



Universidad Veracruzana  
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa  
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular

**Programa de experiencia educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**I. Área Académica**

**Todas las áreas académicas**

**2. Programa Educativo**

**Todos los programas educativos**

3. Entidad(es) Académica(s)	4. Región(es)
Centro de Estudios y Servicios en Salud	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Xalapa</i></li><li>• <i>Veracruz-Boca del Río</i></li><li>• <i>Poza Rica-Tuxpan</i></li><li>• <i>Coatzacoalcos-Minatitlán</i></li><li>• <i>Orizaba-Córdoba</i></li></ul>

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
CESS80010	Habilidades transferibles para la vida

7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional	8. Carácter
Área de Formación de Elección Libre	N/A

9. Agrupación curricular distintiva
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Derechos humanos y cultura de paz</i></li></ul>

**10. Valores**

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	No Aplica	60	6	No Aplica

11. Modalidad y ambiente de aprendizaje	12. Espacio	13. Relación disciplinaria	14. Oportunidades de evaluación
M: <i>Curso-taller</i> A: <i>Virtual.</i>	Múltiples	<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Multidisciplinaria</i></li></ul>	Ordinario

### 15.EE prerequisite(s)

No Aplica

### 16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
30	10

### 17. Justificación

La experiencia educativa ofrece a la comunidad universitaria desarrollar la mejora continua en diversas áreas como la educación, el aprendizaje, el emprendimiento, el empoderamiento personal y la ciudadanía activa, incorporando estrategias que incluyan habilidades cognitivas, sociales y emocionales. Las actividades de aprendizaje individuales y grupales se consideran como evidencia de desempeño, en un ambiente de apertura, disposición, compromiso y disciplina.

### 18.Unidad de competencia (UC)

Las/os estudiantes adquieren los elementos tanto de la filosofía como metodología de la Experiencia Educativa, desarrollando habilidades blandas y adquiriendo elementos teóricos y prácticos que facilitan el desarrollo de destrezas en un ambiente que favorece la meta cognición, autocritica y el trabajo colaborativo, con la finalidad de favorecer en el estudiante destrezas sociales, emocionales y cognitivas que le permitan adquirir aptitudes y competencias individuales para el diseño de proyecto de vida, así como, para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria, reaprender, abonar a la sociedad fomentando la sustentabilidad las cuales son componentes fundamentales de un desarrollo saludable que define el carácter de los individuos.

