

Yoga suave adaptado para mayores con integración de baile popular

Bellas artes

Descripción del Curso

Este curso ofrece una visión general de la asignatura, con énfasis en el desarrollo de habilidades de análisis, aprendizaje activo y aplicación práctica en contextos reales. Se propone fomentar capacidades para interpretar información, plantear preguntas relevantes y convertir el conocimiento en acción responsable. El curso está organizado en cuatro unidades: Unidad 1 – Fundamentos y conceptos clave; Unidad 2 – Métodos, herramientas y procedimientos; Unidad 3 – Aplicaciones prácticas y casos de estudio; Unidad 4 – Evaluación, reflexión y ética profesional. Objetivo general: formar estudiantes con capacidad de integrar conceptos teóricos y habilidades prácticas para resolver problemas, comunicarse de forma clara y trabajar de manera colaborativa. Específicos: - Desarrollar habilidades de lectura y análisis crítico de textos y fuentes; - Aplicar métodos y herramientas pertinentes para resolver problemas; - Comunicar ideas de manera clara y eficaz, de forma oral y escrita; - Trabajar de forma colaborativa, gestionando roles y responsabilidades; - Demostrar responsabilidad social y ética en la toma de decisiones; - Desarrollar autonomía de aprendizaje y capacidad para adaptarse a contextos cambiantes.

Competencias

- Pensamiento crítico y resolución de problemas: analiza información, evalúa evidencias y propone soluciones en contextos reales.
- Comunicación efectiva: expresa ideas de manera clara y precisa, tanto oral como escrita, y facilita la cooperación en equipos.
- Aprendizaje autónomo y gestión de la información: busca, analiza y utiliza fuentes confiables; aprende de forma independiente.
- Trabajo en equipo y gestión de proyectos: colabora, distribuye tareas, coordina esfuerzos y mantiene compromisos.
- Competencia digital y uso ético de tecnologías: emplea herramientas digitales responsablemente y con criterio crítico.
- Adaptabilidad y toma de decisiones en contextos complejos: aplica conocimientos a diversos escenarios y reflexiona sobre impactos éticos y sociales.

Requerimientos

- No hay restricción de edad; se orienta a estudiantes a partir de 17 años en adelante.

- Conocimientos básicos de lectura y escritura en español; capacidad para analizar textos y seguir indicaciones académicas.
- Acceso a un dispositivo con conexión a Internet y a herramientas ofimáticas para entregar trabajos (por ejemplo, PDFs, Word).
- Compromiso de dedicación semanal estimada entre 4 y 6 horas para estudio, trabajo individual y participación en actividades en línea o presenciales.
- Disponibilidad para realizar actividades en equipo, foros y evaluaciones parciales y finales dentro de las fechas establecidas.
- Necesidad de aprobar las evaluaciones y entregar los entregables en los formatos requeridos por la asignatura.