

UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

**CENTRO UNIVERSITARIO DEL SUR**

**DIVISIÓN DE CIENCIAS, ARTES Y HUMANIDADES  
DEPARTAMENTO CULTURA, ARTE Y DESARROLLO HUMANO**

**CARRERA LICENCIATURA EN ENFERMERÍA**



**PROGRAMA DE ESTUDIO POR COMPETENCIAS**

**PROYECTO DE VIDA**

18726

**Mtra. Ma. Consuelo Aldrete Chávez**  
Presidenta de la Academia de Desarrollo Humano

**Dr. José Alejandro Juárez González**  
Jefa del Departamento de Cultura, Arte y  
Desarrollo Humano

**Mtra. Ma. Consuelo Aldrete Chávez**  
Profesor de la Asignatura

**Mtro. Oscar Jiménez Rivera**  
Profesor de la Asignatura



## Centro Universitario del Sur

### Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

#### 1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario del Sur

Departamento:

Cultura, Arte y Desarrollo Humano

Academia:

Desarrollo humano

Nombre de la unidad de aprendizaje:

Proyecto de Vida

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
18726	20	12	32	4

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
C = curso CL = curso laboratorio L = laboratorio P = práctica T = taller <b>CT = curso - taller</b> N = clínica M = módulo S = seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario <u>Licenciatura</u> Especialidad Maestría Doctorado	Licenciatura en Enfermería	Ninguno

Área de formación:

Formación Optativa

Perfil docente:

Lic. en Psicología, preferentemente con el grado de Maestría, Especialidad o Doctorado en áreas afines al desarrollo Humano.

Elaborado por:

Claudia Margarita Navarro Herrera

Evaluado y actualizado por:

La academia

Fecha de elaboración:

7 de enero 2015

Fecha de última actualización aprobada por la Academia

julio de 2016





## Centro Universitario del Sur

### Programa de Estudio por Competencias Profesionales Integradas

#### 1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Centro Universitario

Centro Universitario del Sur

Departamento:

Cultura, Arte y Desarrollo Humano

Academia:

Desarrollo humano

Nombre de la unidad de aprendizaje:

Proyecto de Vida

Clave de la materia:	Horas de teoría:	Horas de práctica:	Total de horas:	Valor en créditos:
18726	20	12	32	4

Tipo de curso:	Nivel en que se ubica:	Programa educativo	Prerrequisitos:
C = curso CL = curso laboratorio L = laboratorio P = práctica T = taller <b>CT = curso - taller</b> N = clínica M = módulo S = seminario	Técnico Medio Técnico Superior Universitario <u>Licenciatura</u> Especialidad Maestría Doctorado	Licenciatura en Enfermería	Ninguno

Área de formación:

Formación Optativa

Perfil docente:

Lic. en Psicología, preferentemente con el grado de Maestría, Especialidad o Doctorado en áreas afines al desarrollo Humano.

Elaborado por:

Claudia Margarita Navarro Herrera

Evaluado y actualizado por:

La academia

Fecha de elaboración:

7 de enero 2015

Fecha de última actualización aprobada por la Academia

7 de julio de 2015



## 2. COMPETENCIA (S) DEL PERFIL DE EGRESO

-Integra la teoría, la investigación y la práctica reflexiva en los diferentes escenarios de su actividad.

- Examina de manera equitativa las ideas y puntos de vista que no se comparten del todo, los considera y evalúa con comprensión y conciencia de las limitaciones propias a partir de criterios intelectuales

## 3. PRESENTACIÓN

La planificación de un proyecto de vida, es fundamental en el estudiante de ciencias de la salud como una herramienta que le permite intervenir en la promoción de una vida más saludable mediante la planificación estratégica.

El propósito del curso- taller es generar un cambio de actitudes y una apertura ética, humana e integradora de valores que se logra al aplicar el conocimiento hacia su proceso personal tanto académico como vivencial.

La asignatura forma parte del área de formación optativa abierta y guarda estrecha relación con las asignaturas de psicología, habilidades gerenciales y enfermería y educación para la salud.

## 4. UNIDAD DE COMPETENCIA

Aplica los principios de Gestión y la Planeación Estratégica para el desarrollo de un proyecto de vida que garantice un bienestar intelectual, emocional, físico y social.

## 5. SABERES

<b>Prácticos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Aplica los principios de la planeación estratégica para la construcción de su misión y visión personal y profesional, auto-diagnóstico, y planeación de actividades y metas a corto, mediano y largo plazo.</li><li><input type="checkbox"/> Integra las etapas de planeación, dirección, control, y evaluación de la Gestión, en su proyecto de vida.</li><li><input type="checkbox"/> Aplica las herramientas gerenciales de liderazgo, toma de decisiones, negociación, comunicación efectiva, trabajo en equipo, motivación, manejo del tiempo e inteligencia emocional para el logro de sus metas personales y profesionales.</li></ul>
<b>Teóricos</b>	<ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Conoce los elementos básicos de la gestión y la planeación estratégica.</li><li><input type="checkbox"/> Conoce las distintas herramientas gerenciales que sean aplicables para lograr sus metas personales y profesionales planeadas en su proyecto.</li><li><input type="checkbox"/> Conoce los principios de la inteligencia emocional.</li></ul>



