

Centro de Formación de Personas Adultas  
Escuela Comarcal Alto Palancia

# Proyecto ABP para GESO

## “Búsqueda de empleo”

### Cuaderno de actividades

Versión 1



Ámbito  
Social

Grupo: \_\_\_\_\_ Alumno/a: \_\_\_\_\_

## 1a. PRUEBAS PSICOMÉTRICAS.

### Actividad 1. Evaluación inicial

#### EJERCICIO DE COMPRENSIÓN LECTORA

OBJETIVO: Medir comprensión lectora.

DURACIÓN: 3 minutos.

Siempre hay que leer todas las cosas con atención antes de actuar y de responder las preguntas que nos hagan. Así que lee atentamente antes de hacer nada y a continuación sigue las instrucciones.

1. Pon tu nombre arriba, en uno de los dos lados.
2. Rodea con un círculo la palabra "nombre" en la frase anterior.
3. Dibuja 4 cuadrados pequeños en el otro lado de arriba.
4. Pon una X en cada uno de los cuadrados que has dibujado.
5. Rodea con un círculo los 4 cuadrados anteriores.
6. En "OBJETIVO: Medir comprensión lectora" escribe "SÍ, SÍ, SÍ".
7. Rodea con un círculo el número 3 de estas instrucciones.
8. Escribe una X grande en uno de los lados de abajo.
9. Rodea esa X con un triángulo grande.
10. En la hoja de al lado, suma  $25 + 14$ .
11. Rodea con un círculo la palabra "hoja" en la frase anterior.
12. Cuando llegues aquí, di en voz alta tu nombre.
13. Si crees que has hecho bien las cosas, di "SÍ" en voz alta.
14. En la hoja de al lado, resta  $49 - 23$ .
15. Rodea con un círculo los resultados de las operaciones que has hecho al lado.
16. Cuenta en voz alta del 1 al 10.
17. Dibuja un punto en esta hoja.
18. Subraya los números 2, 4, 6 y 8 del inicio de las frases,
19. Di en voz alta "Casi he acabado".
20. Ahora que has terminado de leer atentamente este texto, haz únicamente lo que dice el número 1.



**Actividad 2. Test de personalidad (35 + 10 min)**

El cuestionario.

	V	?	F
1. ¿Tiende a reducir sus amistades a un grupo escogido?			
2. ¿Se encuentra a gusto entre mucha gente?			
3. ¿Le gusta más actuar que pensar lo que hay que hacer?			
4. Cuando se meten con Vd., ¿suele tener respuesta a punto?			
5. ¿Sueña a menudo con proyectos que no se realizan nunca?			
6. De pequeño, ¿era obediente?			
7. ¿Es Vd. rápido y seguro en sus actos?			
8. ¿Responde Vd. con dureza cuando alguien le ataca?			
9. ¿Le molesta tener que hacer nuevas amistades?			
10. ¿Deja a veces para mañana lo que podría hacer hoy?			

11. ¿Se disgusta con facilidad?			
12. ¿Le gusta recordar momentos felices de su vida pasada?			
13. Cuando promete algo, ¿lo cumple siempre, aunque sea muy desfavorable para Vd.?			
14. ¿Es un poco tímido con las personas de otro sexo?			
15. ¿Actúa sin contemplaciones cuando sospecha que alguien se la quiere jugar?			
16. ¿Se enfurece alguna vez?			
17. ¿Hay ocasiones en que se siente muy solo?			
18. ¿Cree que las dificultades sólo detienen a los débiles?			
19. ¿Le molesta mucho llegar tarde a una cita?			
20. ¿Suelen ocurrírsele las respuestas cuando ya ha pasado la ocasión?			
21. ¿Ha fanfarroneado alguna vez?			
22. ¿Le irrita mucho que alguien no conteste a sus cartas?			
23. ¿Tiende a ser escrupuloso en el cumplimiento de sus obligaciones?			
24. ¿Lo suele pasar muy bien en las fiestas y reuniones sociales?			
25. Al decir algo, ¿suele tener en cuenta lo que van a pensar los demás?			
26. ¿Es propenso a cambiar de humor sin causa justificada?			
27. ¿Le gusta gastar bromas a la gente?			

28. ¿Le han cogido alguna vez en una mentira?			
29. ¿Se le va a veces la imaginación cuando trata de concentrarse en algo?			
30. ¿Se considera a sí mismo como un individuo nervioso?			
31. ¿Se le ocurre con frecuencia lo que debería haber hecho cuando ya ha pasado el momento?			

34. ¿Cree Vd. que, desgraciadamente, es verdad lo de "piensa mal y acertarás"?			
35. ¿Le resulta más fácil, por lo general, hacer nuevas amistades?			
36. ¿Ha tenido alguna vez la extraña sensación de ser distinto de como era antes?			
37. Cuando está trabajando, ¿le molesta mucho que le interrumpan?			
38. ¿Cree que abundan las personas envidiosas?			
39. ¿Toma muy "a pecho" su trabajo?			
40. ¿Se distrae a menudo en el curso de una conversación?			
41. ¿Le critican más de lo que se merece?			
42. ¿Se alegra de verdad si un enemigo suyo consigue un éxito merecido?			
43. ¿Le divierten las reuniones y fiestas más que ninguna otra cosa?			
44. ¿Tiene a veces preocupaciones que no le dejan dormir?			
45. Modestia aparte, ¿se juzga Vd. superior a la mayoría de la gente?			
46. ¿Murmura Vd. de vez en cuando?			
47. ¿Suele pasarlo bien en las fiestas y reuniones sociales?			
48. ¿Se considera Vd. una persona algo soñadora?			
49. ¿Se siente a veces deprimido y cansado, sin ninguna razón determinada?			
50. ¿Tiene Vd. a veces pensamientos o deseos que le avergonzarían si se supieran?			
51. ¿Tiende Vd. a quedarse callado cuando se encuentra entre personas que conoce poco?			
52. ¿Se encuentra a veces rebosante de alegría, y a veces francamente agotado?			
53. ¿Se interpretan mal muchas de las cosas que Vd. dice o hace?			
54. ¿Le gusta averiguar los motivos ocultos de la conducta ajena?			

