

CONSEJOS
de uso de
Microsoft Teams

INVESTIGAR
en la biblioteca UCA

ASEGURA
tu información

SOBRE UVA
Unidad de Vida
Académica

Habilidades
BLANDAS



**Alianzas
con Empresas**

Si su empresa desea realizar alguna oferta a la comunidad estudiantil de UCA, puede contactarse con el correo mercadeo@uca.ac.cr





10 consejos en el uso para Microsoft Teams



1. Mantenga su cámara y micrófono inactivados en reuniones, hasta que se solicite su participación.
2. En los contextos formales utilice un vocabulario adecuado.
3. Redacte mensajes claros y concisos.
4. Incluya los adjuntos a través del Drive del correo o enlaces Web.
5. Envíe mensajes solamente a las personas interesadas o involucradas en el tema.
6. Utilice el etiquetado de los destinatarios en los mensajes que escribe en los grupos creados en Teams.
7. Revise bien sus mensajes antes de enviarlos.
8. No espere respuesta inmediata a los correos electrónicos o chats debido a que son herramientas asincrónicas.
9. Sea puntual en el inicio de las reuniones programadas.
10. Debe avisar a los participantes si va a grabar la reunión.



¡ACTUALIZÁ TUS DATOS!

Ingrese al portal UCA Virtual y actualice:

- Correo electrónico
- Número de teléfono celular

De esta forma podremos brindarle soporte, además de que le será más sencillo mantener contacto con sus profesores.

Ingrese a UCA Virtual a través del enlace: www.uca.ac.cr e ingrese a la opción UCA Virtual en el menú Entorno UCA.



Si aún no tiene

sus Credenciales de MS Teams:

El MS Teams es la plataforma requerida para acceder a las lecciones virtuales, si aún no tiene sus credenciales, ingrese a www.uca.ac.cr/office y utilice su número de cédula para solicitar su usuario y contraseña; además podrá acceder a las instrucciones detalladas acerca de ¿Cómo instalar la plataforma e iniciar la sesión en la plataforma?

Investigar significa averiguar, indagar, buscar.

Pero... ¿Cómo investigar en tiempos de COVID-19 en la Biblioteca Rodolfo Valverde Segura?

A su disposición tenemos los siguientes recursos:

 **Biblioteca Digital E-libro** : Base de datos bibliográfica con 101 790 títulos disponibles, 1440 editoriales y 83 529 autores, todos a su disposición en cualquier momento y en cualquier lugar. Para ingresar siga las instrucciones del enlace: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2018/02/Plataforma-digital-e-libro.pdf>

En caso de presentar alguna dificultad con el ingreso contactar con el departamento de biblioteca al correo.

 **Guía Normas APA** : Pueden descargar un resumen de las Normas APA en el siguiente link <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/02/Normas-APA.pdf>

 **Tesis y libros en digital**: Contamos con tesis presentadas en la universidad; así como también con algunos libros y documentos académicos en formato digital. Para consultar listados de temáticas en específico envíe un correo biblioteca@uca.ac.cr

 **Capacitaciones virtuales** sobre citación en estilo APA, Cómo usar biblioteca digital e-libro, Bases de datos de acceso libre, cómo organizar mis referencias bibliográficas con el gestor bibliográfico Mendeley entre otras.

 **Servicio de referencia**: Para cualquier consulta relacionada con biblioteca pueden contactarnos.

“Una biblioteca no es un lujo, sino una de las necesidades de la vida” (Henry Ward Beecher)





¿EN QUÉ CONSISTE?

Es una plataforma que contiene más de 101 790 documentos a texto completo entre ellos, libros, artículos, investigaciones científicas y tesis doctorales de todas las disciplinas académicas.

FORMA DE INGRESO

1. Ingreso al sitio web de la universidad: www.uca.ac.cr
2. Ingreso a la sección BIBLIOTECA
3. Ir a E-libro.

ACCESO REMOTO

Le recordamos que puede ingresar desde cualquier lugar con el siguiente acceso:

Usuario: número de cédula

Contraseña: Primera **Letra** del primer apellido en **mayúscula** seguido de los últimos **4 dígitos** de su cédula (separadas con 0) y las letras **UCACR** (en mayúscula).

EJEMPLO:

Apellido: **M**artínez
 Usuario: **301110555**
 Contraseña:
M0555UCACR

Compatible con cualquier navegador

Lectura on-line y off-line

Compatible con programas de conversión texto-a-voz

Características de la plataforma:



Acceso simultáneo:

Siempre disponible, instantáneo y dinámico, con el buscador más sofisticado del mercado.



