



### Mi Portafolio

Esta herramienta tiene el propósito de apoyarte para conocer y mejorar tu vida universitaria identificando las fortalezas y debilidades que posees así como acompañarte para proyectar el futuro que quieres y del cual eres responsable.

Mi portafolio se compone de:

1. La evaluación de tus competencias identitarias o genéricas como universitario.
2. Tu proyecto de vida.

### Evaluación de competencias

La competencia es una capacidad que posee una persona para desempeñarse como profesional de una disciplina o bien para responder a los retos y problemas que se presentan en la vida. Ser competente en lo que se hace te permite servir a los demás y hacer bien el trabajo que se espera en cualquier profesión, lo cual, incide en tu satisfacción y bienestar.

Como estudiante de la Universidad de Guanajuato recibes lo que se conoce como formación integral, es decir, una formación que atiende todos los aspectos o dimensiones de la persona y no sólo la educación profesional o disciplinar. Por ejemplo, existen servicios para tu desarrollo personal y autocuidado, actividades para la formación cultural e intercultural, actividades para que desarrolles la responsabilidad social, la creatividad y el espíritu emprendedor, entre otros.

Atender todas las dimensiones de tu persona te permite ser una persona equilibrada, satisfecha y feliz, lo cual es una responsabilidad que la Universidad de Guanajuato asume en todo momento.

MIPROYECTO  
DE

*Vida*



La tarea no es fácil y como estudiante responsable y comprometido con tu futuro profesional se espera que en tu trayecto de vida en la Universidad y al finalizar tus estudios mantengas los buenos hábitos que hayas adquirido.

Por lo anterior, se requiere evaluar continuamente tu desempeño y desarrollo en cada una de las competencias descritas, para que conozcas tu nivel de dominio de las competencias genéricas como estudiante de la Universidad de Guanajuato.

Se espera que realices esta evaluación al ingreso a la Universidad y al finalizar cada semestre para que puedas ver tu propio avance durante el trayecto de tu vida universitaria.

### Proyecto de Vida

Como estudiante de la Universidad de Guanajuato es importante que elabores tu proyecto de vida partiendo de las fortalezas y debilidades como resultado de tu evaluación de competencias genéricas, se espera que realices esta actividad en equipo para que puedas compartir tus metas, planes y acciones con por lo menos cuatro de tus compañeros lo cual te permitirá enriquecer tus propuestas para mejorar y dar seguimiento acompañado de tu tutor.

El proyecto de vida es un instrumento flexible de planeación que podrás adaptar si es necesario dependiendo de tu nivel de avance, intereses o cambios de circunstancias o contexto, se espera que lo realices al ingreso a la Universidad y que lo revises al finalizar cada semestre. Enseguida se presenta un ejemplo de proyecto de vida.

Para facilitar esta tarea de evaluación de tus competencias y la elaboración de tu proyecto de vida, se ha diseñado una herramienta en línea con dicho propósito por lo que te pedimos que ingreses con tu NUA a la página:

<https://www.alumnos.ugto.mx/Portal/>

En la barra lateral derecha encontrarás Mi Portafolio en el que podrás realizar tu evaluación de las competencias genéricas y elaborar tu proyecto de vida.

Para fortalecer y estimular la elaboración de tu Proyecto de Vida se te invita a participar en el Concurso Institucional: “Mi Proyecto de Vida”, para lo cual, te pedimos que consultes la siguiente convocatoria:

[Revisa la convocatoria aquí](#)

[Regístrate para participar aquí](#)

Se pone a tu disposición una mesa de ayuda en el siguiente correo electrónico:

[innovacioneducativa@ugto.mx](mailto:innovacioneducativa@ugto.mx)

Además puedes recibir ayuda en el siguiente número de teléfono 473 732 0006 ext. 3036 y 3063

Te compartimos un ejemplo de Proyecto de Vida para que puedas elaborarlo.