55. ¿Suele decir la última palabra en las discusiones?			
56. ¿Responde en seguida a todas las cartas que recibe?			
57. ¿Se considera a sí mismo como una persona habladora?			

58. ¿Prefiere los trabajos de acción a los de pensamiento?			
59. ¿Se conduce con igual corrección en su casa que en visita?			
60. ¿Le gusta hacer nuevas amistades?			
61. ¿Le deprime o le aburre estar solo?			
62. ¿Le gusta meterse en asuntos que requieren energía y rapidez de acción?			
63. ¿Piensa con frecuencia en los buenos tiempos pasados?			
64. ¿Habla a veces de lo que no sabe?			
65. ¿Cree que es imposible confiar de verdad en nadie?			
66. ¿Le ocurre a menudo que una idea tonta le venga insistentemente a la imaginación?			
67. ¿Le considera la gente como una persona animada?			
68. ¿Sabe aguantar bien a las personas que abusan de su autoridad?			
69. ¿Ha dejado alguna vez de cumplir su palabra?			
70. ¿Suele tener un humor bastante igual?			
71. ¿Le duele mucho que le traten secamente?			
72. ¿Se conforma cuando no se sale con la suya?			
73. ¿Se siente muy herido en sus sentimientos cuando la gente es desconsiderada con Vd.?			
74. ¿Presume a veces más de lo debido?			
75. ¿Le gusta dirigir grupos, reuniones, etc.?			
76. ¿Se considera a sí mismo una persona alegre y optimista?			
77. ¿Ha tenido alguna vez apuros económicos?			
78. ¿Le ha convencido la vida de que para hacerse respetar hay que ser duro?			

79. Si alguien se mete con Vd., ¿trata por todos los medios de darle su merecido?			
80. ¿Se pone a veces tan nervioso que no puede permanecer sentado?			
81. En general, ¿le gustan las fiestas de sociedad?			
82. ¿Se considera a sí mismo como una persona animada?			
83. ¿Está convencido de que en esta vida es necesario ser un poco "zorro" con la gente?			
84. ¿Cree que al que destaca, en seguida tratan de hundirlo?			
85. ¿Llega alguna vez tarde a su trabajo?			

86. ¿Se siente deprimido a veces sin saber exactamente por qué?			
87. Cuando hace algo mal, ¿piensa mucho en ello?			
88. ¿Cambia de humor con facilidad?			
89. ¿Cree que la vida ha sido justa con Vd.?			
90. ¿Le gusta tener muchas relaciones sociales?			
91. ¿Ha hecho alguna vez algo de lo que tenga que avergonzarse?			
92. Sinceramente, ¿se considera capaz de hacer las cosas mejor que la mayoría?			
93. ¿Cree que la gente habla de Vd. con frecuencia?			
94. ¿Ha perdido el control de sus nervios alguna vez?			
95. ¿Protesta siempre que se comete una injusticia con Vd.?			
96. ¿Se siente alegre unas veces y desgraciado otras, sin que haya razones claras para ello?			
97. ¿Le resulta difícil participar de la alegría general en las reuniones y fiestas?			
98. De ordinario, ¿es usted una persona despreocupada?			
99. ¿Le cambia fácilmente el humor según le vayan las cosas?			
100. ¿Pagaría Vd. impuestos aun sabiendo que nadie le iba a descubrir si no los pagaba?			
101. ¿Le gusta ajustar su vida a ideales y normas fijas?			
102. ¿Es Vd. inflexible cuando tiene la razón?			
103. ¿Le gustan los trabajos que requieren mucho cuidado y atención a los detalles?			
104. ¿Hay ocasiones en que lo único que le apetece es estar solo y que le dejen en paz?			
105. ¿Cree Vd. que, en realidad, el mundo está gobernado por poderes secretos que poquísima gente conoce?			
106. ¿Le gusta permanecer en segundo término en las fiestas y reuniones públicas?			
107. ¿Cree que un puñado de hombres decididos puede reformar la sociedad?			
108. ¿Hay noches en que las preocupaciones le tienen despierto mucho tiempo?			
109. ¿Reconoce que tiene el genio un poco violento?			
110. Entre las personas que conoce, ¿hay alguna que le sea profundamente antipática?			

111. ¿Le parece que muchas de las cosas que le han salido mal se deben a envidias y enemistades personales?			
112. ¿Opina que la mujer debe gozar de igual libertad que el hombre?			
113. Cuando algo le sale mal, ¿lo olvida enseguida?			
114. Por lo general, ¿es Vd. quien da el primer paso para entablar una nueva amistad?			
115. ¿Se equivoca con frecuencia?			
116. ¿Disfruta en las manifestaciones de entusiasmo colectivo, como el fútbol, los toros, etc.?			
117. Por lo general, ¿mantiene Vd. ocultos sus propósitos?			
118. Cuando no se sale con la suya, ¿se conforma fácilmente?			
119. ¿Se le ha criticado más de lo debido?			
120. ¿Encuentra que en la sociedad actual no se puede uno fiar de nadie?			

121. ¿Le cuesta mucho olvidar las ofensas, aunque las haya perdonado desde el primer momento?			
122. Cuando se le mete algo en la cabeza, ¿trata por todos los medios de realizarlo?			
123. ¿Le mira la gente mucho cuando va por la calle?			
124. Durante los últimos cinco años, ¿ha ocupado algún cargo directivo en juntas deportivas, benéficas, sociales, etc.?			
125. ¿Cambia de aficiones con facilidad?			
126. ¿Se le va a veces la imaginación, de forma que pierde el hilo de lo que está haciendo o diciendo?			

### Corrección.

La corrección es la parte que no veremos cuando hagamos una prueba de este tipo. Consiste en valorar con 1 punto las contestaciones que se corresponden con esta tabla, a excepción de los círculos seguidos de un 2 que puntuarán con 2.

Si tu contestación no se corresponde con ninguno de los símbolos aquí expuestos, no cuenta. Los símbolos son los siguientes:

α Escala C (total 29).

O Escala E (total 59).

× Escala P (total 41).

∞ Escala S (total 18).