Descarga de contenidos:

Para diferentes dispositivos que sean compatibles con Adobe Digital Editions. Bluefire para lectura en dispositivos móviles iOS y Android.



Investigación avanzada:

e-Libro / Recursos Adicionales: Diccionario de la RAE, enciclopedias, biografías, mapas, bibliografía, en tiempo real. Herramientas tales como: Señaladores, resaltadores, anotaciones, etc.



ACADEMIA DE IDIOMAS

FLORENCIO DEL CASTILLO



kids

3 a 5 años

Los niños aprenderán el idioma de una forma muy divertida e interactiva. Se utiliza un enfoque que considera el desarrollo social, físico, emocional e intelectual de cada niño. Por esta razón el programa trabaja las inteligencias múltiples. Se aprende cantando y jugando.

6 niveles / Bimestral
2 horas clase por semana
2 horas trabajo aplicación

Tweens

6 a 12 años

Los estudiantes desarrollan destrezas orales, comprensión de lectura, escucha y escritura, por medio de actividades que construyen su independencia y confianza. El enfoque comunicativo es primordial y se combina con otras metodologías para reforzar el aprendizaje.

8 niveles / Bimestral
2 horas clase por semana
2 horas trabajo en plataforma.
Objetivo: A2 MCE

teens

13 a 17 años

El programa pretende crear comunicadores seguros y preparar a los estudiantes para un futuro exitoso. Se desarrollan habilidades globales que fomenten la colaboración y el pensamiento crítico.

8 niveles / Bimestral
4 horas clase por semana
4 horas trabajo en plataforma.
Objetivo: B1 MCE



CONSEJOS PARA ASEGURAR NUESTRA INFORMACIÓN



El Teletrabajo comenzó siendo una opción para distintos perfiles de colaboradores, sin embargo referente a la emergencia nacional e internación que vivimos con la pandemia las empresas han desarrollado esta modalidad en la cuál es segura porque nos mantienen en casa

sin embargo al no contar con una estructura en tecnología segura nos permite ser un blanco fácil para que accedan a nuestras cuentas en el presente artículo se va a desarrollar distintos consejos para que nuestra información se mantenga segura sin ninguna vulnerabilidad.



PROTEGER TUS CONTRASEÑAS: VERIFICACIÓN EN DOS PASOS

Las contraseñas protegen tu información más sensible, a la que más le interesa acceder a los hackers informáticos. Lo más básico es contar con una contraseña fuerte, que incluya mayúsculas, minúsculas, símbolos y números; pero también que evite patrones de teclado, como 1234, qwerty o nombres comunes y fechas.



SEGURIDAD PARA TU ORDENADOR: ANTIVIRUS Y FIREWALL

El antivirus es la protección básica que todo sistema debería tener. Su misión es detectar amenazas para tu equipo y bloquearlas, por su parte, el firewall o cortafuegos controla el acceso a la red del ordenador. Su misión es proteger la información que guarda el equipo bloqueando los ataques de quienes quieren acceder a ella, entre otras cosas.



MANTENER TU SISTEMA Y PROGRAMAS SIEMPRE ACTUALIZADOS

Mantener tu sistema y programas actualizados es una de las mejores maneras de evitar vulnerabilidades y es que buena parte de las actualizaciones están centradas en mejorar la seguridad del sistema. Son la respuesta de los fabricantes a las nuevas fórmulas que los ciberdelincuentes van encontrando para atacar tu equipo.



PROTEGER TU ROUTER Y CONSEGUIR UNA WI-FI MÁS SEGURA

El router es el punto de acceso de internet en tu casa. Entre otras cosas, es el encargado de distribuir la señal Wifi por la casa. Por eso mismo debes protegerlo para proteger los equipos de casa y evitar también que te "roben" el Wifi.

Ing. Daniela Madriz

Cosas que puedes hacer para elevar

tu MARCA PERSONAL



1. Reduce tu enfoque

- Dedicar un tiempo a discernir en qué quieres enfocarte y luego ponerlo en primer plano.
- Enfócate en habilidades, talentos y valores específicos, que provienen de tus múltiples roles.



