

**La Secretaría de Educación de Veracruz  
A través de su Oficialía Mayor, la Subdirección de Recursos Humanos  
y el Departamento de Capacitación y Desarrollo de Personal**

**I N V I T A N**

Al personal administrativo y docente de esta Institución, interesados en participar en los siguientes

**Cursos de Capacitación Período: Febrero – Marzo 2014**

Objetivo: ofrecer servicios de calidad en apoyo a la gestión Institucional.

Nombre del curso	Fechas	Horarios	Objetivo general	Contenidos generales
Tu Cuerpo Reflejo de tus Emociones	Lunes a viernes 10 al 14 de febrero	9:00 a 12:00 horas	Identificar emociones a través de su expresión corporal que permita cambios en su calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"> <li>Emociones y pensamientos.</li> <li>¿Qué dice mi cuerpo?</li> <li>Análisis de mis emociones.</li> <li>Cómo canalizo mis emociones.</li> <li>Mente sana en cuerpo sano.</li> </ul>
La Magia del Perdón (Introducción a la Tanatología)		12:00 a 15:00 horas	Conocer contenidos profundos sobre la tanatología que propicien la concientización y aceptación de las pérdidas significativas que acontecen a lo largo de la vida.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Bases y fundamentos de la tanatología.</li> <li>La pérdida (separación-ruptura).</li> <li>Etapas del proceso de separación-ruptura.</li> <li>El perdón como parte de la sanación.</li> </ul>
Excel Básico (Dirigido a personal con conocimientos de computación básica)	Todos los días 10 al 20 de febrero	9:00 a 11:00 horas	Conocer el uso y práctica de las hojas de cálculo y su utilidad en el trabajo diario.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conceptos básicos de Excel.</li> <li>Formato de una hoja de cálculo.</li> <li>Cálculos matemáticos con fórmulas sencillas de suma, resta, multiplicación y división.</li> <li>Gráficas.</li> </ul>
Windows XP (Dirigido a personal sin conocimientos de cómputo)		13:00 a 15:00 horas	Adquirir conocimientos básicos de Windows XP, que permitan introducirse a este espacio computacional para utilizarlo en su entorno laboral y personal.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Introducción a la computación y a Windows.</li> <li>Windows millenium y XP.</li> <li>Papel tapiz, protector de pantalla, explorador de Windows, íconos, administración de archivos y carpetas, wordpad.</li> </ul>
Power Point (Dirigido a personal con conocimientos de computación básica)	Lunes a viernes 10 al 21 de febrero	16:00 a 18:00 horas	Realizar tareas básicas como crear, aplicar formatos y preparar presentaciones para la visualización de un trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conceptos básicos.</li> <li>Guardar la presentación.</li> <li>Abrir una presentación.</li> <li>Trabajar con diapositivas.</li> <li>Vistas.</li> <li>Trabajar con texto.</li> <li>Insertar objetos.</li> <li>Impresión de diapositivas.</li> </ul>
La Evaluación en el Ámbito Laboral	Lunes a viernes 17 al 21 de febrero	9:00 a 12:00 horas	Promover el desarrollo personal eficaz a través de la evaluación del desempeño laboral.	<ul style="list-style-type: none"> <li>La evaluación y las competencias laborales.</li> <li>El pensamiento crítico y la toma de decisiones.</li> <li>Equipo de trabajo.</li> <li>La visión y la misión de la SEV.</li> <li>La Resiliencia enfoque sistémico aplicable en el ámbito laboral.</li> </ul>

