
R2-DO0203 P1

Orientación ao estudantado

Informe final de avaliación do Plan de Acción Titorial Curso 2019–2020

Aprobado en Comisión de Garantía Interna de Calidade o 30/10/2020

Aprobado en Xunta de Escola o 12/11/2020

Vigo, a 12 de novembro de 2020

Guillermo García Lomba
Coordinador de Calidade

Contenido

1	Equipo de coordinación e titorización do curso 2019-2020	1
2	Actividades de orientación do curso 2019-2020	2
2.1	Actividades informativas	2
2.2	Actividades formativas	3
3	Informe de resultados da enquisa realizada ao alumnado de novo ingreso no curso 2019-2020 .	4
3.1	Introdución.....	4
3.2	Resultados da enquisa.....	4
4	Actividades do MEET	8
4.1	MEET-UVigo, modelo titorial baseado na mentoría	8
4.2	O primeiro curso.....	8
4.3	Equipo de mentorización da emE	9
4.4	Formación do alumnado participante no equipo de mentorización	9
4.5	Accións desenvolvidas polo equipo de mentorización	11
4.6	Reunións mentor/a-mentees.....	11
4.7	Reunións de supervisións	11
4.8	Recollida de evidencias	12
4.9	Conclusións.....	12
5	Actividades do PAT dos Graos	13
6	Actividades do PAT do Máster en Enxeñaría de Minas.....	14
6.1	Alumnado de primeiro curso	14
6.2	Alumnado de segundo curso	14
6.3	O PAT durante o período de suspensión de actividades presenciais e peche das instalacións	14
6.4	Análise de resultados.....	15
7	ANEXOS.....	16

1 Equipo de coordinación e titorización do curso 2019-2020

No curso 2019-2020 as persoas responsables de coordinación e titorización no Plan de Acción Titorial (en adiante PAT) e o programa de Mentorización (en adiante MEET) do centro foron as que figuran na seguinte táboa.

Equipo de coordinación de PAT & MEET		
D211. EE Telecomunicación	Eduardo Liz Marzán	eme.meet@uvigo.es
M002. EE Minas e Enerxía	Itziar Goicoechea Castaño	
M010. EE Minas e Enerxía	Ángeles Saavedra González	
y		
Delegación de Alumnado da EME	Matías Álvarez Rodríguez	matias.ar98@gmail.com
	Marta María Caride Pérez	marta.carideperez8@gmail.com
	Alejandro Casal Barreiro	alexandroc2013@gmail.com
	Santiago Domínguez Blanco	dominguezblanco.santiago@gmail.com
	Hugo Fernández Oliveira	hugo.oliveira.4@hotmail.com
	José María Parra Urrea	joseparraurrea@gmail.com
Titora de PAT para 2º, 3º e 4º grao en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos		
M120. EE Minas e Enerxía	María Araújo Fernández	maraujo@uvigo.es
Titor de PAT para 2º, 3º e 4º grao en Enxeñaría da Enerxía		
Máquinas e motores térmicos. nº 120 EE Industrial	David Patiño Vilas	patinho@uvigo.es
Titoras de PAT para o Mestrado en Enxeñaría de Minas		
M118. EE Minas e Enerxía	Teresa Rivas Brea (1º curso)	trivas@uvigo.es
Enxeñaría dos Materiais, Mecánica Aplicada e Construción, nº 238 EE Industrial	Marta Cabeza Simó (2º curso)	mcabeza@uvigo.es

2 Actividades de orientación do curso 2019-2020

Recóllense a continuación as actividades informativas e formativas realizadas durante o curso 2019-2020 na Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía.

2.1 Actividades informativas

Actividade	A quen vai dirixido	Data realización
Acto de benvida	Alumnado de novo ingreso nos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía	5 de setembro de 2019
Xornadas de Benvida na UVIGO	Alumnado da Universidade de Vigo	4, 5 e 6 de setembro de 2019
Presentación do Centro de Linguas	Alumnado de novo ingreso nos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía	11 de setembro de 2019
Curso de Iniciación ao emprego do Catálogo e Bases de datos da Biblioteca	Alumnado de novo ingreso nos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía	25 de setembro e 2 de outubro de 2019
Presentación Servizos da Área de Benestar, Saúde e Deporte	Alumnado de novo ingreso nos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía	11 de setembro de 2019
Presentación Unidade de Igualdade	Alumnado de novo ingreso nos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía	11 de setembro de 2019
Sesión de presentación e benvida	Alumnado de novo ingreso do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas	16 de setembro de 2019
Charla informativa sobre Tramitación do TFG	Alumnado de cuarto dos graos de EE e ERME e demais persoas interesadas	18 de febreiro de 2019
Charlas informativas sobre a modificación das titulacións de grao e a súa implantación	Alumnado de primeiros cursos interesado nos novos plans de estudo da emE	5 e 17 de febreiro de 2020
Charla-coloquio: "A muller nos estudos de enxeñaría da UVIGO. Actualización da situación académica e de egreso".	Alumnado da Escola	11 de marzo de 2020
Sesións Informativas sobre o Máster Universitario en Enxeñaría de Minas pola Universidade de Vigo (mediante Campus Remoto)	Alumnado de terceiro e cuarto dos graos en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos e en Enxeñaría da Enerxía e outras persoas interesadas	9 de abril, 7 de xuño e 27 de xuño de 2020
Charla informativa sobre Tramitación do TFM do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas (mediante Campus Remoto)	Alumnado de segundo curso do Máster	29 de abril de 2020
Charla informativa intensificacións EE (mediante Campus Remoto)	Alumnado de terceiro do grao de EE e demais persoas interesadas	10 de xullo de 2020
Charla informativa intensificacións ERME (mediante Campus Remoto)	Alumnado de segundo do grao de ERME e demais persoas interesadas	29 de xullo de 2020
Charlas semanais de seguimento da situación COVID19 coa Delegación de Alumnado da emE (mediante Campus Remoto)	Representantes do alumnado (Delegación de Alumnado)	maio-xullo de 2020 (semanalmente, os venres)

2.2 Actividades formativas

Actividade	Data
"Curso Básico de Ciencia y Tecnología Nuclear" impartido por "Jóvenes Nucleares" (JJNN) e a comisión da "Sociedad Nuclear Española" (SNE)	26 de setembro de 2019
Xornada "A muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía. Unha mirada desde a experiencia persoal"	25 de outubro de 2019
Conferencia: "Patrimonio Paleontolóxico e Minería", José Bienvenido Díaz Ferrer.	6 de novembro de 2019
Seminario "A pegada de carbono no sector transporte", forma parte das accións formativas do Proxecto "TROCO2: Mercado transfronterizo de carbono", desenvolto dentro do Programa de Cooperación INTERREG 2014/2020	15 de novembro de 2019
Conferencia. "A chispa azul: enexía do mar". Charla sobre enerxías renovables mariñas, Carlos Pérez Collazo (gravouse en UVIGO TV).	20 de novembro de 2019
Sesión de supervisión do MEET na Facultade de Química, levada a cabo por D. Israel Villar Enjo	22 de novembro de 2019
Xornada "Termalismo Sostible para o século XXI"	26 de novembro de 2019
"I Seminario THERMOFLOW"	27 de novembro de 2019
Conferencia. "Apuntes sobre a transición enerxética en España", impartida por Juan José Fernández Díaz, Decano do "Colegio de Ingenieros de Minas del NW (COIMNE)"	3 de decembro de 2019
Conferencia: "Saídas profesionais no ámbito da Enxeñaría de Minas", impartida por Juan José Iglesias, Decano Delegado en Galicia do Colexio Oficial de Enxeñeiros de Minas do NO	3 de decembro 2019
Conferencia. "Minería e Sostibilidade". Impartida por Juan José López Muñoz, Director de Caolines de Vimianzo, CAVISA.	3 de decembro 2019
Conferencia. "A aplicación da normativa UNE sobre xestión mineira sostible para a empresa CAVISA", impartida por Luisa Álvarez Zaragoza, Directora de Pedra Ingeniería, S.L.	3 de decembro 2019
Sesión de supervisión do MEET na Escola, levada a cabo por D. Israel Villar Enjo	24 de xaneiro de 2020
Sesión informativa y formativa TFM. Máster Universitario en Enxeñaría de Minas	31 de xaneiro de 2020
Foro Tecnolóxico de Empleo	4, 5 e 6 de marzo de 2020

3 Informe de resultados da enquisa realizada ao alumnado de novo ingreso no curso 2019-2020

3.1 Introducción

O día 6 de setembro de 2019, dentro do acto de benvida ao alumnado de novo ingreso da Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía, solicitouse ao alumnado asistente que cubrise unha ficha de datos iniciais (enquisa). A devandita ficha facilitouse a través dun formulario *online* que foi cuberto durante o transcurso do acto de benvida, obténdose un total de 16 respostas. É importante salientar que a pesar de que 16 é o maior número de respostas obtidas nalgunha das preguntas, non tódolos participantes responderon a tódalas cuestións.

3.2 Resultados da enquisa

A estrutura e contido da enquisa figura no Anexo III a este documento. Preséntase a continuación o resumo dos resultados obtidos na enquisa.

Titulación

Do total do 16 alumnos/as que cubriron o formulario, 12.5% están matriculados/as no Grao de ERME e 87.5% no grao de EE.

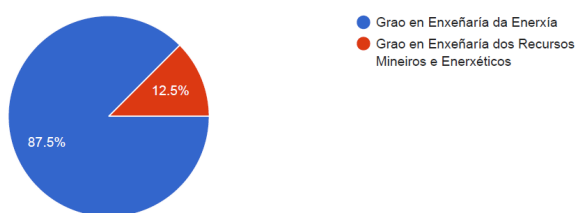


Figura 1: Participación na enquisa

Motivación para a elección da titulación

Ao ser esta unha pregunta de resposta aberta, as motivacións sinaladas son diversas aínda que se poden realizar as seguintes agrupacións de respostas:

- Interese polo consumo sostibles dos recursos naturais: 3 respostas no grao de EE e 1 no grao ERME.
- Interese polas enerxías renovables: 4 respostas no grao de EE.
- Interese polo plan de estudos: 1 resposta do grao en EE.
- Posibilidade de encontrar un traballo/Carreira de futuro/Saídas profesionais: 3 respostas do alumnado do grao en EE.
- Influencia familiar : 1 resposta entre o alumnado do grao en ERME.
- Non ser seleccionado na primeira opción: 1 resposta do grao en EE.

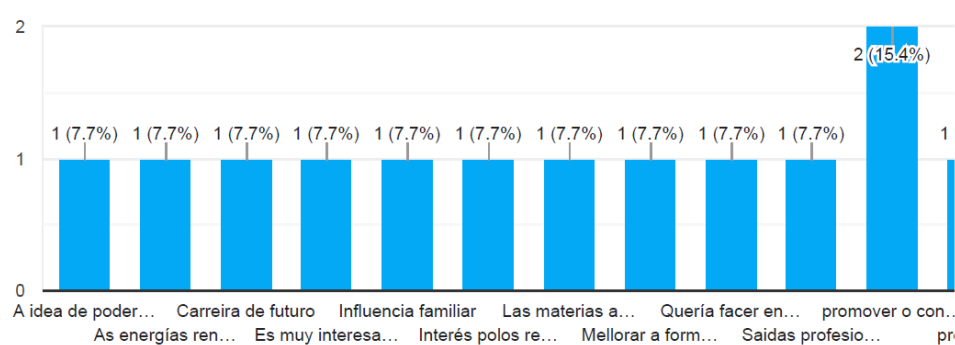


Figura 2: Repostas a Motivación para a elección da titulación

Relacionado coa titulación, en que che gustaría traballar?

Diferenciando por titulación, do/as matriculados/as no grao en enxeñaría da enerxía a 9 gustaríalle traballar en diferentes aspectos relacionados con enerxías renovables e a 1 en investigación ou I+D.

Entre os/as matriculados/as no grao en enxeñaría dos recursos mineiros e enerxéticos, só unha persoa especificou que lle gustaría traballar na protección do medio ambiente, obra civil ou combustibles.

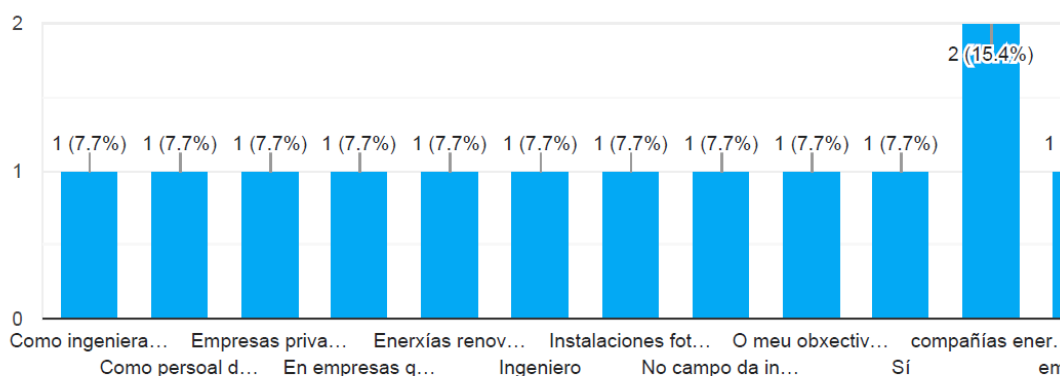


Figura 3: Respostas a Relacionado coa titulación, en que cres que poderás traballar cando remates o grao?

Sinala por medio de quen ou de que coñeciches a titulación

Tal como se mostra na seguinte gráfica, os medios mais habituais mediante os cales o alumnado coñeceu a titulación foron a páxina web da Universidade de Vigo e por referencias de familiares ou amigos/as.

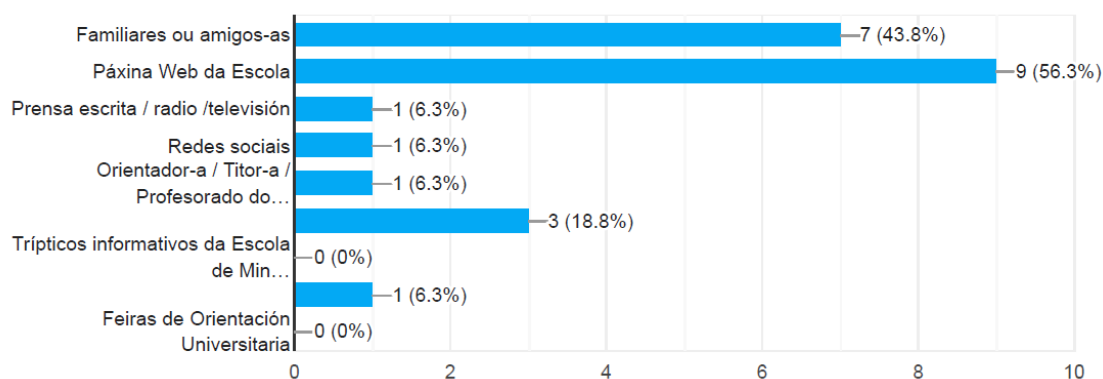


Figura 4: Respostas a Sinala por medio de quen ou de que coñeciches a titulación

Asistencia a algunha actividade / visita ao centro. Cales?

Só unha persoa coñeceu á Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía a través dunha visita co seu IES.

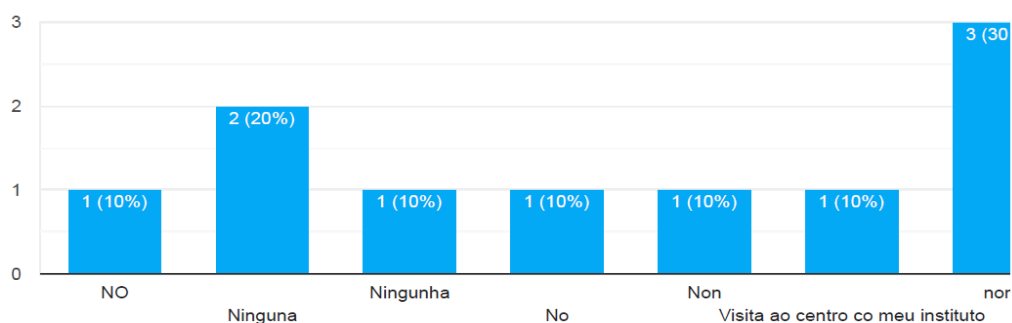


Figura 5: Respostas a Asistencia a algunha actividade / visita ao centro. Cales?

Feiras de Orientación Universitaria. Cales?

A feira UNITOUR parece ser a feira de orientación universitaria á cal asistiron un maior número dos novos estudantes da Escola, xa que ademais de ser a única resposta dada, foi indicada por 4 alumno/as (do grado EE)

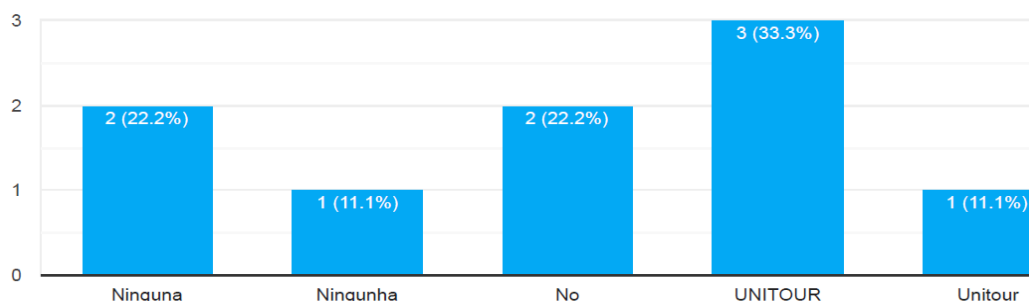


Figura 6: Respostas a Feiras de Orientación Universitaria. Cales?