2. Amplía tu red de contactos

- Conecta con personas que están fuera de tus funciones de trabajo y/o industrias.
- A través de estas nuevas líneas e industrias laborales, puedes encontrar nuevas oportunidades para establecer tu marca personal.
- Siguenos en LinkedIn: <https://bit.ly/3em6e87>



3. Prueba alternativas de mostrar tus habilidades

- Realiza artículos que desarrollen tu liderazgo intelectual.
- Comparte públicamente tus opiniones sobre temas importantes de la industria.
- Toma una posición en un evento actual.



4. Comparte tus habilidades y conocimiento con otros

- Tienes la oportunidad de impactar a las personas que te rodean.
- Mediante la tutoría: ya sea individualmente o a través de un grupo profesional.



Guía para el uso de un lenguaje inclusivo en Discapacidad

¡Hacia un lenguaje inclusivo, libre de prejuicios y discriminación!

USEMOS	EN VEZ DE...	¿POR QUÉ?
<ul style="list-style-type: none"> • Su nombre • Persona con discapacidad • Persona con parálisis cerebral 	<ul style="list-style-type: none"> • Víctima de polio • Sufre parálisis • Padece de invalidez • Lisiado • Paralítico • Tullido 	<p>Ese niño, niña, adolescente, joven adulto/a es ante todo persona, con características diversas como todos. Merece un trato igualitario, libre de discriminación. No es "víctima", ni es una persona enferma.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Su nombre • Persona sorda • Persona con discapacidad • Persona sordo ciego/a • Persona con sordo ceguera 	<ul style="list-style-type: none"> • Mudo • Mudito • Sordito • Sordomudo • El que no se comunica 	<p>Las personas sordas y las que tienen baja audición, se comunican usando la lengua de señas y otras formas gestuales. Las personas sordas pueden comprender necesidades propias y de otras, entonces no usemos expresiones como "sordo a las necesidades de la gente", para indicar cómo algunas personas o grupos de poder oyentes no logran comprender determinadas necesidades o demandas.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Su nombre • Persona con discapacidad. • Persona usuaria de silla de ruedas. • Un usuario o una usuaria de silla de ruedas 	<ul style="list-style-type: none"> • Confinado o relegado a una silla de ruedas. 	<p>Por nuestras características y formas de hacer las cosas, todas las personas nos desplazamos o movilizamos de manera diferente, sea en una silla de ruedas, con una andadera o un bastón. Todas las personas merecen acceder a la última tecnología en productos de apoyo.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Su nombre • Persona con discapacidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Portador de discapacidad • Enfermito • Uso de diminutivos: Carlitos, Anita. 	<p>La discapacidad es una condición determinada por factores personales y contextuales, es parte de la diversidad humana. No infantilizar a la persona.</p>

Propósito de esta guía:

- Construyamos mensajes positivos e inclusivos que reflejen nuestros cambios actitudinales.



Acércate a la UVA

Unidad de Vida Académica



Nuestra razón de ser es que cada estudiante cuente con acompañamiento y apoyo integral durante su vida universitaria.



La Unidad de Vida Académica (UVA-UCA) es la instancia universitaria encargada de atender los denominados asuntos estudiantiles. Su principal objetivo es promover el desarrollo personal, académico y social de cada uno (a) de los estudiantes de la Universidad Florencio del Castillo, desde una perspectiva integral.

La UVA pone a disposición de la población estudiantil un conjunto de servicios de apoyo relacionados con cuatro áreas básicas: desempeño estudiantil, orientación vocacional, asesoría académica curricular y becas estudiantiles. Además, se incluye -como una línea estratégica- el seguimiento de la condición laboral de las personas graduadas de la Universidad Florencio del Castillo.

UVA-UCA brinda, también, asesoría y acompañamiento en el desarrollo de proyectos o actividades por parte de la comunidad académica relacionados con el área de Vida Estudiantil y procurará la capacitación del personal UCA en materia de discapacidad, hostigamiento sexual y otras; fundamentalmente en términos de normativa y procedimientos institucionales vigentes. Asimismo, es la instancia responsable del registro de las Asociaciones Estudiantiles que surjan en las distintas

carreras ofrecidas en la Universidad, así como de su inscripción y seguimiento.

La Unidad atiende aspectos centrales de la vida estudiantil, articulando tres momentos: el ingreso a carrera y la adaptación al entorno universitario, el cumplimiento del plan de estudios y desarrollo de actividades conexas y, por último, la incorporación al mercado laboral de las distintas carreras y la valoración de la formación recibida en la Universidad Florencio del Castillo, en función de la calidad del ejercicio profesional logrado.

Adicionalmente, la UVA hace intervenciones psicológicas en algunos estudiantes que requieran atención por una condición inmediata que le afecte en su quehacer universitario.

