

PROGRAMACIÓN DEL 17 AL 21 DE MAYO “CLAVES PARA MI BIENESTAR”

HAGA CLICK EN CADA ACTIVIDAD

IDENTIFICANDO MIS COMPETENCIAS

Las competencias son los atributos con los que cuenta la persona (conocimientos, actitudes, destrezas, habilidades y valores) que le permiten establecer estrategias para la solución de problemas y hacer frente a nuevas situaciones en el ejercicio de la profesión. Te compartimos el un cuestionario de autopercepción de competencias.



RECOMENDACIONES SOBRE ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE SEGÚN ESTILOS

El aprendizaje lo podríamos definir como la capacidad de las personas de resolver problemas o enfrentarse a situaciones aplicando soluciones que ha incorporado previamente a través de sus sentidos. Existen tres tipos principales, según el sentido predominante que empleamos en el proceso de aprendizaje. Te ofrecemos algunas recomendaciones de estrategias para estudiar, según tu estilo de aprendizaje.



ACTIVIDAD FÍSICA: SUS BENEFICIOS Y ALGUNAS RECOMENDACIONES.

Te invitamos a participar de esta charla a través del Facebook Live de la Oficina de Orientación o por la plataforma Zoom, el día martes 18 de mayo a las 10:00 am.

RECORDATORIO:

A las personas que se inscribieron al taller **GESTIONANDO MI ANSIEDAD**, les recordamos que este se llevará a cabo el martes 18 de mayo a las 9:00 am. A sus correos serán enviadas las credenciales para poder participar.

