UNIVERSIDAD DE GUDALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DEL COMPORTAMIENTO
Programa de Estudios Por Competencias
Licenciatura en Nutrición

1. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

DEPARTAMENTO / Academia

Departamento de Ciencias del Comportamiento/ Fundamentos Básicos del Comportamiento

NOMBRE DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE:

PROYECTO DE VIDA

DATOS DE LA UNIDAD DE APRENDIZAJE:

Clave de la Materia	Horas de Teoría	Horas de Práctica	Total de Horas	Valor en Créditos
I8726	20	12	32	4

Tipo de Curso (Subrayar o marcar)	Prerrequisitos de la Unidad de Aprendizaje
A.- Curso B.- Taller C.- Curso-Taller D.- Seminario E.- Laboratorio F.- Otros	Ninguno

ÁREA DE FORMACION (Subrayar o marcar)	PERFIL DOCENTE (Subrayar o marcar)
A.- Básica Común **B.- Particular obligatoria** **C.- Especializante** **d.- Optativa abierta**	Lic. en psicología o formación y/o experiencia en coaching, desarrollo humano, gestión de proyectos, inteligencia emocional, comportamiento o áreas afines.
ELABORADO POR:	MODIFICADO POR:
Mtra. Ana Bertha García Patiño Mtro. Andrés Palomera Chávez Mtra. Nadia Yazmín Ocampo Álvarez Dra. Elsy Claudia Chan Gamboa	Mtra. María Guadalupe Ruelas Castillo
FECHA DE ELABORACIÓN: Julio 2015	
FECHA DE ÚLTIMA MODIFICACION: Julio 2017	

2. PRESENTACIÓN DEL CURSO

Este curso pretende que el alumno pueda contar con los elementos conceptuales, metodológicos y personales que sirvan de apoyo para desarrollar su propio Proyecto de Vida académico y profesional orientado al logro de sus metas.

3. UNIDAD DE COMPETENCIA A LOGRAR

Integrará conocimientos sobre el ser humano con una visión ética y multidimensional.

Pudiendo aplicar los mismos en su persona y en su entorno profesional. Desarrollará un proyecto de vida académico y profesional que integre sus objetivos, metas y motivaciones relacionados con su perfil de egreso y laboral.

-Aplica los principios de gestión y planeación estratégica para el desarrollo de un proyecto de vida.

4. COMPETENCIAS DEL PERFIL DE EGRESO A LAS QUE APOYA ESTA UNIDAD DE APRENDIZAJE

-Analiza los segmentos laborales actuales y emergentes para generar propuestas innovadoras de empleo y autoempleo, a través de la gestión de proyectos, construcción de redes sociales, considerando su proyecto su proyecto de vida, la dinámica del mercado laboral y las necesidades sociales.
-Desarrolla la capacidad de participar, dirigir e integrarse a nuevos grupos colaborativos multi, inter y transdisciplinarios con una actitud de liderazgo democrático.
-Se compromete con el ejercicio de su profesión, considerando aspectos petico-normativos aplicables en la atención de la salud, así como respetando la diversidad de los individuos con apego a los derechos humanos, respondiendo con calidad a las demandas laborales, profesionales y sociales.

5. SABERES PRACTICOS, TEORICOS Y FORMATIVOS QUE DOMINARÁ EL ESTUDIANTE

SABERES PRÁCTICOS (saber hacer)	-Identifica sus propias necesidades percibidas y sentidas, tanto presentes como futuras. -Aplica los principios de la planeación estratégica para la construcción de su misión y visión personal y profesional, autodiagnóstico y planeación actividades y metas a corto, mediano y largo plazo. -Integra las etapas de planeación, dirección, control y evaluación de la gestión en su proyecto de vida. -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.
SABERES TEORICOS (saber pensar)	-Conoce los métodos, técnicas y estrategias básicas para estructurar su proyecto de vida académico-profesional. -Conoce los principios de la inteligencia emocional.
SABERES FORMATIVOS (saber ser)	-Valora la importancia de la planeación en la consecución de un proyecto de vida. -Desarrolla una actitud crítica en la construcción del proyecto de vida. -Promueve los valores de autoconocimiento, respeto, tolerancia, aceptación, empatía y responsabilidad en su entorno académico profesional. -Reconoce la importancia y utilidad del proyecto de vida en el proceso de

	su formación personal y profesional. -Actúa con juicio crítico y respeto ante la diversidad cultural y de decisiones de sus compañeros en la construcción de sus proyectos de vida.

6. CONTENIDO TEORICO PRÁCTICO

1. Concepto de proyecto de vida.
   1.1. ¿Qué es un proyecto de vida?
   1.2. ¿Por qué y para qué elaborar un proyecto de vida?