Recientemente esta unidad asume la responsabilidad de generar un acompañamiento en todo el proceso de los estudiantes en el dinamismo de los trabajos comunales universitarios.

Les invitamos a tener un acercamiento con esta Unidad para fortalecer el sentido de pertenencia en Universidad Florencio del Castillo.

Lic. Orlando Solano Esquivel

Es momento de ir pensando en tu **TRABAJO COMUNAL UNIVERSITARIO.**

El desarrollo del Trabajo Comunal Universitario (TCU) tiene como fin sensibilizar al estudiante sobre la importancia de contribuir con la sociedad, aportando el conocimiento adquirido durante su proceso de formación y aplicando éste en la investigación y/o resolución práctica de problemas nacionales o comunales, ya sea en forma total o parcial.

El T.C.U. es un requisito indispensable para la graduación, mismo que se solicita en el grado de Bachillerato. Si desarrolló el TCU en otra Universidad, puede tramitar el reconocimiento solicitando en la Universidad de procedencia una certificación firmada, con sello de agua y los timbres correspondientes para presentarla en la Sede de la UCA más cercana.

El proceso para desarrollar el proyecto tiene como requisito tener al menos la mitad del plan de estudios de la carrera. Para el registro y elaboración de la propuesta se tramita por medio de la plataforma TCU, link <http://tcu-virtual.ucacr.com>; donde debe registrarse, crear el usuario, contraseña y completar la información solicitada.

En la plataforma se encuentra la sección de anteproyecto e informe final, es un espacio editable que permite al estudiante elaborar los diferentes informes. Por otro lado, se encuentra el manual de usuario de la plataforma, reglamento, videos y las plantillas de los diferentes documentos que solicita la Universidad para

descargar, completar y presentar en la institución para la firma y sello correspondiente, el supervisor lo asigna la institución donde usted va a realizar el TCU.

El lugar para ejecutar el TCU tiene que ser sin fines de lucro, por ejemplo, escuelas, colegios, hospitales, red de cuido, centros de adaptación social, Cuerpo de Bomberos, Cruz Roja, Asociaciones de Desarrollo, fundaciones, Iglesias, Municipalidades, Comités de Deportes, Albergues, entre otros.

El TCU puede realizarse en grupos, máximo cinco estudiantes. Sin embargo, los proyectos que requieran la participación de dos o más alumnos, deberá justificarse claramente dicha necesidad en el planteamiento del proyecto. Además, pueden ser estudiantes de diversas carreras, es decir, un TCU interdisciplinario.

No puede ejecutarse en el lugar de trabajo del estudiante y no deberá interpretarse como una práctica profesional, es decir, el TCU tiene como objetivo el bien social.

Para realizar consultas, en la plataforma de TCU está disponible la sección de Contáctenos, el estudiante debe completar el formulario y automáticamente llegará a los responsables de la Unidad de Vida Académica.





Las Habilidades Blandas que más necesitan las empresas.

Las más buscadas según:



- Mentalidad de crecimiento.
- Creatividad
- Dominio del enfoque
- Innovación
- Habilidades de comunicación
- Narración (Storytelling)
- Conciencia cultural
- Pensamiento crítico
- Liderazgo
- Inteligencia emocional



- Creatividad
- Persuasión
- Colaboración
- Adaptabilidad
- Inteligencia emocional



- Solución de problemas complejos
- Pensamiento crítico
- Creatividad
- Gestión de Talento
- Coordinación con otros
- Inteligencia emocional
- Juicio y toma de decisiones
- Orientación de los servicios
- Negación
- Flexibilidad cognitiva



- Empatía
- Resiliencia
- Inteligencia emocional
- Inspiración
- Conexión cultural
- Construir relaciones
- Gestionar cambio
- Orientación en aprendizaje
- Resolver problemas
- Comunicación
- Trabajo en equipo

Las habilidades blandas que coinciden



Creatividad



Inteligencia emocional



Pensamiento crítico

Pensamiento 360



Colaboración

Coordinación con otros



Conexión cultural

Conciencia cultural



Aprovecha el Curso Virtual de la UCA para aprender y fortalecer tus habilidades blandas, para que estés mejor preparado.



Empresas con CONVENIOS

Empresas que unen para ofrecer a sus asociados oportunidades de crecimiento profesional, con un descuento en el costo de las materias*.

¿Cómo puedo aplicar para un descuento?