### 19. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"><li>• Trabajo Colaborativo</li><li>• Integración de equipos</li><li>• Planeación</li><li>• Gestión</li><li>• Desarrollo de habilidades sociales</li><li>• Administración de tiempo, materiales y recursos humanos.</li><li>• Trabajo bajo presión</li><li>• Logística</li><li>• Control de grupo</li><li>• Evaluación de procesos</li><li>• Meta cognición</li><li>• Revisión, selección y sustracción de información</li><li>• Solución de problemas</li><li>• Transferencia</li><li>• Generación de ideas</li><li>• Habilidades digitales</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué son las habilidades transferibles para la vida?</li><li>• Relevancia de las habilidades transferibles para la vida para el éxito profesional</li><li>• Evolución de las habilidades transferibles</li><li>• Habilidades Blandas VS habilidades transferibles<ul style="list-style-type: none"><li>o Autoconocimiento<ul style="list-style-type: none"><li>o Tipos de personalidad y su identificación.</li></ul></li></ul></li><li>• Habilidades transferibles:<ul style="list-style-type: none"><li>o Aprendizaje<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Estilos de aprendizaje y cómo identificarlos</li><li>▪ Creatividad</li><li>▪ Pensamiento crítico</li><li>▪ Pensamiento creativo</li><li>▪ Resolución de problemas</li><li>▪ Manejo de las TIC's</li><li>▪ Empleabilidad</li></ul></li></ul></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Apertura en el intercambio de información e interacción</li><li>• Equidad e igualdad entre compañeros</li><li>• Autocritica que permita admitir aciertos, errores y su corrección.</li><li>• Empatía hacia los sentimientos, emociones y pensamientos de los demás.</li><li>• Búsqueda del bien común de los compañeros</li><li>• Autonomía para obrar con independencia de la opinión de los demás</li><li>• Autorreflexión</li><li>• Sensibilidad ante las situaciones expuestas en clase</li><li>• Compromiso consigo mismo y con sus compañeros en las actividades</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Acceso, evaluación, recuperación y uso de información en fuentes diversas.</li> <li>• Comprensión y expresión oral y escrita.</li> <li>• Habilidades básicas y analíticas de pensamiento</li> <li>• Manejo de paquetería de Office</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Cooperación</li> <li>▪ Negociación</li> <li>▪ Toma de decisiones</li> <li>• Empoderamiento personal:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Autogestión</li> <li>○ Organización y gestión de tiempo</li> <li>○ Resiliencia</li> <li>○ Comunicación efectiva (asertividad)</li> <li>○ Manejo de emociones</li> <li>○ Manejo de estrés</li> </ul> </li> <li>• Ciudadanía activa:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Respeto por la diversidad</li> <li>○ Empatía</li> <li>○ Participación</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Congruencia</li> <li>• Discreción en las experiencias expuestas en clase</li> <li>• Ética en la búsqueda de información</li> <li>• Respeto a sí mismo y a la otredad</li> <li>• Iniciativa y emprendimiento en las actividades.</li> <li>• Integridad</li> <li>• Objetividad ante su propia manera de pensar y sentir y la de los demás.</li> <li>• Responsabilidad en las actividades</li> <li>• Solidaridad y compañerismo</li> <li>• Tolerancia a la frustración</li> </ul>
--	---	---

## 20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	(X)Actividad presencial	(X)Actividad virtual ( ) Actividad en línea
De aprendizaje		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dinámicas y ejercicios vivenciales</li> <li>• Esquemas</li> <li>• Mapas mentales y conceptuales</li> <li>• Exposición de motivos y metas</li> <li>• Búsqueda de fuentes de información</li> <li>• Lluvia de ideas</li> <li>• Recursos nemotécnicos</li> <li>• Construcción de estrategias didácticas</li> <li>• Diálogos simultáneos</li> <li>• Organización de grupos colaborativos</li> <li>• Analogías</li> <li>• Metáforas</li> <li>• Visualizaciones</li> </ul>
De enseñanza		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taller reflexivo</li> <li>• Discusión dirigida</li> <li>• Organizador previo</li> <li>• Debates</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprendizaje basado en problemas</li> <li>• Exposición con apoyo tecnológico variado</li> <li>• Dirección de prácticas</li> <li>• Taxonomías</li> <li>• Simulación de procesos</li> <li>• Organizadores textuales</li> </ul>
--	--	--

## 21. Apoyos educativos.

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Computadora</li> <li>• Presentaciones en Power Point</li> <li>• Libros</li> <li>• Libros, revistas, periódicos, diccionarios</li> <li>• Materiales diversos</li> <li>• Software diverso (aplicaciones)</li> <li>• Videos</li> </ul>
--

## 22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Participación	Eficiencia y eficacia en la participación activa, claridad en la comunicación, originalidad y creatividad en la argumentación presentado.	<p>Técnica: Se usará la observación directa durante la presentación virtual y un registro de observación.</p> <p>Instrumento: Registro de observación.</p>	30%

Evidencias de desempeño por demostración	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Mapas mentales y ensayos	Creatividad, originalidad. Suficiencia y pertinencia del contenido, estilo y redacción, ortografía correcta.	<p>Técnica: Se realizará una observación sistemática y un análisis de desempeño.</p> <p>Instrumento: Rúbrica holística</p>	35%

Proyecto Final	Contenido en los temas explorados y tras una reflexión de lo aprendido en el taller Análisis crítico y pertinente de los textos Claridad en la redacción Pulcritud en la presentación, Puntualidad en la entrega Suficiencia en el desarrollo Coherencia.	Técnica: Evaluación por proyecto.  Instrumentos: <i>Rúbrica holística y lista de cotejo.</i>	35%
		Porcentaje total:	100%

### 23. Acreditación de la EE

Para acreditar, el/la estudiante deberá cumplir con el 80% de asistencia al curso, y con al menos el 60% en las evidencias de desempeño, de acuerdo con el Estatuto de Alumnos 2008.

