

# ¡Así se vivió Semana Tec! Aprendizaje y reto para la vida profesional



Más de **dos mil 425 alumnos** del Tec de Monterrey, campus Guadalajara vivieron “**Semana Tec**”, un espacio en el que experimentaron nuevas **vivencias de aprendizaje y retos**.

Durante una semana los estudiantes participaron en **distintas actividades** para complementar y reforzar sus **conocimientos y habilidades** en distintas áreas.

Esta **experiencia les permitió desarrollar competencias** para la vida real, aportando **conocimiento y liderazgo** para **solucionar problemáticas actuales en colaboración**.

Claudia Verónica Chávez Corona, directora del departamento de Calidad y Transformación Académica del Tec, compartió la importancia de la Semana Tec.

*“La Semana Tec es una oportunidad de crecimiento e introspección consciente para una formación integral del alumno”.*



width="1000" loading="lazy">

Explicó que esta semana de actividades es importante porque brinda a los estudiantes:

1. Descubrir y desarrollar su liderazgo, **espíritu emprendedor**, **sentido humano** y **tener una perspectiva global**.
2. Profundizar en **competencias disciplinares** que les permiten prepararse de una mejor manera para su vida profesional y vivir actividades de **liderazgo** y **formación estudiantil (LiFE)**.
3. Fortalecer su **perfil de egreso** y prepararlos para la vida profesional.
4. *Identificar sus logros y definir metas hacia el futuro.*

Además Verónica Chávez compartió que *“hay un ingrediente importante la situación de la pandemia nos hizo ser en conjunto muy innovadores”*.

*“El esfuerzo de LiFE y de todas las escuelas ha sido sumamente importante para adaptar ese componente de vivencia a una nueva realidad”*.

*“Afortunadamente el Tec siempre se ha preocupado por ir a la vanguardia por el uso de tecnología... en una semana pudimos reorganizar la vida académica”*.

Manifestó que *“hay que resaltar el trabajo que implicó para los académicos hacer el rediseño de actividades, para seguir cumpliendo con los propósitos de Semana Tec”*.

**Retos con valor**

Algunas de estas actividades que los alumnos participaron fueron:

- Herramientas computacionales, el arte de la programación,
- Ponle play a tu bienestar,
- Diversidad en un mundo globalizado,
- Taller de escritura científica,
- Taller de certificación en ingeniería,
- Emprende con propósito,
- Bootcamp de liderazgo para mujeres,
- Liderazgo multigeneracional.

*“La Semana Tec es una oportunidad de crecimiento e introspección consciente para una formación integral del alumno”.*

**Tipos de grasas**

**Grasas saludables**

**Grasas monoinsaturadas**

Se encuentran en el aceite de oliva y de canola, en el aguacate y cacahuates.

**Grasas poliinsaturadas**

Omega 6: Se encuentra en los aceites de semillas como de girasol y maíz y nueces.

Omega 3: Se encuentra en pescados azules como el salmón, en las semillas de lino y vegetales de hoja verde.

**Grasas poco saludables**

**Grasas saturadas**

Proviene principalmente de productos animales como carnes rojas, embutidos, lácteos enteros como leche, quesos curados y untables, cremas y helado. De origen vegetal se encuentran en el aceite y leche de coco y chocolates.

**Grasas trans**

**Grasas TRANS**

Son grasas monoinsaturadas parcialmente hidrogenadas. Las hallamos en las margarinas y mantequilla, en la comida rápida, frituras, pasteles y pan dulce.

width="1000" loading="lazy">

## Emprende con propósito

Para desarrollar su **potencial emprendedor**, los alumnos aprendieron a ser **agente de cambio** y **generar valor** en la sociedad en la actividad **Emprende con propósito**.

Por su parte Ana Claudia Gaxiola, especialista de Calidad y Transformación Académica, explicó que la Semana Tec es parte del nuevo **Modelo Educativo Tec21**.

Ésta se implementó en el 2019 y le antecede la **Semana i** que es una iniciativa de transición.

Mencionó que *“esta experiencia permitió tomar lo mejor de esta semana y diferenciarla para una nueva vivencia estudiantil”.*

“Hay dos generaciones que vivieron la Semana Tec, generación agosto 2019 de tercer semestre y alumnos de primer semestre”, precisó.

## Numeralia

- 2,425 alumnos vivieron la Semana Tec 6 en Campus Guadalajara, de los cuales:
- 1,132 son alumnos de primer ingreso,
- 1,293 son alumnos de reingreso,
- Distribuidos en 75 grupos.



width="1000" loading="lazy">

## Aprendizajes para el futuro

Es importante resaltar que el plan de estudios de todas las carreras comprende **tres Semanas Tec** por semestre.

Éstas se llevan a cabo en las semanas **6, 12** y **18** del periodo académico; en las primeras dos los alumnos eligen la actividad y en la **Semana 18 retroalimentan** acerca de su avance.

Después de vivir la **Semana Tec 6 y 12**, disponen de la Semana Tec 18, en el que de manera guiada reconocen los conocimientos que adquirieron y definen sus **próximas metas**.

Las fechas para **Semana Tec** del semestre **agosto-diciembre 2020** son:

- **Semana 6** (del 14 al 18 de septiembre),
- **Semana 12** (del 26 al 30 de octubre),

- **Semana 18** (del 7 al 10 de diciembre).

A través de esta vivencia en Semana Tec, alumnos tuvieron la experiencia de distintos **retos y actividades** que reforzaron sus **habilidades para su futuro profesional**.

**LEE TAMBIÉN:**