



TÍTULO DEL CURSO

TALLER TÉCNICAS DE PLANIFICACIÓN Y HÁBITOS DE ESTUDIO

FECHA Y DURACIÓN

Abril (6 horas)
Sábado 8:00 am – 1:00 pm

FACILITADORES

Yariela García: Maestra especialista en el Método Montessori. Egresada de CENTU de la carrera técnica de Secretaria Ejecutiva. Coordinadora del Depto. de Educación Continuada de la Universidad UNIREMHOS. Casi 5 años de experiencia en Planificación de metas y objetivos.

RESUMEN DEL CURSO

- Ofrecer a los participantes técnicas y herramientas de planificación para el desarrollo de metas y objetivos en la vida.
- Ayudar a los participantes a crear hábitos de estudios sostenible en el tiempo.

OBJETIVOS

- Conocer métodos y herramientas de planificación que puedan utilizar en los diferentes aspectos de su vida: universitario, profesional, personal y social.
- Aprender qué es el Método Bullet Journal y cómo se utiliza, adaptándolo a sus necesidades.
- Brindarle los pasos necesarios que le ayudarán a alcanzar sus metas deseadas.
- Ofrecer técnicas de organización al planificar y así equilibrar su tiempo cumpliendo con las diferentes actividades en su día a día.

- Tener ideas prácticas que les permitan crear un hábito en su vida diaria, incluyendo hábitos de estudio que le ayuden a un mejor desempeño en su vida universitaria.

CONTENIDOS

- Planificación: Definición, métodos y herramientas
- Sistema de planificación con el método Bullet Journal
- Ideas prácticas para alcanzar metas realistas
- Equilibrio del tiempo
- Crear un hábito
- Pasos para obtener hábitos de estudio

METODOLOGÍA

Este taller se puede llevar a cabo tanto virtual como presencial.

EVALUACIÓN

Sistema de preguntas y respuestas sobre los temas expuestos.

INVERSIÓN

RD\$ 1.500

50% para estudiantes de UNIREMHOS – RD\$ 750

FORMA DE PAGO

Pago único antes del taller.

Depto. De Educación Continuada
809-315-0263 Santo Domingo
809-401-9381 San Cristóbal
Educacion.continuada@uniremhos.edu.do

PLANTILLA INFORMATIVA