

FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

El ámbito educativo es un pilar que contribuye a que los alumnos y las alumnas desarrollen plenamente su personalidad, refuercen su autonomía y el autoconocimiento, así como el conocimiento del entorno en el que van a vivir y a abrirse camino.

Esta materia propone, por una parte, una aproximación al conocimiento de “lo humano” a partir de disciplinas que lo analizan y enfocan desde perspectivas complementarias: desde el conocimiento de los procesos biológicos, mentales e intelectuales que regulan la conducta, la cognición, el aprendizaje y las emociones desde el conocimiento del individuo como parte de una construcción cultural y el análisis de los elementos que definen las organizaciones sociales y los grupos humanos en las distintas culturas

.El objetivo del acercamiento a las disciplinas humanas, es despertar en el alumnado la curiosidad por entenderse, no solo como individuos aislados, sino como sujetos sociales y culturales. Esa curiosidad abre la puerta al conocimiento, a la reflexión crítica y al análisis, partiendo de planteamientos, saberes y estrategias propias de estas disciplinas.

Por otra parte, la materia “Formación y Orientación Personal y Profesional” propone que el alumnado conozca y aprenda, con el objetivo de entrenar, habilidades personales y sociales necesarias para participar, crear y desarrollarse en los grupos humanos con los que interactúa, tanto en el ámbito personal como social y académico con una proyección vocacional y profesional hacia el futuro.

Para generar esa participación, creatividad y enriquecimiento personal, social y profesional, es preciso desarrollar herramientas que faciliten la adaptación positiva al entorno, a asunción de responsabilidades y la toma de decisiones informadas. El pensamiento crítico, la creatividad, la iniciativa personal, el espí-

ritu emprendedor, la habilidad para cooperar y la capacidad de aprender a aprender, se consideran más esenciales que nunca para responder a las exigencias de la sociedad global sin dejar a un lado la comprensión de la diversidad cultural.

La materia de “Formación y orientación personal y profesional” tiene como objetivo que el alumnado adquiera las competencias específicas establecidas para ella, y que se desarrolle a partir de aprendizajes significativos, funcionales y de interés para el alumnado, referidos también a la etapa evolutiva de la adolescencia, en la que se encuentra

Existe, además, una vinculación directa con la etapa de primaria, en cuyos principios pedagógicos se explica la potenciación del aprendizaje significativo para el desarrollo de las competencias que promuevan la autonomía y la reflexión. Además, existe continuidad entre esta materia y la adquisición, en la etapa de primaria y en los tres primeros cursos de educación secundaria obligatoria, de dos competencias clave: la competencia emprendedora entendida como un enfoque vital que requiere del pensamiento crítico y creativo, de iniciativa, de perseverancia y de habilidad para trabajar de manera colaborativa; y la competencia personal, social y de aprender a aprender, que prevé la reflexión del alumnado sobre sí mismo, la colaboración con los y las demás de forma constructiva, y la gestión del tiempo, del aprendizaje y de su carrera.

“Formación y Orientación Personal y Profesional” está planteada como materia de opción en cuarto curso de la Educación Secundaria Obligatoria, garantizando, así, desde la enseñanza obligatoria, que el alumnado profundice, por un lado, en el conocimiento de sí mismo, descubriendo sus cualidades personales como potencial de valor y, por otro, que se aproxime al ámbito de las ciencias relacionadas con el estudio de los comportamientos humanos, sociales y culturales. Se le facilita, además, la aproximación a las distintas opciones formativas y de empleo que le proporciona el entorno para favorecer, desde el conocimiento de la realidad, el proceso de toma de decisiones sobre su vocación y su itinerario académico con una futura proyección profesional.

Esta materia, se vincula con el resto de asignaturas y de manera más directa con las materias de Educación en valores cívicos y éticos, Geografía e Historia y Biología, por un lado, y Economía y emprendimiento, por el otro.

