

# Conoce por qué deberías entrar a estas actividades mientras estudias



**Asael Villanueva | Redacción Nacional**

El Tecnológico de Monterrey fomenta en sus alumnos vivir una experiencia memorable mientras estudian a través de actividades integrales formativas como parte del [Modelo Educativo TEC21](#), pero **¿cuáles son los beneficios de esto?**

Con el **inicio de clases** en sus 26 campus, el [Modelo Liderazgo y Formación Estudiantil \(LiFE\)](#) ofrece **actividades deportivas, culturales y de liderazgo**, por lo que miembros de la comunidad Tec comparten a **CONECTA** las **ventajas** de participar en ellas.

***“Aprendes a trabajar en equipo y a trabajar bajo presión y aprendes valores que en un futuro te ayudarán para tu vida diaria ya sea dentro o fuera de la escuela”***



/>>

## UNA ENSEÑANZA PARA TODA LA VIDA

Las actividades culturales, deportivas y de desarrollo ya no son consideradas como **extracurriculares**, sino como **parte integral de la formación de los estudiantes**, como lo explicó previamente a **CONECTA**, **Luis Raúl Domínguez**, director de **LiFE**.

*“La formación integral (...) es todo ese componente que nos ayuda a ser personas completas, redondas. En inglés el concepto se llama **well rounded education**”, aseveró Domínguez.*

[Bibiana Candelas Ramírez](#) es coordinadora en el área **Atlética y Deportiva** nacional del **Tec de Monterrey**, luego de una carrera como [representante de voleibol playero femenino](#) en las olimpiadas de Beijing 2008.

Ella afirma que las actividades de **LiFE** son **valiosas** ya que no solo enseñan aspectos sobre un deporte o actividad, sino que **educan para la vida**.

*“Aprendes a **trabajar en equipo y a trabajar bajo presión** y aprendes **valores** que en un futuro te ayudarán para tu vida diaria ya sea dentro o fuera de la escuela”, aseveró Bibiana.*

Asimismo, **Carolina Hernández**, coordinadora de **Programas Artísticos**, afirma que durante su época de estudiante disfrutó de diversas actividades **LiFE** y aprendió, entre otras cosas, a **expresar y apreciar las expresiones del arte**.

*“Todos los aprendizajes académicos son muy importantes y los sigo aplicando, pero **más allá de los beneficios de las disciplinas, fue ahí donde formé los vínculos más grandes de amistad que hasta hoy conservo**”, afirmó la también egresada del Tec.*

*“El poder **combinar tus clases académicas** con tus actividades **LiFE** es una habilidad que sirve muchísimo para la vida”, mencionó.*

*“Les recomiendo que lo intenten, uno nunca sabe dónde puedes descubrir tu talento, tienes que arriesgarte e intentar cosas nuevas, tal vez ahí encuentras tu pasión”  
??*

De igual manera, **Andrea González**, alumna de cuarto semestre en Publicidad y Comunicación en campus Monterrey ha participado en actividades de formación integral desde que era alumna de **PrepaTec**.

*“Participar en las actividades de **LiFE** **expande tus horizontes** y **te hace crecer como persona** [...] enfocarte en diversas áreas hace que nutras tus habilidades, sin duda **hace que seas la mejor versión de ti mismo**”, aseveró.*

*“Mi mensaje es que lo prueben, al menos una vez y seguro que no se van a arrepentir”, aseveró Carolina.*

