



Universidad  
Autónoma  
de **Coahuila**

**BLOQUE 3**

**AUTOESTIMA**

**DESARROLLO  
HUMANO**

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE COAHUILA



# AUTOESTIMA

## INTRODUCCIÓN AL BLOQUE

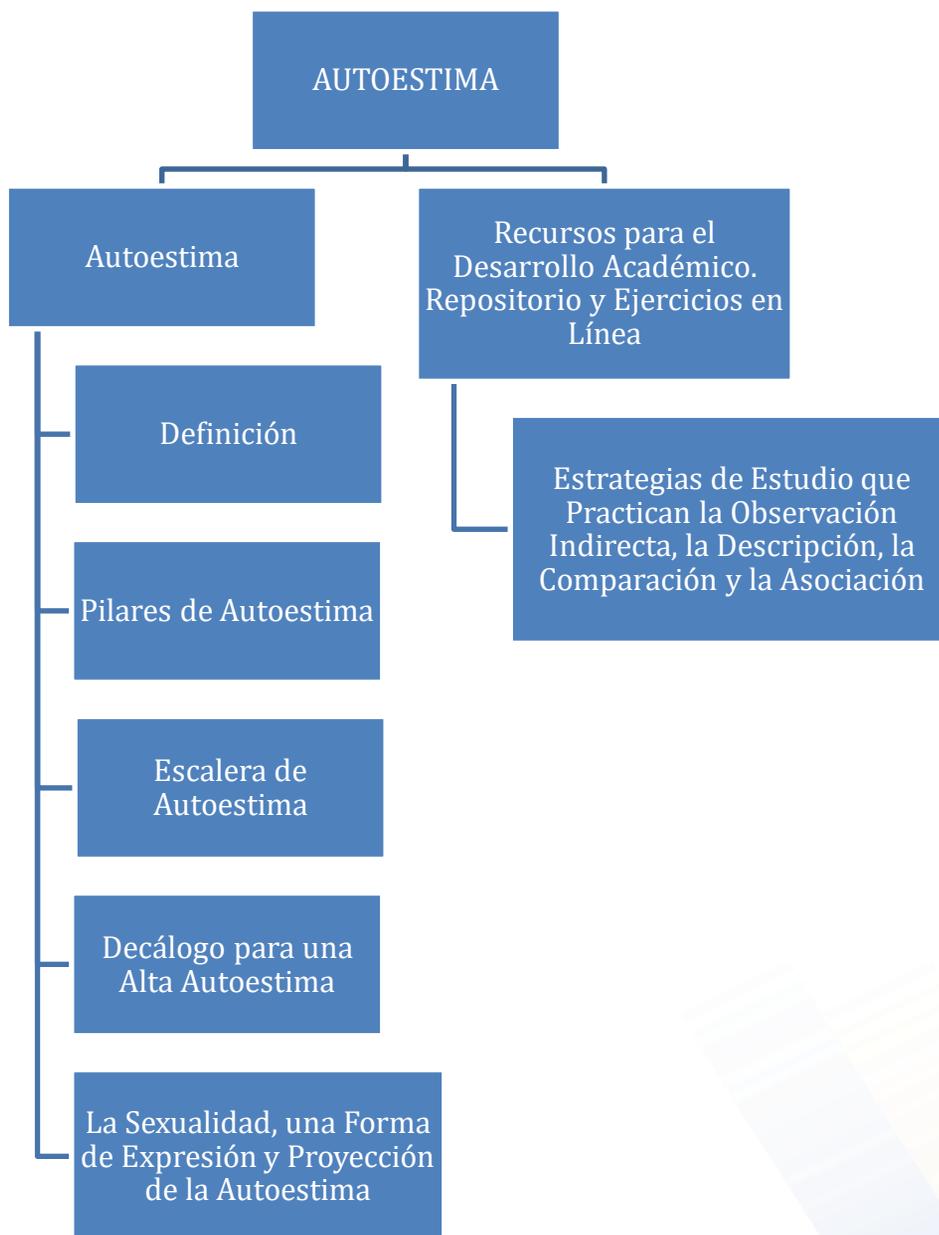
En este bloque encontrarás información valiosa relacionada al autoestima: cuáles son sus pilares y el decálogo para una buena autoestima. Conocerás cómo una buena autoestima es necesaria para todos los aspectos de la vida.

Hablaremos sobre los recursos educativos digitales y conocerás algunas aplicaciones y plataformas que pueden ser de utilidad para organizar tu información, aprender idiomas y crear videos. Aprenderás acerca del método Cornell y la gimnasia cerebral.

## OBJETIVO GENERAL

Integrar en el día a día la práctica de conductas que dan muestra de un alto nivel de autoestima y del desarrollo de sus habilidades para el estudio.

## MAPA DE CONTENIDO



## EVALUACIÓN DEL BLOQUE

EVALUACIÓN	VALOR
ACTIVIDAD INTEGRADORA 1	5
ACTIVIDAD INTEGRADORA 2	5
ACTIVIDAD INTEGRADORA 3	5
TOTAL 15 PUNTOS	