Los saberes básicos se organizan en tres bloques:

- *El ser humano y el conocimiento de uno mismo*: se relaciona con el conocimiento del ser humano desde la perspectiva de las ciencias humanas y sociales relacionadas con la psicología, la antropología y la sociología.
- *Formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta* se liga a la formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta, para ofrecer al alumnado un soporte respecto a la necesidad de hacer un ejercicio de autoconocimiento sobre cualidades personales propias y de los y las demás,; la orientación hacia la formación académica y profesional que le permita explorar la oferta formativa del entorno y optimizar la gestión de los itinerarios de aprendizaje permanente; la orientación profesional vinculada a la exploración de contextos de trabajo, que permita conocer el funcionamiento del mercado laboral, las formas de empleo y la importancia de la iniciativa emprendedora, y cuestiones relacionadas con la incorporación de las tecnologías y herramientas digitales al mercado laboral, valorando su utilidad en la búsqueda de oportunidades.
- *Proyecto personal, académico-profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo*: está asociado al diseño de un proyecto de orientación personal, académico y profesional y de aproximación a la búsqueda activa de empleo. Los planes que constituyen este proyecto están interrelacionados y se abordan desde un enfoque competencial, práctico, funcional y en espiral, que favorezca la elaboración de los mismos de manera progresiva en función del grado de profundización de los aprendizajes que se vayan logrando a lo largo del curso académico.

Los criterios de evaluación establecidos para esta materia van dirigidos a conocer el grado de competencia que el alumnado haya adquirido, esto es, el desempeño a nivel cognitivo, instrumental y actitudinal, respecto a los saberes propuestos que serán aplicados al ámbito personal, social, académico y profesional.

Se propone realizar la concreción curricular de esta materia desde una perspectiva teórico-práctica planteando los saberes de manera gradual e iterativa de modo que el alumnado profundice en ellos, refuerce su adquisición progresivamente y los utilice para elaborar los tres planes que forman el proyecto personal, académico-profesional y de aproximación a la búsqueda activa de empleo. Cada uno de estos planes podría ser desarrollado en un trimestre académico teniendo en cuenta que la reflexión crítica sobre el ser humano, la sociedad, la cultura y el conocimiento de uno mismo son previos a las decisiones que se puedan tomar en el ámbito personal, académico y profesional en un entorno concreto. Los tres planes son interdependientes y deben mantener la coherencia entre sí para construir un proyecto integrador, útil y aplicable a la vida de los alumnos y alumnas, de modo que les ayude a decidir, con autonomía, su camino hacia el futuro.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Comprender los procesos físicos y psicológicos implicados en la cognición, la motivación y el aprendizaje, analizando sus implicaciones en la conducta y desarrollando estrategias de gestión emocional y del propio proceso de aprender para mejorar el desempeño en el ámbito personal, social y académico y lograr mayor control sobre las acciones y sus consecuencias en entornos analógicos y digitales.

Las personas en la vida cotidiana movilizan procesos físicos y psicológicos que hacen posible percibir, comprender e interactuar mejor en el entorno que les rodea. Todos estos procesos tienen de fondo la implicación de millones de neuronas que están conectadas entre sí y que permiten procesar la información de manera adecuada.

En este sentido parece necesario que el alumnado conozca, por un lado, los mecanismos neurocientíficos que intervienen en los procesos de razonamiento, en la toma de decisiones y resolución y, por otro, que comprendan que llevar a cabo estas acciones supone crear conceptos en su mente, organizar sus ideas, relacionarlas con sus conocimientos previos y establecer inferencias, entre otros.

En este proceso juega un papel fundamental la motivación como un elemento clave que promueve o inhibe la conducta. Es importante también identificar las posibles limitaciones de la cultura de los géneros que limitan la motivación, para ofrecer estrategias para superarlas. El alumnado debe tomar conciencia de que sus actuaciones y decisiones están en gran medida condicionadas por sus emociones y por los motivos que le llevan a realizarlas. Así, en el terreno del aprendizaje, para impulsar y mantener una conducta o una acción encaminada a una meta, es necesario estar motivado, pero también es imprescindible contar con estrategias y herramientas (el PLE del alumno) que ayuden a planificar guíen de manera consciente el mismo proceso de aprendizaje. Es necesario conocer el impacto de las emociones en los procesos de motivación, razonamiento, aprendizaje y conducta para que se puedan gestionar adecuadamente y lograr un mejor desempeño en todos los ámbitos, tanto personal como social, académico y profesional.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CD1, CD2, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5.

2. Comprender las principales características del desarrollo evolutivo de la persona, analizando aquellos elementos de la madurez que condicionan los comportamientos o actuaciones, e identificando y potenciando las cualidades personales y de relación social propias y de los y las demás, para desenvolverse con mayor autonomía y afrontar de forma eficaz los nuevos retos que plantea el camino hacia la vida adulta.