Nombre del curso	Fechas	Horarios	Objetivo general	Contenidos generales
Manejo de Estrés	Lunes a viernes 17 al 21 de febrero	12:00 a 15:00 horas	Entender cuáles son los factores que lo provocan, tipos y etapas del estrés, en qué forma repercute para su vida laboral y familiar, así como aprender diversas técnicas para controlarlo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué es el estrés?</li> <li>• Tipos de estrés.</li> <li>• Psicología del estrés.</li> <li>• Estrés Laboral.</li> <li>• Consecuencias del estrés laboral.</li> <li>• Técnicas para combatir el estrés.</li> </ul>
Ingles I	Lunes a viernes 17 al 28 de febrero	9:00 a 11:00 horas	Proporcionar herramientas comunicativas funcionales en el idioma inglés, para expresar ideas simples en el contexto adecuado de acuerdo a sus necesidades comunicativas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estructuras básicas (presente simple).</li> <li>• Verbos regulares e irregulares.</li> <li>• Describiendo a la familia y amigos.</li> <li>• Vocabulario de oficina.</li> <li>• Saludos y despedidas.</li> </ul>
Ingles II (Dirigido a personal que curso la primera parte)		13:00 a 15:00 horas	Complementar los conocimientos adquiridos en el curso anterior e incrementar sus habilidades comunicativas como son hablar, escribir, leer y comprender auditivamente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Want, need, have</li> <li>• Some/any</li> <li>• Present progressive (affirmative, interrogative, negative, interrogative negative)</li> <li>• Wh questions, what, when, why, who, where</li> <li>• Like, love, hate (affirmative, interrogative, negative)</li> </ul>
Desarrollo Humano y Educación		16:00 a 18:00 horas	El docente, en su labor educativa, ha de rescatar el valor de la persona de cada uno de sus alumnos para facilitar en ellos no sólo aprendizajes en línea académica, sino también el desarrollo de todo su potencial creativo y constructivo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desarrollo humano.</li> <li>• Enfoque centrado en la persona y educación.</li> <li>• Vigencia del enfoque centrado en la persona aplicado a la educación.</li> </ul>
Introducción a la Tecnología Educativa (Dirigido a personal con conocimientos de computación básica)	Lunes a viernes 24 al 28 de febrero	9:00 a 12:00 horas	Identificar el uso de las herramientas tecnológicas, analizando el impacto en el ámbito educativo, partiendo de la concientización y trascendencia de sus beneficios.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos básicos sobre el uso de la tecnología.</li> <li>• ¿Quién usa la tecnología educativa?</li> <li>• Conceptos elementales para buscar en línea.</li> <li>• Tecnología educativa aplicada.</li> </ul>
Introducción a las Competencias Laborales		12:00 a 15:00 horas	Identificar las competencias laborales con la finalidad de desarrollarlas y aplicarlas en su ambiente laboral, favoreciendo un desempeño profesional más eficiente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conceptos de competencias laborales; personales como de autores varios.</li> <li>• Conocimiento cognitivo.</li> <li>• Las tres dimensiones de cualquier competencia.</li> <li>• Competencias cognoscitivas, de logro-acción, de ayuda y servicio, influencia, directivas, de eficacia personal, Interpersonales, de adaptabilidad, enfocadas a la orientación de resultados.</li> </ul>
Conoce y Ejerce: Valores	Lunes y Martes 10,11,17, 18,24,25 febrero; 10,11,18 y 24 marzo	16:00 a 18:00 horas	Analizar cada uno de los valores que existen, comentando las situaciones en las que los han ejercido.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Análisis del concepto valor.</li> <li>• Importancia de los valores.</li> <li>• El valor de la familia.</li> <li>• Valores conocidos.</li> <li>• Conceptos de los valores.</li> <li>• Valores ejercidos.</li> </ul>



