



## VICERRECTORADO DE ESTUDIOS ESTUDIOS PROPIOS

### **13341 - I CURSO DE PRODUCTIVIDAD PERSONAL Y ESTRATEGIAS ÁGILES DE ORGANIZACIÓN** (1 Edición)

#### **Área de conocimiento**

---

- Ciencias Sociales y Jurídicas

#### **Áreas vinculadas a la actividad**

---

- Ciencias
- Artes y Humanidades
- Ingeniería y Arquitectura
- Ciencias Sociales y Jurídicas
- Ciencias de la Salud

#### **Promotores UMU de la actividad**

---

- CENTRO DE ESTUDIOS ECONÓMICOS Y EMPRESARIALES

#### **Datos básicos**

---

**Créditos**

3 ects

**Horas por ECTS**

25 horas

**CRAU**

1 créditos CRAU

**Nº de ediciones consecutivas**

4 ediciones

**Porcentaje Presencialidad**

0 %

**¿Hay presencialidad física?**

No

**Teléfonos de contacto**

868883734 - 868883818

**Email de contacto**

ceee@um.es

#### **Justificación del estudio propio, para publicidad**

---

La productividad personal no sólo depende de los conocimientos adquiridos, sino también de un conjunto de habilidades y capacidades personales conocidas como Soft Skills (competencias blandas) que están relacionadas con la perspectiva social y emocional e incluyen habilidades sociales y de comunicación, rasgos de la propia personalidad, actitudes e inteligencia social y emocional, entre otras. Estas habilidades es posible entrenarlas para conseguir tus objetivos, aumentando tu capacidad para moverte en el entorno, trabajar bien con otras personas y, en definitiva, mejorar tu productividad y tu satisfacción personal y profesional. De hecho, es



### ***Justificación del estudio propio, para publicidad***

---

ampliamente conocido que las Soft Skills representan uno de los principales aspectos para aumentar la empleabilidad de las personas así como su competitividad y productividad en el ámbito laboral (Remedios, 2012).

En este curso abordamos aquellos ámbitos que ejercen una influencia más directa en la productividad y en la organización personal, buscando el ganar agilidad y eficacia en lo que se hace y en las relaciones con los demás. Más concretamente, este curso te permitirá obtener, entre otros, los siguientes beneficios:

- Descubrir cómo ser más productivo/a añadiendo propósito
- Superar tus bloqueos
- Defenderte del secuestro emocional que impide tu productividad
- Manejar estrategias ágiles basadas en las filosofías Kaizen, Kanban y Lean
- Ganar más seguridad, confianza y serenidad para reducir tu nivel de dispersión
- Gestionar mejor los imprevistos
- Desarrollar habilidades para mantener relaciones y conversaciones ágiles

Además, con nuestro proyecto de aplicación práctica a través de Mini Coaching Automatizado haremos que cada participante en el curso logre integrar una práctica diaria corta y constante.

El curso tiene una duración de cinco semanas y un formato íntegramente online. Está diseñado para realizarlo al ritmo de cada participante dentro de una organización semanal e incluye vídeos, tareas, cuestionarios y otras actividades que se presentan de forma organizada en la plataforma de enseñanza virtual de la Universidad de Murcia. Los participantes tienen también acceso directo al profesorado para orientaciones, dudas, seguimiento y cualquier cosa que necesiten para aprovechar al máximo el curso.

La oferta de cursos del CEEE en Soft Skills en modalidad online incluye también los cursos de Organización personal y gestión del tiempo, Técnicas de resolución de problemas y Comunicación positiva y asertividad.

### ***Procedimiento de consulta interno y externo***

---

#### **EXTERNO:**

Programas como Icaro Soft Skills ofrecen una accesibilidad limitada y supeditada a condiciones especiales como son la justificación de estar en situación de desempleo, además de ser todavía un programa experimental y en prueba (2019).

Las organizaciones empresariales y sectoriales suelen invertir cada vez menos en este tipo de propuestas, dirigidas más bien a los certificados de profesionalidad. Si observamos las web de Croem, Fremm y Cámara de Comercio, no encontraremos cursos que formen en Soft Skills (revisión en 2020).

Este tipo de formación suele proponerse desde escuelas privadas como Formación In Company, bajo demanda y de muy alto coste, a la que no puede tener acceso un privado.

