PROCESO DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del Programa de Formación:** Tecnico en Mantenimiento de computadores
- **Código del Programa de Formación:** 839312 v2
- **Nombre del Proyecto:** SOPORTE Y MANTENIMIENTO A EQUIPOS DE CÓMPUTO Y DISPOSITIVOS MÓVILES
- **Fase del Proyecto:** Ejecución
- **Actividad de Proyecto:** Elaborar el plan operativo con los procedimientos para la reparación de los equipos de computo y restablecimiento de la conectividad de la IE.
- **Competencia:**
- Realizar mantenimiento preventivo y predictivo que prolongue elfuncionamiento de los equipos de computo.
- Realizar mantenimiento correctivo de los equipos de computo según procedimiento establecido
- Realizar mantenimiento correctivo que restablezca la conectividad entre los equipos
- Comprender textos en inglés en forma escrita y auditiva
- Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social
- **Resultados de Aprendizaje Alcanzar:**
    - Desensamblar y ensamblar los componentes de hardware de los diferentes equipos de cómputo y periféricos, de acuerdo con manuales técnicos y de procedimientos.
    - Realizar limpieza interna y externa a los equipos de cómputo y periféricos según procedimientos y manual del fabricante.
    - Corregir fallas y defectos en los equipos de cómputo y periféricos, para establecer las condiciones de operación del equipo.
    - Restaurar la conectividad del equipo de acuerdo con el manual de procedimientos.
    - Leer textos muy breves y sencillos en inglés general y técnico
    - Comprender frases y vocabulario habitual sobre temas de interés personal y temas técnicos Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional.
    - Desarrollar procesos comunicativos eficaces y asertivos dentro de criterios de racionalidad que posibiliten la convivencia, elestablecimiento de acuerdos, la construcción colectiva del conocimiento y la resolución de problemas de carácter productivo.
    - Generar procesos autónomos y de trabajo colaborativo permanentes, fortaleciendo el equilibrio de los componentes racionales y emocionales orientados hacia el desarrollo humano integral

    - Interpretar los problemas ambientales y de sst teniendo en cuenta los planes y programas establecidos por la organización y el entorno social.
    - Verificar las condiciones ambientales y de sst acorde con los lineamientos establecidos para el área de desempeño laboral.

- **Duración de la Guía:**

2. PRESENTACIÓN

Nuestra formación es por proyectos, cuyo objetivo es garantizar la integralidad del proceso de formación, en tanto que los proyectos nos permiten desarrollar competencias de un programa de manera integrada, por lo tanto todas las actividades se abordarán bajo esta temática y lo guiarán en la construcción de su ruta de aprendizaje.

En esta actividad atenderemos un requerimiento de un cliente real (TECNONET) y analizaremos todo lo que se debe preparar para la sustentación del proyecto y/o solución a la necesidad presentada por el cliente.

Estimado aprendiz lo invitamos a participar de este proceso con responsabilidad e interés, con el uso de las tics, el trabajo colaborativo, el liderazgo, la mentalidad emprendedora y el conocimiento del entorno; de igual manera también tendrá la oportunidad de contribuir mediante su programa de formación al desarrollo social y productivo de su región y del País.

Bienvenido a ésta, una oportunidad magnifica que no podemos des aprovechar, solo hay que ponerle entusiasmo, dedicación y por supuesto mucho amor a lo que realicemos.

3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

3.1 Actividad de reflexión inicial

Aprendices, los invito a observar el video “Mantenimiento de equipos de cómputo” que el cual lo encontrarás en el siguiente enlace:

https://www.youtube.com/watch?v=suQIVJzTMcA

Luego responda los siguientes interrogantes de manera individual:

- ¿Qué materiales se necesitan para un desensamble adecuado?
- ¿Cuáles son los pasos que se deben tener en cuenta para un desensamble?
- ¿Cómo se realiza el ensamble de las piezas del computador luego de realizar su debida limpieza?