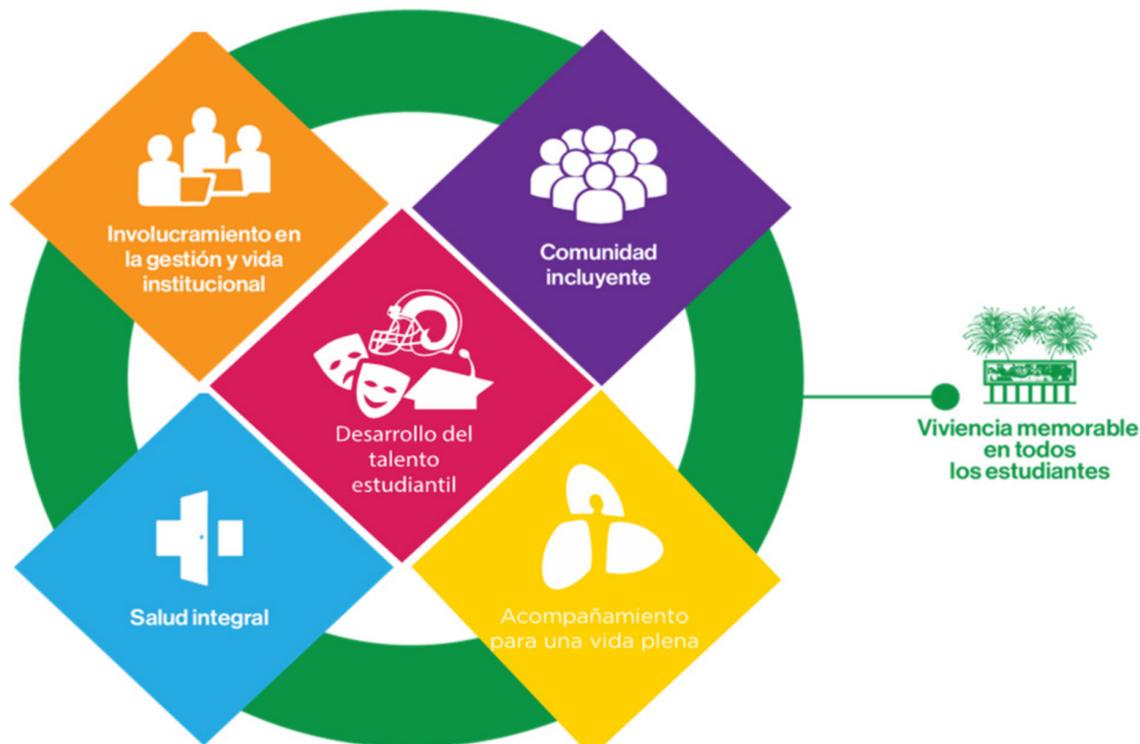
## **TÚ ELIGES TU CAMINO**

**David Perales**, director de **LiFE** de campus Saltillo, afirmó en entrevista con **CONECTA** que las actividades culturales, deportivas y de liderazgo son como un buffet, dónde el alumno puede elegir qué actividades llevar y en qué medida.

*“Los alumnos se preparan en temas de **comunicación, resiliencia, trabajo en equipo** y a enfrentarse a situaciones donde **la competencia es real**, es una preparación más auténtica para cuando se incorporan a la **vida laboral**”, expresó.*

## **LOS EJES**

Los alumnos tienen una oferta de actividades dentro de los **cinco ejes** que contempla **LiFE**:



/>>

- **Desarrollo del talento estudiantil.** Busca que el estudiante desarrolle talentos artísticos, deportivos y de liderazgo.
- **Comunidad incluyente.** Busca la creación de una cultura que celebre la diversidad y la interculturalidad.
- **Involucramiento en la gestión y vida institucional.** Impulsa que los alumnos puedan tener más participación e injerencia en la gestión de la institución.
- **Acompañamiento para una vida plena.** Involucra la asesoría para la definición permanente de objetivos de vida y carrera.
- **Salud integral.** Se concentra en el bienestar físico y mental del alumno.

*“Si les interesa la mecatrónica se pueden unir a un grupo de robótica; si te interesa cantar o bailar puedes buscar un equipo representativo de Arte y Cultura; y si te gustan los deportes **hay actividades diseñadas para ti**”, mencionó **David Perales**.*

El **modelo LiFE** está conformado por diversos programas y actividades y cuenta con el apoyo de coaches, consejeros y formadores LiFE para los estudiantes.

*“**Les recomiendo que lo intenten**, uno nunca sabe dónde puedes descubrir tu talento, tienes que arriesgarte e intentar cosas nuevas, **tal vez ahí encuentras tu pasión**”, finalizó Bibiana Candelas.*

**LEE TAMBIÉN:**