Outro medio polo que coñeciches a titulación

As 4 respostas obtidas nesta pregunta indican Internet.

Cales foron as túas opcións de matrícula na Universidade de Vigo?

Esta pregunta era de resposta aberta, así que as opcións son novamente diversas, aínda que no caso de enxeñaría de enerxía, en moitos casos colocaron o grao en ERME como segunda opción e tamén graos relacionados con enxeñaría industrial.

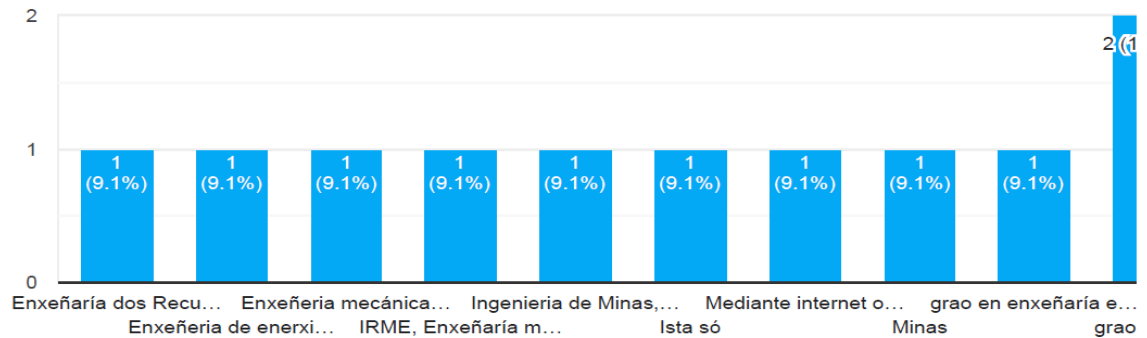


Figura 7: Respostas a Cales foron as túas opcións de matrícula na Universidade de Vigo?

Gustaríache ampliar a túa formación? En que temas estás interesado/a?

As opcións marcadas resúmense no seguinte gráfico:

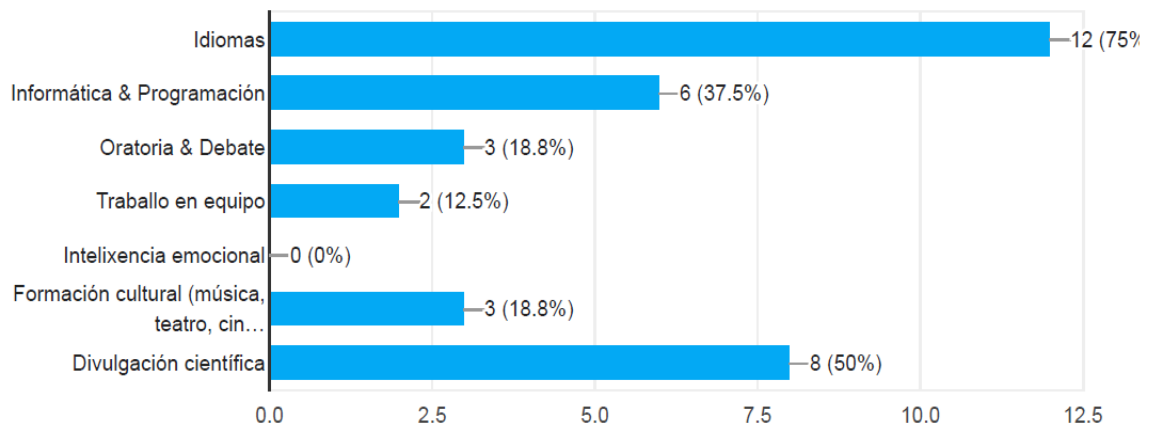


Figura 8: Respostas a Gustaríache ampliar a túa formación? En que temas estás interesado-a?

En que outros temas estás interesado-a?

As respostas foron moi variadas:

- Programación
- Dereito e criminoloxía
- Deportes
- No campo da física, fundamentalmente, e na busca de solucións efectivas na industria enerxética
- Contra a contaminación e a emisión de gases CFC, entre outras cousas.
- Historia
- En promoción económica

4 Actividades do MEET

Neste epígrafe se recolle a relación de actividades dirixida ao alumnado de novo ingreso e levada a cabo polo equipo de mentorización da emE no curso 2019-2020

4.1 MEET-UVigo, modelo tutorial baseado na mentoría

Tal como se especifica na web do MEET-UVigo:

<https://www.uvigo.gal/estudar/organizacion-academica/plans-accion-tutorial/meet-uvigo-modelo-tutorial-baseado-mentoría>

O MEET-UVigo consiste en que alumnado dos últimos anos dos centros exerza de mentor/a do alumnado de primeiro curso.

Neste momento están participando sete titulacións:

- Tecnoloxías da Telecomunicación
- Linguas Estranxeiras
- Recursos Mineiros e Enerxéticos
- Enerxía
- Química
- Economía
- Ciencias do Mar

A coordinación xeral do plan de mentorización da Universidade de Vigo MEET-UVigo levouse a cabo desde a Área de Formación e Innovación Educativa. Corresponde a esta área as seguintes tarefas:

- Planificación da formación dos mentores/as.
- Organización das sesións de supervisión.
- Elaboración do caderno de actividades do equipo de mentores/as.
- Recollida de evidencias elaboradas polos mentores/as.

Na Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía, o equipo de coordinación do MEET-emE encárgase de:

- A selección de mentores/as dentro do alumnado da Escola.
- Organización dos grupos de mentees e asignación a mentores/as
- Planificación das reunións mentor/a-mentees.
- Preparación, xunto cos mentores/as, dos contidos de cada reunión.
- Seguimento das incidencias dentro da programación establecida

4.2 O primeiro curso

O estudantado de primeiro curso está inmerso nun proceso de transición chave, o paso do ensino secundario á superior. O cambio supón a aparición de diferentes dificultades que poden ter consecuencias imprevisibles que poden provocar o abandono dos estudos. Entre as necesidades que atopa o alumnado de primeiro curso están o descoñecemento das esixencias que formula a universidade, o desenvolvemento non adecuado das aptitudes específicas respecto ao tipo de titulación cursada, adiamento continuo de responsabilidades ou a desaparición do control tutelar do profesorado da educación secundaria.

O estudantado mentorizado comprométese a asistir ás reunións e a participar activamente no proceso de mentorización.

4.3 Equipo de mentorización da emE

No curso 2019-20 o equipo de mentorización da Escola estivo formado por un total de tres profesores/as e seis alumnos/as

Profesorado (coordinación)	Alumnado (mentores/as)
Ángeles Saavedra González Itziar Goicoechea Castaño Eduardo Liz Marzán	Jose María Parra Urrea
	Matías Álvarez Rodríguez
	Marta María Caride Pérez
	Santiago Domínguez Blanco
	Hugo Fernández Oliveira
	Alejandro Casal Barreiro

4.4 Formación do alumnado participante no equipo de mentorización

Para poder desenvolver a labor de mentorización os e as estudantes mentores reciben unha formación intensiva en competencias transversais. A persoa estudante que queira ser mentora ten que recibir unha formación de 76 horas repartidas entre os meses de maio, xuño e setembro (58.5 presenciais e 17.5 de traballo autónomo non presencial) mais 12 horas ao longo do curso. Esta formación está orientada ás competencias transversais de traballo en equipo, comunicación, intelixencia emocional e social, liderado, organización e xestión do tempo.

Ao longo do curso terá que prepararse, xunto co profesorado do equipo, oito reunións sobre diferentes temáticas para traballar co alumnado de novo ingreso e asistir ás reunións de supervisión.

Coa adquisición e posta en práctica destas competencias, o alumnado mentor mellorará a súa inserción no mercado laboral. O alumnado mentorizado pasa a ter un papel activo e responsable na súa propia aprendizaxe e na súa vida.

A continuación detállase o calendario de formación recibida polo estudantado durante os meses de maio, xuño e setembro:

FORMACIÓN/SELECCIÓN DE MENTOR@S PARA O CURSO 2019-20					
GRUPO 1: Tecnoloxías da Telecomunicación, Linguas Estranxeiras e Ciencias do Mar.					
GRUPO 2: Recursos Mineiros e Enerxéticos, Enerxía, Economía e Química.					
FORMACIÓN DE XUÑO (40,5 HORAS)			HORARIO 09.00 A 13.30 HORAS		
	Luns 03/06/19	Martes 04/06/19	Mércores 05/06/19	Xoves 06/06/19	Venres 07/06/19
GRUPO 1		Presentación	Xestión do tempo I	Xestión do tempo II	Intelixencia social
GRUPO 2	Presentación	Comunicación I	Comunicación II	Intelixencia social	Traballo en equipo e liderado
	Luns 10/06/19	Martes 11/06/19	Mércores 12/06/19	Xoves 13/06/19	Venres 14/06/19
GRUPO 1	Traballo en equipo e liderado	Motivación	Autocoñecemento	Intelixencia emocional	Xestión emocional
GRUPO 2	Motivación	Autocoñecemento	Intelixencia emocional	Xestión emocional	
FORMACIÓN DE SETEMBRO (18 HORAS)			PENDENTE DE CONFIRMACIÓN (HORARIO 09.00 A 13.30 HORAS)		
	Luns 02/09/19	Martes 03/09/19	Mércores 04/09/19	Xoves 05/09/19	Venres 06/09/19
GRUPO 1	Comunicación I	Comunicación II	Mentoría I	Mentoría II	
GRUPO 2	Xestión do tempo I	Xestión do tempo II	Mentoría I	Mentoría II	

4.5 Accións desenvolvidas polo equipo de mentorización

O último día de formación, o alumnado mentor recibe o Caderno do Mentor/a, onde se lle especifica as actividades a desenvolver durante o curso 2019-20 con alumnado de novo ingreso (Anexo I).

4.6 Reunións mentor/a-mentees

Segundo a programación do MEET-UVigo da Universidade de Vigo, o equipo de mentorización comprométese a organizar e realizar reunións de seguimento cos mentees seguindo as indicacións do seu Caderno do Mentor/a. A continuación detállanse a datas das reunións previstas no programa, así como un breve resumo dos seus contidos.

Primeiro cuadrimestre			
1ª sesión	2ª sesión	3ª sesión	4ª sesión
18 setembro	9 outubro	13 novembro	11 decembro
Presentación Coñecémonos e presentamos o proceso Xérase contexto de confianza. Construción da relación Contrato, compromisos e acordos	Técnicas de estudo e xestión do tempo Obxectivos Plan de mellora	Técnicas de estudo e xestión do tempo Retroalimentación e plan de mellora Compromiso de continuidade Ata a cuarta sesión cambio persoal a través de implicación cos outros/as	Autocoñecemento e xestión emocional Exames Xestión do estrés
Segundo cuadrimestre			
5ª sesión	6ª sesión	7ª sesión	8ª sesión
5 febreiro	4 marzo	1 abril	6 maio
Motivación e autoestima Revisión de obxectivos Tolerancia á frustración	Competencias e fortalezas: novos obxectivos Incorporación de novos comportamentos	Traballo en equipo Sesión conxunta: mentores/as e mentees	Peché de programa Retroalimentación. Aprendizaxes

Calendario dos procesos de mentoría 2019-20

Debido ao estado de alarma decretado a mediados do mes de marzo a 7ª e 8ª reunións non se puideron celebrar de forma presencial, tal como estaban previstas.

Segundo as evidencias recollidas polo equipo de coordinación, o contacto mentor/a-mentee mantívose mediante reunións virtuais e contactos por correo e whatsapp. Dada a situación excepcional, non se mantiveron nin as datas previstas de reunión nin os contidos a tratar.

4.7 Reunións de supervisións

Ademais das reunións mentor/a-mentees, o alumnado mentor debe asistir a tres reunións de supervisións, de catro horas de duración, no que comparten con mentores/as de outros centros as súas experiencias. Estas supervisións están dirixidas por persoal externo da universidades e é continuación da formación recibida nos meses de maio, xuño e setembro.

Debido ao estado de alarma decretado a mediados do mes de marzo terceira e última reunión de supervisión non se puido celebrar

1º supervisión	22 novembro
2ª supervisión	24 xaneiro
3ª supervisión	24 abril

Calendario de supervisións 2019-20

4.8 Recollida de evidencias

Os mentores/as convocaron aos mentees a través de distintos medios: email, whatsapp. Tras cada unha das oito reunións celebradas cubriuse un acta que foi subida á telemateria do MEET-Uvigo (Anexo II). Esta telemateria está xestionada polo persoal da Área de Formación e Innovación Educativa e recolle a actividade desenvolvida por todos os equipos de mentorización da Universidade de Vigo

Os resultados máis significativos recollidos polo equipo da emE son os seguintes:

- Apréciase que descende o número de asistentes ao longo do curso.
- Os mentores consideran que este Programa axudoulles tanto persoalmente como academicamente.
- A avaliación xeral do programa por parte do alumnado mentor é moi favorable.
- En canto á satisfacción das súas expectativas co programa destacan maioritariamente a formación, pero decaen as súas expectativas nas sesións de mentorización.
- Durante o estado de alarma debido á pandemia sentiron que, naqueles casos nos que o contacto non se perdeu, o contacto co mentee volveuse mais persoal.

Non se inclúen os contidos das actas das reunións polas seguintes razóns:

- A xestión das actas está centralizada desde a Área de Formación e Innovación Educativa.
- As actas recollen, en moitos casos, comentarios que o compromiso de confidencialidade establecido entre o mentor/a e os mentees non permite reproducir

4.9 Conclusións

- Os mentores/as séntense decepcionados pola escasa participación dos mentees despois do 1º cuatrimestre e co feito de non comunicar a súa falta de asistencia. Esta é unha situación que repítese todos os anos.
- Os mentores/as valoran como moi positivamente a súa experiencia de formar parte do equipo de mentorización da emE e recomendarían ao 100% esta experiencia a resto do alumnado.

5 Actividades do PAT dos Graos

O plan de acción titorial (PAT) da Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía configúrase como o instrumento a través do cal se deseña o contido e a execución das distintas accións relativas á titoría universitaria. Recolle un conxunto de actuacións destinadas a favorecer a integración do alumnado na vida universitaria e atender as súas necesidades formativas e informativas.

O programa apunta directamente cara á garantía e á adecuación dos métodos de ensinanza, aprendizaxe e avaliación, á adquisición de competencias do alumnado, á atención á diversidade, á orientación á aprendizaxe etc., recollidos dunha forma ampla tanto nas memorias dos títulos como no sistema de garantía de calidade do centro.

Supón superar o modelo especificamente académico unicamente preocupado pola transmisión de coñecementos e apostar por un modelo educativo no que conflúen ademais funcións socio-educativas, baseadas en relacións recíprocas e interaccións estre as persoas titoras e o alumnado, e entre o propio alumnado. Apóstase, en definitiva, polo desenvolvemento persoal, ademais do académico.

Dende a implantación do PAT no curso 2010-2011, tentouse consolidar unha liña de acción titorial coherente coas necesidades do alumnado, que normalizase as distintas accións e permitise acadar un axeitado equilibrio entre as expectativas do alumnado e os obxectivos que se expoñen no marco do espazo europeo de educación superior.

O bo funcionamento do MEET contrasta coa cada vez máis escasa participación nas actividades dirixidas ao alumnado de segundo, terceiro e cuarto curso dos graos, polo que non parece compensar o esforzo e labores de titorización levadas a cabo polo profesorado. En consecuencia, estes labores de titorización en cursos avanzados non foron planificados no programa do curso 2019-2020, de xeito que o labor de titorización do alumnado dos devanditos cursos foi asumido, respectivamente, polo coordinador do Grao en Enxeñaría da Enerxía e a coordinadora do Grao en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos. As persoas coordinadoras de grao programaron as actividades formativas e informativas recollidas nas táboas da sección II deste informe. Así mesmo, sen acollerse a unha planificación temporal, levaron a cabo os labores de titorización persoal, información e coordinación correspondentes.

Debido á situación de suspensión de actividades presenciais e peche de instalación debido á alarma sanitaria provocada pola COVID-19, as labores de titorización e apoio ao alumnado intensificáronse enormemente, e de forma inesperada, durante o segundo cuadrimestre do curso 2019-2020. As demandas de apoio do alumnado foron recollidas e atendidas polos coordinadores de grao e membros do equipo directivo da Escola, salientándose de forma directa na medida do posible e derivándose, nos casos necesarios, ao Gabinete Psicopedagóxico da Universidade de Vigo.

Pódese concluír que a análise da evolución dos resultados do PAT dende a súa implantación leva á necesidade de deseñar unha nova configuración do plan para o curso 2020-2021. Non obstante, tendo en conta que proximamente vaise aprobar o novo procedemento **DO0203 Orientación ao alumnado e atención ás necesidades específicas de apoio educativo**, incorporando o PIUNE e o ANEAE, e cun anexo co Modelo guía para o deseño do PAT-ANEAE, propónse aprazar o re-deseño do PAT do centro ao seguinte curso. Aínda así, a ferramenta de titorización empregada no curso 2019-2020 proporcionou a flexibilidade requirida para a atención, apoio e titorización do alumnado nunha situación de tipo excepcional coma a vivida no segundo cuadrimestre pola alarma sanitaria pola COVID-19, proxectando así a súa utilidade e funcionalidade para os vindeiros cursos.