Las personas pasan a lo largo de su vida por etapas cuyos cambios físicos, sociales, cognitivos y psicológicos condicionan sus decisiones, comportamientos y reacciones dentro de un contexto que también es cambiante e incierto.

Conocer los cambios que se producen en la etapa de la adolescencia permite al alumnado encontrar respuestas y soluciones a conflictos que se le plantean a raíz de acontecimientos vitales que le preocupan y comprender el significado de sus propias experiencias en relación con las de los y las demás, en los diferentes grupos sociales con los que interactúa.

A partir de estas experiencias con el medio social, va teniendo lugar la construcción de la identidad en la que intervienen, entre otros factores, la autoimagen, el sentimiento de competencia, seguridad y autoestima. Así como la idea preconcebida de lo que es ser hombre o mujer.

La elaboración de una identidad ajustada ayuda al alumnado a percibir y actuar según sus posibilidades, de modo que pueda potenciar aquellas cualidades personales que le conduzcan a resolver retos cada vez más complejos.

Esta etapa supone, además, el preámbulo de la vida adulta que implica la asunción de nuevas responsabilidades y compromisos y la necesidad de alcanzar mayor grado de autonomía. En este sentido, es necesario que el alumnado desarrolle habilidades personales y sociales que faciliten su incorporación a nuevos contextos y ayuden al establecimiento de nuevas relaciones.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CPSAA5, CC1, CE2.

3. Acercarse a la comprensión del ser humano, sus sociedades y culturas con curiosidad y desde distintas perspectivas, analizando la diversidad desde el respeto a lo diferente y lo diverso, mostrando actitudes que impliquen ponerse en el lugar del otro para entender su complejidad y la del entorno en el que se desenvuelve y fomentar el espíritu crítico sobre cuestiones y aspectos que dirigen el funcionamiento humano, social y cultural.

El ser humano es un ser psicológico centrado en lograr sus objetivos para lo cual necesita poner en marcha procesos y estrategias que le permitan guiar sus comportamientos y conducta.

También es un ser social y cultural, lo que significa que, en el transcurso de su vida, ha de aprender los elementos socioculturales del medio en el que se desenvuelve e integrarlos en su personalidad considerando la influencia que van a ejercer en ella los agentes sociales y su propia experiencia como miembro de un grupo social.

Por tanto, es un ser complejo y entenderlo implica analizarlo desde distintas perspectivas, psicológica, antropológica y social, de modo que el alumnado pueda realizar una reflexión crítica a partir del estudio y análisis de los saberes adquiridos.

Lograr esta competencia conlleva no solo generar en el alumnado curiosidad respecto al conocimiento del ser humano, las sociedades y la cultura, sino también promover actitudes de respeto ante la variabilidad transcultural y el pluralismo social como elementos de diversidad enriquecedores y necesarios en la vida democrática.

Simultáneamente, pretende que los alumnos y alumnas comprendan los estados emocionales de los y las demás, tomen conciencia de los sentimientos ajenos, se involucren en experiencias diversas y asuman situaciones diferentes a las propias. Se trata, en definitiva, de desarrollar en el alumnado una actitud empática que suponga comprender y transmitir esa comprensión sobre hechos, sucesos y situaciones diferentes a las vividas o experimentadas por cada cual.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: STEM1, CD3, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE2,

lunes 31 de julio de 2023

4. Conocer la dimensión social y antropológica del ser humano, considerando los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona para comprenderse a uno mismo en relación con los demás, desarrollar estrategias y habilidades sociales adecuadas a contextos cambiantes y a grupos diferentes, respetando y valorando la diversidad personal, social y cultural.

Generalmente, no se piensa en el impacto que la sociedad y la cultura tienen sobre el desarrollo humano y su conducta, lo cual lleva a la persona a no comprender o a tener un conocimiento incompleto sobre sí misma y el mundo que la rodea. La cultura y la sociedad aportan modelos y referentes que condicionan las percepciones, actitudes, interpretaciones y respuestas de las personas ante los acontecimientos y situaciones que surgen en sus vidas.