<b>Formativos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Reconoce la importancia y utilidad del proyecto de vida en el proceso de su formación personal y profesional.</li> <li><input type="checkbox"/> Actúa con juicio crítico y respeto ante la diversidad cultural y de decisiones de sus compañeros en la construcción de sus proyectos de vida.</li> </ul>
-------------------	--

## 6. CONTENIDO TEÓRICO PRÁCTICO (temas y subtemas)

### Tema 1. Planeación estratégica y el proyecto de vida

- 1.1 Concepto
- 1.2 Funciones
- 1.3 El proyecto de vida y su importancia

### Tema 2. El proceso de la planificación

- 2.1 La misión personal
- 2.2 Objetivos y metas
- 2.2 Diagnostico personal (FODA)
- 2.3 Estrategias
- 2.4 Medición y evaluación de resultados

### Tema 3. Herramientas personales para el logro de los objetivos

- 3.1 Toma de decisiones,
- 3.2 Negociación,
- 3.3 Comunicación efectiva,
- 3.4 Trabajo en equipo,
- 3.5 Motivación,
- 3.6 Manejo del tiempo
- 3.7 Inteligencia emocional

## 7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE POR CPI

- Aprendizaje basado en problemas;
- Aprendizaje orientado a proyectos;
- Aprendizaje basado en casos;
- Aprendizaje basado en evidencias;
- Aprendizaje situado.

Se anexa el apartado de Planeación e Instrumentación Didáctica, en el que se detallan las estrategias y las actividades de enseñanza y de aprendizaje (técnicas, actividades no presenciales, estudio auto-dirigido, entre otras), así como recursos y materiales didácticos, laboratorios, uso de TIC's, u otros contextos de desempeño.

## 8. EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE POR CPI

8. 1. Evidencias de aprendizaje	8.2. Criterios de desempeño	8.3. Contexto de aplicación
<input type="checkbox"/> Tres Actividades Preliminares	Los criterios de desempeño que se tomaran en consideración para las	El profesional de la enfermería podrá comprender y analizar su
<input type="checkbox"/> Tres Actividades de		



<p>Aprendizaje</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>□ Tres Foros de Discusión</li> <li>□ Un Caso integrador</li> <li>□ Dos Practicas</li> <li>□ Dos Actividades Integradoras <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Línea del Tiempo</li> <li>○ Proyecto de Vida</li> </ul> </li> </ul>	<p>actividades escritas son:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sustento teórico</li> <li>2. Organización</li> <li>3. Redacción y ortografía</li> <li>4. Apego a las indicaciones.</li> </ol> <p>Los criterios de desempeño que se tomaran en consideración para las actividades prácticas son:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Habilidad expositiva</li> <li>2. Diseño y uso de materiales</li> <li>3. Aclaración de dudas</li> <li>4. Aportaciones</li> </ol>	<p>propio proyecto de vida, personal y profesional; así como promover la aceptación, el respeto, la flexibilidad y la tolerancia, ante las diversas percepciones y propósitos de vida de las demás personas.</p> <p>Estará capacitado para proporcionar información certera acerca de la importancia de planificar estratégicamente la propia vida, y la forma de cómo enfrentar las diferentes problemáticas que presenta cada etapa de vida desde un enfoque holístico, para fomentar la salud emocional en el individuo y la sociedad.</p>
---	--	---

## 9. CALIFICACIÓN

Tres Actividades Preliminares (1, 2 y 3) 5 puntos cada una. 15 Puntos en total  
Tres Actividades de Aprendizaje (1, 2 y 3) 5 puntos cada una. 15 puntos en total  
Tres Foros de Discusión (1, 2 y 3) 5 puntos cada una. 15 puntos en total.  
Dos Actividades Integradoras (1 y 2) 10 puntos cada una. 20 puntos en total  
Un Caso integrador (1) 10 puntos. 10 puntos en total.  
Dos Prácticas (1 y 2) 10 puntos cada una, 20 puntos en total.  
Formación Integral (1) 5 puntos en total.

## 10. ACREDITACIÓN

Número de asistencias mínimas para acreditar en ordinario 80%  
Número de asistencias mínimas para acreditar en extraordinario 65%  
Obtener 60 puntos de calificación

## 11. BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

- Stephen R. Covey. Los 7 Hábitos de la Gente Altamente Efectiva. 41 Paidós Buenos aires - Barcelona – México 2003

-

Vargas Trepaud Ricardo I. Proyecto de vida y planeamiento estratégico personal. Libro electrónico. Lima Perú 2005.

Nathaniel Branden Los Seis Pilares De La Autoestima., Paidós Ibérica, 1995.

Cázares, D. (2002). Planeación de Vida y Carrera.. Manual Moderno, México

Los Siete Hábitos de los Adolescentes Altamente Efectivos, de Sean Covey .Grijalbo, 1998.

Pick, S., Givaudan, M. & Martínez, A. (1995a).Planeando tu vida: Nuevo programa de educación sexual para adolescentes. México Aries.

## **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA**

Viktor E. Frankl. El hombre en busca de sentido. Barcelona Editorial Herder 1991.

Goleman, Daniel: Inteligencia Emocional. Editorial Kairós. (Junio de 2001)

Hay, Louise. Amate y sana tu vida (libro de trabajo).2008.Editorial Diana.

Lowen Alexander El gozo. La entrega al cuerpo y a los sentimientos. Era naciente. Pp Argentina. 1994.