

BIENVENIDOS

A LA ASIGNATURA DE HABILIDADES PARA LA VIDA



*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach
UNIVERSIDAD NACIONAL
de la Amazonia

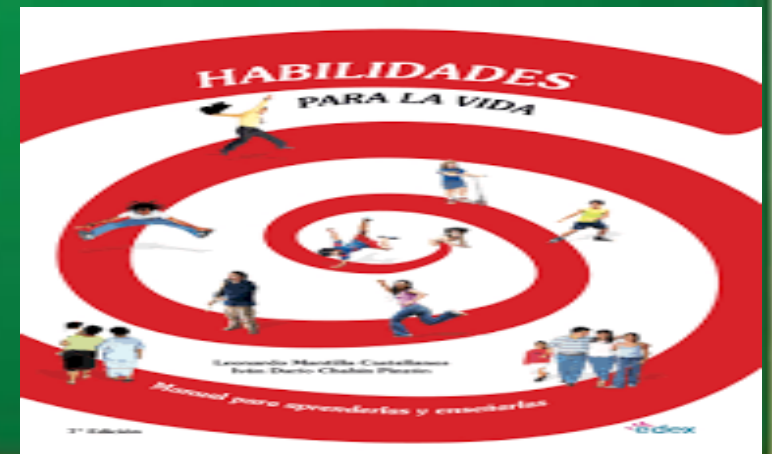
HABILIDADES PARA LA VIDA

RESULTADOS DE APRENDIZAJE DEL PERFIL DE EGRESO A LOS QUE APORTA LA ASIGNATURA

- Analiza situaciones complejas para evaluar distintas opciones y tomar decisiones de manera independiente, respetando la individualidad de criterios y las normativas establecidas en el espacio laboral. Desarrolla habilidades comunicacionales efectivas, que le permitan desenvolverse de forma adecuada dentro del entorno social, en asuntos científicos y técnicos, mediante la utilización del liderazgo en múltiples grupos, organizaciones públicas o privadas, para la consecución de objetivos comunes propuestos. Desarrolla una sólida comprensión de los principios éticos y morales aplicados a la economía, mediante el desarrollo de habilidad para actuar de manera responsable y honesta en el ejercicio de su profesión para tomar decisiones éticas en situaciones económicas complejas.

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach
UNIVERSIDAD NACIONAL
de la Amazonia



UNIDAD I: INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.1 AUTOCONOCIMIENTO

- 1.1.1 ENCUADRE PEDAGÓGICO Y EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA.- El autoconcepto
- 1.1.2 Reconocimiento de fortalezas personales
- 1.1.3 Análisis de debilidades personales

1.2 Gestión de emociones

- 1.2.1 Identificación de emociones y sentimientos
- 1.2.2 Estrategias de autorregulación emocional
- 1.2.3 Técnicas de automotivación