Los privados que quieran desarrollar estas competencias suelen acudir a iniciativas espontáneas de pequeñas academias o coaches sin un estándar preciso de actuación. Del mismo modo, los participantes en tales propuestas suelen tener bastante dificultad en justificar o certificar la adquisición de dichas competencias porque el aprendizaje no está certificado según metodologías académicas rigurosas (exámenes, controles, etc.), a diferencia de lo que puede ofrecer una institución como una Universidad. No existe en la actualidad una oferta formativa abierta a la población para fomentar el acceso a programas de entrenamiento inicial y a bajo coste en Soft Skills.

#### **INTERNO:**

Si bien el COIE dispone de una oferta formativa en competencias profesionales, dicha oferta se dirige solo a estudiantes y egresados de la Universidad (se puede consultar aquí: <https://orion>).



### **Procedimiento de consulta interno y externo**

---

um.es/orion/cursos.oferta.cursos\_orion.gestion?apartado=14&aplicacion=ORION&filtro\_curso\_aca=) y tradicionalmente ha sido de carácter presencial, aunque a raíz de la pandemia ha girado hacia formatos online. La propuesta del CEEE nace con una orientación permanentemente on line y con un público objetivo más amplio, que incluye también a profesionales y empresas externas a la Universidad.

La Oficina de Emprendimiento también suele lanzar iniciativas esporádicas que pueden incluir ciertas competencias similares aunque ofreciéndolas como talleres de corta duración diluidos en programas de mayor alcance bajo el nombre de Talleres de capacidades emprendedoras (se puede consultar aquí: <https://www.um.es/web/umuemprende/capacitacion/talleres-de-capacidades-emprendedoras>). Sin embargo, no ofrece una formación con título propio académico exclusivo de esta competencia orientado al público en general, incluyendo a personas externas a la universidad, ya que los asistentes solo pueden ser de la comunidad universitaria. En todo caso, la mayoría de esos programas van dirigidos a universitarios con espíritu emprendedor, lo que supone un perfil muy concreto.

Por otro lado, actualmente la Universidad de Murcia carece de una propuesta de acciones formativas en Soft Skills on line en Casiopea.

#### REFERENCIAS:

Cámara de Comercio de Murcia. <https://www.camaramurcia.es/formacion-y-empleo/cursos/>

Croem. <http://talentomurcia.es/>

Fremm. <http://www.fremm.es/portal/faces/formacion/buscaCursos.jsp>

Icaro Project. Innovative Curriculum on Soft Skills for Adult Learners. <http://icaro-softskills.eu/es/about-es/>

### **Número de alumnos en la actividad**

---

#### **Número mínimo previsto**

10 alumnos

#### **Número Máximo Admisible**

80 alumnos

### **Requisitos Específicos de acceso**

---

No se exigen requisitos específicos de acceso.

### **Páginas web de la actividad**

---

- Centro de Estudios Económicos y Empresariales (<http://www.um.es/ceee> )
- Plataforma Aprendizaje (<http://https://aulavirtual.um.es/>)

### **Lugar de presentación de la documentación solicitada al alumno**

---

ceee@um.es



### ***Fechas destacadas a la actividad***

---

***Periodo Lectivo***

del 01/11/2021 al 05/12/2021

***Periodo académico***

del 01/11/2021 al 10/01/2022

***Periodo previsto de matrícula***

del 26/07/2021 al 26/10/2021

***Periodo previsto de solicitud de beca***

del 26/07/2021 al 26/10/2021

### ***Competencias generales***

---

- CG1 - Desarrollar una actitud vocacional para la toma de decisiones
- CG2 - Capacidad para autorregular el estrés
- CG3 - Desarrollar habilidades para mantener relaciones ágiles
- CG4 - Capacidad de organización

### ***Competencias específicas***

---

- CE1 - Disponer de herramientas para medir la propia productividad
- CE2 - Capacidad para manejar la respiración para gestionar el estrés
- CE3 - Desarrollar técnicas dialécticas para mantener conversaciones ágiles
- CE4 - Conocer y aplicar la filosofía ágil basada en Kaizen y Lean

### ***Materias y Dedicación***

---



## Materias y Dedicación

### o MA1 - Productividad personal y estrategias ágiles de organización

(obligatoria)