6 Actividades do PAT do Máster en Enxeñaría de Minas

As actividades do PAT do Máster en Enxeñaría de Minas durante o curso 2019-2020 leváronse a cabo de dúas maneiras diferentes segundo o curso.

6.1 Alumnado de primeiro curso

Levou a cabo a través dun espazo específico MOODLE, ao que se accede a través de FAITIC e ao que todo o estudiantado ten acceso automático. Neste espazo creáronse tres enquisas para ser respondidas durante períodos concretos ao longo do curso académico, que responden ás reunións convencionais previstas no PAT da Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía.

Enquisa 1. PRIMEIRA REUNIÓN

Aberta dende o 20/9/2019 ata o 11/11/2019. Orientada a coñecer a orientación académica do estudiantado. Esta enquisa foi respondida por unha persoa que non indicou suxestións ou dificultades nin manifestou interese ou necesidade de manter unha reunión presencial. Agradeceuse a través de correo electrónico a participación e animouse á participar na segunda enquisa.

Enquisa 2. SEGUNDA REUNIÓN

Aberta dende o 20/12/2019 ata o 15/4/2020. Pídese ao alumnado que avalíe como se planificou e enfocou a docencia no primeiro cuatrimestre, as dificultades que tivo, o grao de adaptación ao curso e o seguimento das materias, pedindo, ademais, que avaliara o grao de dificultade e as horas dedicadas a estudar cada materia no primeiro cuatrimestre. Esta enquisa non foi respondida por ninguén.

Enquisa 3. TERCEIRA REUNIÓN

Do 6/4/2020 ata o 15/7/2020. Nesta enquisa, solicítase ao alumnado que valore como se planificou a docencia no segundo semestre e que recolla a súa avaliación do enfoque docente e as dificultades que tivo durante a mesma. Esta enquisa non foi respondida por ninguén.

Este mesmo espazo úsase para difundir novas ou convocatorias que poidan interesarlle ó alumnado e tamén para pactar cambios de datas de exames entre o profesorado e o alumnado debido a circunstancias extraordinarias.

6.2 Alumnado de segundo curso

O PAT foi formulado a través de reunións en grupo ou persoais, ben presencial ou telemáticamente a petición expresa. No curso 2019-2020 non houbo necesidade de celebrar reunións nin se recibiu en ningún momento comunicación de que xurdise un problema para cuxa resolución era necesaria a acción da coordinadora do PAT.

6.3 O PAT durante o período de suspensión de actividades presenciais e peche das instalacións

Tanto no momento en que se declarou a situación de alarma pola pandemia e durante todo o período de confinamento, a coordinadora do PAT estivo a disposición do alumnado para salientar problemas derivados da adaptación da docencia e avaliación á modalidade non presencial.

O 7 abril de 2020 enviouse a todo o estudiantado a través do espazo do primeiro curso do máster un correo electrónico solicitando información sobre as necesidades de equipos informáticos ou conectividade de rede. Este correo electrónico enviouse seguindo as instrucións dadas pola dirección do centro.

Do 6 ao 14 de abril de 2020 recibíronse varios correos electrónicos de estudantes de máster de primeiro curso, expoñendo algunhas incidencias relativas á docencia non presencial en diversas materias do segundo cuatrimestre. Estes correos electrónicos renviáronse á dirección da Escola e ao profesorado responsable. O alumnado apuntaba xa nestes correos a necesidade de modificar o sistema de avaliación para adaptalo á modalidade non presencial. O traslado destes correos á

dirección facilitou identificar as materias que precisaban axustes cuxas guías, unha vez que se aprobou o procedemento de modificación das guías docentes, modificáronse de maneira acorde.

6.4 Análise de resultados

Cada ano obsérvase a cada vez menor participación de estudantes no PAT. Sen dúbida, o aumento da participación no PAT sería o obxectivo a conseguir en calquera proposta de mellora. A participación xa foi moi baixa nos primeiros anos, baixo o enfoque presencial do PAT. O cambio a unha modalidade virtual tampouco supuxo unha mellora en termos de participación.

Sen embargo, sen abandonar a busca de maneiras que permitan aumentar a participación, consideramos que o sistema de acción tutorial tal como se formula para estudos de grao non ten sentido nun nivel formativo no que o estudantado, pola súa idade e traxectoria persoal e académica, está suficientemente familiarizado co persoal docente e PAS para poder xestionar con eficacia as continxencias ou transmitir suxestións e queixas.

O feito de que, neste curso, a coordinación do PAT recaese nas coordinadoras de cursos facilitou un contacto máis estreito co alumnado, aproveitando a coincidencia nos espazos docentes durante as actividades académicas. Esta proximidade facilitou que a comunicación entre as coordinadoras do PAT e o alumnado fose máis dinámica e, en consecuencia, acadouse unha maior eficacia na resolución dos conflitos. Porén, esta comunicación máis fluída conlevou máis dificultades para deixar evidencias escritas das peticións, críticas ou suxestións.

Durante o confinamento, os conflitos, queixas ou suxestións derivadas da situación excepcional (cambios nas metodoloxías docentes e métodos de avaliación, coordinación de datas de avaliación, etc.) resolvéronse de maneira axeitada en coordinación co profesorado e coa dirección da Escola.

En termos xerais, sentímonos satisfeitos dos resultados deste curso académico 2019-2020.

7 ANEXOS

Anexo 3-A. Ficha de datos iniciais do alumnado

Enquisa alumnado de novo ingreso	
Titulación	☐ Grao en Enxeñaría da Enerxía ☐ Grao en Enxeñaría dos Recursos Mineiros e Enerxéticos
Motivación para a elección da titulación	
Relacionado coa titulación, en que che gustaría traballar?	
Sinala por medio de quen ou de que coñeciches a titulación	
Familiares ou amigos-as	
Páxina Web da Universidade	
Páxina Web da Escola	
Prensa escrita / radio /televisión	
Redes sociais	
Orientador-a / Titor-a / Profesorado do Colexio / Instituto	
Charlas da Universidade no Colexio / Instituto	
Tripticos informativos da Escola de Minas e Enerxía	
Asistencia a algunha actividade/evento na Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía ou visita ao centro	
Feiras de Orientación Universitaria	
Asistencia a algunha actividade / visita. Cales?	
Feiras de Orientación Universitaria. Cales?	
Outros. Cales?	
Cales foron as túas opcións de matrícula na Universidade de Vigo?	
1ª Opción	
2ª Opción	
3ª Opción	
Gustaríache ampliar a túa formación? En que temas estás interesado-a?	
Idiomas	
Informática & Programación	
Oratoria & Debate	
Traballo en equipo	
Intelixencia emocional	
Formación cultural (música, teatro, cine...)	
Divulgación científica	
Outros. Cales?	

Anexo 4-A.
Caderno do Mentor/a 2019-2020

CADERNO DO MENTOR/A

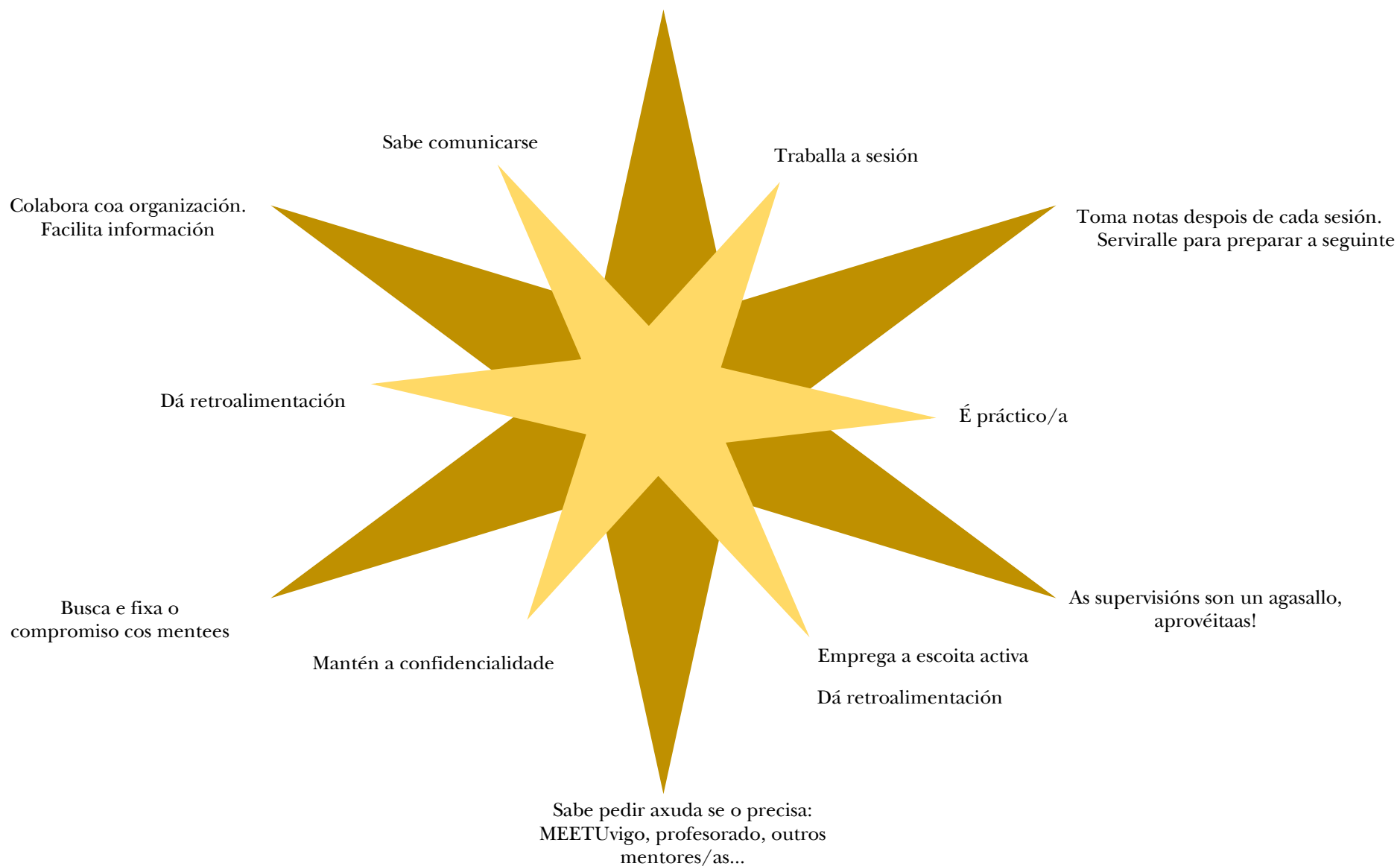
2019-20

CADERNO PARA OS MENTORES/AS

Introdución	1
1ª sesión. Presentación	4
2 e 3ª sesións. Técnicas de estudo e xestión do tempo	8
4ª sesión. Intelixencia emocional, autocoñecemento e xestión emocional.....	16
5ª sesión. Motivación e autoestima.....	32
6ª sesión. Fortalezas e comunicación	35
7ª sesión. Traballando en equipo e liderado	41
8ª sesión. Peche	44

Instrucións para o uso e aproveitamento do caderno

- Este caderno é unha ferramenta para os procesos de mentoría.
- Lembra que como mentor/a é o líder/esa dos procesos.
- Lembra, tamén, que é imprescindible preparar as sesións.
- Deberás respectar os temas para traballar en cada sesión, mantendo a súa orde e o seu contido. Aínda que, tamén podes compaxinar estes contidos e ser flexible á demanda do alumnado *mentee* en cada sesión.
- As dinámicas deste caderno pretenden facilitarte o traballo dos contidos. Para cada sesión dispós de varias alternativas para traballar.
- Escolle a que che resulte máis amena, fácil e acorde co teu estilo persoal e as necesidades do teu alumnado. Non hai unha mellor que outra. Todas pretenden traballar os contidos e, o máis importante, convidan á reflexión deles.
- Atrévete a desenvolver ti mesmo/a dinámicas propias, podes tamén adaptar algunhas destas.



Inicio da relación: establécense as bases

- Presentación. Coñecémonos.
- Primeiras impresións: como veñen os alumnos/as *mentees*.
- Confirmar que se entenderon as bases e funcionamento do programa.
- Explicación do proceso de mentoría e das sesións. Explicación das regras de traballo en común, lembrar os compromisos das sesións, de comunicación de incidencias, formas de contacto etc.
- Entrégase o test de técnicas de estudo.
- Documento: acordo de confidencialidade.

PRESENTACIÓN CRUZADA

Obxectivo	Facilitar a todas as persoas participantes a súa presentación.
Material	Dúas pelotas ou bolas de papel.
Duración	15 minutos + 1 minuto extra por cada participante.
Instrucións	Dar tempo ás persoas participantes para que conversen e se coñezan. Establecer como obxectivo, descubrir, polo menos, tres cousas sobre as demais persoas. Finalizado o tempo (10 min), o instructor/a pasa cada pelota a unha persoa. E, contando tres cousas sobre ela. Ambas persoas, a que presenta e a presentada, volverán a lanzar a pelota a outras dúas persoas. Ao final do exercicio todas as persoas terán que ser presentadas por outra persoa.
Reflexión	A miúdo preséntannos a persoas e esquecemos os seus nomes. Coñecerse implica interesarse polas demais persoas e prestar atención aos seus gustos, intereses, afeccións etc.
Competencias a traballar	Intelixencia social, capacidade de comunicación interpersoal. Escoita activa.

PERFIL DE APRENDIZAXE. TÉCNICAS DE ESTUDO

Obxectivo	Xerar un perfil de avaliación inicial referente aos factores de aprendizaxe de cada estudante.
Material	Test de avaliación inicial (autocorrixible).
Duración	40 minutos.
Instrucións	Na primeira sesión entregóuselles o test a cada persoa que debe responder con sinceridade e, realizar a autoavaliación. Lémbrales que non hai respostas correctas que o test serve para facer unha análise de situación. Dedicamos 20 minutos á posta en común de resultados e outros 20 ás accións.
Reflexión	É importante recalcar que o obxectivo da actividade non remata con realizar o test, senón que o fundamental reside en facer unha reflexión de cada alumno/a co seu mentor/a sobre aqueles factores de aprendizaxe nos que ten máis dominancia e nos que menos, para, desde aí, afondar máis en cada un dos factores e nas orientacións para potenciar a súa eficacia. ▪ En que medida correspóndense os teus resultados coa crenza que tes dos teus hábitos de estudo? ▪ Como os factores que tes máis febles poden repercutir na túa nova etapa académica? Como te poden axudar os factores que puntuaron mellor? ▪ Que cambios podes empezar a facer no teu día a día para mellorar? ▪ Que é o primeiro que vas facer no teu plan de acción? En que factores vaste centrar?
Competencias a traballar	Identificar o perfil de aprendizaxe e reflexionar sobre o propio método de estudo e optimizalo.

USO DO MEU TEMPO

Obxectivo	Identificar e tomar conciencia das áreas de mellora do alumno/a na súa xestión diaria persoal e académica do tempo. Identificar ladróns de tempo.
Material	Caderno. Uso do meu tempo.
Duración	40 minutos.
Instrucións	No caderno aparecen catro tarefas, a dinámica pódese realizar con todas ou con algunha das tarefas independentemente. Imos formulando cada actividade e facendo reflexión sobre ela. Repartimos o tempo dependendo das actividades que fagamos. Podemos formularlle que realicen algunha na casa.
Reflexión	Coas actividades que se propoñen na dinámica trátase de que o alumnado <i>mentee</i> comparta unha reflexión sobre a importancia de facernos conscientes de como empregamos o noso tempo, cales son os ladróns de tempo e como podemos aproveitalo mellor. Unha vez identificados é necesario que se pase á acción. Que vas facer? Que hábitos tes que cambiar?... Na sesión deberíamos asegurarnos que establecen accións de mellora que se comentarán na seguinte sesión.
Competencias a traballar	Toma conciencia individual, aprendizaxe social, xestión de prioridades e comunicación.

Tarefas a desenvolver co alumnado:

1. Uso do meu tempo I

1. A partir da matriz da xestión do tempo reflexiona respecto:
 - A que dedicas a maior parte do teu tempo?
 - Importante e urxente?
 - Importante e non urxente?
 - Non urxente e importante?
 - Nin urxente nin importante?
2. Define dúas posibles accións a poñer en marcha para mellorar a túa distribución e xestión do tempo (na sesión cos mentores/as pódeselles pedir que compartan os seus resultados e accións individuais para enriquecelas coas aportacións do grupo).