Se pretende que el alumnado reflexione así, sobre la influencia que la sociedad y la cultura ejercen en su manera de pensar, crear, expresarse, relacionarse, resolver conflictos y tomar decisiones. Para comparar culturas y sociedades se requiere conocer algunos elementos de la antropología social y cultural, que permiten, por un lado, comprender mejor el impacto que sobre las personas tiene el establecimiento de normas y valores, de costumbres y referentes que guían sus comportamientos. Por otro, poner en perspectiva su realidad, que conozca lo diverso y diferente y aprenda a respetarlo y valorarlo como componente enriquecedor. Por último, dentro de un panorama social y cultural cambiante, como el actual, se considera importante disponer de estrategias personales y sociales necesarias para decidir y actuar, con sentido crítico y responsabilidad. Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CC1, CC2, CC3, CE2.

5. Descubrir y priorizar las necesidades e intereses personales y vocacionales, y explorar las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno, desarrollando la adaptabilidad, el espíritu de iniciativa y de superación, y las destrezas necesarias en la toma de decisiones para llevar a cabo un proyecto personal, académico y profesional propio, y aproximarse al diseño de un plan de búsqueda activa de empleo.

La complejidad social y económica, y el acceso a numerosas oportunidades profesionales y de formación, hacen necesario propiciar que el alumnado desarrolle destrezas personales y actitudes que le ayuden a tomar decisiones adecuadas y coherentes con sus intereses, sus expectativas e inquietudes y sus necesidades en cada momento de su vida y en entornos cambiantes.

Es preciso que explore y evalúe sus inquietudes personales y vocacionales, que reconozca sus fortalezas como elementos diferenciadores y de potencial valor, e identifique sus debilidades con la intención de buscar, con actitud proactiva y de superación, los recursos y ayuda necesarios para mejorar su grado de desempeño personal, social, académico y profesional.

Organizar con realismo el propio itinerario formativo y profesional requiere realizar una exploración ordenada de las oportunidades académicas y de formación, y profesionales que ofrece el entorno, con el fin de orientar de manera adecuada la propia trayectoria laboral en el futuro.

La creciente oferta educativa que se ha producido en los últimos años obliga al alumnado a seleccionar información y a tomar decisiones para formarse e incorporarse, si lo desea, de manera temprana al mundo laboral o empresarial, sin que por ello mermen sus oportunidades de seguir aprendiendo a lo largo de la vida y que ello repercuta positivamente en su carrera profesional. Necesita adquirir habilidades sociales, de adaptación, de planificación y gestión, y mostrar actitudes de iniciativa y de logro para enfrentarse a los nuevos retos que se presenten en los distintos ámbitos de su vida.

Esta competencia específica se conecta con los siguientes descriptores del Perfil de salida: CPSAA4, CPSAA5, CE1, CE2.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Formación y orientación personal y profesional
Competencia específica 1
1.1. Mejorar el desempeño personal, social y académico aplicando estrategias de aprendizaje y gestión emocional que permitan mayor control sobre las acciones y sus consecuencias.
1.2. Conocer los procesos que intervienen en el aprendizaje, analizando sus implicaciones y desarrollando estrategias que favorezcan la adquisición de conocimientos.
1.3. Analizar la importancia del componente emocional, tomando conciencia de su repercusión en el aprendizaje y desarrollando estrategias que mejoren el proceso de cognitivo.
1.4. Conocer las bases teóricas fundamentales de los procesos físicos y psicológicos que intervienen en la cognición, motivación, el aprendizaje y la gestión emocional, reflexionando sobre cómo influyen en la conducta.
Competencia específica 2
2.1. Afrontar de forma eficaz y, con progresiva autonomía, nuevos retos, identificando las cualidades personales y sociales propias y de las y los demás y analizando los elementos que condicionan los comportamientos y actuaciones en el proceso de desarrollo evolutivo.
2.2. Conocer el desarrollo evolutivo de las personas analizando y comprendiendo las principales características de la madurez que van experimentando cambios y conformando a la persona en distintos planos: cognitivo, social, emocional.
2.3. Identificar cualidades personales y de los y las demás reflexionando sobre la importancia de potenciar aquellas que resultan necesarias para afrontar con eficacia nuevos retos y facilitar el proceso de transición de la adolescencia a la adultez.
Competencia específica 3
3.1 Entender la complejidad del ser humano y fomentar el espíritu crítico sobre su funcionamiento psicológico, social y cultural conociéndolo y comprendiéndolo desde distintas perspectivas, mostrando actitudes de respeto y empatía por lo diferente y lo diverso.
3.2 Comprender al ser humano, sus sociedades y culturas reflexionando de manera crítica a partir del conocimiento que proporcionan las ciencias humanas y sociales.
Competencia específica 4
4.1. Mejorar la autocomprensión en relación a los demás, tomando como referencia el conocimiento de la dimensión social y antropológica del ser humano y analizando los factores que intervienen en la configuración psicológica de la persona, y desarrollar estrategias y habilidades sociales que faciliten la adaptación a nuevos grupos y contextos, desde la valoración y el respeto a la diversidad.
4.2. Analizar los factores personales y socioculturales que intervienen en la configuración psicológica de la persona a partir del conocimiento comparado de la dimensión social y antropológica del ser humano.
4.3. Valorar la diversidad, considerándola un elemento enriquecedor y de valor a nivel personal, social y cultural.
Competencia específica 5
5.1. Realizar un proyecto personal, académico y profesional propio y aproximarse al proceso de búsqueda activa de empleo, priorizando las necesidades y descubriendo los intereses personales y vocacionales, mediante la exploración de las oportunidades académicas y profesionales que ofrece el entorno analógico y digital y desarrollando las destrezas necesarias en el proceso de toma de decisiones.
5.2. Explorar el entorno próximo identificando las oportunidades académicas y profesionales que ofrece, valorando aquellas que mejor se adaptan a las cualidades e intereses personales.
5.3. Diseñar el propio proyecto personal, académico y profesional, incorporando los tres planes, de autoconocimiento, conocimiento del entorno académico y profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.