Cada signo vale un punto. Puede ocurrir, como en el ítem 1, que si se contesta falsa contabilice dos puntos y puede ocurrir que un ítem tenga dos respuestas, como la 7, y ambas contestaciones valgan un uno. Recordad que la 32 y 33 ni se hacen ni se contabilizan.

	V	?	F		V	?	F
1		O	O 2	2	O		
3	O			4			
5				6			×
7	O α			8	×		
9			O	10	∞		
11	O			12			α

13		O	O	14			∞
15	×		O	16	×		
17	∞			18			α
19	×			20			O
21			O	22	∞		
23	×		α	24		O α	O 2
25	O			26	×		
27			α	28	O		
29	∞			30			α
31			α	32			O
33	∞			34	×		
35	O			36	×		α
37			O	38	×		
39		α	O	40			α
41	×			42			∞
43	O			44			α
45	×			46	∞		
47	O			48			O α
49			α	50	∞		
51			O	52			α
53	×			54	×		
55	×		α	56			∞

57	O 2	O		58	O 2	O	
59			∞	60	O		
61	O		α	62	O		
63			O α	64	∞		

65	×			66			α
67	O			68			×
69	∞			70	α		
71	×			72		α	×
73	×			74	∞		
75	O			76	O	α	
77	∞			78	×		
79	×			80			α
81	O			82	O		
83	×			84	×		
85	∞			86			α
87			O	88			α
89			×	90	O		
91	∞			92	×	O	
93	×			94			
95	×			96			α
97			O	98	O 2	O	
99			α	100			∞
101	α		O	102	×		
103		O	O 2	104			α
105	×			106			O 2
107	×			108			α
109	×			110	∞		
111	×			112			×
113	O		×	114	O		
115			×	116	O		

117	×			118			×
119	×	$\alpha$		120	×		
121	×			122	×	$\alpha$	
123	×			124	O		
125	O			126			$\alpha$

DESCANSO (10 min)

### Actividad 3. Test de aptitudes (50 min)

1. Factor C: medición de la capacidad verbal.

Halla los antónimos de estos términos. Tienes 1 minuto:

**Esporádico:** ocasional, eventual, fortuito, regular.

**Homogéneo:** igual, uniforme, diversificado, indiferenciado.

**Miedo:** valentía, horror, temor, fobia.

**Obstinado:** tozudo, condescendiente, obcecado, decidido.

2. Factor F: medición de la fluidez verbal.

Tienes 5 minutos para anotar todas las palabras que se te ocurran que comiencen por h.

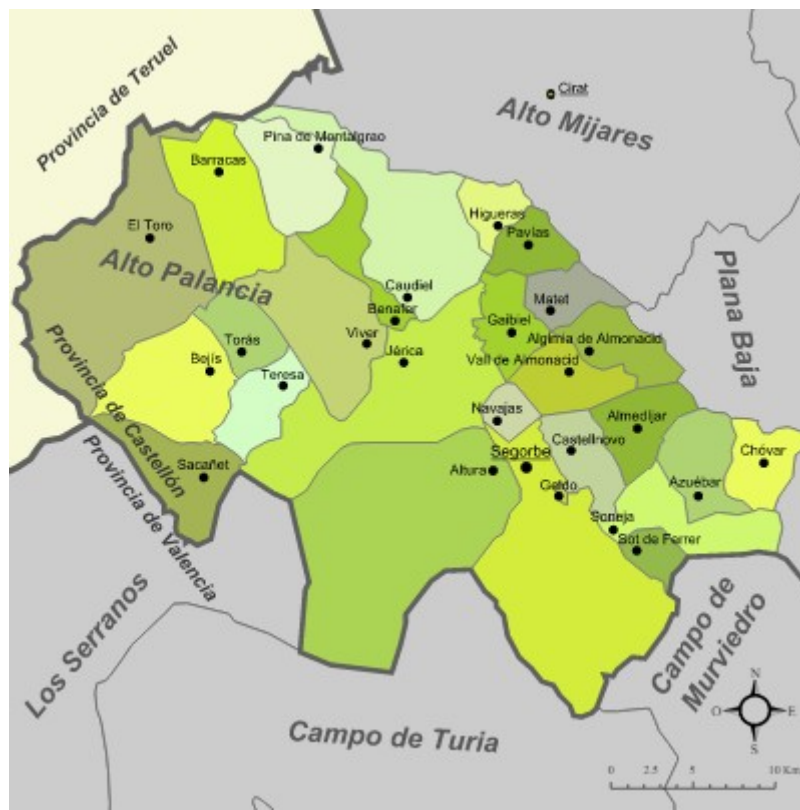
3. Factor N: medición de la aptitud numérica.

Tienes 1 minuto para rodear la B (bien) o la M (mal) según la resta sea correcta o no:

A	B	
458	309	A) B M
<u>-279</u>	<u>-148</u>	B) B M

#### 4. Factor R E: medición del razonamiento espacial.

En cinco minutos explica todo lo que indica este mapa de la comarca.



5. Factor R F: medición de la resistencia a la fatiga.

Subraya la M, redondea la N y tacha la K. Tienes 5 minutos.

QAZXSWEDCMRFVTGBYHNNUJMIKOLKPÑQWERTYUIOPMASDFGHJKLÑNZXCVBNM  
 KPÑOLIKMUJMYHNTGBNRFVEDCWSXKQAZMPOIUYTREWQNÑLKJHGFDNAKMN  
 BV CXZMEYIÑJFACNQNETUOLJGDAXKCVBNMMQWERTNYUIOPKASDFGMHJKLÑNZXC  
 VBKNMQWERTYUIMOPÑLKJHGFDNSAZXCVBNMNKBVCXZASDFGHJMKLÑPOIUYTR  
 EWNQASDFGHJKLÑKQAZWSXEDCMVFRTGBNHYNHYUJMKIOKLPÑMQWENRTYKY  
 UIMOPÑNASDKFGHNJKLMÑZXKPPOOIIUUYTTTRREEWWWWQASSDFFFGHHJJ  
 KKKLLÑÑMNNBBVVCCXXZASRTJOIUVFEZXFHIPUKSNÑPOLKIUMNHYTGGBVFFRE  
 EDCXDWWQAZXCFFGHJMKLOIUUYTTRLKMYBRCWZQSCFTHJNKOPÑLKMNHTFFC  
 DEWSAXCVGHHJKIUYTRDBNKLLAECGIOWDRHMKÑAWCRHJKASRÑOIUHGFRES  
 FGHUIOLKJJHHGGRFGJKLMUYTREESDFFGGGHNKKPOOII