2. Uso do meu tempo II

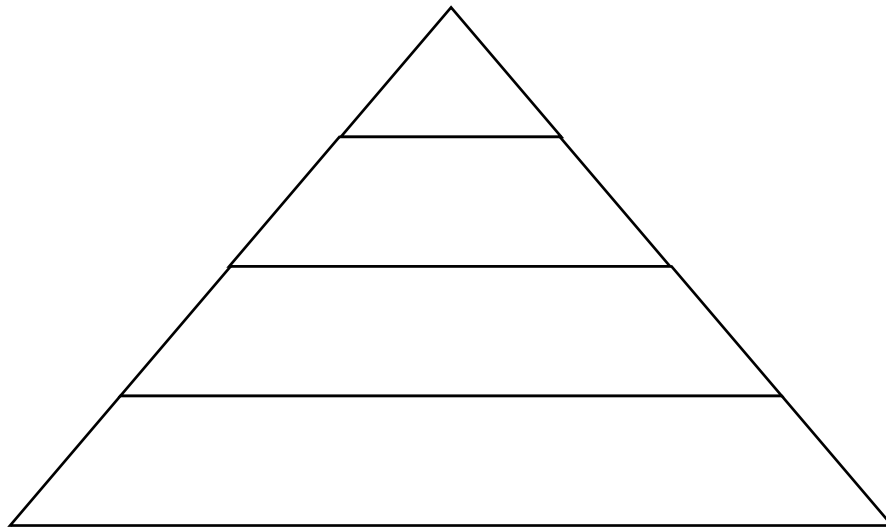
1. Especifica tres ou catro logros ou metas que queres conseguir a curto prazo, a medio prazo. Separa deses obxectivos:
 - Os que necesitan investimento de tempo.
 - Os que require investimento de diñeiro.
 - Os que necesitan de investimentos de ambos recursos.

(Na sesión pedímoslles ao alumnado *mentee* que comparta as súas reflexións e entre todo o alumnado que axuden a clasificar os obxectivos.

3. Detectar de forma precisa as actividades realizadas nun día normal, na xornada académica

1. Separar esas actividades en catro grupos:
 - As que consideras que son urxentes.
 - As que consideras que son importantes.
 - As que consideras que nin son urxentes nin importantes.
 - As que consideras que son urxentes e importantes.
2. Das catro actividades que acabas de enumerar, especifica as tarefas nas que soes investir o teu tempo. A continuación a que ocupa o segundo, terceiro e cuarto lugar.
3. Das catro actividades que acabas de identificar, determina a que te produce unha maior alegría á hora de realizala.

4. Personaliza a pirámide de actividade de acordo co seguinte criterio



1. Na base escribe as actividades nas que invistes máis tempo e a continuación as tres restantes en orde decrecente.
2. Salienta a franxa na que se atopan as actividades que te aportan máis satisfacción.
3. Volvamos a un día normal na túa día laboral, académica e persoal e reflexiona sobre o número de veces que:
 - Saíches con facilidade das túas tarefas clave.
 - Non desenvolves as tarefas na orde establecida.
 - Interrompiches ou fuches interrompido.
 - Perdiches o tempo sen preguntar o para que.
4. Ponlles un número... Aí están os ladróns do teu tempo!!!! Agora que xa os identificaches, que vas facer con eles?

TÁBOA DE DISTRIBUCIÓN DO TEMPO

Obxectivo	Identificar a necesidade do alumnado para a mellora na xestión do tempo. Analizar a mellora na xestión do tempo despois de realizar un plan persoal de mellora na xestión del.
Material	Test Xestión do tempo.
Duración	30 minutos.
Instrucións	As descritas no propio documento. Este test é aconsellable realizalo a comezos de curso e volvelo a facer cando pasen 2-3 meses despois de que puxera en marcha as planificacións.
Reflexión	Utilizaremos o test se consideramos necesario facer unha análise en profundidade na utilización do tempo. É unha ferramenta útil para tomar conciencia da situación actual. O importante do test, non é a puntuación, senón que o alumnado se dea conta das carencias e poder actuar.
Competencias a traballar	Autocoñecemento e organización.

Como organizo o meu tempo?

1. A continuación preséntanse unha serie de preguntas relacionadas coa túa organización do tempo. Responde a opción que máis identifique a túa forma de actuar nestes intres, tendo en conta as seguintes indicacións:

0: No me ocorre	1: Ocorréme ás veces	2: Ocorréme a miúdo	3: Si, ocorréme
-----------------	----------------------	---------------------	-----------------

		A	B
1	Son plenamente consciente a que dedico o meu tempo diariamente.		
2	Rexistro por escrito das miñas metas, obxectivos persoais e académicos.		
3	A miúdo dedico algún tempo a reflexionar sobre o futuro.		
4	Tendo a anticipar e a realizar previsións.		
5	Planifico e programo o meu traballo por escrito.		
6	Levo sempre a axenda comigo e consúltoa habitualmente.		
7	Reviso a diario a programación do meu tempo e as miñas actividades		
8	Márcome prazos para realizar as tarefas e posteriormente cúmproas.		
9	Teño claramente establecidas as miñas prioridades.		
10	Sei identificar as actividades críticas que determinan os seus resultados.		
11	Vou abordando as tarefas por orde, segundo a súa importancia.		
12	Concéntrome con facilidade.		
13	Evito as interrupcións ou acúrtoas, no posible, a súa duración.		
14	Reservo un tempo diario a traballar sen ser interrompido/a.		
15	Durante o meu tempo libre reláxome, aparco os problemas e as preocupacións.		
16	Aproveito as horas de sono para descansar o suficiente.		
17	Intento respectar escrupulosamente o tempo das demais persoas.		
18	Case sempre chego con puntualidade ás citas.		
19	Aproveito os tempos de espera, os viaxes e os desprazamentos.		
20	Tomo decisións con facilidade.		
21	Paso á acción.		
22	Resolvo os asuntos no momento, evitando aprazalos.		
23	Finalizo as tarefas: procuro evitar deixalas a medias.		
24	Realizo un traballo de calidade sen chegar a caer no perfeccionismo.		
25	Non teño dificultade para dicir “non” cando é necesario.		
26	Delego algunhas actividades noutras persoas.		
27	Organizo e coloco cada cousa no seu lugar, e atópoas con facilidade.		
28	Dispoño dun sistema de arquivo e localizo axiña os documentos.		
29	Teño organizado o meu material de traballo e a miña mesa de estudo.		
30	Dispoño de tempo suficiente para dedicalo a mi familia, amizades, ocio...		

PUNTUACIÓN TOTAL	
ACTUAL. Data:	
PUNTUACIÓN TOTAL	
POSTERIOR. Data:	

Interpretación da puntuación total:

A necesidade de mellorar a xestión do tempo será tanto maior canto menor sexa a puntuación que obtiveches en “A”.

- Menos de 30 puntos indica que hai moitos e importantes aspectos que mellorar na túa relación co tempo.
- Entre 30 e 60 puntos mostra que hai algúns aspectos que mellorar na planificación do teu tempo.
- Máis de 60 mostra unha administración do tempo bastante adecuada.
- Puntuacións próximas ao 90 son características das persoas que non só tomaron conciencia da importancia de xestionar o seu tempo dun modo eficaz, senón que ademais lévano á práctica de forma sistemática.

2. Despois de poñer a proba o plan de xestión do tempo durante un período de polo menos 2 ou 3 meses podes volver cubrir o cuestionario e se a túa puntuación total “B” é maior que a puntuación que obtiveches en “A”, entón, o plan de adestramento resultou eficaz.
3. Se a túa organización non é a axeitada (entre 0 e 60 puntos), escribe tres formas características nas que malgastas o teu tempo(ex.: non saber que facer, ser perfeccionista con certas cousas, non saber dicir que “non”, tentar facer varias cousas á vez, estimar o tempo de forma non realista).

1

2

3

TÁBOA DE ORGANIZACIÓN

Obxectivo	Elaborar listaxes de actividades e tarefas previstas a nivel académico nun día e/ou mes.
Material	Documento anexo.
Duración	15 minutos.
Instrucións	Consiste en facer unha proba de como realizar un rexistro de tarefas e como facer unha axenda mensual. Podemos comezar a actividade preguntando aos alumnos/as <i>mentees</i> polo sistema e soporte que empregan para organizarse. O que dará pé a que compartan diferentes ferramentas. Despois lles amosaremos o documento anexo e facemos un exemplo de como o podemos empregar.
Reflexión	O máis importante coa actividade é que compartan ferramentas e sexan conscientes de como lles vai a facilitar a organización do tempo empregar algunha ferramenta.
Competencias a traballar	Desenvolvemento persoal e comunicación.

	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO	DOMINGO	
1.00								1.00
2.00								2.00
3.00								3.00
4.00								4.00
5.00								5.00
6.00								6.00
7.00								7.00
8.00								8.00
9.00								9.00
10.00								10.00
11.00								11.00
12.00								12.00
13.00								13.00
14.00								14.00
15.00								15.00
16.00								16.00
17.00								17.00
18.00								18.00
19.00								19.00
20.00								20.00
21.00								21.00
22.00								22.00
23.00								23.00
24.00								24.00

OUTUBRO DE 2019						
LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES	SÁBADO	DOMINGO
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

XERAR PENSAMENTOS POSITIVOS

Obxectivo	Xerar o hábito de pensar en positivo, con isto acadaremos ter unha actitude máis positiva coa que afrontar as adversidades que nos poidan xurdir no noso día a día.
Material	Bolígrafo e papel.
Duración	15 minutos.
Instrucións	Durante, polo menos 15 días, os alumnos/as mentees terán que anotar cada días tres cousas positivas que lles sucedan no día. Sempre teñen que ser tres cousas que valoren como positivas. Poden ser comportamentos que tiveran, comidas familiares, reunións, traballos, un café cun amigo/a... non importa do ámbito.
Reflexión	Xerar pensamentos positivos. As persoas emocionalmente intelixentes teñen, xeralmente, pensamentos e actitudes positivas.
Competencias a traballar	Intelixencia emocional, optimismo e autoestima.

CUESTIONARIO DE AUTOCONECIMENTO

Obxectivo	Tomar consciencia de canto nos coñecemos nos diferentes ámbitos.
Material	Cuestionario de autoconecemento, papel e bolígrafo.
Duración	30 minutos.
Instrucións	Collemos papel e bolígrafo. O mentor/a vai lendo as preguntas sobre os diferentes ámbitos de autoconecemento, relacionados co SER, SENTIR, PENSAR e FACER. Os alumnos mentores/as deben contestar axiña para pasar á seguinte pregunta. So se deixará o tempo xusto para contestar sen deixar pensar. Sen pensar moito, ou te coñeces ou non. Despois reflexionarase sobre os resultados.
Reflexión	Ao final do exercicio poderase reflexionarse sobre: ▪ Como foi? ▪ As maiores sorpresas? ▪ Que facedes agora con isto? ▪ Detectaches algo no que queiras cambiar ou mellorar? Que vas facer con isto? Que acción vas a levar a cabo?
Competencias a traballar	Nivel de Autoconecemento e acción para coñecerse máis.

Cuestionario de autoconecemento:**Preguntas do SER:**

1. Para min a vida é:
2. Defínome como:
3. mellor de “ser eu” é:
4. Necesito máis:
5. Quero borrar de min:
6. Se hoxe fora un vello/a:
7. Se hoxe fora un neno/a:
8. que me asusta de aceptarme é:
9. A miña paixón na vida é:
10. Fracasei en:
11. Triunfei en:
12. Os meus principais valores son:
13. Se hoxe morrera estrañaríanme por:
14. Cánsome axiña de:
15. Se hoxe me quedaran so seis meses de vida:

Preguntas do SENTIR

1. O que me alegra é:
2. O que me entristece é:
3. Síntome valioso/a ou importante cando:
4. Síntome valente cando:
5. O que me impacienta:
6. O que me anoxa:
7. Témolle a:
8. Sinto que podo:
9. Sinto que me custa:
10. Unha das emocións que máis me custa aceptar é:
11. O que me fai atascar é:
12. Confío en:
13. Desconfío de:
14. Síntome pequeno/a fronte a:
15. Síntome grande fronte a:

Preguntas do PENSAR	Preguntas do FACER
1. A miña personaxe favorita é:	1. Cando estou contento/a actúo... ..
2. Un desexo que quero cumprir:	2. Cando estou triste actúo.....
3. Un pensamento habitual que teño:.....	3. Cando me anoxo actúo
4. Neste intre quero:.....	4. Cando teño medo actúo.....
5. Un pensamento que loito para poñer lonxe da miña mente é:... ..	5. Algo que me custa pedir é:.....
6. Os eventos pasados que máis repaso na miña mente son:	6. Algo que fago moi ben é:
7. O que máis me distrae é:.....	7. Algo que creo que fago mal é:
8. Penso nas demais persoas para:.....	8. O que sempre postergo é:
9. Resolvo de forma sinxela os problemas de:	9. Unha das miñas accións que máis me custa aceptar é:
10. Resolvo de forma sinxela os problemas de:	10. Quero axudar a:
11. Cústame traballo solucionar...:	11. Adáptome facilmente a:
12. Os tres desexos para o xenio/a da lámpada serían:.....	12. Cústame adaptarme a:
13. O mellor recordo que teño é:.....	13. Podo ensinar a:
14. O peor recordo que teño é:	14. Esquéceseme axiña.
	15. O que día a día fago é para:
	16. O máis aloucado que fixen é:.....
	17. O máis sensato que fixen é:.....
	18. Un lugar que quero visitar:
	19. O que teño que limpar é:
	20. Négome a:

A LISTAXE

Obxectivo	Tomar consciencia emocional sobre que motiva as nosas decisións
Material	Listaxe de palabras.
Duración	15 minutos.
Exercicio	Enumera por orde de preferencia do 1 ao 8: ▪ Falar durante 3 minutos de aquilo que máis te gusta cos compañeiros/as. ▪ Ler en voz alta unha lectura dun libro. ▪ Camiñar pola sala cun libro sobre a testa. ▪ Imitar sons de animais para que os demais compañeiros/as os adiviñen. ▪ Recitar unha poesía. ▪ Contar un chiste. ▪ Falar durante tres minutos da túa mellor cualidade. ▪ Facer unha imitación dunha personaxe pública.
Instrucións	Pídese a todos/as compoñentes do grupo que enumeren a listaxe por orde de preferencia do 1 ao 8 (para facilitar pódeselle dar en papel). Non se explica nada máis. Unha vez finalizada a ordenación, pedimos que levanten a man as que escolleron a primeira da listaxe e así sucesivamente. Anotamos os resultados da elección realizada por cada persoa. Facemos un pequeno diálogo sobre resultados. Entón, realizaremos a seguinte pregunta, sentícheste incómodo/a pensando que, ao mellor, tiñas que realizar o indicado na listaxe? Se o cremos conveniente e sempre sen forzar ás persoas compoñentes do grupo, podemos animar a que realicen algunha das opcións elixidas.
Reflexión	As nosas decisións están motivadas, en ocasións, por nosas crenzas limitantes e non polas nosas habilidades. Importancia do autoconecemento para superar limitacións, formular áreas de mellora; e desenvolvemento persoal e profesional
Competencias a traballar	Autoconecemento, reflexión e comunicación.

DIARIO EMOCIONAL

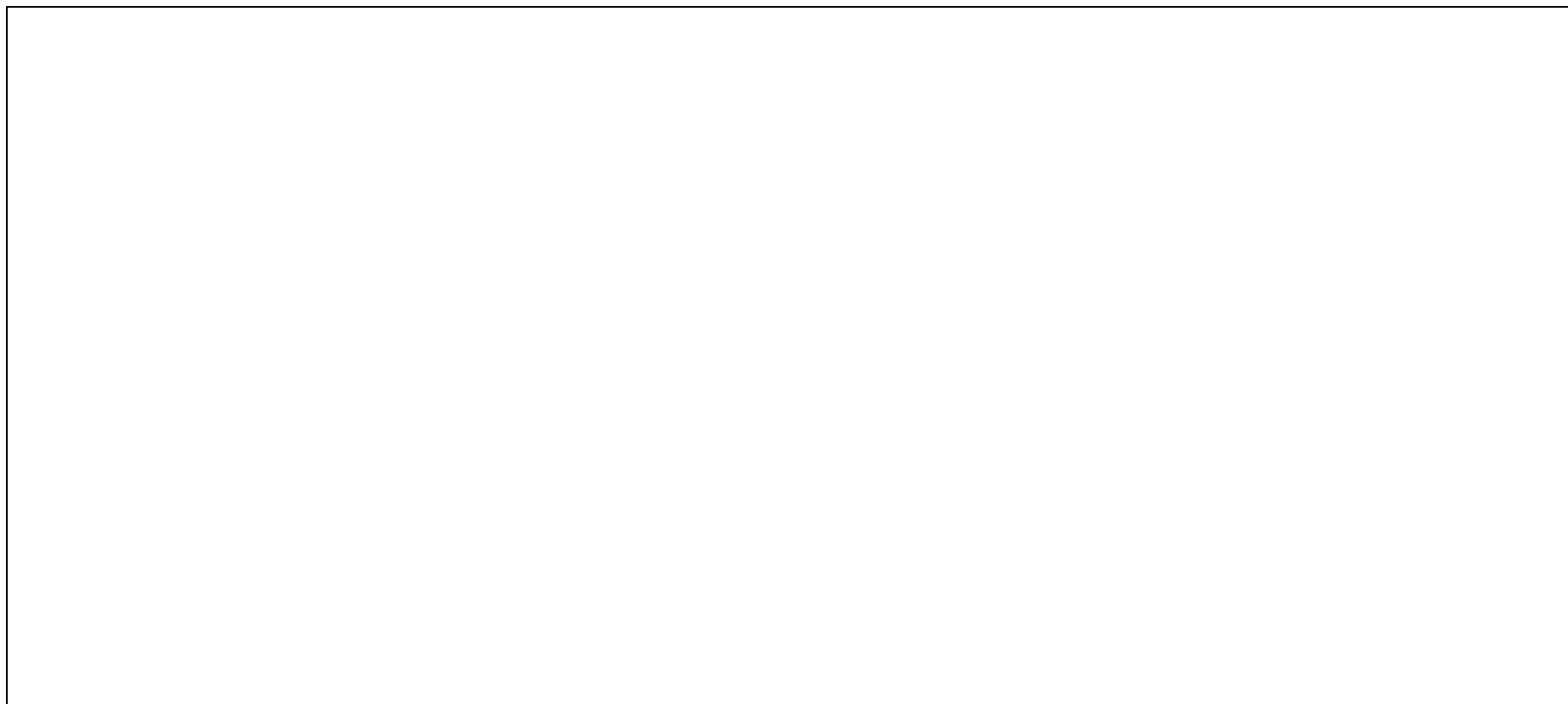
Obxectivo	Mellorar o noso autoconecemento coñecendo as nosas emocións e a súa repercusión no noso pensamento e comportamento.
Material	Diario emocional.
Duración	45 minutos.
Instrucións	Durante polo menos 10 días, deberase rexistrar cada día, polo menos, tres emocións. Rexistrárase: ▪ Data e lugar. Contexto no que se produciu. Casa, universidade, amigos/as... ▪ Feito, suceso, estímulo que orixinou a emoción... ▪ Sensación corporal. Frío, calor, tensión, nó no estómago, gorxa seca... ▪ Emoción sentida. Medo, rabia, ledicia, ilusión, enfado... ▪ Intensidade. Baixa, media ou alta, ou se o prefires o podes facer nunha escala do “0” ao “10”. ▪ Pensamentos. Sempre igual, isto so me pasa a min, non pasa nada, xa atoparei a solución... ▪ Expresión. Gritei, rin, asentín... ▪ Consecuencia. Cales foron as consecuencias da miña forma de expresar a emoción. ▪ Como me sentín? Tras a miña reacción á emoción e respecto ás consecuencias.
Reflexión	Cando rematemos o rexistro, reflexionaremos sobre como se viven e xestionan as emocións. Para a reflexión pódense empregar momentos de diferentes sesións en grupos ou individualmente: ▪ Emoción: as emocións que sentín durante un período. ▪ Frecuencia: cantas veces sentín esa emoción durante o período de rexistro. ▪ Permitinme expresala: si, ás veces, non... ▪ Como me sentín: satisfeito/a, incómodo/a... ▪ De que me decato: conclusións obtidas. Para afondar na reflexión trataremos estudar emocións de maneira recorrente: ▪ Interlocutores/as: persoas coas que me relaciono ou situacións que xeran emocións recorrentes. ▪ Como me sinto: cando estou con esa persoa ou nesa situación. ▪ Sensación corporal: onde o noto no meu corpo. ▪ Pensamento: que penso antes, durante e despois de estar con esa persoa ou situacións. ▪ Como me sentín: tranquilo/a, incómodo/a...
Competencias a traballar	Autoconecemento, identificación e xestión emocional.

