



UNIVERSIDAD
DE ALMERÍA



ORIENTACIÓN PROFESIONAL

PRÁCTICAS CURRICULARES



Índice

- 01 Cómo elegir las prácticas
- 02 Para qué sirven las prácticas
- 03 Cómo sacarles el máximo partido

Cómo elegir las prácticas

Antes de la fase de elección:

- Conoce las **salidas profesionales**.
- Establece tu **objetivo profesional** teniendo en cuenta las posibles salidas, tus intereses y posibilidades de futuro.
- Elabora un **plan de acción** para conseguir dicho objetivo. La prácticas junto la finalización de estudios será uno de los primeros pasos.

A la hora de elegir mira en la descripción de la oferta:

- Tipo de empresa/organización.
- Tareas / funciones principales.
- Posibilidad de aprender y practicar técnicas, uso de tecnologías, etc.
- Lugar de realización, horario y modalidad.
- Relación con tu recorrido académico.
- Posibilidades de ampliación de tu red de contactos profesionales.
- Que te dote de experiencia en un campo concreto.
- Posibilidad de continuar.

Para qué sirven

01

ADQUIRIR EXPERIENCIA

02

MEJORAR TU CURRÍCULUM

03

ÁREAS DE MEJORA

04

INCREMENTAR TU RED DE CONTACTOS

05

SUPERAR MIEDOS, BARRERAS O INSEGURIDADES

06

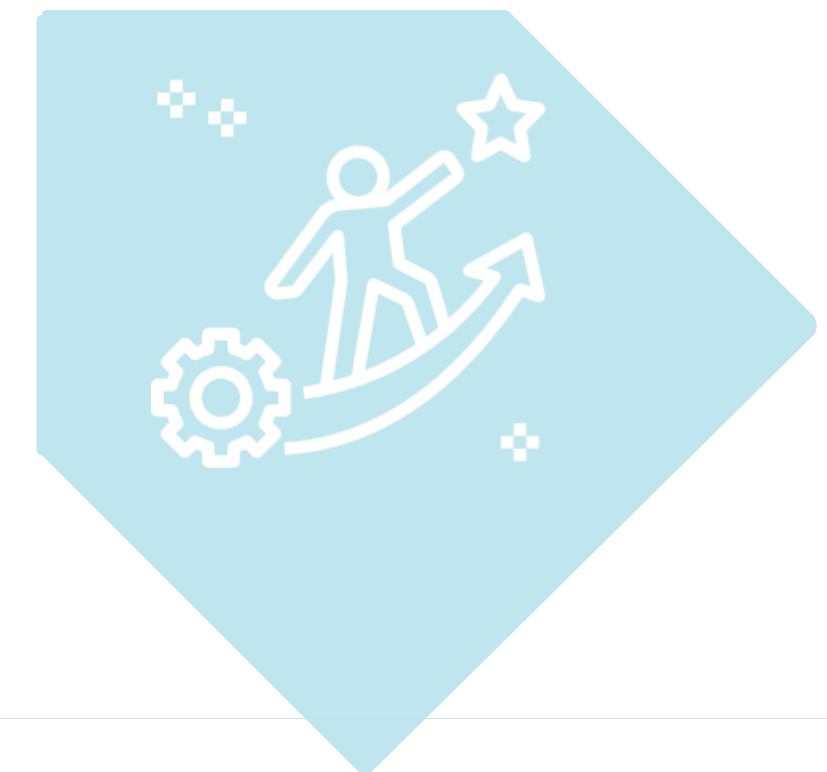
DESARROLLAR HABILIDADES TÉCNICAS Y RELACIONALES

07

AYUDAR A DEFINIR TUS OBJETIVOS PROFESIONALES

08

POSIBILIDAD DE CONOCER DE PRIMERA MANO HERRAMIENTAS PROFESIONALES



Cómo sacarles el máximo partido

1. Elige las prácticas en función de tus intereses, opciones de continuar, sector, etc...
2. Busca información sobre la empresa antes de empezar.
3. Afróntalas con una mentalidad abierta.
4. Haz todas las preguntas que tengas sobre tareas, funciones y rendimiento.
5. Demuestra interés y compromiso.
6. Evalúa tu día a día.
7. Observa cómo se funciona, relaciones, interacciones, formas de comunicarse, estilo de trabajo.
8. Sé proactivo/a. Solicita más responsabilidades, ofrece tu colaboración en otras iniciativas o proyectos.
9. Adopta una actitud positiva.
10. Tómatelas en serio. Esfuérzate.
11. Sé flexible ante tareas puntuales poco interesantes.
12. Tienes derechos y obligaciones.
13. Disfruta de la experiencia.

Nuestro equipo



Juan Manuel López

jlopezm@fundacionual.es



Elena Crespo

ecrespo@fundacionual.es

[Para pedir cita](#)
[Aquí](#)



GRACIAS

Orientación Profesional

orienta@fundacionual.es

En Redes @IcaroUal