6. Pruebas de agilidad mental y de concentración.

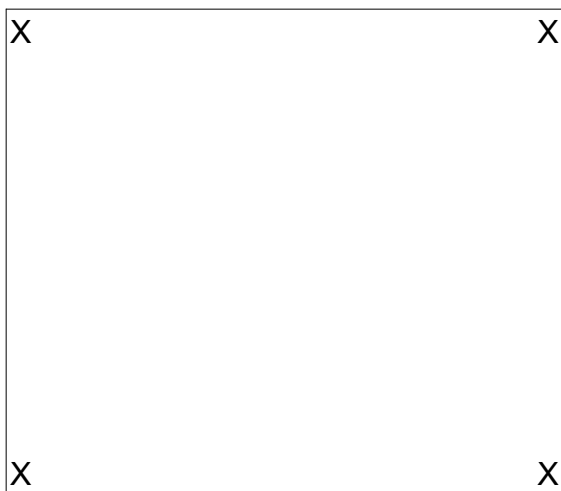
Coloca los dos números que continúan la serie:

19 – 16 – 14 – 11 – 9 – 6 - - .

11 – 13 – 12 – 14 – 13 – 15 - - .

7. El campesino Rufino pretende hacer el doble de grande la extensión de tierra que heredó de sus padres (el cuadrado). Pero su intención es no arrancar los árboles de las esquinas (X) y que, a su vez, permanezcan fuera del terreno para que no estorben sus tareas agrícolas.

¿Cómo se las arreglará?



8. Tienes 6 minutos para cada texto (lectura y contestación):

**Entre las alumnas de una clase, Ana y Elena tienen 13 años, Esther y Yolanda tienen 15 años, Ángeles y Elisa tienen 14 años, Antonia tiene 16, Luisa no llega a los 14, María y Carmen pasan de los 15, Ruth va a cumplir 13 y Mercedes no los ha cumplido.**

**En un examen han sacado 8 puntos Ángeles y Yolanda; Ruth tuvo 9; dos puntos Ana y Elisa; 3 puntos, Mercedes y María; Antonia y Elena han sacado 7; Carmen y Esther tuvieron 4 y Luisa 6.**

**Viven en un pueblo Ana, María y Antonia. Son de una gran ciudad Luisa, Mercedes y Ruth. Yolanda y Elisa son de un pueblo muy grande. Ángeles, Carmen y Esther son también de un pequeño pueblecito y Elena vive en una capital.**

Escribe los nombres de las alumnas que A LA VEZ tienen más de 14 años, han sacado menos de 5 puntos y viven en un pueblo pequeño.

**Un grupo de deportistas se entrena cada uno en su deporte: Juan y Pedro son de baloncesto, acompañados por José y Pablo; Antonio y Alfredo juegan al fútbol junto con Roberto y Luis; Eulogio y Federico son de balonmano; Felipe hace natación y Alberto es futbolista.**

**Pedro y Felipe viven en un primer piso; José y Federico en el séptimo; Pablo y Eulogio en el segundo; Luis y Alfredo en el sexto; Juan y Antonio en el quinto; Alberto en el cuarto y Roberto en el sexto.**

**Antonio y Pedro son buenos estudiantes; Pablo, Eulogio y Federico no lo son; Luis y Alfredo han empezado a ser buenos en los estudios a diferencia de Juan y Alberto, que siguen siendo malos. También son malos estudiantes Felipe y José, a diferencia de Roberto que es bueno.**

Indica quiénes son los deportistas que AL TIEMPO son futbolistas, viven por encima de un tercer piso y son buenos estudiantes.

**Los alumnos de un colegio organizan excursiones a diversas regiones de España. A Canarias, León y Andalucía se van cinco días. A Vascongadas, cuatro. A Extremadura y Navarra tres y a Baleares, cinco.**

**Para ir a León, Cataluña y Navarra hay que obtener sobresaliente en las notas. Asturias, Andalucía, Valencia y Aragón exigen notable. Canarias y Galicia requieren también notable. Vascongadas, sobresaliente. Extremadura, notable y también notable requiere Baleares.**

**A Vascongadas, Aragón, Valencia y Galicia se debe ir en grupo. A Canarias, Navarra y Asturias se puede ir en parejas. A León y Cataluña, de tres en tres. A Baleares y Extremadura también se puede ir en parejas. Andalucía requiere ir en pareja también.**

A qué regiones se puede ir en esta excursión con notable, más de cuatro días y por parejas.

### **ACTIVIDAD FINAL (5 min)**

Puesta en común.

**1b. PERFIL PROFESIONAL Y PERSONAL.**



  **Actividad inicial. Recordad el perfil personal que ha salido en la sesión anterior (5 min)**

**Actividad principal (50 min)**

	OBJETIVOS	
¿QUÉ TENGO?	CORTO PLAZO	LARGO PLAZO
-Formación reglada:		
-Formación específica:		
-Experiencia laboral:	¿QUÉ ME FALTA?	¿QUÉ ME FALTA?