	DATA	LUGAR	FEITO	SENSACIÓN CORPORAL	EMOCIÓN SENTIDA	INTENSIDADE	PENSAMENTOS	EXPRESIÓN	CONSECUENCIA	COMO ME SENTÍN
DÍA 1										
DÍA 2										
DÍA 3										
DÍA 4										
DÍA 5										
DÍA 6										
DÍA 7										
DÍA 8										
DÍA 9										
DÍA 10										

COÑECÉMONOS

Obxectivo	Aprender a coñecernos tendo en conta como nos vemos a nós mesmos/as.
Material	Papel e bolígrafo. Fichas de identificación de emocións.
Duración	45 minutos.
Instrucións	A dinámica contempla a realización de tres actividades: Actividade 1. Pídese aos alumnos/as mentees que de maneira individual pensen en que animal serían se fosen un animal. A continuación lles pedimos que escriban o nome do animal no centro da folla e que sinalen polo menos 5 características dese animal. Actividade 2. Dámoslles aos alumnos/as mentees un cadro no que teñen que identificar en que situacións da súa vida cotiá senten ledicia, medo, enfado e tristeza. E como expresan esas emocións. Actividade 3. No cadro como o da actividade anterior, esta vez teñen que identificar que pensan e como é a súa conduta cando senten determinadas emocións.
Reflexión	Podemos comezar a reflexión preguntándolles para que cren que lles pedimos que pensasen un animal. Continuaremos con máis preguntas que faciliten a comunicación do grupo: ▪ Por que ese animal e non outro; esas características que definen ao animal que escolleron en que medida as teñen eles/as ou gustaríalles teas; en que medida se senten identificados; que cousas din deles/as; como se senten ao compartilo cos compañeiros/as e ao escoitalos/as; cren que vos compañeiros/as quedan representados polos animais que escolleron... ▪ As veces cústanos menos identificar aspectos persoais se non o facemos directamente. ▪ É necesario aprender a identificar en que situacións repetimos emocións así como solemos expresalas. Proporcionáanos autoconhecimento e dáanos información útil para aprender a xestionalas. Tamén é unha dinámica máis sinxela que o diario emocional para ensinalles como recoñecer como pensamos e como actuamos sentimos determinadas emocións. Dedicamos un tempo a explicar a repercusión que teñen as nosas emocións na forma en que pensamos e como actuamos. Tamén explicamos para aprender a manexar as nosas emocións o primeiro paso é identificar ese ciclo emocional e como a cambiar a forma de pensar podemos sentir e comportarnos doutra maneira. A reflexión final pode ser “podemos decidir como queremos sentirnos e como queremos actuar se aprendemos a pensar doutra maneira”.
Competencias a traballar	Identificación emocional, autoconhecimento e xestión emocional.

Se foras un animal ...Cal serías? e Por que? (escribe o nome do animal no centro do cadro e sinala polo menos 5 características del).

A large empty rectangular box with a thin black border, intended for the student to draw or write their response to the prompt.

	ALEGRÍA	MEDO
SITUACIÓN		
EXPRESIÓN		

	ENFADO/IRA	TRISTEZA
SITUACIÓN		
EXPRESIÓN		

	Cando me sinto triste, deprimido/a, derrubado/a...	
PENSO		
COMPÓRTOME		
	Cando me sinto feliz, enérxico/a, contento/a...	
PENSO		
COMPÓRTOME		
	Cando me enfado moito...	
PENSO		
COMPÓRTOME		

ETIQUETANDO EMOCIÓN

Obxectivo	Identificar o noso vocabulario emocional. Ser conscientes das emociónes que coñecemos e o seu significado. Aprendemos a poñerlle nome ao que sentimos.
Material	Ficha Etiquetando emocións.
Duración	20 minutos.
Instrucións	Na ficha fórmulanse descrições de emocións, os alumnos/as mentees de maneira individual teñen que descubrir de que emoción se trata. O nome da emoción ponse ao final de cada definición, facendo coincidir unha letra en cada punto. Damos 10 minutos para que o fagan en silencio de maneira individual, e pasado ese tempo, o mentor/a le as frases e a resposta correcta. O alumno/a <i>mentee</i> que máis respostas acertou é a que gaña.
Reflexión	Centrarémonos na necesidade de ter vocabulario emocional, para que nos servirá. Se temos vocabulario emocional amplo resultará máis doado identificar o que sentimos en cada momento. Poñerlle un nome e darlle un significado tamén facilita comprender a súa repercusión. Tanto para as nosas propias emocións como para as das demais persoas. En xeral, temos moi pouco vocabulario emocional, por que cren que é así. Como se lles ocorre que podemos melloralo.
Competencias a traballar	Autoconecemento.

Que sentimos cando...

- ... estamos frescos/as, temos enerxía e estamos dispostos/as a facer o que queremos?
- ... estamos irritables e furiosos/as porque algo non nos gustou?
- ... ocorre algo inesperado (bo ou non tan bo) que por un intre nos deixa desconcertados/as?
- ... percibimos un perigo (real ou non) que nos fai sentir ameazados/as?
- ... estamos máis desanimados, cando sentimos que todo é máis doloroso?
- ... percibimos unha ameaza cara algo que consideramos noso, cando temos a sensación de que determinada cousa ou persoa é nosa e de ninguén máis?
- ... cremos que acadamos todo aquilo que queriamos?
- ... existe en nós unha dor polo que ten a outra persoa e nós non, sexan obxectos, cualidades ou outro tipo de cousas?
-
- ... estamos ante unha situación de ledicia plena e cremos que fixemos todo o que podiamos ter feito para que as cousas vaian ben e actuamos de forma correcta cara nós e as demais persoas?
- ... estamos en paz. Non estamos inquietos/as nin nos pelexamos con ninguén?
- ... algo non se axusta ao que esperabamos e desexabamos?
- ... cremos ser as persoas responsables dun dano causado?

Que sentimos cando...

- ... estamos frescos/as, temos enerxía e estamos dispostos/as a facer o que queremos?**Alegría**
- ... estamos irritables e furiosos/as porque algo non nos gustou?**Ira**
- ... ocorre algo inesperado (bo ou non tan bo) que por un intre nos deixa desconcertados/as?**Sorpresa**
- ... percibimos un perigo (real ou non) que nos fai sentir ameazados/as?**Medo**
- ... estamos máis desanimados, cando sentimos que todo é máis doloroso?**Tristeza**
- ... percibimos unha ameaza cara algo que consideramos noso, cando temos a sensación de que determinada cousa ou persoa é nosa e de ninguén máis?**Tristeza**
- ... percibimos unha ameaza cara algo que consideramos noso, cando temos a sensación de que determinada cousa ou persoa é nosa e de ninguén máis?**Celos**
- ... cremos que acadamos todo aquilo que queriamos?**Felicidade**
- ... existe en nós unha dor polo que ten a outra persoa e nós non, sexan obxectos, cualidades ou outro tipo de cousas?**Envexa**
- ... estamos ante unha situación de ledicia plena e cremos que fixemos todo o que podiamos ter feito para que as cousas vaian ben e actuamos de forma correcta cara nós e as demais persoas?**Satisfacción**
- ... estamos en paz. Non estamos inquietos/as nin nos pelexamos con ninguén?**Tranquilidade**
- ... algo non se axusta ao que esperabamos e desexabamos?**Desgusto**
- ... cremos ser as persoas responsables dun dano causado?**Culpa**

PENSAR BEN PARA SENTIR MELLOR

Obxectivo	Reflexionar en grupos de mentores/as e alumnos/as <i>mentees</i> sobre a importancia do noso pensamento para influír nas nosas emocións e comportamentos, e como iso nos inflúe no comportamento ante diferentes situacións.
Material	Vídeo anuncio de Coca-Cola, “Estás despedido”.
Duración	30 minutos.
Instrucións	Tras ver o vídeo, por grupos responde ás seguintes cuestións: ▪ Identificar as emocións en cada situación que sinte o protagonista. ▪ Analizar a súa actitude física, comportamentos, forma de moverse e expresións. ▪ Reflexionar sobre que estará pensando en cada situación o protagonista. ▪ Reflexionar sobre que estará pensando e que emoción está experimentando en cada situación o xefe. Aquí xurdirán discrepancias e comprobarán que segundo o que crean que está pensando este, a súa emoción é diferente. ▪ Despois do anterior, formular as seguintes preguntas: ○ Quen ten razón? ○ Reflexionar sobre o slogan final: “Acostúmate e elixir”.
Reflexión	É importante cuestionarnos o noso pensamento. Os nosos pensamentos, crenzas e emocións condicionan as nosas decisións. Elixir a miña forma de pensar vaime axudar a xestionar as miñas emocións e a acadar con maior facilidade os obxectivos que me propoña. Fareime as seguintes preguntas: ▪ Que emoción sinto? ▪ En que partes do corpo estoua sentindo? ▪ Nunha escala do 1 ao 10, que intensidade tería? ▪ O que estou pensando é absolutamente certo? ▪ Hai algunha outra maneira de velo? ▪ Que pasaría se no lugar de pensalo así o pensara doutra maneira? ▪ Que outras alternativas hai? ▪ Que sentiría se pensara doutro modo? ▪ Que comportamento acompaña a miña emoción? ▪ Que podo facer para melloralo?
Competencias a traballar	Autoconhecimento, identificación, xestión emocional e comunicación intergrupar.

XESTIÓN DO ESTRÉS. RESPIRACIÓN E RELAXACIÓN

Obxectivo	Centrar a atención e rebaixar os niveis de estrés e ansiedade
Material	Folla de instrucións (anexo). Non precisa material. Pódese empregar con música suave
Duración	15 minutos.
Instrucións	O mentor/a explica o proceso do estrés e a relaxación corpo-mente para que o alumnado <i>mentee</i> comprenda a utilidade de frear fisicamente os síntomas do estrés. Explican a importancia da postura, a respiración, relaxación do corpo e pensamento centrado. Posición. Os alumnos/as <i>mentees</i> séntanse en posición de relaxación. Respiración. Os mentores dirixen a primeira quenda de respiracións (ver instrucións). Corpo. Para favorecer a relaxación do corpo, pode seguir unha fase de tensión-relax (seguir instrucións). Pensamento. Os alumnos/as <i>mentees</i> deben dirixir a súa mente cara unha escena que lles producira benestar en ocasións anteriores. Finalizan con dúas ou tres respiracións conscientes.
Reflexión	A importancia do corpo en relaxación. Unha pequena parada pode incrementar moito a capacidade do noso cerebro.
Competencias a traballar	Autocontrol, autoconsciencia e serenidade.

XESTIÓN DO ESTRÉS. RESPIRACIÓN E RELAXACIÓN

O mentor/a explica o proceso do estrés e a relaxación corpo-mente para que o alumnado *mentee* comprenda a utilidade de frear fisicamente os síntomas do estrés.

Explican a importancia da postura, a respiración, relaxación do corpo e pensamento centrado.

1. Posición. Os alumnos/as *mentees* séntanse nunha cadeira con respaldo en posición de relaxación. Os dous pés repousarán no chan, as costas estarán rectas, a cabeza mirando ao fronte, os ombreiros baixos e os brazos estarán ao longo do corpo. As mans tamén poderán estar pousadas nas coxas.
2. Respiración. Os mentores/as dirixen a primeira quenda de respiracións (tres ou catro dirixidas e tres ou catro solitarias). Irán explicando a importancia da respiración abdominal.

Inspiración. O diafragma descende.

3. Corpo.
4. Pensamento. Para evitar os pensamentos que xeran ansiedade centrarase a atención nunha idea. O mentor/a pide ao grupo que elixan unha que lles produce sensación de serenidade e visualícena. Maite Crespo (www.todoyoga.com) recomenda empregar sempre unha imaxe, elixir entre aquelas vivencias que nos xeran.

Para finalizar. O mentor/a solicita que permanezan un minuto (un par de minutos se están tranquilos) nese pensamento e que permanezan en silencio durante ese tempo. Pediráselles que respiren suavemente e con plena consciencia da respiración e que pouco a pouco volvan á consciencia.

UN PASEO POLO BOSQUE

Obxectivo	Favorecer o coñecemento propio e das demais persoas. Mellorar a confianza e autoestima. Potenciar a comunicación do grupo. Aprender a descubrir as nosas cualidades positivas e ser quen de recoñecelas nas demais persoas.
Material	Folios e ceras de ceras e/ou rotuladores.
Duración	40 minutos.
Instrucións	Os alumnos/as <i>mentees</i> debuxan unha árbore, coas súas raíces, ramas e froitos. En cada un escriben: ▪ Nas raíces: Cualidades positivas que cada un/ha cre ter. Fortalezas. ▪ Nas ramas. As cousas que cada un sabe facer ben, aquelas nas que es bo/a. ▪ Nos froitos. Os seus principais éxitos ou triunfos ata o momento. Unha vez que todas as persoas debuxaron a súa árbore, preséntanse ao resto de compañeiros/as explicando que persoas teñen en conta o que debuxaron.
Reflexión	Unha vez finalizadas todas as presentacións, o mentor/a faga preguntas que axudarán á reflexión no grupo: ▪ Como vos sentistes debuxando. Que é máis sinxelo, atopar fortalezas, éxitos... ▪ Como vos sentistes compartindo a vosa árbore cos compañeiros/as. ▪ Para que nos serve: como podemos utilizalo, que nos importa. ▪ A reflexión final da actividade pode ser: utiliza as túas cualidades para todo o que sabes e queres facer e así obter bos froitos.
Competencias a traballar	Autoconhecimento, autoestima e empatía.

TRES LISTAXES

Obxectivo	Facer unha análise do traballo realizado durante o primeiro cuadrimestre. Identificar que cousas funcionaron, cales non e que cousas novas podemos comezar a facer.
Material	Folios, bolígrafos e post-it.
Duración	35 minutos.
Instrucións	Os alumnos/as <i>mentees</i> elaboran tres listaxes compartindo as súas experiencias. Centraranse en aspectos relacionados cos hábitos de estudo, autoconecemento, xestión emocional... ▪ Na primeira listaxe apuntarán aquelas cousas que fixeron no primeiro cuadrimestre e que lles deron bos resultados. O que funcionou témolo que manter. ▪ Na segunda listaxe apuntarán aquelas cousas que probaron e non lles deron bo resultado. O que non funciona témolo que eliminar. ▪ Na terceira listaxe aparecerán ideas novas que se lles ocorran aos alumnos/as <i>mentees</i> de cousas que poden comezar a facer. Neste caso, incorporaranse estas ideas.
Reflexión	Podemos ir facendo preguntas sobre as tres listaxes: ▪ Que é o máis importante do que puxeron en cada listaxe? ▪ Que puntos son común? ▪ Temos claro que aspectos temos que manter, cales eliminar e cales incorporar, como o imos facer e como imos empezar. ▪ Para que serve o exercicio, como nos podemos axudar... É importante decatarnos tanto do que funciona como do que non e ter disposición para incorporar hábitos se detectamos que o que estábamos facendo non funciona.
Competencias a traballar	Autoconecemento, autoestima, empatía e creatividade.