lunes 31 de julio de 2023

SABERES BÁSICOS

Formación y orientación personal y profesional	
A. El ser humano y el conocimiento de uno mismo.	
1. El Ser humano	Reflexión en torno al ser humano. Visión y conocimiento del ser humano desde la perspectiva psicológica, antropológica y sociológica.*
2. Psicología	<p>Neurociencia, conducta y cognición</p> <p>Estudio del cerebro. Neuronas y estructura funcional del cerebro.</p> <p>Sistema nervioso central y sistema nervioso periférico. Descripción general.</p> <p>Implicaciones: circuitos de recompensa y su relación con las adicciones.*</p> <p>Bienestar y hábitos saludables: sueño, alimentación y actividad física gestión del estrés.*</p> <p>Fundamentos biológicos de la conducta.</p> <p>Procesos cognitivos.</p> <p>Principales enfoques psicológicos*: Comprensión del ser humano desde las distintas teorías y corrientes psicológicas: psicoanálisis, conductismo, Gestalt, constructivismo...</p> <p>La adolescencia desde el punto de vista psicológico.*</p> <p>La adolescencia y su significado evolutivo.</p> <p>Fases de la adolescencia. Cambios físicos y psicológicos.</p> <p>La adolescencia como transición evolutiva.</p> <p>Desarrollo cognitivo en la adolescencia.</p> <p>Desarrollo de la personalidad durante la adolescencia. La autoestima en esta etapa evolutiva. Formación de la identidad personal.</p> <p>Reconocimiento y gestión de las emociones.*</p> <p>Psicología social</p> <p>Desarrollo personal dentro del grupo.</p> <p>Influencia del grupo en el individuo. Presión del grupo.*</p> <p>Normas, roles y estereotipos. Estereotipos de género, raza y cultura.*</p> <p>Experimentos relevantes de la psicología social. Milgram, Ash, Bandura y otros.*</p>
3. Antropología	<p>El ser humano como ser cultural.*</p> <p>Concepto antropológico de cultura. La cultura como la forma específica de un grupo humano de pensar, hacer, decir, valorar, sentir y percibir.</p> <p>El ser humano como construcción cultural. Humanización y cultura.*</p> <p>Cultura y personalidad.</p> <p>Diversidad cultural: etnocentrismo, relativismo, universalismo e interculturalismo.</p>
4. Sociología	<p>El ser humano como ser social.*</p> <p>Concepto de Sociedad. Tipos de sociedades.</p> <p>Inclusión y cohesión social. Estrategias de inclusión y cohesión social para mejorar la calidad de vida de las personas.</p> <p>El adolescente y sus relaciones: familia y pares.*</p> <p>Búsqueda de la autonomía y asunción progresiva de responsabilidades.*</p> <p>Conductas y comportamientos prosociales y antisociales.</p> <p>Diversidad y convivencia positiva dentro los grupos.*</p> <p>Procesos de transición a la vida adulta en perspectiva comparada.</p>