<p>-Aptitudes, puntos fuertes:</p>		
------------------------------------	--	--

  **Actividad final. Puesta en común sobre la necesidad y la dificultad para planificar la búsqueda de empleo. (10 min)**

## **2. MÉTODOS DE BÚSQUEDA DE EMPLEO**

**Actividad principal. Redacción (50 min)**

**DESCANSO (10 min)**

  **Actividad principal. Búsqueda en internet (50 min)**

Te añadimos estas direcciones: [mejor-banco.com](http://mejor-banco.com) y [mejor-banco-para-autonomos](http://mejor-banco-para-autonomos.com)

### **3. CARTA DE PRESENTACIÓN**

**Actividad principal. Realización de la carta (50 min)**

**DESCANSO (10 MIN)**

**Actividad principal. Redacción candidatura espontánea (50 min)**

#### **4. CURRICULUM VITAE**

**Actividad principal. Realización de uno (50 min)**

**DESCANSO (10 min)**

**Actividad principal. Realización del C.V. europeo y de varias empresas (50 min)**

Entra en estas direcciones: [livecareer.es/crear-cv/elegir-plantilla](http://livecareer.es/crear-cv/elegir-plantilla) y [app.rapidocv.com](http://app.rapidocv.com)



**Actividad final. Detectar certificados no válidos (5 min)**

## **5. CURRICULUM VITAE: VIDEO**

### **Actividad principal. Elaboración de un C.V. en vídeo. (50 min)**

El vídeo debe tener una duración máxima de 1:30 min.

**DESCANSO (10 min)**

 **Actividad principal. Pase de cada vídeo y valoración del mismo. (50 min)**

En primer lugar se celebrará un sorteo, si no hay voluntarios, para establecer el orden de intervención de cada uno.

Cada exponente actuará de la siguiente manera:

1. Insertará en el ordenador el pen drive y abrirá su vídeo.
2. Habrá un turno de preguntas de 10 minutos.

**Mientras tanto, el resto usará la coevaluación y el docente la rúbrica de la sesión 10 para evaluar la exposición de su compañero.**



  **Actividad final. Análisis de lo mejor de cada vídeo para poder modificar el propio. (5 min)**

## **6. REDES SOCIALES**

**Actividad principal. Redes generalistas y profesionales y blogs (50 min)**

**DESCANSO (10 min)**

**Actividad principal. Microblogs, multimedia sharing y sindicación de contenidos (50 min)**

Ambas actividades se realizarán en la Sala de Informática. Cada alumno/a escogerá una red social y la explicará al resto, puntuándose por parte del grupo su actuación, argumentando sus razonamientos. Para ello irá a la coevaluación de la sesión 10.

**  Actividad final. Debate sobre cómo ha mejorado tu búsqueda de empleo a través de estos medios. (5 min)**

## 7. ENTREVISTA "EL MÉTODO"

  **Actividad final. Comentario de la película (8 min)**

## **8. ENTREVISTA**

**Actividad inicial. Ver el modelo (5:50 min)**

**Actividad principal. Preparación de entrevistado y entrevistador (49:10 min)**

La misma persona hará de entrevistado y de entrevistador.

**DESCANSO (10 min)**

 **Actividad principal. Entrevistas (50 min)**

En primer lugar se celebrará un sorteo, si no hay voluntarios, para establecer el orden de intervención de los grupos (entrevistado y entrevistador). Este dúo se establecerá por sorteo.

Cada grupo exponente actuará de la siguiente manera:

1. La exposición oral correrá a cargo de todos los miembros del grupo de forma ordenada.
2. El tiempo total de exposición será de 5 minutos.

**Mientras tanto, el resto de grupos usará la coevaluación y el docente la rúbrica de la sesión 10 para evaluar la exposición de sus compañeros.**

  **Actividad final. Puesta en común de qué te sirve para una entrevista. (5 min)**

## 9. CONTRATO, SALARIO Y COTIZACIONES

**Actividad principal. Calcula tu salario.**

Entra en estas páginas: [Calculadora de Sueldo neto | Cinco Días \(elpais.com\)](#)  
[Simulador de cuota de autónomo \(seg-social.gob.es\)](#)

  **Actividad final. Puesta en común de aquello que nos ha parecido más interesante (5 min)**

**10. AUTOEVALUACIÓN, COEVALUACIÓN Y RÚBRICA. PORTFOLIO DIGITAL.****  Actividad principal. Autoevaluación, coevaluación y rúbrica (50 min)**

Autoevaluación de las sesiones anteriores.

La autoevaluación es un ejercicio de honestidad y autocontrol. Es una reflexión individual. Nos permite además hacernos más conscientes del trabajo que realizamos y de cómo vamos construyendo nuestro aprendizaje.

Tienes los resultados al final de estos apuntes, en el Solucionario.

Sesión 3. Carta de presentación.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

Sesión 4. Currículum vitae.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					



## Sesión 5. Currículum vitae vídeo

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 6. Redes sociales.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 8. Entrevista.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	COMPAÑERO
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 9. Contrato, salario y cotizaciones.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	COMPAÑERO
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Coevaluación de tus compañeros de las sesiones anteriores

La coevaluación es un ejercicio de honestidad y compañerismo bien entendido. Es una reflexión individual.

Nos permite además hacernos más conscientes del trabajo que realizamos y de cómo vamos construyendo nuestro aprendizaje.

## Sesión 3. Carta de presentación.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 4. Currículum vitae.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 5. Currículum vitae vídeo

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 8. Entrevista.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	COMPAÑERO
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Sesión 9. Contrato, salario y cotizaciones.

SESIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	COMPAÑERO
1a					
1b					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					

## Rúbrica de las sesiones anteriores

INDICADORES DE EVALUACIÓN	SOBRESALIENTE 4	NOTABLE 3	SUFICIENTE 2	INSUFICIENTE 1	OBSERVACIONES	PUNTOS
Proyecto de búsqueda de empleo	Ha completado correctamente totalmente la tabla.	Ha completado correctamente el 80% de la tabla.	Ha completado correctamente el 50% de la tabla.	Ha complementado menos del 50% de la tabla.	Siempre deberá seguirse el guión de la tabla.	
Estética y legibilidad	La apariencia es agradable y la gramática excelente.	La apariencia es agradable y hay algún error gramatical.	La apariencia podría mejorar pero es legible.	La apariencia es fea y hay muchos errores gramaticales.	Recuerda los puntos clave de la buena presentación.	
Carta de presentación y C.V. en papel	Ha seguido correctamente todas las partes.	Ha seguido al 80% todas las partes.	Ha seguido al 50% todas las partes.	Ha seguido menos del 50% todas las partes.	Debe seguir el esquema.	
C.V. en vídeo	Destaca por su originalidad.	Original pero con algún fallo respecto al modelo.	Original que sigue al 50% el modelo.	No es original y sigue el modelo menos del 50%.	La originalidad ha de ser el elemento clave.	
Redes sociales	Se maneja correctamente	Se maneja al 80%.	Se maneja al 50%.	Se maneja menos del 50%.	El uso de las TIC es el elemento clave.	
Entrevista	Es correcta.	Correcta con algún fallo.	Correcta al 50%.	Menos del 50% correcta.	Se analiza tanto entrevistado como entrevistador.	
Las dos corrientes capitalistas en el mundo laboral	Comprende totalmente los conceptos keynesiano y neoliberal.	Comprende prácticamente los conceptos keynesiano y neoliberal.	Confunde levemente los conceptos keynesiano y neoliberal.	Confunde los conceptos keynesiano y neoliberal.	Debe diferenciar un contrato keynesiano de uno neoliberal.	