CON RETOS E EN EQUIPO

Obxectivo	Por equipos lograr conseguir na contorna unha serie de obxectos.
Material	Non se necesita.
Duración	30 minutos.
Instrucións	O mentor/a elaborará unha listaxe de obxectos a conseguir, que poden atoparse (en maior ou menor dificultade) na zona na que se atopan para levar a cabo a actividade. Os alumnos/as <i>mentees</i>, por equipos deberán conseguir o que poña na listaxe. Non poderán usar diñeiro para conseguilos. Gañará o equipo que antes complete a busca de todos os obxectos da listaxe. Aconséllase que a listaxe entre 9 e 12 obxectos/retos.
Reflexión	▪ Nivel de motivación antes e despois. ▪ Os logros como clave na motivación. ▪ A importancia de ter obxectivos. ▪ O equipo como motor de motivación.
Competencias a traballar	Autocoñecemento, celebrar éxitos e xestión do tempo.

OS LOGROS

Obxectivo	Coñecer habilidades, competencias, motivacións, emocións e valores persoais.
Material	Papel e bolígrafo.
Duración	40 minutos.
Instrucións	Pídese a todas as persoas que compoñen o grupo que, de maneira individual describan unha situación da súa vida da que se “sintan orgullosos/as” porque realizaron o lograron algo que lles costou moito esforzo. A continuación pídeselles que o describan co seguinte guión: ▪ Obxectivo ou misión que tiña que cumprir. ▪ Listar todo o que fixo: accións, comportamentos... ▪ Dificultades que tivo que superar. ▪ Resultado que acadou. ▪ Emocións que sentiu no proceso (antes, durante, despois e agora que o está pensando). Trala exposición individual ao grupo do logro individual, este sacará conclusións sobre as habilidades, competencias, motivacións e valores que demostrou esta persoa ao conseguir, total ou parcialmente, o seu obxectivo. O alumno/a <i>mentee</i> rexistrará na folla todo o que lle van dicindo os seus compañeiros/as e a emoción que lle está producindo esta situación. Isto poderao tomalo como elemento de reflexión sobre o seu autoconecemento.
Reflexión	A importancia de enfrontarse a retos e poñer en valor aquilo que fixen. Isto é verdadeiramente meu porque está baseado nos meus comportamentos reais.
Competencias a traballar	Fortalezas de carácter, autoconecemento, autoconfianza, comunicación intergrupar, identificación e xestión emocional.

FORTALEZAS PARA NOVOS OBXECTIVOS

Obxectivo	Tomar conciencia das cualidades positivas do carácter.
Material	Folla de instrucións VIA (anexo), copias do cuestionario de fortalezas de carácter (pódese encher en liña e levar impreso), follas de papel e bolígrafo.
Duración	30 minutos.
Instrucións	O mentor/a entrega un cuestionario de fortalezas de carácter. Os/as <i>mentees</i> realizan o cuestionario e elixen entre unha e tres fortalezas das que son conscientes. Elixen unha anécdota breve para contar aos seus compañeiros/as e elaboran unha pequena presentación. Deberán contar a historia sen dicir de que fortaleza se trata para que os/as demais o descubran. Os que escoitan a historia anotan o nome da persoa e que fortalezas recoñeceron. Unha vez que todas as persoas contaran a súa anécdota, comparten no grupo as súas impresións: ▪ Como se sentiron? ▪ Identifícanse coas fortalezas? ▪ Escribiron outras cualidades positivas ao escoitar as historias dos compañeiros/as? ▪ Terminan a sesión compartindo as fortalezas.
Reflexión	Estamos acostumados a recoñecer os nosos defectos e cústanos descubrir as nosas fortalezas. Utilizar conscientemente as nosas cualidades de carácter que nos benestar.
Competencias a traballar	Fortalezas de carácter, autoconñecemento e autoconfianza.

Cuestionario VIA de fortalezas de carácter

O cuestionario de fortalezas de carácter que te facilita o coñecemento das cualidades positivas do teu carácter, é dicir, aqueles aspectos da túa personalidade que te permiten maiores niveis de benestar e eficacia.

Para completar o cuestionario recomendamos entrar na páxina web da Universidade de Pensilvania: <https://www.authentichappiness.sas.upenn.edu/>

- É importante que selecciones a lingua na esquina superior dereita.
- Podes realizar a versión completa ou o test breve
- O cuestionario completo (240 preguntas) atópase na seguinte ligazón:
<https://www.authentichappiness.sas.upenn.edu/es/user/login?destination=node/629>
- Se non dispós de tempo podes realizar a versión breve (24 preguntas) na seguinte ligazón:
<https://www.authentichappiness.sas.upenn.edu/es/questionnaires/test-breve-de-fortalezas-0>

IMPORTANTE: Pedirache información persoal, con fines meramente estatísticos. Ao final poderás descargarte os resultados nun informe.

Recomendación para traballar cos/as *mentees*:

1. Imprime os resultados e leva o documento a clase.
2. Elixe unha das cinco principais fortalezas principais que aparecen no teu informe, a que máis recoñeces en ti, e reflexiona:
3. Como sabes que tes esa fortaleza?
4. En que momentos lembras manifestala?
5. Por exemplo, no informe aparece a prudencia como primeira fortaleza de carácter. Como sei que son prudente? “O día que me contaron os resultados dunha proba e pedíronme discreción. Non llo contei a ninguén, aínda que estaba desexando dar a boa noticias.”
6. Anota eses momentos e ocasións que reflicten as túas fortalezas e prepárate para contalo.

AS MIÑAS FORTALEZAS COMUNICANDO

Obxectivo	Experimentar a emoción ante o primeiro encontro cos/as <i>mentees</i>
Material	Non se necesita.
Duración	30 minutos.
Instrucións	1. Divídese a clase en 5 persoas. 2. Finxírase o primeiro encontro entre mentores/as e <i>mentees</i>. Haberá unha persoa que fará de mentor/a que abandonará o grupo. As demais persoas esperarán no seu sitio , xogando o papel de <i>mentees</i>. 3. A persoa que fai de mentor/a chaga ao grupo e inicia súa presentación. 4. Pasados 5 min, cúrtase a dinámica e pregúntase en cada grupo cales foron as tres cousas que máis lle gustaron. Anótanse. 5. Rótase a persoa que xoga o papel de mentor/a e vólvese a facer a dinámica durante cinco minutos tratando de aplicar as anotacións anteriores. 6. Unha vez que participaron todas as persoas valóranse entre todos/as cales son os factores máis importantes para un primeiro encontro de éxito.
Reflexión	As emocións que temos son as que espertamos nas demais persoas. Algún dos factores máis valorados, con toda seguridade, é a seguridade de xerar un bo ambiente e espertar emocións positivas. As mellores estratexias saíran da propia dinámica.
Competencias a traballar	Fortalezas de carácter, comunicación e xestión emocional.

IMPACTO EMOCIONAL NEGATIVO

Obxectivo	Tomar conciencia do importante que é facer unha boa escoita da mensaxe que nos comunican.
Material	Non se necesita.
Duración	15 minutos.
Instrucións	1. Divídese o grupo en parellas compostas por unha persoa “A” (mentor/a) e “B” (<i>mentee</i>). 2. Explícaselle a todas as persoas “B” (<i>mentee</i>) o papel que xogan. Comunicarlle á persoa “A” (mentor/a) que tras moito esforzo, horas de traballo, días sen durmir, academia e moitísimo sacrificio conseguiu sacar un 5 na materia máis difícil da carreira. Todo un logro! 3. Explícaselle a todas as persoas “A” (mentor/a) o papel que xogan. É o de afundir ao/á <i>mentee</i>. Comunicarlle que así non chegará a ningures, que podía ter sacado moito máis, que é unha decepción e que non entende por que está contento/a. 4. Iníciase a dinámica volvendo a xuntar as parellas para que manteñan unha conversación de 4/5 minutos. 5. Pídeselle ás persoas que expresen as súas opinións e sentimentos.
Reflexión	Como se sente un/ha ante un feito positivo no que os/as demais so ven algo malo? Que pasa cos nosos sentimentos? Debemos entender e coñecer moi ben os sentimentos das demais persoas antes de emitir un xuízo.
Competencias a traballar	Comunicación, empatía e xestión emocional.

IMPACTO EMOCIONAL POSITIVO

Obxectivo	Tomar conciencia do que ocorre cando ante un feito negativo outras persoas o ven en positivo
Material	Non se necesita.
Duración	15 minutos.
Instrucións	1. Divídese o grupo en parellas compostas por unha persoa “A” (mentor/a) e “B” (<i>mentee</i>). 2. Explícaselle a todas as persoas “B” (<i>mentee</i>) o papel que xogan. Comunicarlle á persoa “A” (mentor/a) que tras moito esforzo, horas de traballo, días sen durmir, academia e moitísimo sacrificio conseguiu sacar un 4 na materia máis difícil da carreira. Un fracaso! 3. Explícaselle a todas as persoas “A” (mentor/a) o papel que xogan. É o de levantar ao/á <i>mentee</i>. Comunicarlle que o camiño é correcto, o do esforzo, que os resultados chegarán, que a el/a tamén lle pasou exactamente igual e saíu todo ben, que estará ao seu lado... 4. Iníciase a dinámica volvendo a xuntar as parellas para que manteñan unha conversación de 4/5 minutos. 5. Pídeselle ás persoas que expresen as súas opinións e sentimentos.
Reflexión	Como se sente un/ha ante un feito negativo nota o completo apoio doutra persoa? Coa nosa comunicación podemos facer que as demais persoas crezan nun proxecto importante.
Competencias a traballar	Comunicación, empatía e intelixencia emocional.

CLAVOS EN EQUILIBRO

Obxectivo	Tomar conciencia da importancia do equipo, os roles, a comunicación e a organización.
Material	1 taco de madeira, 15 cravos e 1 martelo.
Duración	15 minutos.
Instrucións	En equipo de 4 ou 5 persoas deben lograr soste 14 cravos en equilibrio sobre a cabeza doutro cravado en vertical sobre un taco de madeira. Disporán dun tempo de 20 minutos para logralo.
Reflexión	A importancia de traballar en equipo para as solucións creativas. O obxectivo como nexo de unión do equipo. Planificar, experimentar e deixar marxe para conseguir o resultado. O tempo é crucial.
Competencias a traballar	Habilidades de traballo en equipo e xestión do tempo.

ROLES DE EQUIPO

Obxectivo	Os roles de equipo.
Material	Folla da dinámica. Explicación dos roles de quipo.
Duración	30 minutos.
Instrucións	Os mentores/as dividen ás persoas participantes en grupos de 4 e 5 persoas (unha delas será a observadora) e reparten as dinámicas. Deben resolver un problema baixo a vixilancia da persoa observadora e do mentor/a. Ao finalizar reflexionan sobre o rol que asumiron. Chegaron a algunha conclusión útil?
Reflexión	A importancia dos roles na eficacia do equipo.
Competencias a traballar	Habilidades de traballo en equipo.

ESTILOS DE LIDERADO

Obxectivo	Tomar consciencia da importancia do equipo, os roles e a organización.
Material	Cada equipo disporá de: 20 espaguetes, 1 m. de corda fina, 1 m. de cinta adhesiva e unha nube (lambetada).
Duración	45 minutos.
Instrucións	Fórmanse equipos de 3 ou catro persoas. O mentor/a designará a un líder/esa por equipo. A cada líder/esa asignaralle un estilo de liderado diferente: control, supervisión, asesoramento e supervisión. Indicaralle como ten que exercer o seu liderado, indicándolle as condutas máis habituais segundo cada estilo de liderado (para isto, poderá facilitarse unha ficha cos datos de conduta que marcará o seu estilo de liderado a exercer durante a dinámica) así deberá liderar a construción da torre do seu equipo. O/a <i>mentee</i> dará un tempo de 20 minutos para a construción da torre. Deben elaborar unha torre cos espaguetes, que teña no cume a nube. Gaña a torre con maior altura. O tempo máximo de elaboración é de 20 minutos. Ao final o mentor/a reflexiona sobre o traballo en equipo: ▪ Organizáronse ben? ▪ Participaron todas as persoas? ▪ Como foron as relacións durante o exercicio ▪ Estaban involucrados/as? E tamén sobre o ocorrido en base o comportamento e liderado exercido sobre o equipo, algúns exemplos: ▪ Que facía o líder/esa? ▪ Como falaba exercendo o seu estilo de liderado? ▪ Como era a súa linguaxe verbal e non verbal? ▪ Como se sentiu cada equipo co seu líder/esa? Cambiarías algo? ▪ Cal é o mellor estilo de liderado? ▪ Cando debemos exercer un e cando outro?
Reflexión	A importancia do líder no traballo en equipo e de como o seu estilo de liderado facilita ou non a consecución do obxectivo marcado. Planificar, experimentar e deixar á marxe para conseguir un resultado.
Competencias a traballar	Habilidades de liderado, traballo en equipo e comunicación.

Un bo peche é clave no proceso

- Podemos facelo como queiramos, con algunha dinámica que creamos ou facilitando a reflexión facendo preguntas e poñendo en común.
- máis importante é darnos retroalimentación. Como traballamos tanto mentores/as e mentees. Como foi o proceso.
- Avaliación dos logros conseguidos.
- Como van a continuar.
- Documentos: cuestionario de valoración.

RETROALIMENTACIÓN

Obxectivo	Dar e recibir retroalimentación de como viviron o proceso.
Material	Non se necesita.
Duración	30 minutos.
Instrucións	Cada <i>mentee</i> presentárase aos/as demais mentees e estes/as daránlle retroalimentación. Como te vin eu? Como te viron as demais persoas) Retroalimentación individual e colectiva. É moi importante que a dinámica remate dicindo o que valoran unhas persoas das outras, o que máis lles sorprende, o cambio significativo que tivo durante o proceso, e que llo digan aos/as <i>mentees</i>: ▪ O que máis valoro... ▪ O que máis me gustou... ▪ Unha mensaxe positiva...
Reflexión	A importancia de dar unha boa retroalimentación fundaméntase principalmente, en comezar resaltando o bo, o que fixo mellor, os logros acadados e logo facendo unha crítica construtiva dos puntos a mellorar, en aqueles aspectos no que debemos seguir traballando para mellorar. Preguntas que se poden facer: En que che axudou o proceso? ▪ Que aprendiches sobre ti? ▪ Como foi a túa involucración no grupo? ▪ Se agora volveran a comezar, que farían diferente? ▪ Que cambiaron? ▪ Que van a cambiar? ▪ Canto te mollaches no proceso? ▪ Que aprendizaxe interiorizaches? ▪ Cambiaches algo na túa relación/comportamento coas outras persoas? ▪ Como é a túa xestión emocional agora?
Competencias a traballar	Retroalimentación, comunicación e empatía.

Anexo 4-B.
**Telemateria habilitada pola Área de Formación e
Innovación Educativa**

MEET-Uvigo 2019-20



Inicio ► Os meus cursos ► MEET19

Activar a edición

 Foro de noticias

 Foro de dúbidas

Recursos

 Enquisa de avaliación final

Restrxinxido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Mariam** (agachar en caso contrario)

Esta enquisa ten que ser respondida polo alumnado mentor/a.

 Foro de novas

 Datos a cubrir

Restrxinxido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Mariam** (agachar en caso contrario)

Ligazón para o cuestionario para os/as mentees:

<https://forms.gle/pxjTXNxv12C5hjfc6>

Restrxinxido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Mariam** (agachar en caso contrario)

 Caderno de mentores/as 2019-20

Curso de formación en competencias transversales orientadas al MEET-Uvigo

Restrxinxido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a un grupo en **Formación 1** (agachar en caso contrario)
GRUPO I: Tecnologías de la Telecomunicación, Lenguas Extranjeras y Ciencias del Mar.

1. PRESENTACIÓN

 Sesión 1. Presentación MEET-UVigo

2. GESTIÓN DEL TIEMPO

 Gestión del tiempo I y II



Dinámicas

3. COMPETENCIAS INTERPERSONALES

4. COMPETENCIAS INTRAPERSONALES



Autoconocimiento



Inteligencia Emocional



Gestión Emocional

5. COMUNICACIÓN



Comunicación I



Comunicación II

6. MENTORÍA



Mentoring 1 día_1 y 2 sesión



Mentoring 2 día_3 sesión



Mentoring 2 día_4 sesión



Foto 1



Foto 2

7. PARTE NO PRESENCIAL



1. Ver dos películas y hacer una reflexión escrita



2. Lectura de dos libros y puesta en común de las reflexiones

Curso de formación en competencias transversales orientadas al MEET-Uvigo

Restringido No disponible a no ser que: Pertences a un grupo en **Formación 2** (agachar en caso contrario)
GRUPO II: Recursos Mineros y Energéticos, Energía, Economía y Química.

