

CONVOCATÒRIA II SEMESTRE TALLERS DE CREIXEMENT PERSONAL PER A ALUMNES DE LA UPV

INFORMACIÓ GENERAL

L'institut de Ciències de l'Educació (ICE) de la Universitat Politècnica de València, pretén col·laborar amb els diferents centres en la tasca de formar als seus estudiants per a la seua adequada adaptació a les exigències de l'entorn universitari, oferint dues convocatòries de tallers en cada curs acadèmic i en els tres campus.

L'oferta de tallers té com a objectiu contribuir en oferir una formació integral als estudiants, basada en l'adquisició de competències genèriques, complementària a la formació tècnica rebuda en els seus corresponents estudis, que els permeta desenvolupar-se tant en la seua vida professional com personal.

Amb l'objectiu de propiciar una elecció de tallers, els hem organitzat en base a les següents competències:

DIMENSIONES COMPETENCIALES			
1	Comunicación efectiva	2	Comprensión e integración
3	Trabajo en equipo y liderazgo	4	Planificación y gestión del tiempo
5	Aprendizaje permanente	6	Innovación, creatividad y emprendedurismo

Gratuïta

INSCRIPCIÓ

EL **TERMINI D'INSCRIPCIÓ** s'obrirà a les **12 HORES del 3 de febrer de 2014**. Fins aquest dia, només es podrà veure l'oferta a través de la web: www.ice.upv.es.

Els ALUMNES interessats podran inscriure's en un total de 5 TALLERS, indicant l'ordre de preferència. El termini d'inscripció de cada activitat finalitza **DOS DIES abans de l'inici**.

La inscripció es realitzarà **a través de la INTRANET**, emplenant el formulari corresponent. Per a això, has d'anar:

1. A l'apartat **Secretaria Virtual**.
2. Seleccionar en **Sol·licituds**.
3. Dins d'aquest enllaç apareixerà **Convocatòria de tallers de formació per a alumnes (ICE)**. Elegir entre els tallers proposats.

A partir de l'inici de matrícula, deixarem 7 DIES NATURALS, abans d'assignar places, perquè els interessats puguen inscriure's.

- Des del dia **13 de Febrer**, podràs consultar l'estat de les preinscripcions a través de la INTRANET.
- Fins a aquesta data, les sol·licituds apareixeran en llista d'espera.
- La inscripció de cada taller seguirà oberta fins a dos dies abans de l'inici.

ADMISSIÓ

- Uns dies previs al taller, se us comunicarà per correu electrònic la vostra admissió. **HAUREU DE CONFIRMAR L'ASSISTÈNCIA EN ana@ice.upv.es** perquè es puga desenvolupar el taller.
- La realització del taller es portarà a terme sempre que hi haja un mínim de places confirmades. En cas d'anul·lació, us avisarem el més prompte possible.
- Amb l'objectiu que el major nombre d'ALUMNES puga accedir, almenys, a un taller que sol·licita, el procés d'adjudicació de places assigna un taller a cada sol·licitant, per ordre d'inscripció i tractant que siga la primera opció.



CERTIFICACIÓ

REQUISITS:

Per a obtenir el certificat de participació en l'activitat desenvolupada s'ha de:

- Assistir com a mínim al 85% del TALLER
- Participar en les activitats del taller
- Realitzar les tasques (treball autònom)
- Realitzar l'**AVALUACIÓ** del taller: es realitza on-line a través d'una ENQUESTA EN POLIFORMAT.

CONVALIDACIÓ:

- Els alumnes tindran un certificat d'assistència.
- **Es convaliden per crèdits de lliure elecció:**
 - **ALUMNES DE GRAU** poden convalidar 30 hores de formació, equivalent a 1 crèdit ECTS. (amb la participació en distints tallers, de la mateixa o diferent convocatòria).
 - **ALUMNES DE NO GRAU**, poden convalidar, en secretaria del seus centres, cada 10 hores de formació, també de la mateixa o distinta convocatòria.



OFERTA CAMPUS GANDIA

Nº	Taller	Hores	Matí (10.00-14.00)	Vesprada (15.00-19.00)	Aula
1	<u>Trobar el benestar personal mitjançant la relaxació</u>	10		24 de febrer i 3 de març	Aula 34 (24 feb.) Sala d'activitats dirigids (3 març)
2	<u>Relaciona i integra els teus coneixements a través de mapes conceptuals</u>	10	ON-LINE 10 de març al 10 d'abril		-----
3	<u>Lideratge i motivació d'equips</u>	10	18 i 25 de febrer		Aula 30
4	<u>Com aprenem? Potencia el teu estil d'aprenentatge</u>	5	POLICONECTA 13 de març de 10.00 a 14.00		-----

TALLER 1

TROBAR EL BENESTAR PERSONAL MITJANÇANT LA RELAXACIÓ

Ana Ábalos Galcerá

	DURACIÓ		10 Hores			
HORARI	24 de febrer i 3 de març de 15 a 19					
DIMENSIONS COMPETENCIALS	1	2	3	4	5	6
Temàtica de Creixement Personal	SI			NO		

OBJECTIUS

- Comprendre l'estrès i els elements que el componen.
- Aprendre a explorar el propi cos per a reconèixer les tensions.
- Conèixer i practicar algunes tècniques de relaxació enteses aquestes com a procediments i recursos ordenats i sistemàtics per a reduir l'estrès.
- Comprendre que en la relaxació hi ha una connexió directa entre el nostre cos i la nostra ment.
- Comprendre que la relaxació més que un mètode és un estat, i serà més fàcil d'assolir amb la pràctica regular.