Creación del portfolio digital.

Teniendo en cuenta los criterios de evaluación de la rúbrica sobre la estructura de la presentación, crea una plantilla en un programa de presentaciones como PowerPoint del Office 365 editable en línea y que permite el trabajo colaborativo.

La plantilla contendrá:

- Una portada: título del proyecto, ámbito, programa formativo, nombre y apellidos del autor, sede del centro docente

- Cuerpo:

- Índice de contenidos
- 1. Mi punto de partida
- 2. ¿Qué puede ayudarme?
- 3. Mi Currículum Vitae
- 4. ¿En qué me ha ayudado este proyecto?
- 5. Valoración del proyecto

- Cierre: fecha de elaboración, nombre y apellidos del autor, nombre y apellidos del docente, departamento didáctico, sede del centro docente

Otras condiciones:

- El nombre del archivo será:

"APELLIDOS ABP Búsqueda de empleo AAAA MM DD"

---

- Las páginas estarán numeradas
- La plantilla será original
- Las imágenes utilizadas han de ser de libre uso y distribución
- Los autores autorizan al centro a publicar la presentación en su web
- Puede redactarse enteramente en castellano o en valenciano
- Tendrá una extensión máxima de 30 páginas.

**Actividad suplementaria. Valoración final del proyecto (10 min)**

Por último, ve al formulario que tienes disponible en AULES para valorar todo el trabajo realizado y su impacto en tu formación.

Encontrarás las preguntas en el **anexo XI**.

**Valoración final del proyecto**

Esta valoración estará disponible en la plataforma moodle de AULES.

Se puntuará de 1 a 3 y, en función de la pregunta, significará:

1	Nunca	No	Nada
2	A veces		Suficiente
3	Siempre	Sí	Mucho

**1 En relación con la programación.**

1. Incluye contenidos de varios módulos científico-tecnológicos: ciencias sociales, mundo del trabajo y competencia digital.
2. Incluye temas transversales.
3. Secuencia los contenidos a lo largo del proyecto.
4. La programación es independiente de una opción editorial.

**2 En relación con los objetivos, contenidos y criterios de evaluación.**

5. Están contextualizados en relación con el nivel de desarrollo y de competencia del alumnado.
6. Los contenidos están organizados y categorizados en función de bloques temáticos.
7. Las sesiones de trabajo se desarrollan en espacios de tiempo suficientes.
8. La secuenciación de los contenidos facilita la comprensión y la construcción del conocimiento.
9. Las actividades desarrollan suficientemente los diferentes tipos de contenido.
10. Las actividades favorecen el desarrollo de distintos estilos de aprendizaje.
11. Las actividades favorecen el desarrollo de la creatividad.
12. Las actividades diseñadas toman en consideración los intereses del alumnado y resultan motivadoras.

**3 En relación con la metodología.**

13. El profesorado habitualmente introduce el tema.
14. El profesorado orienta individualmente el trabajo de los alumnos.
15. El alumnado sigue la secuencia de actividades de materiales de elaboración propia.
16. Se utilizan otros textos de apoyo.
17. Parte de las actividades se realizan en grupo.
18. Se atiende a la diversidad dentro del grupo.
19. La distribución de la clase facilita el trabajo autónomo.

20. La distribución de la clase se modifica con las actividades.
21. El tiempo de la sesión se distribuye de manera adecuada.
22. Se usan diferentes espacios.
23. El trabajo del aula se armoniza con el trabajo de casa.
24. La mayoría del trabajo se realiza durante sesiones de clase.
25. La actuación docente en el aula se guía por un enfoque globalizador o interdisciplinar.
26. La actuación docente intenta aprovechar al máximo los recursos del centro y las oportunidades que ofrece el entorno.

#### **4 La evaluación**

27. Se valora el trabajo que desarrolla el alumno en el aula.
28. Se valora el que desarrolla en casa.
29. Se evalúan los conocimientos previos .
30. Se evalúa el proceso de aprendizaje de manera directa y a través de los cuadernos (materiales) de trabajo del alumnado.
31. Se evalúan los resultados.
32. Va dirigida a los diferentes tipos de contenido.
33. Las pruebas contemplan diferentes niveles de dificultad.
34. El procedimiento de corrección facilita la identificación inmediata de los errores.
35. Participa el alumnado en su evaluación.
36. Conoce el alumnado los criterios de evaluación y de calificación.
37. Se analizan los resultados con el grupo de alumnos.
38. La evaluación es continua.
39. Los resultados de las pruebas de evaluación confirman las conclusiones de la evaluación continua.

**¡Gracias por tu colaboración!**

## SOLUCIONARIO

### 1a. PRUEBAS PSICOMÉTRICAS

Actividad 1. Pon tu nombre arriba, en uno de los dos lados.

Actividad 3. Test de aptitudes. Factor C: medición de la capacidad verbal.

Halla los antónimos de estos términos:

**Esporádico:** ocasional, eventual, fortuito, **regular.**

**Homogéneo:** igual, uniforme, **diversificado**, indiferenciado.

**Miedo:** valentía, horror, temor, fobia.

**Obstinado:** tozudo, **condescendiente**, obcecado, decidido.

Factor N: medición de la aptitud numérica.

A	B	
458	309	A) <b>B</b> M
<u>-279</u>	<u>-148</u>	B) <b>B</b> M
179	161	

4. Factor R E: medición del razonamiento espacial.

En cinco minutos explica todo lo que indica este mapa de la comarca.