Cada cuatrimestre, al realizar la matrícula debes presentar en el Departamento Financiero o en tu sede respectiva, una constancia que indique eres miembro de la entidad que te brinda el beneficio.

¿Cómo puede mi empresa obtener este beneficio para sus colaboradores?

El primer paso es que el encargado de convenios de la empresa interesada, envíe un correo manifestando su interés a convenios@uca.ac.cr. Posteriormente se le guiará paso a paso.

Notas: Aplican restricciones. Únicamente para materias regulares. El descuento no es acumulativo. Aplica para todas las sedes. Aplica para pagos de contado. Si requiere financiamiento, consulte al teléfono 2551-1895.

Instituciones con las que actualmente tenemos convenio:



Beneficios para el asociado, conyugue e hijos.

* Incluye todas las carreras en los niveles de Bachillerato, Licenciatura, Maestría y Academia de Idiomas. Para más información visitar la página web de la UCA y en la empresa con la que se tiene el convenio.

JUNIO

08/6/20 al 13/6/20: Se inicia curso virtual de APA, para estudiantes preinscritos en Salidas de Graduación.

15/6/20: Último día de pago, segunda mensualidad, sin recargo.

22/6/20: Lección de inducción y bienvenida a estudiantes de primer ingreso. Se realizará de forma virtual, a las 5:30 p.m. (Semana 7, académica).

27/6/20: Aplicación de la segunda prueba de grado, a las 2:00 p. m.

JULIO

13/7/20 al 18/7/20

- Evaluación académica (semana 10, académica).
- Finaliza bimestre de Técnicos.

15/7/20: Último día de pago, segunda mensualidad, sin recargo.

13/7/20 al 17/8/20: Período de pago e inscripción de la III Graduación de 2020. Para inscribirse en esta graduación, todos los estudiantes deberán haber concluido y aprobado el TCU, a más tardar el 17 de agosto. Asimismo, los requisitos académicos (plan de estudios y Salidas de Graduación), como máximo al 31 de agosto de 2020. Es importante aclarar que la inscripción vence el 17 de agosto; pero los requisitos académicos podrán ser terminados el 31 de agosto, como fecha límite. **Esto no significa prórroga del período: quien no matricula al 17 de agosto queda excluido de graduación.**

18/7/20: Aplicación de la tercera prueba de grado, a las 2:00 p. m.

20/7/20 al 25/7/20: Matrícula de Técnicos y exámenes de ubicación de Academia de Idiomas.

25/7/20: Feriado Área Administrativa.
Se imparten lecciones normalmente.

27/7/20 al 01/8/20

- Inicio de Técnicos.
- Periodo matrícula extraordinaria de Técnicos.

31/7/20

- 25 Aniversario de la Universidad Florencio del Castillo.
- Aplicación de exámenes por suficiencia de todas las carreras.

AGOSTO

01/8/20: Se imparten lecciones normalmente.

03/8/20 al 05/9/20: Matrícula ordinaria, III Cuatrimestre de 2020, materias regulares y cursos por suficiencia.

10/8/20 al 17/8/20: Período de matrícula para las diferentes salidas de graduación del III Cuatrimestre de 2020. Se advierte de que se debió hacer la prematrícula, del 25/5/20 al 30/5/20.

15/8/20: Último día de pago, segunda mensualidad, sin recargo.

15/8/20: Feriado. La Universidad permanecerá cerrada.

17/8/20 al 22/8/20: Fecha límite para solicitar congelamiento y descongelamiento de Salidas de Graduación (pruebas de grado, tesis y otras) y anteproyectos.

22/8/20: Finaliza II Cuatrimestre 2020.

29/8/20: Último día para cargar las actas del II Cuatrimestre de 2020 en el sistema.



Por un país más accesible...

DONA CUALQUIER TIPO DE TAPA PLÁSTICA AQUÍ



DONATAPA es un proyecto de la Red Costarricense de Turismo Accesible que trabaja en crear playas modelo accesibles a través del reciclaje de tapas plásticas, las cuales se recolectan, reciclan y procesan para hacer madera plástica

¿Ya nos tienes en tus contactos?



6177-3300





DEFENSA PERSONAL

CUPO LIMITADO

HORARIO

MIÉRCOLES 3:00PM A 5:00PM

JUEVES 3:00PM A 5:00PM

SABADOS 3:00PM A 5:00PM

INVERSIÓN BIMESTRAL: \$ 30 000



LUGAR: ACADEMIA IN NEH KWAN

RESERVA YA: 85592166 / 85518678