# Proyecto de Vida

## Joaquín Rivera González

1. Integrantes del equipo: (El proyecto de vida es individual pero se elabora en equipo para compartir tus metas, planes y actividades)	Juan Salazar Cortés Flor Rodríguez Pérez Rubí Mendoza Ramírez Joaquín Rivera González Rubén Manzano Rodríguez
2. Fecha de elaboración:	05 de octubre de 2016
3. Tutor (es) o profesor (es) que asesoraron:	Leonardo Gutiérrez Sosa
4. Biografía: (Describe ¿Quién eres?, ¿Cuál es tu origen?, ¿Cuáles son los eventos y experiencias más significativas de tu vida?, ¿Qué personas han impactado tu ser?, ¿Cuáles han sido tus decisiones más importantes?)	Mi nombre es Joaquín Rivera González, nací en la ciudad de Guanajuato, Guanajuato el 15 de Enero de 1990. Soy una persona alegre y positiva, me gustan las actividades al aire libre y me gusta mucho la carrera que elegí porque es importante cuidar de nuestro medio ambiente. Las experiencias más significativas de mi vida han sido cuando cambié mi lugar de residencia ya que aprendí a hacer nuevos amigos y a adaptarme a cosas nuevas. Las personas que más han impactado mi ser fueron mis abuelos por que... Las decisiones más importantes que he tomado fue el continuar con mis estudios universitarios y haber aplicado para un programa de intercambio ya que me ayudó a conocerme mejor y aprender que otros personas ...
5. Contexto en el que vives: (Describe cómo es el Estado de Guanajuato y tu municipio de origen, en el aspecto socioeconómico, de medio ambiente, seguridad, político, cultural y educativo)	El estado de Guanajuato es un estado muy atractivo para la inversión extranjera... La ciudad de Guanajuato es famosa por sus atractivos turísticos, su tradición histórica y por tener niveles bajos de inseguridad. Caminar por los callejones es inspirador y relajante además de que la gente es muy amable y dispuesta a ayudar.
6. Fortalezas (Del resultado de tu nivel de competencias identifica tus fortalezas)	Comunicación oral y escrita en español
7. Debilidades	Comunicación oral y escrita en una lengua extranjera
8. (Del resultado de tu nivel de competencias identifica tus debilidades o áreas de oportunidad)	Falta de apreciación por las expresiones del arte El tipo de liderazgo con el que cuento no es adecuado

<p>9. Competencias en las que planeas enfocarte</p>	<p>Manejo de tecnologías Liderazgo e innovación Sustentar una postura personal Apreciación artística</p>
<p>10. Amenazas a mi permanencia en la Universidad. ¿Qué situaciones económicas, personales o familiares podrían impedir la culminación de tus estudios?</p>	<p>Lo que podría impedir mi permanencia en la Universidad es que no alcance una beca por que no podría sostener mis estudios por mi cuenta.</p>
<p>11. Misión ¿Cuál es tu propósito en la vida?</p>	<p>Contribuir al desarrollo sostenible de mi localidad con una perspectiva global cuidando de mi persona y tratando a las personas que me rodean con respeto.</p>
<p>12. Planes al finalizar mi programa educativo</p>	<p>Personal Familiar Profesional Social o Comunitario</p>
<p>13. Planes a 10 años</p>	<p>Personal Familiar Profesional Social o Comunitario</p>
<p>14. Mis Metas durante mi vida académica (dependiendo del periodo de duración del programa educativo, dos años, tres años, cuatro años, etc.)</p>	<p>Personal Familiar Profesional Social o Comunitario</p>
<p><b>Mi Plan de Acción Semestral</b></p>	
<p>15. Autocuidado</p>	<p>Programa de activación física: deseo practicar spinning tres veces a la semana. Salud emocional: deseo aprender a manejar la frustración y el estrés. Nutrición: me gustaría comer saludable, en particular más ensaladas y menos café. Descanso y recreación: tengo la meta de asistir a un campamento por semestre y dormir 8 horas diarias.</p>
<p>16. Formación Humana y desarrollo educativo</p>	<p>Me gustaría tomar un taller de liderazgo y técnicas de aprendizaje. También deseo aprender sobre inteligencia emocional y trabajo colaborativo.</p>

<p>17. Iniciativas o proyectos de emprendimiento social, ambiental y sustentabilidad.</p>	<p>Deseo participar en un proyecto de emprendimiento social relacionado con el manejo ambiental.</p>
<p>18. Proyectos culturales o para el desarrollo de la interculturalidad.</p>	<p>Me gustaría asistir a un concierto de la sinfónica de la universidad por mes. También quiero aplicar para un intercambio en quinto semestre.</p>
<p>19. Sesiones de tutoría entre mis compañeros.</p>	<p>Estaré disponible dos veces por semana de 12:00 a 13:00 horas para apoyar a mis compañeros que tienen dificultad en las unidades de aprendizaje del área básica común.</p>
<p>20. Participación en comunidades de aprendizaje.</p>	<p>Me propongo ser miembro de la comunidad de aprendizaje de autocuidado ya que eso va con mi estilo de vida.</p>
<p>21. Reflexiones sobre el cambio o impacto que la participación en proyectos o actividades tuvo en el desarrollo de tus competencias genéricas.</p>	<p>De todas las actividades que realicé en este semestre creo que las que más me permitieron mejorar y aprender fueron las de activación física, el participar en la comunidad de aprendizaje de tutores pares y hermanos mayores. También aprendí una nueva técnica anti estrés que me fue de utilidad sobre todo en las entregas finales de proyectos.</p>