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

UNIVERSIDAD NACIONAL
de la Amazonia

UNIDAD I: INTELIGENCIA EMOCIONAL

1.3 Empatía y habilidades sociales

1.3.1 Reconocimiento de las emociones de los demás

1.3.2 Inteligencia interpersonal

1.3.3 Técnicas para el desarrollo de las habilidades sociales. Interculturalidad y equidad de género

1.4 Desarrollo de la autoestima, autonomía y mentalidad de crecimiento

1.4.1 Autovaloración y autoaceptación

1.4.2 Planteamiento de metas

1.4.3 Proyecto de vida

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE CHICLAYO

UNIDAD II: AUTOCUIDADO FÍSICO, EMOCIONAL Y SOCIAL

2.1 AUTOCUIDADO FÍSICO

2.1.1 Salud e higiene personal

2.1.2 Alimentación saludable del universitario

2.1.3 Salud sexual y reproductiva

2.2 AUTOCUIDADO EMOCIONAL

2.2.1 Adaptación al cambio y aprendizaje

2.2.2 Manejo de estrés y ansiedad

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america

UNIDAD II: AUTOCUIDADO FÍSICO, EMOCIONAL Y SOCIAL

2.3 AUTOCUIDADO SOCIAL

2.3.1 Adaptación al medio social

2.3.2 Estrategias de autocuidado social

2.4 PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS

2.4.1 Causas y consecuencias

2.4.2 Estrategias y prevención

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america

UNIDAD III: LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

3.1 ARGUMENTACIÓN COMO HABILIDAD DEL LÍDER

3.1.1 Características estructura y tipos de argumentación

3.1.2 La seguridad en el discurso

3.1.3 La Ética en la comunicación

3.2 MEDIACIÓN Y RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

3.2.1 La mediación

3.2.2 Comunicación asertiva

3.2.3 Técnicas de resolución de conflictos

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

UNIDAD III: LIDERAZGO Y TRABAJO EN EQUIPO

3.3 TOMA DE DECISIONES

3.3.1 Análisis de problemas

3.3.2 Identificación de alternativas de solución

3.3.3 Desarrollo, implementación y evaluación de un plan de acción

3.4 MANEJO DE GRUPOS

3.4.1 Tipología de grupos

3.4.2 Trabajo en equipo

3.4.3 Técnicas de comunicación grupal

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE CHETUMAL

UNIDAD IV: PENSAMIENTO CREATIVO

4.1 PENSAMIENTO CRÍTICO Y DIVERGENTE

4.1.1 Características del pensamiento crítico

4.1.2 Desarrollo del pensamiento divergente

4.2 DESARROLLO DEL POTENCIAL CREATIVO

4.2.1 Características e importancia de la creatividad

4.2.2 Técnicas para el desarrollo de la creatividad

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america

UNIDAD IV: PENSAMIENTO CREATIVO

4.3 GENERACIÓN DE IDEAS

4.3.1 Técnicas para la generación de ideas

4.3.2 Estrategias y su aplicación práctica

4.4 LA CREATIVIDAD PARA RESOLVER PROBLEMAS

4.4.1 La actitud ante los problemas

4.4.2 La innovación y solución creativa

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america

EVALUACION Y PONDERACION

EVALUACION



PONDERACION

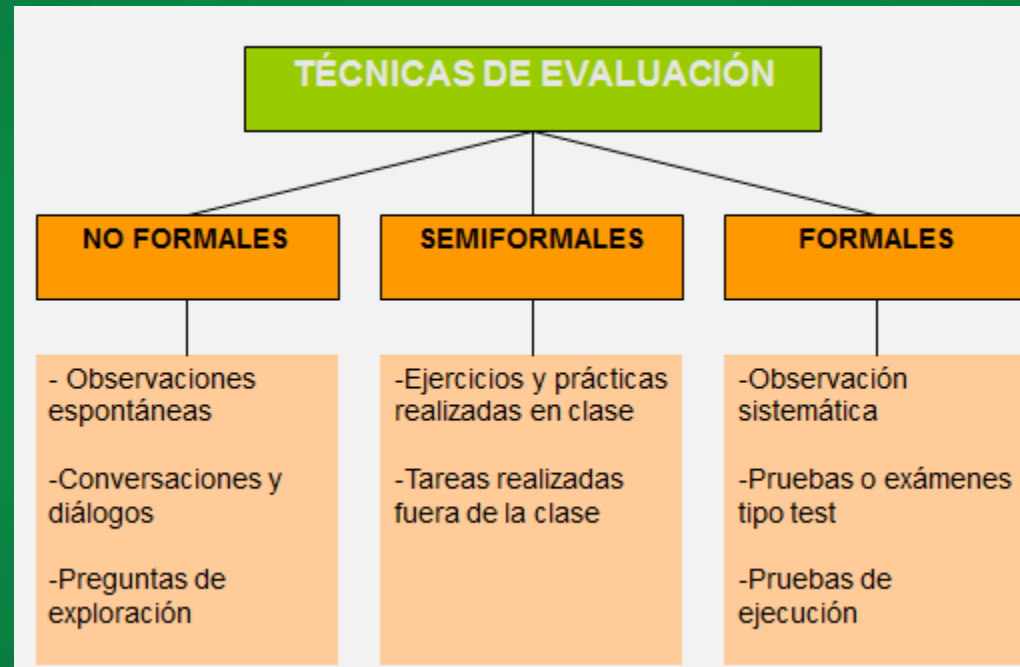
COMPONENTE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	Primer Parcial % (Puntos):	Segundo Parcial % (Puntos):
DOCENCIA (Asistido por el profesor)	- Conferencias, Estudios de Casos, Foros, Clases en Línea, Resolución de problemas. - Evaluaciones orales, escritas, Evaluaciones en Entornos virtuales, entre otras.	35	35
PRÁCTICAS DE APLICACIÓN Y EXPERIMENTACIÓN	Actividades desarrolladas en clases, trabajos de observación, resolución de problemas, talleres, manejo de base de datos y acervos bibliográficos, entre otros.	35	35
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO	Lectura, análisis y compresión de materiales bibliográficos y documentales tanto analógicos como digitales, búsqueda de información, elaboración individual de ensayos, resolución de problemas, entre otros	30	30
PROMEDIO		100%	100%

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

UNIVERSIDAD NACIONAL
de la Amazonia

TECNICAS DE EVALUACION



***HABILIDADES
PARA LA VIDA***

Unach

university of north america

METODOLOGIA

ESCENARIOS DE APRENDIZAJE

- Aula Virtual
- Plataformas digitales
- Biblioteca virtual.

RECURSOS

- Internet
- Dispositivos electrónicos
- Material de apoyo
- Presentaciones en power point
- Videos tutoriales
- Software
- Microsoft Teams
- Zoom

METODOS

- **METODO SINCRONICO.-**
- Sala de chat, pizarras electrónicas compartidas, audio y videoconferencias (en línea), actividades en el aula, Infografías
- **CLASES EL DÍA LUNES (09H00 – 11H00) CAMBIO MARTES (11H00 – 13H00) Y MIERCOLES DE (11H00 – 13H00)**

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america

BIBLIOGRAFIA BASICA

- La Mediación.- Echanique Cueva Héctor Mesías Jurídica del Ecuador
- Guía de la Inteligencia emocional.- Pérsico Lucrecia Editorial Libsa
- Comunicación y Liderazgo.- Dávalos Virginia Mc Garww Hill Interamericana Editores
- El líder resonante crea más.- Goleman Daniel Debolsillo

*HABILIDADES
PARA LA VIDA*

Unach

university of north america