	Total	Clases Magistrales	Evaluación	Prácticas Clínicas	Prácticas Externas	Otras Prácticas	Seminario	Tutorías
ECTS	3	0.2	0.2	0	0	2.4	0	0.2
Grupos		1	1	0	0	1	0	1
Nº alumnos grupo		10	10	0	0	10	0	10
Horas de Trabajo	75	5	5	0	0	60	0	5
Presencialidad (horas)	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>CROBU, ROBERTO</b> (roberto@optimacoaching.es)	30	5	5	0	0	15	0	5
<b>Totales</b>	30	5	5	0	0	15	0	5

#### Objetivos Formativos

*Enseñar a los participantes a ser más productivos aprendiendo a gestionar los bloqueos cognitivos y emocionales. También a manejar los momentos de incompreensión en las relaciones interpersonales que suponen mermas en la productividad y gestionar las conversaciones para ganar agilidad. Y, finalmente manejar estrategias mentales ágiles basadas en las filosofías Kaizen, Kanban y Lean.*

#### Contenidos Formativos

*Productividad personal y propósito  
Prevención y autorregulación del estrés para aumentar la productividad  
Eficacia productiva, emociones y relaciones ágiles  
Eficiencia personal y estrategias ágiles*

#### Metodología docente

*Exposición teórica en vídeos. Entrenamiento de ejercicios prácticos y técnicas en vídeo. Contestación a preguntas y dudas de alumnos/as en tutorías bajo petición. Cuestionarios con registros. Mini Coaching. Seguimiento y feed-back grupal sobre resultados de aplicación de las técnicas, si fuera necesario.*

#### Sistema de Evaluación

*Examen tipo test.*

#### Competencias que cubre

*CE1, CE2, CE3, CE4, CG1, CG2, CG3, CG4*

## Calendario y Horarios



## Calendario y Horarios

---

- **MA1 - Productividad personal y estrategias ágiles de organización**  
(3 ECTS - Presencialidad: 0h - 0%)  
del 1 de Noviembre de 2021 al 5 de Diciembre de 2021 (35 días naturales / 29 días hábiles)  
Horario: 15 horas a la semana

## Días festivos y vacaciones

---

¿La propuesta de calendario por materias incluye como días lectivos del curso, días que son festivos y/o vacacionales en el calendario académico de la UMU? Sí

*Al ser una actividad íntegramente on line, el estudiante se organiza su tiempo libremente.*

## Consideraciones Generales y/o Excepcionales sobre el Horario

---

Los módulos que componen el curso conforman un marco teórico-práctico de lecturas y ejercicios a los cuales el alumno/a tendrá que dedicar un total de 75 horas, de las cuales 5 serán en forma de vídeo-clases. Las vídeo-clases consistirán en vídeos y tutoriales a los que accederán desde la plataforma virtual, de forma que el/la estudiante no necesita desplazarse y puede realizarlo desde cualquier lugar que reúna las condiciones necesarias (conexión de internet, ordenador, cámara y altavoz/micrófono).

Las prácticas se valorarán mediante cuestionario con entrega semanal dentro de las fechas de realización del curso.

## Propuesta de Calendario de Exámenes y Actas

---

- ¿La actividad se puede superar durante los periodos comprendidos en el calendario de las materias? Sí
- ¿La actividad generará Actas con calificaciones? Sí

## Periodos de Exámenes

---

- **Primera convocatoria global**  
del 1 de Noviembre de 2021 al 5 de Diciembre de 2021 (35 días naturales / 29 días hábiles)

## Infraestructuras y espacios

---

Se cuenta con el Aula Virtual y las infraestructuras y espacios a disposición del Centro de Estudios Económicos y Empresariales (despachos, seminarios y aulas).

## Medios materiales y servicios

---



### Medios materiales y servicios

---

Se cuenta con los medios materiales y servicios a disposición del Centro de Estudios Económicos y Empresariales y del docente (equipos informáticos, multimedia y de proyección).

### Contenidos educativos

---

A los/as alumnos/as se les facilitará todo el contenido teórico y práctico del curso mediante archivos pdf y tutoriales audiovisuales, los cuales no se podrán descargar a un terminal privado.