1. PRESENTACIÓN



Sesión 1. Presentación MEET-Uvigo

2. COMUNICACIÓN

3. COMPETENCIAS INTERPERSONALES



Inteligencia Social



Traballo en Equipo e Liderazgo



Motivación

4. COMPETENCIAS INTRAPERSONALES



Autoconocimiento



Intelixencia emocional

5. GESTIÓN DEL TIEMPO



Aprendizaxe e estudo



Xestión do tempo



Guía da Universitat de València



Grupo



Ovo difunto 1



Ovo difunto 2



Ovo sobrevivinte

6. MENTORÍA



1ª Sesión-Mentoring, Mentor, Mentee 39.9MB



2ª Sesión-Herramientas del Mentor 47.8MB

7. PARTE NO PRESENCIAL



1. Ver dos películas y hacer una reflexión escrita



2. Lectura de dos libros y puesta en común de las reflexiones

Encuestas de las formaciones de junio

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Mariam** (agachar en caso contrario)



Acceso Grupo I

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a un grupo en **Teleco, Filoloxía e Ciencias do Mar** (agachar en caso contrario)



Acceso Grupo II

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a un grupo en **Económicas, Minas e Química**

Encuestas de las formaciones de septiembre



Acceso Grupo I

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a un grupo en **Teleco, Filoloxía e Ciencias do Mar** (agachar en caso contrario)



Acceso Grupo II

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a un grupo en **Económicas, Minas e Química**

Personas coordinadoras del MEET-Uvigo

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Mariam** (agachar en caso contrario)



Datos de contacto de los coordinadores/as del MEET-Uvigo



Caderno de mentores/as

Agachar para os alumnos



Calendario de los procesos de mentoring

Agachar para os alumnos



Proyecto de voluntariado

MEET-Uvigo en el Grado de Ingeniería en Tecnologías de la Telecomunicación

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Teleco** (agachar en caso contrario)

Coordinador del MEET-Uvigo

Artemio Mojón Ojea
teleco.pat@uvigo.es
986 812 167

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo



Asignación grupos 20190912



Calendario MEET en Teleco

Material para las sesiones



Guía da Universitat de València



Test de perfil



Ginkana-Belbin

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees



Acta de la reunión 1



Acta de la reunión 2



Acta de la reunión 3



Acta de la reunión 4



Acta de la reunión 5



Acta de la reunión 6



Acta de la reunión 7



Acta de la reunión 8

MEET-Uvigo en el Grado de Lenguas Extranjeras

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Filoloxía** (agachar en caso contrario)

Coordinadora del MEET-Uvigo

Rosalía Rodríguez Vázquez
peermentoring.fft@uvigo.es

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees



Acta de la reunión 1



Acta de la reunión 2



Acta de la reunión 3



Acta de la reunión 4



Acta de la reunión 5



Acta de la reunión 6



Acta de la reunión 7



Acta de la reunión 8

MEET-Uvigo en el Grado en Energía y Grado en Recursos Mineros y Energía

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Minas** (agachar en caso contrario)

Personas coordinadoras del MEET-Uvigo

M^a Ángeles Saavedra González
Itziar Goicoechea Castaño
Eduardo Liz Marzán
eme.meet@uvigo.es

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo



Calendario dos procesos de mentoría

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees



Acta de la reunión 1



Acta de la reunión 2



Acta de la reunión 3



Acta de la reunión 4



Acta de la reunión 5



Acta de la reunión 6



Acta de la reunión 7



Acta de la reunión 8

MEET-Uvigo en el Grado en Química

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Química** (agachar en caso contrario)

Personas coordinadoras del MEET-Uvigo

Ignacio Pérez Juste
uviqpij@uvigo.es

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo

Agachar para os alumnos

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees

 Acta de la reunión 1

 Acta de la reunión 2

 Acta de la reunión 3

 Acta de la reunión 4

 Acta de la reunión 5

 Acta de la reunión 6

 Acta de la reunión 7

 Acta de la reunión 8

MEET-Uvigo en el Grado en Economía

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Económicas** (agachar en caso contrario)

Coordinadoras del MEET-Uvigo

Mercedes Vila Alonso
mvila@uvigo.es

Pilar Piñeiro García
pilar@uvigo.es

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo

Agachar para os alumnos

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees

 Acta de la reunión 1

-  Acta de la reunión 2
-  Acta de la reunión 3
-  Acta de la reunión 4
-  Acta de la reunión 5
-  Acta de la reunión 6
-  Acta de la reunión 7
-  Acta de la reunión 8

MEET-Uvigo en el Grado en Ciencias del Mar

Restringido Non dispoñíbel a non ser que: Pertences a **Ciencias do Mar** (agachar en caso contrario)

Coordinadora do MEET-Uvigo

Ángeles Peña Gallego
mpena@uvigo.es

Personal del Área de Formación e Innovación Educativa

M^a Ángeles Villar Lemos
innovacion.educativa@uvigo.es
986 812 035

Información sobre el MEET-Uvigo

Agachar para os alumnos

Actas de las reuniones desarrolladas con los/as mentees

-  Acta de la reunión 1
-  Acta de la reunión 2
-  Acta de la reunión 3
-  Acta de la reunión 4
-  Acta de la reunión 5
-  Acta de la reunión 6
-  Acta de la reunión 7
-  Acta de la reunión 8

Administración do curso

⚙ Editar a configuración

✎ Activar a edición

Usuarios

Informes

⚙ Axustes do libro de cualificacións

📊 Resultados

Insignias

📁 Copia de seguranza

📁 Restaurar

📁 Importar

Banco da pregunta

📁 Repositorios

PERSOAS



👤 Participantes

ÚLTIMAS NOTICIAS



Engadir un novo tema...

(Ningunha nova foi aínda comentada)

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Ángeles Saavedra González (Saír)
Inicio

Anexo 6-A.

Telemateria - Espazo común do primeiro curso do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

ENQUISAS-REUNIÓN RESPONDIDAS POLO ALUMNADO

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ PRIMERA REUNIÓN DEL PAT - ENCUESTA DE INICIO DEL PRIMER SEMESTRE ▶ PRIMERA REUNIÓN - ENCUESTA DE INICIO DEL CURSO ▶ View All Responses ▶ Summary ▶ View Default order

ADMINISTRACIÓN

- Questionnaire administration
- Editar a configuración
- ⚙️ Configuración avanzada
- ⚙️ Questions
- 🔍 Preview
- View All Responses
- Summary
- View Default order
- Ascending order
- Descending order
- Delete ALL Responses
- Download in text format
- List of responses
- Non-respondents
- Rexistros
- Copia de seguranza
- Restaurar

Administración do curso

Configuración avanzadaQuestionsPreviewView All ResponsesNon-respondents

SummaryList of responses

View Default orderAscending orderDescending orderDelete ALL ResponsesDescargar en formato de texto

View All Responses. Todos os participantes. View Default order ⓘ Responses: 1

PRIMERA REUNIÓN - INICIO DEL CURSO

Esta encuesta es anónima. Sin embargo, en algunas preguntas, dependiendo de tu respuesta, te pedimos tu dirección de correo electrónico, para contactar contigo o tener una reunión presencial.

1 Indica tu titulación de acceso al Máster

Response	Average	Total
Grado en Ingeniería de los recursos mineros y energéticos, intensificación Mineralurgia y metalurgia	100%	1
Total	100%	1/1

2 ¿ En qué asignaturas de las siguientes optativas te has matriculado?

Response	Average	Total
Procesos de Carboquímica y Petroquímica	20%	1
Energía térmica convencional y renovable	20%	1
Fundamentos de generación eléctrica	20%	1
Obtención y transformación de materiales metálicos	20%	1
Concentración de minerales	20%	1
Total	100%	5/1

3 ¿Has consultado la guía de cada una de las materias en las que te has matriculado?

Response	Average	Total
Si		0
Non	100%	1
Total	100%	1/1

4 ¿ Tienes algún problema de incompatibilidad de horarios de las asignaturas?

Response	Average	Total
Si	100%	1
Non		0
Total	100%	1/1

5 Si deseas tener una reunión presencial con tu tutor, indícalo en el cuadro de texto, incluyendo tu dirección de correo electrónico.

No responses for this question.

6 Si te ha surgido algún problema, o tienes alguna sugerencia o queja, por favor, indícala en el cuadro, incluyendo tu dirección de correo electrónico.

Response
Fui admitido en la segunda fase adjudicataria pero ya que soy estudiante extranjero apenas estoy esperando mi visa. kevinmorales06@hotmail.com

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
Obter a apli móbil

CORREOS ELECTRÓNICOS ENVIADOS A
TRAVÉS DO FORO DO ESPACIO MOODLE DE
COORDINACIÓN E PAT

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ BENVIDOS/AS Ó MASTER

❓

Buscar nos foros

ADMINISTRACIÓN

FORO DE NOTICIAS

BENVIDOS/AS Ó MASTER

Cursos Competencias Digitales---▶

Presentar respostas de forma aniñada 🔼

Mover esta discusión a ... 🔼

Mover

Fixar



BENVIDOS/AS Ó MASTER
por Teresa Rivas Brea - Monday, 16 de September do 2019, 17:57

Boa tarde:

Chámome Teresa Rivas. Son profesora do Máster en Enxeñaría de Minas, coordinadora do primeiro curso do Máster e tamén tutora do PAT desta titulación.

Douvos a benvida, esperando que este ano se cumpran as expectativas que vides de poñer nesta titulación e escola.

Todos e todas tedes acceso a este espazo común do primeiro curso, que servirá para comunicarnos e para enviar novas e expor suxerencias ou queixas e, como podedes comprobar, tamén para aloxar as actividades do Plan de Acción Tutorial que, no máster, concíbense de maneira telemática.

Invítovos a consultar toda a información incluída neste espacio e quedo á vosa disposición, como vosa tutora, para todo o que necesitedes.

Saúdos cordias,

Teresa

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

Cursos Competencias Digitales---▶

📄 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
Obter a apli móbil

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Cursos Competencias Digitales---

❓

Buscar nos foros

ADMINISTRACIÓN

FORO DE NOTICIAS

Cursos Competencias Digitales---

◀ BENVIDOS/AS Ó MASTER

Presentar respostas de forma aniñada

Mover esta discusión a ...

Curso estadística R ▶

Mover

Fixar



Cursos Competencias Digitales---
por Elena Alonso Prieto - Tuesday, 17 de September do 2019, 09:46

Estimados/as alumnos/as,

Os informamos de la oferta de cursos que oferta la Universidad de Vigo, gratis, en competencias digitales. Echad un vistazo, pues puede que alguno de los que se ofertan os resulten interesantes. Se imparten a lo largo del año, son gratis y se ofertan para toda la Universidad, por lo que si estáis interesados, enviad la solicitud cuando antes, puesto que hay 25 plazas por curso.

En el tríptico informativo tenéis la información sobre el contacto de información e inscripción.

Saludos,

Elena Alonso
Coordinadora del Máster Universitario en Ingeniería de Minas

 Cursos_Destrezas_Digitales.pdf

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

◀ BENVIDOS/AS Ó MASTER

Curso estadística R ▶

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
Obter a apli móbil

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Curso estadística R

🔍

ADMINISTRACIÓN

FORO DE NOTICIAS

Curso estadística R

◀ Cursos Competencias Digitales---

Charla Saidas Profesionais Enerxía Nuclear ▶

Presentar respostas de forma aniñada ▼

Mover esta discusión a ... ▼



Curso estadística R

por Teresa Rivas Brea - Tuesday, 24 de September do 2019, 13:17

Envío convocatoria de curso de estadística en R por si es de vuestro interés.

Saludos

Teresa

Estimada amiga:

Desde el Departamento de Estadística de la Universidad de Vigo impartimos durante el mes de octubre próximo un curso de Estadística con "R" para Investigadores, totalmente no presencial (y por ello compatible con otras actividades), que podría ser de interés para los alumnos del programa de doctorado que coordinas, por lo que te ruego que les hagas llegar la información que sigue si lo consideras oportuno; el plazo de inscripción está abierto hasta el 5 de octubre.

Saludos

Antonio Vaamonde

Está abierta hasta el 5 de octubre la inscripción en la novena edición del Curso de Formación de la Universidad de Vigo Estadística con "R" para Investigadores, de carácter totalmente no presencial, que se impartirá desde la plataforma de teledocencia de la Universidad de Vigo (Faitic) del 10 de octubre al 9 de noviembre de 2019.

El curso utiliza el programa estadístico "R", totalmente gratuito y accesible, que tiene una potencia de análisis muy superior a la de cualquier otro programa estadístico. El curso pretende enseñar a utilizar "R" para el tratamiento estadístico avanzado de datos a todos aquellos investigadores (doctorandos, profesores, técnicos, etc.) que pudieran necesitarlo. Para los alumnos de la Universidad de Vigo este curso equivale a 2 créditos de libre elección.

Incluye una breve introducción al programa R y las técnicas estadísticas de análisis multivariante más utilizadas en la investigación, con datos y ejemplos paso a paso, asequibles para usuarios de la Estadística no expertos. Es eminentemente práctico y aplicado, y se realizará de forma virtual mediante secuenciación de las unidades didácticas a través de la plataforma de teledocencia de la Universidad de Vigo, Faitic. El alumno puede elegir el día y hora de acceso a los materiales docentes, debiendo únicamente cumplir con los plazos máximos de envío de informes de prácticas y cuestionarios de evaluación.

El criterio de admisión es el orden cronológico de solicitud, y el coste de la matrícula 125 euros (parados y estudiantes -incluidos los de doctorado- 90 euros).

Más información (inscripción, contenidos, profesorado, etc) en la web de la Universidad de Vigo:

<https://bubela.uvigo.es/curso/3471>

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Cursos Competencias Digitales---

Charla Saidas Profesionais Enerxía Nuclear ▶

📄 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Charla Saídas Profesionais Enerxía Nuclear

🔍

ADMINISTRACIÓN 📄

FORO DE NOTICIAS

Charla Saídas Profesionais Enerxía Nuclear

◀ Curso estadística R

Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía" ▶

Presentar respostas de forma aninada ▼

Mover esta discusión a ... ▼



Charla Saídas Profesionais Enerxía Nuclear

por Elena Alonso Prieto - Thursday, 26 de September do 2019, 10:28

Estimados/as alumnos/as,

Os recuerdo, por si fuera de vuestro interés, que hoy a las 14:30 se imparte una charla de media hora sobre las salidas profesionales en el sector de la ingeniería nuclear.

Conferencia: "Empleo e atracción de talento no Sector Nuclear"

Data e hora: Xoves, 26 de setembro de 2019

Lugar: Aula M211 da Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía

Hora: 14:30 a 15:00 (antes do "Curso Básico de Fusión Nuclear")

Conferenciante: Alfonso Barbas Espa

Saludos,

Elena

 Presentación_Pantalla_Salidas_Profe_Nuclear_26_SETP_2019.pdf

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Curso estadística R

Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía" ▶

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía"

?

Buscar nos foros

ADMINISTRACIÓN🔗

FORO DE NOTICIAS

Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía"

◀ Charla Saídas Profesionais Enerxía Nuclear

Presentar respostas de forma aniñada▼

Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"▶

Mover esta discusión a ...▼

Mover

Fixar



Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía"
por Elena Alonso Prieto - Thursday, 17 de October do 2019, 16:45

Estimados/as alumnos/as do Máster en Enxeñaría de Minas,

O Enlace de Igualdade do centro organizou a Xornada **"A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía: unha mirada da experiencia persoal"**, actividade organizada pola Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía e financiada pola Unidade de Igualdade da Universidade. Durante a xornada falarase dos problemas que teñen as mulleres enxeñeiras para acceder e desenvolver a súa profesión no campo da **enxeñaría mineira e da enxeñaría da enerxía**. Achégase cartel informativo da xornada, que terá lugar o **25 de outubro (adxúntase folleto informativo)**.

O profesorado que imparte docencia o venres 25 de outubro está informado e recuperará as clases máis adiante. recuperaránse outro día.

A inscrición (de balde) realízase na ligazón <https://forms.gle/6gXNtaSjAcvZmJG77>, enviando un correo electrónico a eme@uvigo.es ou chamando ao 986811922.

É unha **oportunidade única** de coñecer de primeira man a experiencia de mulleres, enxeñeiras de minas, neste ámbito.

Saúdos cordiais,

Elena Alonso

Coordinadora do Máster en Enxeñaría de Minas

 XORNADA MULLER ENXEÑARÍA_interactivo.pdf

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

◀ Charla Saídas Profesionais Enerxía Nuclear

Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"▶

📄 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
Obter a apli móbil

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"

?

Buscar nos foros

ADMINISTRACIÓN



FORO DE NOTICIAS

Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"

◀ Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía"

Seminario Cálculo Huella Carbono ▶

Presentar respostas de forma aninada

Mover esta discusión a ...

Mover

Fixar



Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"

por Elena Alonso Prieto - Thursday, 24 de October do 2019, 14:31

Estimados/as alumnos/as,

Os informo que mañana, viernes, 26 de octubre, se suspende la clase de la materia Enerxía Térmica Convencional e Renovable, recuperándose la docencia otro día.

Saludos cordiales,

Elena Alonso

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

◀ Xornada "A Muller na profesión de Enxeñaría de Minas e Enerxía"

Seminario Cálculo Huella Carbono ▶

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
Obter a apli móbil

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Seminario Cálculo Huella Carbono

🔍 Buscar nos foros

ADMINISTRACIÓN

FORO DE NOTICIAS

Seminario Cálculo Huella Carbono

◀ Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"

[Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas](#), [Premios Colegio Ingenieros Minas](#) ▶

Presentar respostas de forma anónima ▼

Mover esta discusión a ... ▼

Mover

Fixar



Seminario Cálculo Huella Carbono

por Elena Alonso Prieto - Friday, 8 de November do 2019, 10:27

Estimado alumnado,

Envío en fichero adjunto, por si fuera de vuestro interés, información sobre la celebración de un Seminario sobre la huella de carbono en el sector transporte (reducción, compensación, cálculo). Dicha actividad se realizará en las siguientes condiciones:

Seminario: "La huella de carbono en el sector transporte"

Día/hora: viernes, 15 de noviembre, en horario de 16:00 a 20:00 horas

Lugar: Aula de Grados de la Escuela de Ingeniería de Minas y Energía

É necesario realizar inscripción enviando un mail á dirección eme.negociado@uvigo.es. Se entregará Diploma de asistencia.