Nombre del curso	Fechas	Horarios	Objetivo general	Contenidos generales
El Arte de Convivir en tu Vida Laboral	Martes y Viernes 11,14,18, 21,25,28 febrero; 7,11,14 y 18 marzo	16:00 a 18:00 horas	Reflexionar acerca de la importancia de las relaciones interpersonales y su influencia en la productividad laboral	<ul style="list-style-type: none"><li>• Éxito e imagen.</li><li>• Autoestima.</li><li>• Como triunfar en el trabajo.</li><li>• Eficacia, eficiencia y productividad.</li></ul>
Tu Cuerpo Reflejo de tus Emociones	Lunes a viernes 10 al 14 de marzo	9:00 a 12:00 horas	Identificar emociones a través de su expresión corporal que permita cambios en su calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"><li>• Emociones y pensamientos.</li><li>• ¿Qué dice mi cuerpo?</li><li>• Análisis de mis emociones.</li><li>• Cómo canalizo mis emociones.</li><li>• <u>Mente sana en cuerpo sano.</u></li></ul>
Desembárrate del Estrés			Aprender a manejar sus emociones a través de las diversas técnicas de modelado en barro para controlar su estrés.	<ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Qué es el estrés?</li><li>• Introducción a las técnicas de modelado en barro.</li><li>• Fisiología del estrés.</li><li>• Técnica de modelado como autoconocimiento.</li><li>• Efectos terapéuticos del modelado en barro.</li></ul>
Resiliencia una Alternativa para Enfrentar la Adversidad		12:00 a 15:00 horas	Identificar la resiliencia como herramienta para optimizar las situaciones extraordinarias de la vida (estrés, traumas, accidentes, tragedias y desastres naturales).	<ul style="list-style-type: none"><li>• Concepto de resiliencia.</li><li>• Utilidad.</li><li>• Relación entre resiliencia, autoestima e inteligencia emocional.</li><li>• Estrategias para generar resiliencia.</li><li>• El enfoque sistémico de la resiliencia en distintos ámbitos.</li></ul>
Windows XP (Dirigido a personal sin conocimientos de cómputo)	Lunes a viernes 10 al 21 de marzo	9:00 a 11:00 horas	Adquirir conocimientos básicos de Windows XP, que permitan introducirse a este espacio computacional para utilizarlo en su entorno laboral y personal.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Introducción a la computación y a Windows.</li><li>• Windows millenium y XP.</li><li>• Papel tapiz, protector de pantalla, explorador de Windows, íconos, administración de archivos y carpetas, wordpad.</li></ul>
Word Básico (Dirigido a personal con conocimientos de computación básica)		16:00 a 18:00 horas	Adquirir los conocimientos y desarrollar las habilidades necesarias para utilizar el programa Word en el proceso de diseño y edición de documentos relacionados con la actividad desempeñada.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menú inicio.</li><li>• Menú vista.</li><li>• Menú insertar.</li><li>• Diseño de página.</li><li>• Correspondencia.</li></ul>
Desarrollo Humano y Educación			El docente, en su labor educativa, ha de rescatar el valor de la persona de cada uno de sus alumnos para facilitar en ellos no sólo aprendizajes en línea académica, sino también el desarrollo de todo su potencial creativo y constructivo.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Desarrollo humano.</li><li>• Enfoque centrado en la persona y educación.</li><li>• Vigencia del enfoque centrado en la persona aplicado a la educación.</li></ul>
Danzaterapia... Libera tus Emociones por Medio de la Danza	Lunes, Martes y Miércoles 10,11,12, 18 y 19 de marzo	9:00 a 12:00 horas	Experimentar la psicoterapia artística como un medio de reconocimiento y liberación de sus emociones con el fin de lograr un cambio significativo de actitud personal y laboral.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Psicoterapia artística</li><li>• Tipos de danza.</li><li>• Reconociendo mis emociones.</li><li>• Creación artística.</li></ul>



Nombre del curso	Fechas	Horarios	Objetivo general	Contenidos generales
Redacción Moderna	Viernes 21,28 febrero; 7,14,21, 28 marzo; 4 y 11 abril	17:00 a 19:00 horas	Ser capaces de detectar y corregir varios errores que se cometen al escribir de acuerdo a la forma moderna de redactar.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gramática.</li><li>• Corrección: uso moderno de mayúsculas, puntuación y acentuación.</li><li>• Claridad. Vicios de lenguaje: barbarismos, cacofonías, anfibologías, pobreza de vocabulario, redundancias, blabismo. Laconismo.</li><li>• Sencillez al escribir.</li></ul>

### **Requisitos para los cursos:**

Enviar oficio comisión dirigido a la jefatura del Departamento, autorizando al personal en la(s) fecha(s) y horario(s) establecidos, con al menos dos días de anticipación al inicio del evento.

### **Informes e inscripciones:**

Departamento de Capacitación y Desarrollo de Personal  
Av. Manuel Ávila Camacho No. 42-48, Zona Centro, Xalapa, Ver.  
Teléfonos: 818-30-57 y 818-95-67  
Horario de 9:30 a 14:30 horas

### **Notas:**

- \* Sólo se permitirá la inscripción de 4 personas de una misma área por curso.
- \* El cupo máximo es de 20 personas para cada curso.
- \* Los cursos de cómputo tienen un cupo máximo de 9 participantes.