

FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL

GRADO SUPERIOR ADMINISTRACIÓN DE SISTEMAS INFORMÁTICOS EN RED

BUSQUEDA ACTIVA DE EMPLEO

1.- El itinerario profesional es el proceso que pone en marcha una persona para incorporarse al mercado laboral. La FP proporciona una formación especializada y otorga una titulación que garantiza unas habilidades y capacidades al finalizar. Tipos de formación.

Selecciona la respuesta correcta en los menús desplegables.

1.- Cuando estudiamos en un centro de Formación Profesional y al finalizar obtenemos un título hablamos que es una formación ...

2.- Formación dirigida a personas de más de 16 años que no se dedican a estudiar y les brinda la opción de acceder a una formación para el acceso al mundo laboral, se trata de una formación ...

3.- Aquí combinamos la formación para la obtención de un título junto con la práctica en los centros de trabajo, cobrando por ello, se trata de una formación ...

4.- Esta formación la realizan trabajadores en activo y va encaminada a mejorar sus conocimientos, ampliarlos o especializarlos, se trata de la formación ...

2.- “Antes de elegir una profesión, es necesario conocer las capacidades, intereses, actitudes, aptitudes y motivaciones de cada uno para facilitar la elección adecuada de un trabajo”.

Une mediante flechas la respuesta que consideres correcta

Características que condicionan la conducta de una persona y que permiten realizar una determinada tarea. ¿EN QUÉ APTITUDES TE HAS FORMADO?

Intereses

Formado por todo aquello que querria llevar a cabo y qué es lo que más le gusta. ¿QUÉ ES LO QUE ME INTERESA?

Aptitudes

Predisposición que tienen las personas a la hora de actuar en determinadas situaciones o contextos. ¿QUE ACTITUD TIENES ANTE LAS COSAS?

Motivaciones

Énfasis o factor interno de la persona que la empuja a desarrollar una conducta, a realizar una elección o una tarea. ¿QUÉ TE MOTIVA?

Actitudes

3.- Con respecto al perfil que debe poseer una persona en el ámbito laboral, identifica cuáles de las siguientes afirmaciones son verdaderas o falsas.

Rellena con V o F (Verdadero o Falso)

- 1.- Tener formación y experiencia en una profesión es un beneficio en el ámbito laboral.
- 2.- Para los trabajos, no importa que seas inteligente.
- 3.- El tipo de personas que buscan las empresas son que sean responsables y leales con la empresa.
- 4.- Para los trabajadores supone una motivación las siguientes cosas: tener un buen salario, que te guste el trabajo a desarrollar, que haya compañerismo.
- 5.- En el mercado laboral no es importante que vayas a tener un buen salario.

4.- La carta de presentación es:

Marca la casilla correcta.

- 1.- Un escrito que se utiliza que acompaña al curriculum que sirve para presentarte o mostrar interés en el puesto.
- 2.- Es el documento que tiene nuestra foto con los datos de contacto y donde reflejamos donde hemos trabajado y lo que hemos estudiado.
- 3.- Cuando te entrevistan para un puesto de trabajo.
- 4.- Ninguna de las respuestas es correcta.

5.- “Los principales aspectos que debemos tener en cuenta con respecto a la elaboración del curriculum son la estructura y la redacción”.

Traslada cada parte a su respectiva sección o área del curriculum.



Mario Herrero Suárez

Personal trainer con Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y experiencia acreditable de trabajo en centros de fitness impartiendo diversas especialidades tanto grupales como individuales. Sólidos conocimientos de fisioterapia y rehabilitación.

CONTACTO

 Calle Pablo Neruda, 8 13500 Puertollano

 681493582

 maherrerosuarez@yahoo.com

www.mariosports.com

APTITUDES

- Psicología deportiva
- Cumplimiento de objetivos
- Capacidad para motivar y alentar
- Comunicación clara y efectiva
- Espíritu de superación
- Diseño de programas de ejercicio

IDIOMAS

Español: Idioma nativo

Inglés: 82
Intermedio avanzado

ÉXITOS PROFESIONALES

- 7ª posición en el Gran Canaria Summer Challenge en 2016
- Subcampeón de España de Triatlón en 2015

EXPERIENCIA LABORAL

Entrenador personal
Gimnasio Élite - Puertollano

- Experiencia en conseguir el bienestar físico y mental de los clientes.
- Conocimientos de estudios antropométricos (% grasa).
- Elaboración de planes de entrenamiento personalizados

Entrenador personal 07/2013 - 11/2017
Gym Fit - Puertollano

- Preparación de planes personalizados de entrenamiento dirigidos a personas que demanden una preparación física específica.
- Conocimientos de nutrición y suplementación fisicoculturista.
- Corrección de malos hábitos posturales.
- Asesoramiento dietético.

Monitor de fitness 08/2010 - 02/2013
Gimnasio Apolo - Puertollano

- Programación de actividades individuales y en grupos para diferentes niveles.
- Organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos.
- Supervisión diaria de las instalaciones, aparatos y máquinas.

FORMACIÓN ACADÉMICA

Máster en Tratamiento de Lesiones y Rehabilitación 06/2011
Educa Business School - Madrid

Grado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte 06/2010
UCLM - Toledo

BANCO DE RESPUESTAS

DATOS PERSONALES

FORMACIÓN ACADÉMICA

EXPERIENCIA LABORAL

INFORMACIÓN PERSONAL