No es un ejercicio matemático, pero deberían aparecer las siguientes ideas:

1. El Alto Palancia es una comarca valenciana, en concreto, de la provincia de Castellón, limítrofe con la de Valencia y con Aragón, en concreto, con la provincia de Teruel.

2. El Alto Palancia está formado por 27 poblaciones con términos muy desiguales. El más pequeño es Geldo y, entre los grandes, destacan El Toro, Altura y Segorbe.

3. La comarca tiene una orientación NO-SE.

4. Destaca la posición excéntrica del núcleo urbano respecto a su término en muchas poblaciones: Barracas, Pina de Montalgrao, Benafer, Caudiel, Higuera, Matet, Algimia de Almonacid, Bejís, Torás, Viver, Navajas, Altura, Segorbe, Soneja, Azuébar y Sot. Sin embargo, Pavías, Gaibiel, Vall de Almonacid y sobre todo Chóvar tienen posiciones céntricas.

5. Factor R F: medición de la resistencia a la fatiga.

Subraya la M (27), redondea la N (de rojo, 31) y tacha la K (de amarillo, 45)

QAZXSWEDCMRFVTGBYHNNUJMIKOLKPÑQWERTYUIOPMASDFGHJKLÑNZXCVBNM  
 KPÑOLIKMUJMYHNTGBNRFVEDCWSXKQAZMPOIUYTREWQNÑLKJHGFDKAMNBVC  
 XZMEYIÑJFACNQNETUOLJGDAXKCVBNMMQWERTNYUIOPKASDFGMHJKLÑNZXCV  
 BKNMQWERTYUIMOPÑLKJHGFDNSAZXCVBNNMKNBVCXZASDFGHJMKLÑPOIUYTRE  
 WNQASDFGHJKLÑKQAZWSXEDCMVFRTGBNHYNNHYUJMKIOKLPÑMQWENRRTYKYU



IMOPÑNASDKFGHNJKL~~M~~ÑZXKPP~~O~~IIUUYTT~~R~~REEWWWQ~~Q~~ASSDFFFGGHHJJ~~K~~  
 K~~L~~LÑÑ~~M~~NNBBVVCCXXZASRTJOIU~~V~~FEZXFHIPU~~K~~S~~N~~ÑPOL~~K~~IUJ~~M~~NHYTGGBVFFREE  
 DCXDWWQAZXCFFGGHJM~~K~~LOIUUYT~~T~~RL~~K~~MYBRCWZQSCFTHJ~~N~~KOPÑ~~L~~~~K~~~~M~~NHTFFCD  
 EWSAXCVGGHHJ~~K~~IUUYT~~R~~DB~~N~~KLLAECGIOWDRH~~M~~~~K~~ÑAWCRHJ~~K~~ASRÑOIUHGFRESF  
 GHUIOOL~~K~~JJHHGGRFGJ~~K~~~~L~~~~M~~UYTREESDFFGGGHN~~K~~~~K~~POOII

6. Pruebas de agilidad mental y de concentración.

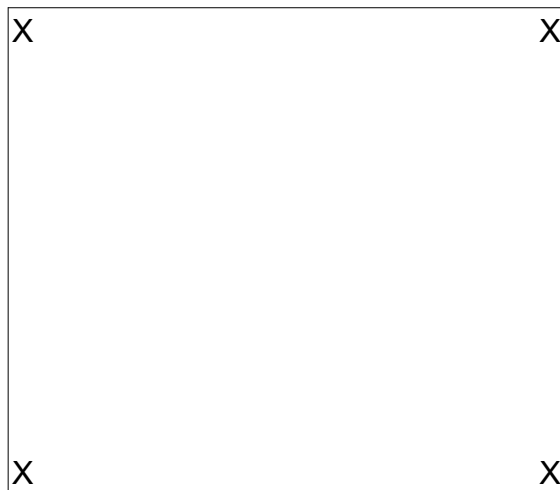
Coloca los dos números que continúan la serie:

19 – 16 – 14 – 11 – 9 – 6 - 4 - 1.

11 – 13 – 12 – 14 – 13 – 15 - 14 - 16.

El campesino Rufino pretende hacer el doble de grande la extensión de tierra que heredó de sus padres (el cuadrado). Pero su intención es no arrancar los árboles de las esquinas (X) y que, a su vez, permanezcan fuera del terreno para que no estorben sus tareas agrícolas.

¿Cómo se las arreglará? Haciendo un rombo sobre el cuadrado.



Tienes 6 minutos para cada texto (lectura y contestación):

**Entre las alumnas de una clase, Ana y Elena tienen 13 años, Esther y Yolanda tienen 15 años, Ángeles y Elisa tienen 14 años, Antonia tiene 16, Luisa no llega a los 14, María y Carmen pasan de los 15, Ruth va a cumplir 13 y Mercedes no los ha cumplido.**

**En un examen han sacado 8 puntos Ángeles y Yolanda; Ruth tuvo 9; dos puntos Ana y Elisa; 3 puntos, Mercedes y María; Antonia y Elena han sacado 7; Carmen y Esther tuvieron 4 y Luisa 6.**

**Viven en un pueblo Ana, María y Antonia. Son de una gran ciudad Luisa, Mercedes y Ruth. Yolanda y Elisa son de un pueblo muy grande. Ángeles, Carmen y Esther son también de un pequeño pueblecito y Elena vive en una capital.**

Escribe los nombres de las alumnas que A LA VEZ tienen más de 14 años, han sacado menos de 5 puntos y viven en un pueblo pequeño. **Esther y Carmen**

**Un grupo de deportistas se entrena cada uno en su deporte: Juan y Pedro son de baloncesto, acompañados por José y Pablo; Antonio y Alfredo juegan al fútbol junto con Roberto y Luis; Eulogio y Federico son de balonmano; Felipe hace natación y Alberto es futbolista.**

**Pedro y Felipe viven en un primer piso; José y Federico en el séptimo; Pablo y Eulogio en el segundo; Luis y Alfredo en el sexto; Juan y Antonio en el quinto; Alberto en el cuarto y Roberto en el sexto.**