CONTINGUTS

1. L'ansietat i l'estrès
2. L'autocontrol emocional
3. La respiració
4. La relaxació
5. Tècniques de relaxació

METODOLOGIA

Serà eminentment pràctic encara que s'oferirà teoria per a una millor comprensió i assimilació dels continguts del curs.

TALLER 2

RELACIONA I INTEGRA ELS TEUS CONEIXEMENTS A TRAVÉS DE MAPES CONCEPTUALS

Ana Ábalos Galcerá
Anna Aguilar Botija
Eloïna García Félix

	DURACIÓ		10 Hores			
HORARI	ONLINE: del 10 de març al 10 d'abril					
DIMENSIONS COMPETENCIALS	1	2	3	4	5	6
Temàtica de Creixement Personal	SI			NO		

OBJECTIUS

- Conèixer les bases en què es fonamenten els mapes conceptuals.
- Conèixer les diverses utilitats dels mapes conceptuals dins i fora de l'aula.
- Elaborar mapes conceptuals en una aplicació directa.

CONTINGUTS

1. Fonamentació dels mapes conceptuals
2. Elements en l'elaboració dels mapes conceptuals
3. Característiques dels mapes conceptuals
4. Estratègies per a iniciar l'elaboració de mapes conceptuals
5. Aplicacions del mapa conceptual

METODOLOGIA

- En el curs s'utilitzaran exposicions teòriques breus i exercicis pràctics que impliquen la participació activa de l'estudiant. Es posarà a disposició de l'alumnat el material, bibliografia i recursos utilitzats i que es consideren d'utilitat per a reforçar i ampliar els coneixements adquirits.

TALLER 3

LIDERATGE I MOTIVACIÓ D'EQUIPS

Marian Val Canós

	DURACIÓ		10 Hores			
HORARI	18 i 25 de febrer de 10 a 14					
DIMENSIONS COMPETENCIALS	1	2	3	4	5	6
Temàtica de Creixement Personal	SI			NO		

OBJECTIUS

- Identificar el vostre estil d'interacció humana en el treball, així com les conseqüències que aquest estil té sobre la conducta d'equip de treball.
- Identificar l'estil de lideratge que exerciu amb el vostre equip de treball i les conseqüències que aquest estil té sobre la qualitat, els resultats i l'ambient laboral de la vostra àrea de treball.
- Revisar el vostre estil de treball, a la llum d'un model de lideratge efectiu, conèixer, reflexionar i descobrir nous hàbits de treball que poden ser útils per a millorar els resultats de l'equip de treball en un clima positiu i de creixement i desenvolupament personal continu.

CONTINGUTS

1. La comunicació interpersonal: parlar, sentir i escoltar.
2. Interacció humana en el treball
3. Creixement personal: obertura i retroalimentació (feedback)
4. Motivació d'assoliment en el treball i les seues conseqüències.
5. Estil de lideratge: La tasca versus les persones.
6. Lideratge, circumstància i efectivitat.
7. Detecció de necessitats de formació en el meu equip de treball
8. Integració i procés de desenvolupament d'un equip eficaç
9. Compromisos personals i organitzacionals

METODOLOGIA

- Els participants construeixen el seu aprenentatge a partir de la seua experiència i la participació en el curs. Se fan activitats en forma individual, en parelles i en grups petits perquè els assistents integren l'aprenentatge a partir de la seua participació en el curs: "aprendre fent". En el curs s'utilitzaran exposicions teòriques breus, qüestionaris, exercicis pràctics i casos que impliquen *rol playing*, entre altres recursos didàctics. En finalitzar el taller als alumnes se'ls facilitarà tot el material, bibliografia i llista de recursos utilitzats i que es consideren d'utilitat per a finançar i ampliar els coneixements adquirits.

TALLER 4

COM APRENEM?: POTENCIA EL TEU ESTIL D'APRENENTATGE

Ana Ábalos Galcerá
Anna Aguilar Botija

	DURACIÓ		5 Hores			
HORARI	POLICONECTA: 13 de març de 10 a 14					
DIMENSIONS COMPETENCIALS	1	2	3	4	5	6
Temàtica de Creixement Personal	SI			NO		

OBJECTIUS:

- Comprendre el procés d'aprenentatge
- Identificar el nostre propi estil d'aprenentatge
- Aplicar estratègies de millora dels estils d'aprenentatge
- Valorar la importància de conèixer el nostre propi estil d'aprenentatge

CONTINGUTS:

1. El procés d'aprenentatge:
 - 1.1. Teories de l'aprenentatge
 - 1.2. El procés que seguim en aprendre
 - 1.3. Diferència entre estils, enfocaments i estratègies d'aprenentatge
2. Els estils d'aprenentatge: actiu, reflexiu, teòric i pragmàtic
3. Com millorar els estils d'aprenentatge

METODOLOGIA:

- En el curs s'utilitzaran exposicions teòriques breus i exercicis pràctics que impliquen la participació activa de l'estudiant. Es posarà a disposició de l'alumnat el material, bibliografia i recursos utilitzats i que es consideren d'utilitat per a reforçar i ampliar els coneixements adquirits.