### 24. Perfil académico del docente

Lic. Psicología, pedagogía o afín a ciencias de la salud, con experiencia en el manejo de grupos, estrategias de enseñanza- aprendizaje y conocimiento habilidades transferibles y desarrollo de competencias profesionales y personales.

### 25. Fuentes de información

#### Básicas

Arranz, V., Aguado, D., & Lucía, B. (2009). Habilidades de autogestión, programa de entrenamiento. Madrid: Ediciones UAM.

Benítez, L., & Martínez, R. (2018). Resiliencia en la educación superior: el cambio en la mirada para transformar escenarios de vulnerabilidad escolar. Ciudad de México: Newton, Edición y Tecnología Educativa.

Bérnard, S. (2020). Voces de la diversidad. Aguascalientes: Universidad Autónoma de Aguascalientes.

Bustínduy, I. (2015). La gestión del tiempo. Barcelona: Editorial UOC.

Blander, R. (2014). Toma de decisiones y solución de problemas. Unileon.es.  
<https://servicios.unileon.es/formacion-pdi/files/2013/03/TOMA-DE-DECISIONES-2014.pdf>

Cañizares, G., García, C., Castanyer, O., Ballesteros, I. y Mendoza, E. (2015). Hazte experto en inteligencia emocional. Kindle. <https://www.edesclee.com/img/cms/pdfs/9788433027849.pdf>

Cyrułnik, B., & Anaut, M. (2016). ¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida. Barcelona: Gedisa editorial.

Forés, A., & Grané, J. (2013). La resiliencia en entornos socioeducativos. Madrid: Narcea Ediciones.

Fuertes, J. (2016). ¡Aprenda a estresarse! Cómo convertir una amenaza en una oportunidad. Madrid: Ediciones Díaz-Santos.

Gardner, H. (2014). Inteligencias múltiples, la teoría en la práctica. Barcelona: Paidós.

González Calixto, M. B. Córdoba Andrade, L. & Forero Romero, A. (2020). Estilos de aprendizaje y autodeterminación en la educación superior: (I ed.). Sello Editorial Universidad del Tolima.  
<https://elibro.net/es/lc/biblioteca/uv/titulos/228437>

Harvard Business Review. (2018). Inteligencia emocional, Empatía. Barcelona: Editorial Reverté.

Käim Lüscher, E. (2020). Desarrollo de habilidades socioemocionales: (ed.). IURE Editores.  
<https://elibro.net/es/lc/biblioteca/uv/titulos/130402>

Manual de control de estrés. (2010). Madrid: Editorial CEP.

Medrano, L., Spontón, C., Muñoz, R., Cano, A., García, Z., Guerra, K., . . . Salanova, M. (2020). Regulación del Estrés en tiempos de pandemia. Córdoba: Editorial Brujas.

Mestre, J., Gutiérrez, J., Guerrero, C., & Guil, G. (2018). Gestión de emociones en el día a día. Madrid: Pirámide.

Muñoz, P. (2019). Guerra al estrés. Madrid: FC editorial.

Pimienta, J. (2012). Estrategias de enseñanza-aprendizaje. México: Pearson.

Ramos, P. (2014). Gestión de tiempo y planificación de tareas. Málaga: Editorial IBC.

Ramos, P. (2016). Asertividad y habilidades sociales en la comunicación y atención al ciudadano. Málaga: Editoria ICB.

Sachs-Israel, M. (2020). Importancia del desarrollo de habilidades transferibles en América Latina y el Caribe. Documento de discusión. UNICEF.

Segura, M., & Arcas, M. (2020). Educar las emociones y los sentimientos. Madrid: Naecea Ediciones.

