



**Nombre del alumno: Ornaldo Fabián
San Martín San Martín**

**Nombre del profesor: Luis Miguel
Sánchez**

**Licenciatura: Medicina Veterinaria y
Zootecnia**

Materia: Proyección profesional

**Nombre del trabajo: Súper nota
unidad 1**

Ocosingo, Chiapas a 21 de Enero del 2022

JUNTAS DE TRABAJO.



La organización como un sistema de comunicación exige, para su funcionamiento, el intercambio de información mediante diferentes formatos que permitan la interacción productiva de los involucrados.

- El objetivo de una reunión debe estar claro desde el principio.
- Se celebran en lugar y hora determinados.
- Definición del orden del día.
- Lista de temas para discutir.
- Elaboración de minuta.
- Si un tema puede resolverse sin reunirse, no cite a junta.
- Reflexione sobre los motivos del éxito de una reunión y qué hace que a veces sea un fracaso.
- Considere qué pasaría si no se celebra una reunión habitual.



Por otra parte, las etapas de una junta de trabajo son importante para que los objetivos previstos se cumplan.

- Preparación
- Desarrollo
- Evaluación

Objetivos de la junta Los objetivos de una junta de trabajo son fundamentales para orientar la sinergia de los participantes y garantizar la consecución de resultados.

- Informar
- Educar
- Resolver problemas
- Tomar decisiones
- Generar ideas
- Decidir sobre una propuesta

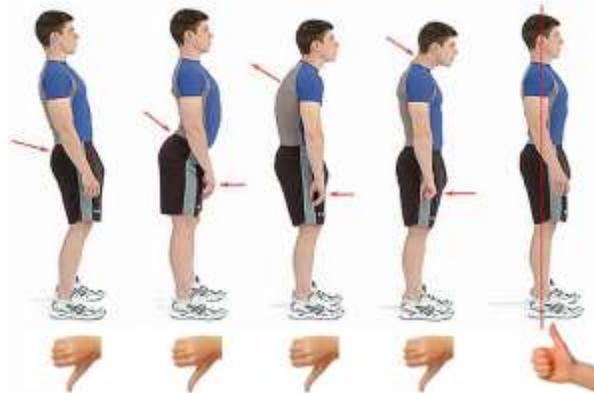


BUENA POSTURA

Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo.



¿Cómo puede la postura afectar mi salud?
Una mala postura puede ser perjudicial para su salud. Andar encorvado o agachado puede: • Desalinear su sistema musculoesquelético. • Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones. • Causar dolor en el cuello, hombros y espalda. • Disminuir su flexibilidad. • Afectar la forma correcta de cómo se mueven sus articulaciones. • Afectar su equilibrio y aumentar su riesgo de caerse.



¿Qué es la postura? La postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo.

Hay dos tipos:

- La postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.
- La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo



CULTO AL VESTIR

El estilo elegante es mal entendido, pues muchos creen que significa vestir ropa y accesorios caros.



Cómo son las personas que pertenecen al estilo elegante
Pertenece a aquellos que proyectan ser refinados, educados, reflejan estatus pero de manera sencilla, es decir, discreta. Provocan admiración, autoridad y respeto. Antes que cualquier otra cosa, les gusta ser percibidos como personas distinguidas y saben identificar el buen gusto.



Cuál es su gran fortaleza Reflejan éxito y seguridad en ellos mismos. Generan confianza, brindan prestigio aunado a su distinción por el cuidado de los pequeños detalles que hacen una gran diferencia. Dejan muy claro por sus acciones que son individuos cultos y educados, cualidades que despiertan en los demás admiración y respeto.



AUTOESTIMA.

Básicamente la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.



Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. Un ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.



En resumen, cuando hablamos de autoestima, hablamos de Afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por si mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás. No se trata de narcisismo, ya que la persona que verdaderamente se autoestima vive abierta, pendiente y atenta a los demás, reconociendo su existencia. La autoestima es el amor por uno mismo y por los demás.

Autoestima es...



Bibliografía

ANTOLOGIA PROYECCIÓN PROFESIONAL