**Antonio y Pedro son buenos estudiantes; Pablo, Eulogio y Federico no lo son; Luis y Alfredo han empezado a ser buenos en los estudios a diferencia de Juan y Alberto, que siguen siendo malos. También son malos estudiantes Felipe y José, a diferencia de Roberto que es bueno.**

Indica quiénes son los deportistas que AL TIEMPO son futbolistas, viven por encima de un tercer piso y son buenos estudiantes. **Antonio, Alfredo, Roberto y Luis.**

**Los alumnos de un colegio organizan excursiones a diversas regiones de España. A Canarias, León y Andalucía se van cinco días. A Vascongadas, cuatro. A Extremadura y Navarra tres y a Baleares, cinco.**

**Para ir a León, Cataluña y Navarra hay que obtener sobresaliente en las notas. Asturias, Andalucía, Valencia y Aragón exigen notable. Canarias y Galicia requieren también notable. Vascongadas, sobresaliente. Extremadura, notable y también notable requiere Baleares.**

**A Vascongadas, Aragón, Valencia y Galicia se debe ir en grupo. A Canarias, Navarra y Asturias se puede ir en parejas. A León y Cataluña, de tres en tres. A Baleares y Extremadura también se puede ir en parejas. Andalucía requiere ir en pareja también.**

A qué regiones se puede ir en esta excursión con notable, más de cuatro días y por parejas. **Canarias, Andalucía y Baleares.**

### **3. CARTA DE PRESENTACIÓN**

**Actividad principal. Carta de presentación.**

Te ponemos un ejemplo en ambos casos, pero la estructura debe ser así:

Segorbe, a 29 de enero de 2024.

Responsable de Personal TURISMO ALTO PALANCIA

C/ Calvario 8

12.400 Segorbe

Muy Sr. mío:

En relación con la oferta de trabajo de su empresa y, en concreto, en la de un guía especialista en la historia y el arte comarcales, aparecida en el periódico local el día 27 de los corrientes, les remito mi currículum vital y las dos fotografías solicitadas.

Podrá comprobar que, además del título de Turismo, estoy especializado en la historia comarcal; por lo que me considero capacitado para realizar este trabajo.

También quisiera señalar que no tengo ningún compromiso familiar, por lo que estoy disponible para trabajar el fin de semana o entre semana, de mañana y/o tarde; de modo que el horario no sería un obstáculo en nuestras futuras relaciones. Quedo a la espera de que me otorguen una entrevista para que pueda exponerles mis ideas y responder a las preguntas que tengan a bien realizarme.

Agradeciendo su atención, se despide atentamente,

Firma

Miguel Gállego Juste.  
Avda. España, 56-3º-12.  
12.400 Segorbe.

**Actividad principal. Candidatura espontánea.**

Geldo, a 3 de febrero de 2024.

Responsable de Personal HOTEL MUDÉJAR

Avda. Constitución 25

12.400 Jérica

Muy Sr. mío:

Siendo su establecimiento puntero en el sector de la hostelería y la restauración en la comarca, puede que esté interesado en la contratación de una directora comercial.

Podrá comprobar en el currículum que adjunto que, además del título en Gerencia y Marketing, tengo amplia experiencia en el sector, de la cual puede obtener referencias, en la que destaca los proyectos novedosos de los que formé parte. Espero que me concedan una entrevista para poder hablar sobre el tema.

Agradeciendo su atención, se despide atentamente,

Firma

Alicia Gil Fernández P/  
Iglesia, 5.  
12.400 Geldo

## **4. CURRÍCULUM VITAE**

### **Actividad principal. Haz uno.**

Se trata de un modelo, pero la estructura debe ser esta.

### **CURRÍCULUM VITAE**

#### **1. Datos personales.**

Nombre y apellidos: Silvia Bolós Rodilla.

Fecha y lugar de nacimiento: 8 de enero de 1980, Viver (Castellón).

Documento Nacional de Identidad nº. 73.105.532 J.

Domicilio y teléfono: C/ Cueva Santa 7, 12.400 Altura; 964.11.11.11/111.111.111

Situación laboral: en paro.

#### **2. Formación.**

Licenciada en Educación Física por la Universidad Jaume I de Castellón, en junio de 2003.

Curso de monitora de piscina y gimnasio del Servicio Valenciano de Empleo y Formación, de 200 horas de duración, en septiembre-octubre de 2003.

Conocimiento del francés a nivel escrito y oral para mantener conversación y escritos cortos. Primero de Francés de la Escuela Oficial de Idiomas de Sagunto, del curso 07-08.

#### **3. Experiencia profesional.**

Monitora de natación en la piscina de Altura durante los veranos de 2004 a 2007.

Monitora del gimnasio municipal de Sot de Ferrer en 2004-05 en las especialidades de "spinig" y mantenimiento de personas mayores.

Monitora de la piscina y gimnasio municipales de Viver de 2005 a 2007 (especialidad de "spining" y mantenimiento de personas mayores)

Contrato para obra o servicio determinado como monitor de piscina en la Escuela Norteamericana de Quart, en los cursos 2007-08 y 2008-09.

#### **4.Actividades culturales.**

Pertenencia a la Asociación de Vecinos de Altura, desde 2003 hasta la fecha.

Colaboración en la Asociación Musical Santa Cecilia de Altura, desde 2005 hasta la fecha.

#### **5.Otros datos.**

Carné de conducir y vehículo propio.

#### **6. Informes o referencias.**

Se pondrán a disposición.

Fuente: adaptación de Guía de recursos laborales. CEVEAD, abril 1996.

## Autoevaluación del proyecto

José Luis Artero Carmona y Helios Borja Cortijo, profesores del ámbito social

[jl.arterocarmona@edu.gva.es](mailto:jl.arterocarmona@edu.gva.es)

[hj.borjacortijo@edu.gva.es](mailto:hj.borjacortijo@edu.gva.es)

### Reconocimiento-NoComercial CC BY-NC



Obra bajo una [licencia de Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional](#)

Para ver una copia de la licencia, visitad: [Creative Commons — Attribution-NonCommercial 4.0 International — CC BY-NC 4.0](#)