

Sesiones de Orientación Educativa

INTRODUCCIÓN

El Departamento de Orientación Educativa (DOE) adscrito a la Dirección General de Servicios Educativos (DGSE) comprometido en apoyar a los estudiantes universitarios durante su trayectoria escolar, brinda orientación a través de diferentes acciones. Una de ellas son las asesorías de manera individual o grupal; atención que se da a través de sesiones encaminadas a favorecer la adquisición de estrategias que mejoren sus procesos de aprendizaje y permitan un desarrollo personal, académico y profesional.

Las sesiones tienen una duración aproximada de una hora y pueden ser solicitadas tanto individual como grupalmente; teniendo en cuenta el propósito principal, así como estructura temática, éstas son clasificadas en tres grupos:

- Orientación en los procesos de enseñanza-aprendizaje
- Orientación para el desarrollo personal
- Orientación profesional





En el presente documento, se encuentra una relación con las diferentes sesiones que se ofertan en el DOE, clasificadas en tres grandes grupos; donde se puede consultar el objetivo. Asimismo, al final de la relación se encuentra el procedimiento, así como algunas consideraciones generales para su solicitud.

Orientación en los procesos de enseñanzaaprendizaje

Su objetivo es contribuir al desarrollo de habilidades del pensamiento y estrategias que faciliten el proceso de aprendizaje traduciéndose en un favorable rendimiento académico, como lo es a través del fortalecimiento de hábitos de estudio, atención y memoria, estilos de aprendizaje, etc.

El arte de equilibrar y priorizar mi tiempo



Objetivo general: Las y los estudiantes generarán conciencia sobre las actividades en que invierten su tiempo y conocerán estrategias que les permitan gestionarlo de manera óptima.

Técnicas para potenciar tu atención y

Objetivo general: Las y los estudiantes comprenderán los conceptos de atención y memoria, las implicaciones y técnicas para favorecer tales procesos, en beneficio del desarrollo académico.





memoria



Descubre tu estilo de aprendizaje



Objetivo general: Las y los estudiantes distinguirán su estilo de aprendizaje mediante la aplicación de una prueba, y a partir de algunas recomendaciones, reflexionarán acerca de la manera en que pueden optimizar su aprendizaje durante su estancia universitaria.

Kit básico para la vida académica: herramientas esenciales para estudiar



Objetivo general: Las y los estudiantes diferenciarán la habilidad de estudio (organización, técnicas y motivación) que utilizan con menor frecuencia y distinguirán las estrategias y técnicas de aprendizaje para desarrollarla.

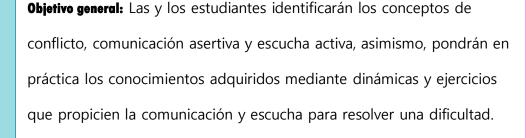




Orientación para el desarrollo personal

Sesiones cuyo objetivo es favorecer en el estudiante el fortalecimiento de habilidades interpersonales, coadyuvando a su integración a la vida universitaria y promoviendo su desarrollo humano.

Expresar y resolver: claves para una comunicación asertiva





Potenciando el trabajo en equipo a través de la creatividad



Objetivo general: Las y los estudiantes reconocerán la importancia del trabajo en equipo e identificarán los elementos básicos del proceso de la creatividad.

Fortalece lazos a través de una

Objetivo general: Las y los estudiantes reconocerán la importancia de convivir en un ambiente de confianza, respeto y tolerancia, y cómo éste impacta en su rendimiento académico. Todo ésto mediante dinámicas

convivencia sana

que los ayudarán a conocer aspectos superficiales y personales de los miembros de su grupo.

Fortalece tu IE: conoce y regula tus emociones



Objetivo general: Las y los estudiantes comprenderán los conceptos de emoción e inteligencia emocional, e identificarán estrategias que les ayuden a gestionar sus emociones.

Herramientas fundamentales para el manejo del estrés



Objetivo general: Las y los estudiantes identificarán las características más importantes de los tipos de estrés, mitos, realidades y estresores más comunes; además conocerán las técnicas más importantes del majeo del estrés.

Hacia la Meta: herramientas para mantenerse motivado

Objetivo general: Las y los estudiantes descubrirán aquellos factores que los impulsan para el logro de sus objetivos, a través de la realización de un ejercicio donde reflexionará principalmente sobre sus metas en el ámbito académico.







Descubriendo-

me



Objetivo general: Las y los estudiantes descubrirán algunas de sus cualidades, intereses, habilidades y valores para ampliar su autoconocimiento.

¡Soy Gallo!



Objetivo general: Las y los estudiantes identificarán la importancia de sentirse personas valiosas que integran a la Universidad Autónoma de Aguascalientes, conocerán antecedentes históricos, personajes destacados y los símbolos que representan a nuestra identidad universitaria.

Orientación profesional

Su propósito principal es favorecer la identificación del perfil profesional en el estudiante, así como proporcionar recomendaciones para la inserción al campo laboral.

Recomendaciones para un CV y entrevista laboral

Objetivo general: Las y los estudiantes identificarán los datos esenciales que componen la elaboración de un currículum





sobresalientes



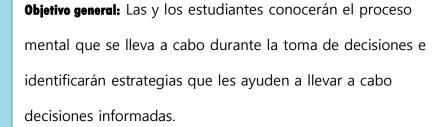
vitae, además de concretar los elementos clave para lograr asistir a una entrevista laboral con éxito.

Vive con propósito y crea tu plan de vida



Objetivo general: Las y los estudiantes construirán su plan de vida estableciendo sus objetivos y metas en las diferentes áreas que conforman el mismo.

Pros y contras ¿cómo decido?







Procedimiento de solicitud

Teniendo en cuenta las necesidades y/o intereses que se desean atender a través de estas sesiones, una vez identificada (s) es importante considerar lo siguiente para ser solicitadas; ya sea para brindar la asesoría de manera individual o grupal:



Individual •El estudiante es canalizado al DOE por el tutor longitudinal y/o Asesora PIT del centro para que un orientador educativo dé el seguimiento de atención (canalización que puede llevarse a cabo a través del correo electrónico, vía telefónica, etc.).



Grupal •El tutor longitudinal realiza las gestiones necesarias, enviando el formato de Solicitud de Sesiones de Orientación Educativa (DO-SA-FO-111) a la cuenta de: orientacion.educativa@edu.uaa.mx, indicando la información solicitada para que el DOE efectúe el seguimiento correspondiente.

Consideraciones: Es importante tener presente que estas sesiones se pueden impartir en la modalidad de taller y/o seminario por bloque temático, que permite al estudiante revalidar un crédito de formación humanista contemplando 15 horas de trabajo, distribuidas en cinco sesiones de dos horas de clase (10 h) y 5 h de trabajo independiente. Si se está interesado en optar por dicha modalidad, las gestiones de solicitud deben ser realizadas por el tutor longitudinal.





Departamento de Orientación Educativa



Edificio 56, planta alta.



orientacion.educativa@edu.uaa.mx



449 910 74 00 ext. 36412



Orientación Educativa UAA