2.La base de mi Proyecto de vida:
   2.1. ¿De dónde vengo? Antecedentes familiares, culturales e históricos
   2.2. ¿Quién soy? Gustos, aversiones, miedos, creencias, deseos, valores, actitudes, capacidades, habilidades, roles.

3. Construcción de un proyecto de vida
   3.1. Tipos, elementos, etapas
   3.2. ¿Qué herramientas necesito para hacer un proyecto?
   3.3. Hacia dónde voy: metas. Elaboración de mi proyecto de vida
   3.4. ¿Cómo evaluar mi proyecto de vida?

4. Elementos que apoyan a la construcción del proyecto de vida
   4.1. Habilidades para la vida
   4.2. Gestión del tiempo, ocio y tiempo libre
   4.3. Planificación familiar
   4.4. Finanzas personales
   4.5. Manejo del estrés y miedo al fracaso
   4.6. Iniciar y finalizar proyectos

7. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Plataforma Moodle
Exposiciones por equipos
Reportes de lectura.

8. CALIFICACION/ PUNTAJE/ PORCENTAJE DE CALIFICACION POR EVIDENCIA REALIZADA

- Actividades en el aula y en plataforma.....25%
- Exposición frente a grupo.....20%
- Evaluaciones teóricas.....20%
- Coevaluación y Autoevaluación.....5%
- Producto Integrador.....30%

9. ACREDITACIÓN

PARA TENER DERECHO A CALIFICACIÓN EN PERIODO ORDINARIO EL ALUMNO DEBERA CUMPLIR CON:
- 80% de asistencias.

- 80% de reportes de actividades entregadas a tiempo.

PARA TENER DERECHO A EXAMEN EXTRAORDINARIO, EL ALUMNO DEBERA CUMPLIR CON:
- 65% de las asistencias.
- 65% de las actividades entregadas.

10. BIBLIOGRAFIA

11.1.- BIBLIOGRAFÍA BÁSICA O INDISPENSABLE

- Araújo de Venegas, A.M. (2002). La felicidad conyugal. Un proyecto de vida. Universidad de la Sabana.
- Batista Gutiérrez, T., Rodríguez Arteaga, C., & Díaz Domínguez, T. (2006). El proyecto de vida universitaria: reflexiones desde los fundamentos del proceso de gestión pedagógica del colectivo de año en las universidades cubanas. (spanish). Pedagogía Universitaria, 11(4), 26-38.
- Bucay, J. (2014). Las 3 preguntas ¿quién soy? ¿A dónde voy? ¿Con quién? México: Editorial océano, pp. 294.
- Covey, S. (2003). Los siete hábitos de la gente altamente efectiva. Paidós.
- D´Angelo, O. (1986). La Formación de los Proyectos de vida del Individuo. Revista Cubana de Psicología. 3(2). Recuperado de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S0257-43221986000200005&script=sci_arttext.
- Durán, A., Medina, A., González, N., & Rolón, I. (2007). Relación entre la experiencia de la separación parental y la construcción de un proyecto de vida del joven y la joven universitarios. (spanish). Universitas Psychologica, 6(3), 713-725.
- Goleman, D. (2007). La inteligencia emocional. Porqué es importante el cociente intelectual. Zeta.
- Martínez, R. A. (2002). Manual de la planeación estratégica para la gestión de la calidad en los servicios de salud. Guadalajara: Universidad de Guadalajara.
- Martínez, R. A. (2006). Manual de gestión y mejora de procesos en los servicios. Manual Moderno.
- Puig, M., Pilar Sabater, p., & Rodríguez, N. (2012). Necesidades humanas: evolución del concepto según la perspectiva social. Aposta, Revista de Psicología Social. nº 54, pp. 1-12. Obtenido de http://www.apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/monpuigllob.pdf
- Ramírez, C. C. (2007). Creatividad, tecnología y cambio en la gestión administrativa. Limusa

11.2.- BILIOGRAFIA COMPLEMENTARIA O ADICIONAL

Películas:
- "Buscando el sentido": Eckhart Tole, 2008.
- Con ganas de triunfar": Méndez, Ramón. 1988

UNIVERSIDAD DE GUDALAJARA
CENTRO UNIVERSITARIO DE LOS VALLES
DIVISIÓN DE ESTUDIOS DE LA SALUD
DEPARTAMENTO DE CIENCIAS DEL COMPORTAMIENTO
Programa de Estudios Por Competencias
Licenciatura en Nutrición

Mtra. María Guadalupe Ruelas Castillo

Asesor

Mtra. Anaid Amira Villegas Ramírez

Presidente de Academia
Fundamentos Básicos del
Comportamiento

Dra. Luz Elena Ramírez Flores

Jefe de Departamento
Ciencias del Comportamiento