Smith, M. (2019). Las emociones de los estudiantes y su impacto en el aprendizaje. Madrid: Narcea Ediciones.

Suárez, J., Pabón, D., Villaveces, L. y Nartin, J. (2018). Pensamiento crítico y filosofía, un diálogo con nuevas tonadas. Colombia: Editorial Universidad del Norte.

[https://www.youtube.com/watch?v=SQzEBuNUQ8Q&ab\\_channel=UNICEFMéxico](https://www.youtube.com/watch?v=SQzEBuNUQ8Q&ab_channel=UNICEFMéxico)

[https://www.youtube.com/watch?v=OVcsoUZTDQA&ab\\_channel=UNICEFMéxico](https://www.youtube.com/watch?v=OVcsoUZTDQA&ab_channel=UNICEFMéxico)

[https://www.youtube.com/watch?v=LgKDA0Abgcs&t=20s&ab\\_channel=AprendemosJuntos2030](https://www.youtube.com/watch?v=LgKDA0Abgcs&t=20s&ab_channel=AprendemosJuntos2030)

[https://www.youtube.com/watch?v=8h2INPoPA7A&ab\\_channel=AprendemosJuntos2030](https://www.youtube.com/watch?v=8h2INPoPA7A&ab_channel=AprendemosJuntos2030)

[https://www.youtube.com/watch?v=MqZ-otXUsaA&ab\\_channel=UNICEFM%C3%A9xico](https://www.youtube.com/watch?v=MqZ-otXUsaA&ab_channel=UNICEFM%C3%A9xico)

[https://www.youtube.com/watch?v=E82GupnPrq4&ab\\_channel=TEDxTalks](https://www.youtube.com/watch?v=E82GupnPrq4&ab_channel=TEDxTalks)

<https://bigfive-test.com/es>

### Complementarias

Eboluzio (2020). Webinar: Toma de decisiones y solución de problemas. Youtube.

[https://www.youtube.com/watch?v=imMEHPhPtv8&ab\\_channel=Eboluzio](https://www.youtube.com/watch?v=imMEHPhPtv8&ab_channel=Eboluzio)

UVirtual Centro de Excelencia (2020). Flexibilidad y creatividad: Habilidades para ser más competitivo. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=zZeB6EcBOtw&ab\\_channel=UVirtualCentrodeExcelencia](https://www.youtube.com/watch?v=zZeB6EcBOtw&ab_channel=UVirtualCentrodeExcelencia)

Castanyer, O. (2019). Asertividad, expresión de una sana autoestima. Desclee de brouwer.

<https://psicocarilha.com/wp-content/uploads/2020/06/asertividad-autoestima-I.pdf>

CyruLink, B. Anaut, M. (2016). ¿Por qué la resiliencia? Lo que nos permite reanudar la vida. Gedisa.

<https://ilera.com.mx/wp-content/uploads/2019/11/%C2%BFPor-qu%C3%A9-la-resiliencia-Lo-que-nos-permite-reanudar-la-vida-Spanish-Edition.pdf>

Sepúlveda, M. (2017). Las Competencias Transversales, base del Aprendizaje para toda la vida. Obtenido de Reposital Material Educativo:

[https://repositorial.cuaieed.unam.mx:8443/xmlui/bitstream/handle/20.500.12579/4905/VEI7.0970\\_3302-1681.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorial.cuaieed.unam.mx:8443/xmlui/bitstream/handle/20.500.12579/4905/VEI7.0970_3302-1681.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

## 26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
<i>Julio 2021</i>	<i>22/Agosto/2024</i>	<i>Consejo Técnico del Instituto u órgano equivalente del Centro de Estudios y Servicios en Salud</i>

## 27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Actualización: Dr. Joel Hernández Pacheco, Psic. Edgar Orozco Rodríguez,

Elaboración:

Mtra. Manuela Cabrera Castillo, Psic. Selene Cristal Ríos Jiménez, Dra. Antonia Barranca Enríquez, Psic. Wendy Guadalupe Quiroz Villar

