# REFUERZA TUS HABILIDADES Y ADQUIERE NUEVAS COMPETENCIAS

## Participa en los cursos intersemestrales de la COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## Creatividad y resolución de problemas

- ☐ **Objetivo:** Aplicarás tu creatividad a través de actividades lúdicas que destaquen la utilidad de las matemáticas en la resolución de problemas.
- ☐ **Cupo:** 30 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 09 al 13 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 12:00 h.
- ☐ **Expositor:** Ing. Genaro Muñoz Hernández

## Taller Reflexivo “Buscando el Equilibrio”

- ☐ **Objetivo:** Aprenderás técnicas para potenciar tu desarrollo socioemocional.
- ☐ **Cupo:** 14 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 09 al 18 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 12:00 h.
- ☐ **Expositores:** Mtra. Claudia Margarita Pérez Ruiz, Lic. Ana Paulina Cabrera Meza

## Taller Reflexivo “Buscando el Equilibrio”

- ☐ **Objetivo:** Aprenderás técnicas para potenciar tu desarrollo socioemocional.
- ☐ **Cupo:** 15 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 09 al 13 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 16:00 a 18:30 h.
- ☐ **Expositores:** Mtra. Griselda Núñez Núñez, Lic. Javier Gómez Rodríguez

## Estrés escolar

- ☐ **Objetivo:** Reflexionar sobre las causas generadoras de estrés, su repercusión en el desempeño escolar.
- ☐ **Cupo:** 30 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 11, 12 y 13 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 12:00 h.
- ☐ **Expositor:** Mtra. Magdalena González Castillo

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## Inteligencia emocional y éxito profesional

☐ **Objetivo:** Aprenderás cómo aplicar el autoconocimiento, manejo emocional y habilidades sociales para desarrollar competencias profesionales.

☐ **Cupo:** 20 estudiantes

☐ **Fecha:** Del 11 al 13 de junio 2025

☐ **Horario:** De 11:00 a 13:00 h.

☐ **Expositor:** Esp. Ruth Méndez Hernández

## Estrategias para lograr un aprendizaje significativo

☐ **Objetivo:** Brindar a los estudiantes de herramientas que les permitan mejorar sus estrategias de aprendizaje para lograr un mayor rendimiento académico.

☐ **Cupo:** 8 estudiantes

☐ **Fecha:** Del 16 al 20 de junio de 2025

☐ **Horario:** De 9:00 a 13:00 h.

☐ **Expositores:** Mtra. Griselda Núñez Núñez, Mtra. María Esther Rosas Rodríguez.

## Taller Reflexivo “Buscando el Equilibrio”

☐ **Objetivo:** Aprenderás técnicas para potenciar tu desarrollo socioemocional.

☐ **Cupo:** 15 estudiante

☐ **Fecha:** Del 16 al 20 de junio 2025

☐ **Horario:** De 14:00 a 15:30 h.

☐ **Expositores:** Mtra. Ana Georgina García y Colomé, Lic. Rosa María Juárez Cisneros

## La importancia de cerrar ciclos

☐ **Objetivo:** Reflexionar sobre las experiencias de vida no cerradas, reconocer su influencia; así cómo, trabajar en el proceso de aceptación.

☐ **Cupo:** 30 estudiantes

☐ **Fecha:** 16, 17 y 18 de junio de 2025

☐ **Horario:** De 10:00 a 12:00 h.

☐ **Expositor:** Mtra. Magdalena González Castillo

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## Introducción a la atención plena para enfrentar la ansiedad

- ☐ **Objetivo:** Introducir prácticas de atención plena para reconocer y manear la ansiedad de forma consciente.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 17, 18 y 19 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 14:00 a 16:00 h.
- ☐ **Expositores:** Mtro. Luis Fernando Borja Hernández, Lic. Leonardo Fabián Sánchez Barrientos.

## Obteniendo el trabajo que deseo

- ☐ **Objetivo:** Conocerás herramientas modernas para la búsqueda de empleo.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 17 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositores:** Lic. Yazmín Barrales Zarza, Lic. María de los Ángeles Carmona Córdova

## Preparando mi entrevista de trabajo

- ☐ **Objetivo:** Aprenderás cómo preparar una entrevista laboral exitosa mostrando tus logros y competencias.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 20 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 11:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositores:** Lic. Yazmín Barrales Zarza, Lic. María de los Ángeles Carmona Córdova

## Autoliderazgo y asesoría de proyecto de vida

- ☐ **Objetivo:** Conocerás una metodología para generar equilibrio y entusiasmo con herramientas simples y efectivas de aplicación inmediata.
- ☐ **Cupo:** 100 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 28 de julio al 01 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 19:00 a 22:00 h.
- ☐ **Expositor:** Dr. José Carrasco-Zanini Barclay

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## Conoce las reglas de ortografía

- ☐ **Objetivo:** Proporcionar los elementos necesarios para hablar y escribir correctamente.
- ☐ **Cupo:** 25 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 23 al 27 de junio 2025
- ☐ **Horario:** De 13:00 a 15:30 h.
- ☐ **Expositor:** Mtra. Ana Georgina García y Colomé

