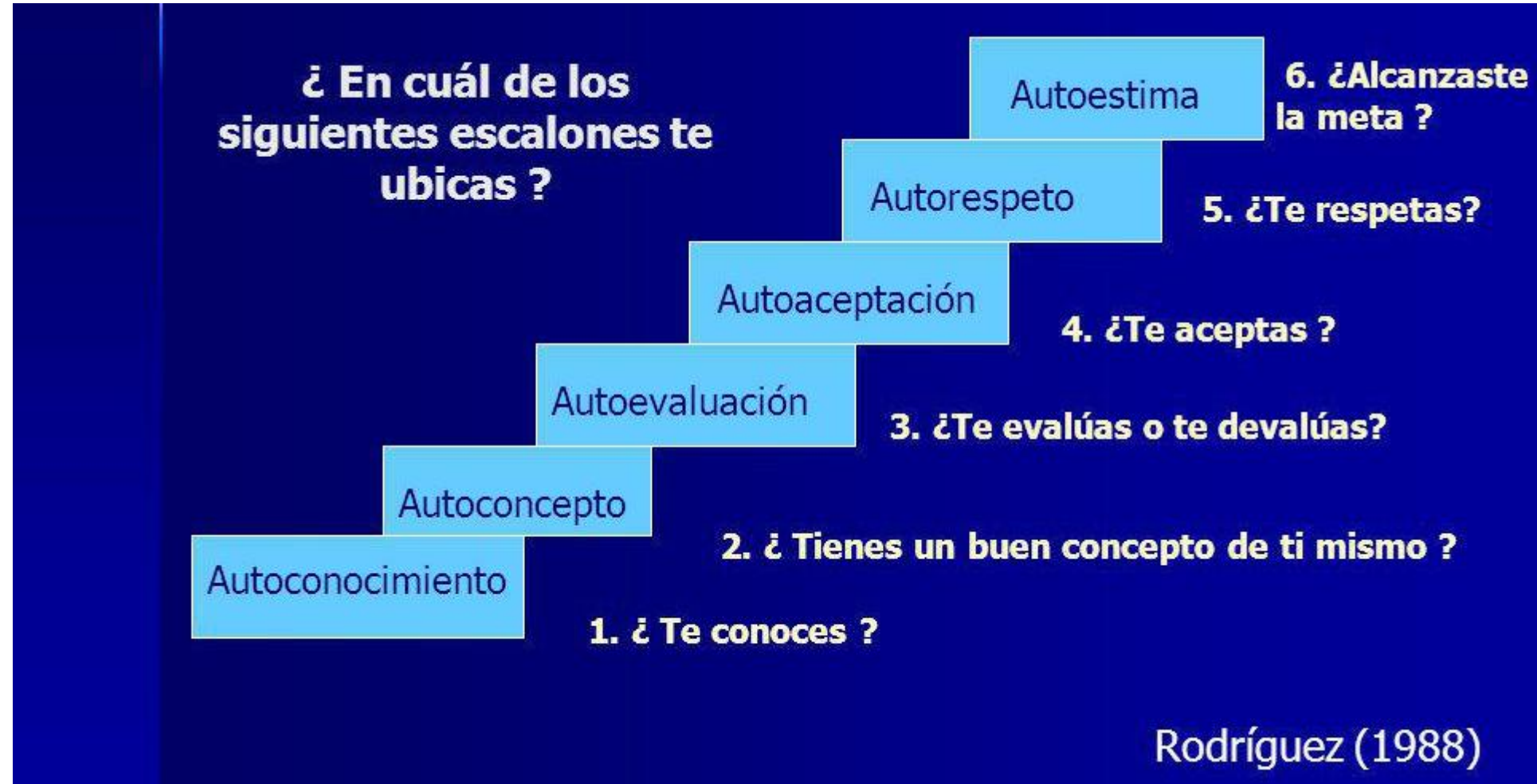


Aprendemos

Distinción de conceptos: Autoconcepto, autoconocimiento y autoestima



Aprendemos



“¿Cómo soy Yo?”

1. El alumno dibuja un animal que cree lo representa.
2. Luego, comenta qué características le gusta o le representa.
3. Responde: ¿Que genera/proyecta en ti este animal?



Verificamos lo aprendido

- ¿Qué hemos aprendido en esta sesión?
- ¿En qué se diferencia el autoconcepto, autoconocimiento y autoestima?
- ¿En qué consiste la escalera de la autoestima?



Actividad Virtual: Foro 1

1. Elabora una reflexión sobre el video.
2. Comenta la intervención de al menos 2 de tus compañeros.
3. Recuerda que tu comentario debe ser mínimo 3 líneas y que tu participación es importante para su evaluación.



<https://www.youtube.com/watch?v=ThkAoQC3STU>





¡ Gracias por la atención !