lunes 31 de julio de 2023

Formación y orientación personal y profesional	
5. Aprendizaje y ser humano	5.1. Enfoque psicológico
	Inteligencias múltiples*
	Procesos implicados en el aprendizaje: atención, motivación y memoria.*
	Aprendizaje y estudio. Estrategias de aprendizaje y estudio. El componente emocional.*
	5.2. Enfoque antropológico
	Lo heredado y lo aprendido: biología y cultura*.
	Proceso de humanización: aprendiendo a ser humano.
	5.3. Enfoque sociológico
	Proceso de socialización.
Agentes de socialización: familia, escuela, grupo de pares, medios de comunicación, redes sociales y otros.*	
Aprendizaje formal e informal.*	
B. Formación y orientación personal y profesional hacia la vida adulta	
1. Construcción del sentido de competencia y logro	Autoconocimiento. Autonomía personal y autodeterminación. Autopercepción. Memoria autobiográfica. Estilo atribucional. Capacidad autocrítica.
	Iniciativa personal. Pensamiento creativo. Confianza y seguridad en uno y una misma. Optimismo inteligente. Perseverancia. Enfrentamiento al fracaso y manejo de la frustración.*
2. Relaciones e interacciones sociales.	Habilidades sociales. Tolerancia y respeto. Empatía. Dinamismo, iniciativa y liderazgo. Asertividad. Efectividad interpersonal. Estrategias de trabajo en equipo*
	Habilidades de comunicación. Inteligencia comunicativa o conversacional. Técnicas para hablar en público. Barreras en la comunicación: estrategias para superarlas. Escucha activa.*
	Habilidades de organización y gestión. Organización del tiempo y planificación de tareas. Entorno personal de aprendizaje. Gestión de recursos y ejecución de tareas. Uso y abuso de herramientas digitales en la interacción con los demás.
3. Orientación hacia la formación académica y profesional	Programas y oportunidades de formación. Titulaciones, cualificaciones y programas de formación complementaria. Oportunidades de formación en otros países.
	Participación social activa. Colaboración y voluntariado.*
	Orientación personal académica y profesional en el entorno educativo y laboral. Servicio de orientación profesional. Formación permanente a lo largo de la vida.
	Propuestas de intervención para la orientación personal y profesional de colectivos sociales: proyectos y programas de orientación académica y profesional, planes de autoconocimiento y planes de búsqueda activa de empleo.
4. Exploración del entorno profesional	Exploración y descubrimiento del entorno de trabajo: trabajo por cuenta ajena y trabajo por cuenta propia. Las relaciones laborales.*
	Tendencias laborales y demandas del mercado. Yacimientos de empleo.*
	Retos de la revolución digital en el entorno laboral.*
	Emprendimiento e intraemprendimiento.*
	El ser humano como homo oeconomicus. Teorías críticas.
	Herramientas para la construcción de su Entorno Digital de Aprendizaje enfocado a la vida laboral.*
C. Proyecto personal, académico-profesional y aproximación a la búsqueda activa de empleo.	
1. Plan de autoconocimiento	Conocimiento de las cualidades personales. Identificación de las fortalezas y debilidades propias.*
	La diversidad como elemento enriquecedor para la persona.*
	Estrategias de entrenamiento en hábitos saludables y prevención de riesgos.

Formación y orientación personal y profesional	
2. Plan de formación académica y profesional.	Acciones para potenciar las fortalezas personales.*
	Identificación de las necesidades y oportunidades de formación.*
	Fases del plan: exploración, diagnóstico, relación de perfiles profesionales con la formación, toma de decisiones, formación, tránsito al empleo.
	Definición de aspiraciones y metas. Toma de decisiones. Ayudas y recursos para superar carencias y afrontar retos personales.*
	Herramientas para la construcción de su Entorno Digital de Aprendizaje enfocado a la vida laboral.
3. Aproximación a un plan de búsqueda activa de empleo con proyección hacia el futuro.	Estrategias de búsqueda de empleo.
	Instrumentos de búsqueda de empleo.*
	Marca y sello personal.
	Red de contactos.
	CV, videocurrículum, porfolio profesional.
	La entrevista de trabajo.