## Manejo del estrés

- ☐ **Objetivo:** Reflexionarás sobre el estrés y su impacto e identificarás y aplicarás técnicas para manejarlo.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 24 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** De 11:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositor:** Esp. Ruth Méndez Hernández

## Adultez: tips para sufrirla menos

- ☐ **Objetivo:** Ofrecer herramientas para la vida adulta que permitan al alumno definir sus metas, así como reconocer y desarrollar un criterio objetivo para tomar decisiones.
- ☐ **Cupo:** 10 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 23 al 27 de junio y del 04 al 08 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 12:00 a 14:30 h.
- ☐ **Expositor:** Ing. Daniela Sánchez Castellanos

## Autoliderazgo y asesoría de proyecto de vida

- ☐ **Objetivo:** Conocerás una metodología para generar equilibrio y entusiasmo con herramientas simples y efectivas de aplicación inmediata.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 30 de junio al 04 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 13:00 h y De 19:00 a 22:00 h.
- ☐ **Expositor:** Dr. José Carrasco-Zanini Barclay

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## Construyendo tú futuro profesional: De la Universidad al campo laboral

- ☐ **Objetivo:** Brindar a las y los jóvenes las herramientas y habilidades necesarias para afrontar de manera efectiva el desafío de integrarse al mundo laboral.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 30 de junio al 03 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 12:00 a 14:00 h.
- ☐ **Expositores:** Mtra. Claudia Loreto Miranda, Psic. Ana Lilia Mora Yañez

## Optimiza tu potencial: Técnicas y recursos para mejorar tu desempeño

- ☐ **Objetivo:** Familiarizar a los estudiantes con herramientas y recursos útiles para su vida académica y profesional, analizando sus ventajas y desventajas.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 30 de junio al 04 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 15:00 a 17:00 h.
- ☐ **Expositor:** Ing. Miriam del Carmen Medina López

## Comunicación emocional

- ☐ **Objetivo:** Desarrollar habilidades básicas para expresar y manejar emociones de forma asertiva
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 02 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 14:00 a 16:00 h.
- ☐ **Expositor:** Mtra. Angélica Patricia Cuevas Casillas

## Autoliderazgo y asesoría de proyecto de vida

- ☐ **Objetivo:** Conocerás una metodología para generar equilibrio y entusiasmo con herramientas simples y efectivas de aplicación inmediata.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 28 de julio al 01 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 13:00 h y De 19:00 a 22:00 h.
- ☐ **Expositor:** Dr. José Carrasco-Zanini Barclay

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## ¿Cómo ser un alumno o alumna resiliente?

- ☐ **Objetivo:** Fortalecer la resiliencia de los estudiantes para enfrentar retos escolares con actitud positiva y perseverante.
- ☐ **Cupo:** 30 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 29, 30 y 31 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositor:** Dra. Libia Gómez Altamirano

## ¿Quieres mejorar tu autoestima?

- ☐ **Objetivo:** Fortalecer la autoestima a través del autoconocimiento y la valoración personal.
- ☐ **Cupo:** 30 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 30 de julio de 2025
- ☐ **Horario:** De 11:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositor:** Mtra. Angélica Patricia Cuevas Casillas

## Introducción a la atención plena para enfrentar la ansiedad

- ☐ **Objetivo:** Fortalecer la autoestima a través del autoconocimiento y la valoración personal.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 05 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 14:00 a 16:00 h.
- ☐ **Expositor:** Mtra. Nelly Medina Sanmartino, Mtro. Luis Domingo Márquez Ramírez.

## ¿Quieres mejorar tu autoestima?

- ☐ **Objetivo:** Fortalecer la autoestima a través del autoconocimiento y la valoración personal.
- ☐ **Cupo:** 30 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 05, 06 y 07 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 17:00 a 19:00 h.
- ☐ **Expositor:** Lic. Dalia Luz Ocaña

## Herramientas para elaborar un currículum

- ☐ **Objetivo:** Conocerás algunas estrategias para elaborar un currículum efectivo y atractivo.
- ☐ **Cupo:** 20 estudiantes
- ☐ **Fecha:** 08 de agosto de 2025
- ☐ **Horario:** De 10:00 a 13:00 h.
- ☐ **Expositor:** Esp. Ruth Méndez Hernández

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI

# Cursos Intersemestrales en línea 2025-2

## AUTOGESTIVOS

### Inteligencia Emocional

- ☐ **Objetivo:** Reconocerás emociones propias y ajenas para mejorar tus relaciones interpersonales.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 16 al 27 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** Autogestivo
- ☐ **Expositor:** Lic. Javier Gómez Rodríguez

### Autoconsciencia para el Aprendizaje

- ☐ **Objetivo:** Conocerás herramientas para favorecer la autoconciencia en imagen, actitud, hábitos, emociones, aprendizaje y habilidades.
- ☐ **Cupo:** 50 estudiantes
- ☐ **Fecha:** Del 16 al 27 de junio de 2025
- ☐ **Horario:** Autogestivo
- ☐ **Expositor:** Lic. Javier Gómez Rodríguez

**Inscripciones:** http://copadi.fi-c.unam.mx/cursos.jsp?c=inscripcion

*La plataforma para impartir el curso, se indica en la hoja de inscripción en la página de la COPADI

Coordinación de Programas de Atención Diferenciada
COPADI