### Plataforma de aprendizaje y GESTIÓN

---

¿La Actividad utilizará una plataforma de aprendizaje? Sí  
<http://https://aulavirtual.um.es/>

*La Actividad SÍ utilizará el Aula Virtual UMU como herramienta de teleenseñanza (<http://aulavirtual.um.es>)*

*La plataforma de Aula Virtual se usará para facilitar a los alumnos el material y casos prácticos para el correcto funcionamiento del Curso, así como medio de comunicación con los alumnos.*

### Resultados Previstos

---

**Tasa de abandono**  
25 %

**Tasa de éxito**  
90 %

**Tasa de rendimiento**  
68 %

### Transferencia y Reconocimiento de Créditos

---

No hay.

### Comisión de Calidad

---

- **CROBU, ROBERTO** ([roberto@optimacoaching.es](mailto:roberto@optimacoaching.es))
- **PUIGSERVER PEÑALVER, MARIA CARMEN** ([mcpuig@um.es](mailto:mcpuig@um.es))
- **SOTO PACHECO, GLORIA MARIA** ([gsoto@um.es](mailto:gsoto@um.es))

### Comisión Académica

---

- **CROBU, ROBERTO** ([roberto@optimacoaching.es](mailto:roberto@optimacoaching.es))
- **PUIGSERVER PEÑALVER, MARIA CARMEN** ([mcpuig@um.es](mailto:mcpuig@um.es))  
Presidente de la Comisión
- **SOTO PACHECO, GLORIA MARIA** ([gsoto@um.es](mailto:gsoto@um.es))  
Secretario de la Comisión



## Méritos

---

- **CROBU, ROBERTO** (roberto@optimacoaching.es)

*Ejerce su profesión como Psicólogo, Coach, Conferenciante y Escritor en Murcia, siendo propietario y administrador único de la firma ÓptimaCoaching.*

*Desde 2011. Colaborador de Formación en Soft Skills para el Servicio Regional de Empleo de la Región de Murcia y para la Escuela de Administración Pública de la Región de Murcia.*

*2016. Creador y desarrollador de los contenidos de formación ON LINE en Soft Skills para el programa Talante Solidario de Fundación FADE.*

*2016 - 2018. Asesor del Servicio Regional de Empleo de la Región de Murcia y miembro*

*del Grupo de Acción Local para el proyecto europeo ICARO Soft Skills.*

*Desde 2016. Creador y desarrollador del programa de Empleo del Servicio Regional de Empleo 100x100 Activación, para la activación de empleo y la inserción laboral, a través del entrenamiento en Soft Skills.*



## Anexo I - Distribución de materias

I CURSO DE PRODUCTIVIDAD PERSONAL Y ESTRATEGIAS ÁGILES DE ORGANIZACIÓN

### Materias Obligatorias

	ECTS	Horas Trabajo	Horas Presenciales	Horas Docentes
MA1 - Productividad personal y estrategias ágiles de organización	3	75	0	30
<b>Total Materias Obligatorias (1)</b>	<b>3</b>	<b>75</b>	<b>0</b>	<b>30</b>



## ANEXO. Ficha de propuesta de actividad susceptible de reconocimiento CRAU

13341 - I CURSO DE PRODUCTIVIDAD PERSONAL Y ESTRATEGIAS ÁGILES DE ORGANIZACIÓN

### Datos de la actividad

---

**Créditos ECTS**

3

**Horas Totales Actividad**

75 horas

**Precios Públicos**

Precio personal de la Universidad de Murcia	49,00
Precio personas externas a la Universidad de Murcia	79,00

**Destinatarios**

Este curso de carácter totalmente on line se dirige a todo el público interesado, con especial atención a profesionales de empresas e instituciones externas a la Universidad, independientemente de que posean título académico o no.

**Periodo lectivo**

Del 1 de Noviembre al 5 de Diciembre del 2021

**Participación activa (periodos de Exámenes)**

- **Primera convocatoria global**  
del 1 de Noviembre de 2021 al 5 de Diciembre de 2021 (35 días naturales / 29 días hábiles)

### Información sobre CRAU

---

- Nº créditos CRAU solicitados: 1
- Entrada solicitud: 04/07/2021
- 1 CRAU reconocidos
- Fecha reconocimiento: 17/09/2021