Saludos cordiales,

Elena Alonso

Coordinadora del Máster Universitario en Ingeniería de Minas

 Folleto_Seminario_Huella_Carbono.pdf

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Suspensión clase "Enerxía Térmica Convencional e Renovable"

[Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas](#), [Premios Colegio Ingenieros Minas](#) ▶

📘 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)

V09M148V01

[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

ADMINISTRACIÓN 🗒

FORO DE NOTICIAS

Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas. Premios Colegio Ingenieros Minas



Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas. Premios Colegio Ingenieros Minas

por Elena Alonso Prieto - Friday, 29 de November do 2019, 08:31

Estimados/as alumnos/as,

El **martes 3 de diciembre**, dentro de las actividades de celebración de nuestra patrona, Santa Bárbara, está invitado al centro el Decano del Colegio de Ingenieros de Minas del NE (COIMNE) para impartir dos charlas. Esta actividad forma parte de las actividades de **orientación profesional** que se conciben de forma específica para el alumnado del Máster, por lo que es especialmente relevante que participéis y asistáis. En el caso de los alumnos que estáis matriculados en Ingeniería de Taludes, nos hemos puesto en contacto con el profesor, para que facilite vuestra asistencia al acto. Tenéis la información en el folleto adjunto. La información básica es la siguiente:

A partir de las 12:00 horas en el Aula de Grados, se impartirán dos charlas. Una sobre la **transición energética** y otra sobre las **salidas profesionales de los egresados del Máster en Ingeniería de Minas**, así como la **profesión regulada** de Ingeniero/a de Minas.

Además el COIMNE hará **entrega de dos Premios**, entre el alumnado de nuevo ingreso en el Máster en Ingeniería de Minas en la Universidad de Vigo en el 2019/20. Cada premio está dotado con 500€.

- I Premio ao Mellor Expediente de acceso ao Máster Universitario en Enxeñaría de Minas desde o Grao en Enxeñaría da Enerxía da UVIGO
- I Premio ao Mellor Expediente de acceso ao Máster Universitario en Enxeñaría de Minas desde o Grao en Enxeñaría dos Recursos Enerxéticos e Mineiros da UVIGO

Saludos y Feliz Santa Bárbara

Elena Alonso

 Presentación_MUEM_SB_2019.pdf

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ▶ Os meus cursos ▶ V09M148V01 ▶ Xeral ▶ FORO DE NOTICIAS ▶ Minería Sostible---10 DICIEMBRE--13 horas

🔍

ADMINISTRACIÓN

FORO DE NOTICIAS

Minería Sostible---10 DICIEMBRE--13 horas

◀ Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas. Premios Colegio Ingenieros Minas

Recordatorio Charla Minería Sostenible--martes 10 diciembre ▶



Minería Sostible---10 DICIEMBRE--13 horas

por Elena Alonso Prieto - Thursday, 5 de December do 2019, 09:35

Estimados/as alumnos/as,

El **martes 10 de diciembre**, dentro de las actividades de celebración de nuestra patrona, Santa Bárbara, está invitado al centro el Director de CAVISA, primeira empresa en España en obtener la certificación AENOR de normativa sobre gestión mineira sostible "UNE 22480:2019 Sistema de gestión minera sostenible" y "UNE 22470:2019 Sistema de gestión minero-mineralúrgica-metalúrgica sostenible"

Esta actividad forma parte de las actividades de **orientación profesional** que se conciben de forma específica para el alumnado del Máster, por lo que es especialmente relevante que participéis y asistáis. En el caso de los alumnos que estáis matriculados en Ingeniería de Taludes, nos hemos puesto en contacto con el profesor, para que facilite vuestra asistencia al acto.

A partir de las **13:00 horas en el Aula de Grados**, se impartirán dos charlas.

13:00 horas. Conferencia. "Minaría e Sostibilidade". Impartida por Juan José López Muñoz, Director de Caolines de Vimianzo, CAVISA.

13:45 horas. Conferencia. "A aplicación da normativa UNE sobre xestión mineira sostible para a empresa CAVISA", impartida por Luisa Álvarez Zaragoza, Directora de Pedra Ingeniería, S.L.

Os esperamos,

Saludos,

Elena Alonso

Coordinadora del Máster Universitario en Ingeniería de Minas

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Salidas profesionales Máster Ingeniería Minas. Premios Colegio Ingenieros Minas

Recordatorio Charla Minería Sostenible--martes 10 diciembre ▶

📄 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)
V09M148V01
[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

[Inicio](#) ► [Os meus cursos](#) ► [V09M148V01](#) ► [Xeral](#) ► [FORO DE NOTICIAS](#) ► [Información Becas](#)



ADMINISTRACIÓN 

FORO DE NOTICIAS

Información Becas

◀ Recordatorio Charla Minería Sostenible--martes 10 diciembre

Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante ►

▼

▼



Información Becas

por Elena Alonso Prieto - Monday, 3 de February do 2020, 14:15

Estimado alumnado,

Se remite información que pudiera ser de vuestro interés sobre una convocatoria de becas.

O/A Sección de Bolsas publica o seguinte aviso:

Convocatoria de bolsas para o inicio de estudos de máster curso 2019/2020

O prazo de presentación de solicitudes remata o 21 de febreiro.

Pode consultalo en <https://secretaria.uvigo.gal/uv/web/avisos/aviso/show/25900>

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Recordatorio Charla Minería Sostenible--martes 10 diciembre

Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante ►

 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)

V09M148V01

[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

Inicio ► Os meus cursos ► V09M148V01 ► Xeral ► FORO DE NOTICIAS ► Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante



ADMINISTRACIÓN 

FORO DE NOTICIAS

Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante

◀ Información Becas

MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT ▶

Presentar respuestas de forma anónima ▼

Mover esta discusión a ... ▼



Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante

por Elena Alonso Prieto - Tuesday, 3 de March do 2020, 09:06

Estimados/as alumnos/as,

Como en cursos anteriores, la empresa SIKA organiza unas Jornadas Técnicas sobre tecnologías de sostenimiento de excavaciones subterráneas. Estas Jornadas (se adjunta tríptico), se celebran los días **26 y 27 de marzo en La Ribera del Folgoso (León)**, en las instalaciones de la Fundación Santa Bárbara, y no tienen coste para el alumnado (incluido alojamiento, comida y transporte). Es una oportunidad única para conocer la tecnología del sostenimiento y cómo se coloca en espacios reales.

Para la asistencia a las Jornadas tienen preferencia de asistencia los estudiantes del Máster en Ingeniería de Minas . Las Jornadas están organizadas de forma que participan también estudiantes de las Escuelas de Ingeniería de Minas de Oviedo, Madrid y León, por lo que constituyen un espacio de relación con otros estudiantes de las mismas titulaciones en España.

Se abre un plazo hasta el **día 6 de marzo para que, el alumnado interesado en asistir, envíe un correo a ealonso@uvigo.es**, indicando el número de DNI y el número de calzado para organizar los EPI's.

Adjunto envío el programa de las jornadas Sika 2020. Este año como novedad se contará con la participación de la empresa constructora vasca de túneles y obra subterráneas LURPELAN, con amplia experiencia en la ejecución de grandes proyectos de túneles carreteros y de las líneas de alta velocidad.

Avisad si teneis alguna duda al respecto.

Saludos,

Elena Alonso

Coordinadora del Máster Universitario en Ingeniería de Minas

 SIKA_2020.pdf

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

◀ Información Becas

MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT ▶

 Moodle Docs para esta páxina

Vostede accedeu como Teresa Rivas Brea (Sair)

V09M148V01

[Obter a apli móbil](#)

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

ADMINISTRACIÓN 📄

FORO DE NOTICIAS

Participación alumnado

◀ MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT

Presentar respostas de forma aniñada 🔼

Mover esta discusión a ... 🔼

Mover

Fixar



Participación alumnado
por Elena Alonso Prieto - Tuesday, 30 de June do 2020, 15:44

Estimados/ as alumnos e alumnas,

Como sabedes está aberto o prazo para realizar as enquisas de satisfacción das titulacións . As enquisas realízanse a través de secretaría virtual: <https://seix.uvigo.es/uvigo.sv/>, na aplicación " *Enquisas de Grao e Máster*".

Para os responsables da titulación é unha información valiosísima que nos permite identificar problemas, cuestións que non están ben resoltas e actuar para melloralas. Tamén permite identificar outras cuestións que están ben resoltas, o que xustifica seguir traballando na mesma liña.

O ano pasado a participación chegou a ser do 100% para o estudantado do Máster en Enxeñaría de Minas e nos gustaría este ano contar de novo coa participación de todas e todos, porque implica coñecer con máis detalle vosa percepción e valoración sobre como se está desenvolvendo a titulación.

Como estudantado do Máster en Enxeñaría de Minas, agradeceríámosvos enormemente a vosa participación na realización das devanditas enquisas.

Moitísimas grazas,

Elena Alonso
Coordinadora do Máster

Ligazón permanente | Editar | Eliminar | Responder

◀ MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT

Anexo 6-B.

**Correos electrónicos enviados e recibidos durante o
estado de alarma e confinamento derivados da
pandemia polo COVID-19**

Espazo común do PRIMEIRO CURSO do Máster Universitario en Enxeñaría de Minas

ADMINISTRACIÓN 

▼ Administración do foro

- [Editar a configuración](#)
- [Rexistros](#)
- [Copia de seguranza](#)
- [Restaurar](#)
- ▶ Modo de subscrición
 - [Amosar/editar os subscritores actuais](#)

▶ Administración do curso

FORO DE NOTICIAS

MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT

◀ [Jornadas SIKA--abierto plazo 6 marzo--importante](#)

Presentar respostas de forma aniñada

▼

Mover esta discusión a ...

▼

[Mover](#)

[Fixar](#)



MASTER EM-INCIDENCIAS CONFINAMIENTO-PAT
por [Teresa Rivas Brea](#) - Tuesday, 7 de April do 2020, 16:07

Buenas tardes a todos y todas.

Espero, en primer lugar, que os encontréis bien de salud, tanto personalmente como vuestras personas queridas.

Os escribo como coordinadora del PAT para pedir os que contéis con este espacio para comunicar incidencias que hayan surgido o puedan surgir relativas a la docencia virtual durante esta situación de confinamiento.

Tengo constancia de que la docencia de las materias correspondientes a este segundo cuatrimestre (y que afectan a primer curso del master) está siendo impartida de manera virtual utilizando diferentes estrategias: campus remoto, moodle, etc...

Quisiera que me confirmarais varias cuestiones. La primera es saber si alguno de vosotros tiene problemas serios para poder seguir la docencia en entorno virtual, ya sea por no disponer de equipo informático o tener problemas de conexión. Con problemas serios me refiero a aquellos que imposibilitan acceder a algún recurso digital o conectarse al campus remoto de manera estable. Por favor, si alguien está en esta situación, ruego que me envíe un correo electrónico personal a trivas@uvigo.es especificando el tipo de problema concreto.

En segundo lugar, os pediría que me trasladárais a través de este foro o por correo personal cualquier incidencia relacionada con la docencia que consideréis importante o cualquier sugerencia de mejora. Podéis plantearlas también en las dos encuestas pendientes del PAT (SEGUNDA Y TERCERA REUNIÓN) que están todavía abiertas.

Muchas gracias,

Un saludo cordial y mucho ánimo.

Teresa

[Ligazón permanente](#) | [Editar](#) | [Eliminar](#) | [Responder](#)

Curso academico

1 mensaje

14 de abril de 2020, 12:21

Para: Teresa Rivas <trivas@uvigo.es>

Buenos días Teresa,

Te escribo para decirte que estoy un poco descontenta con el transcurso del curso. He visto que hoy se han publicado las nuevas guías docentes y que casi ningún profesor ha quitado peso al examen final, y por tanto, tampoco le han dado más valor a la evaluación continua. Algunos profesores como los de Matemáticas Avanzadas sí que han adaptado sus clases e incluso han incluido tests que puntúan a mayores, favoreciéndonos.

Sin embargo, en asignaturas como la de Ingeniería del Agua, la evaluación continua puntúa un 50%. Teniendo en cuenta que los casos prácticos que nos explicaron en menos de una hora valen un 40% de la evaluación continua y que todos los ejercicios de excel que llevamos entregando cada semana desde que empezó el confinamiento valen un 10%, creo que sería más lógico quitarle peso al examen final. Puesto que todos los ejercicios de excel los hemos hecho de forma totalmente autónoma sin explicación ninguna por parte de los profesores de la asignatura, ni por faitic ni por el campus virtual. Simplemente nos envían los resultados numéricos para que comprobemos que nos dan bien antes de enviarlos.

No se si tengo derecho a quejarme de estas cosas y entiendo que cada profesor puede decidir lo que cree más conveniente para su asignatura.

Un saludo, muchas gracias por tu atención



**Confinamiento**

4 mensajes

9 de abril de 2020, 18:55

Para: Teresa Rivas <trivas@uvigo.es>

Buenas tardes Teresa,

Sobre lo que comentabas en lo relativo a las conexión yo no he tenido ningún problema grave, las clases virtuales están yendo bien y las puedo seguir sin problema. El motivo del correo es más bien una duda sobre la evaluación, que supongo que será algo que aún se está debatiendo, pero querrá saber si los exámenes se van a mover de fechas, o a realizar online o a substituirse por evaluación continua a través de los trabajos realizados y los ejercicios que entregamos en algunas asignaturas todas las semanas. Concentrarme cada día al final me cuesta un poco más y lo que más me frustra es esa incertidumbre.

Siento las molestias
Espero que estés bien de salud
Un saludo

Libre de virus. www.avg.com

Teresa Rivas <trivas@uvigo.es>

10 de abril de 2020, 12:39

Hola,

No sabemos muy bien cómo se resolverá la evaluación presencial. Lo que estamos intentando es descargar el mayor peso posible de la evaluación (en la medida en que el tipo de materia lo permite) en la evaluación continua a distancia; algunos coordinadores/as ya han solicitado modificar sus guías con este objetivo. Pero todavía no tenemos órdenes ni aclaraciones por parte del rectorado sobre cómo abordar la evaluación presencial.

No os preocupéis en exceso. Todas las órdenes que están llegando tienen muy en cuenta las dificultades del alumnado en abordar esta situación a distancia.

Os mantendremos informados/as.

Ánimo. Y cuídate mucho.

Tere

Teresa Rivas Brea
Escola de Enxeñaría de Minas e Enerxía -EME
Centro de Investigacións Tecnolóxicas e Industriais - MTI
Universidade de Vigo
Campus Lagoas Marcosende 36310 VIGO
00 34 988 811922 / 988 130211

A información incluída no presente correo electrónico é confidencial, sendo para o uso exclusivo do destinatario. En virtude do artigo 14 do Regulamento (UE) 2016/679 (RGPD) e do artigo 11 da Lei orgánica 3/2018 de protección de datos (LOPDGDD) informámosl e que os seus datos de contacto están sendo tratados baixo a responsabilidade da Universidade de Vigo coa finalidade de envío de resposta a comunicacións e contactos xenerados mediante o correo electrónico. Vostede ten dereito a solicitar, en calquera momento, o acceso, rectificación ou supresión dos seus datos persoais e a limitación do seu tratamento. Tamén terá dereito a opoñerse a dito tratamento así como a solicitar, salvo casos de interese público e/ou exercicio de poderes públicos, a portabilidade dos seus datos. Máis información en <https://www.uvigo.gal/proteccion-datos>

[El texto citado está oculto]

Libre de virus. www.avg.com

14 de abril de 2020, 12:07

Para: Teresa Rivas <trivas@uvigo.es>

Hola eresa,

En el segundo cuatrimestre, **ningún pro esor ha cambiado nada de la guía docente**, algunas asignaturas, como matemáticas por ejemplo, ya ten an mucho peso en la continua, pero otros, como por ejemplo explosivos, siguen igual, 70% examen y 30% ejercicios, entiendo que cada pro esor hace lo que cree más conveniente y aplica su libertad de cátedra, pero como las recomendaciones de la gu a docente salieron ayer y ya hab a acabado el plazo de modificación de la gu a docente, entiendo que no ten an las indicaciones pertinentes

Marta por ejemplo me escribió lo siguiente

"Hola [REDACTED] desde el centro nos dijeron que el cambio de guía docente tendría que enviarse el día 8 de Abril. Como yo no tenía esa directiva que llegó hoy, no lo he contemplado. Por lo tanto si el centro no me lo indica no lo puedo hacer. No lo puedo cambiar Julia. Si el centro me dice que lo puedo hacer, tendría que estudiarlo"

Entiendo que puede que haya más pro esores en las mismas circunstancias

Muchas gracias
Un cordial saludo
[REDACTED]De Teresa Rivas <trivas@uvigo.es>

Enviado viernes, 10 de abril de 2020 12:39

Para [REDACTED]

Asunto: Re: Confinamiento

[El texto citado está oculto]