A dichos interrogantes deben de darle las debidas respuestas en un documento Word (Informe). Luego con su instructor técnico realizar la debida retroalimentación y subir dicha evidencia al portafolio de evidencias

3.2 Actividad de contextualización

3.2.1 Actividades de contextualización e identificación de conocimientos necesarios para el aprendizaje.)

Aprendices, te invito a leer el siguiente estudio de casos y a responder los interrogantes propuestos:

El Depósito La Sexta Esquina se dedica a la compra-venta de bebidas alcohólicas. La empresa ha contratado una empresa externa para que realice una revisión a todos los computadores ya que han detectado fallas en éstos en el momento de ser utilizados por el personal de la empresa. Dicha empresa empieza la realización del mantenimiento de dichos equipos detectando faltantes en sus partes. Por esta razón en el momento de ejecutar y establecer que partes son las faltantes, se evidencia que a los equipos de cómputo no se les ha realizado el debido mantenimiento para que éstos funcionen óptimamente. Con el anterior estudio de casos responda los siguientes interrogantes:

- ¿Cuál es la importancia que tiene para la empresa realizar el mantenimiento de los equipos de cómputo periódicamente?
- ¿Qué acciones debería adoptar el jefe del departamento de informática para remediar lo ocurrido en el anterior caso?

3.3 Actividades de apropiación del conocimiento

Realizar ensamble y desemsamble para el mantenimiento físico externo e interno del PC Instalando sistemas operativos, software utilitario de acuerdo a los requerimientos del cliente

3.3.1. Mediante un diagrama de flujo dé solución de como realizar un emsamble y emsamble del computador y construya la solución al caso asignado.

3.3.3 Realice el mantenimiento predictivo de hardware a un equipo de cómputo o área asignada por su instructor, para el desarrollo de la actividad brinde solución a cada uno de los siguientes ítems:

3.3.3.1 Registre en una base de datos en Excel todas las novedades que se pueden encontrar durante el mantenimiento predictivo de hardware de un equipo de cómputo, portátil o área asignada.

3.3.3.2 Ejecute el mantenimiento físico interno y externo al equipo de cómputo o el dispositivo asignado, de acuerdo al informe de mantenimiento predictivo.

- Recepción del equipo o elemento asignado.
- Alistamiento del área y mesa de trabajo.
- Elementos de protección personal.
- Insumos y materiales requeridos para el mantenimiento.
- Herramientas requeridas para el mantenimiento de acuerdo a los resultados del ítem 3.3.3.2.
- Fichas y bitácoras para el registro de información y observaciones.
- Apoyo fotográfico de cada una de las acciones realizadas.

3.3.3.3 Evidencie todo el proceso de mantenimiento realizado mediante un informe, aplicando las normas APA y con apoyo fotográfico.

Instalar sistemas operativos, software utilitario de acuerdo con los recursos tecnológicos disponibles y los requerimientos del cliente

3.3.4 Prepare los requisitos previos para una instalación limpia de sistema operativo, teniendo en cuenta los siguientes ítems:

a. Requisitos de Hardware según la versión del S.O a instalar.
b. Comprobar la compatibilidad del sistema con el S.O a instalar.
c. Descargue los drivers de la página del fabricante para los dispositivos del equipo
d. Seleccione el sistema operativo adecuado para el equipo de cómputo asignado.
e. Prepare el medio de instalación, ya sea óptico o una USB booteable.

3.3.5 Ejecute la instalación en limpio del sistema operativo Windows según la versión elegida y teniendo en cuenta las indicaciones del instructor con respecto a las particiones y configuración inicial. Dicha instalación podrá ser realiza en equipo físico o virtualizado.

3.3.6 Realice una instalación en limpio de un sistema LINUX con Windows como equipo huésped, usando una maquina virtualizada, seleccione entre las siguientes distribuciones:
a. OpenSUSE
b. Ubuntu
c. Fedora

3.3.7 Efectué la actualización de sistema operativo en una máquina que cuenta con Windows 7 y se desea instalar Windows 10, tenga en cuenta lo siguiente:

a. Compatibilidad del Hardware con Windows 10
b. Compatibilidad de las aplicaciones con Windows 10
c. Actualizar los controladores para el nuevo sistema (desde la página del fabricante).
d. Instale Software de ofimática en el equipo, revisando el requerimiento para elegir la arquitectura y versión adecuada.

3.3.8 Aplique herramientas que permitan brindar Asistencia Remota Servidor – Cliente, durante el proceso de selección de la aplicación e instalación siga cada uno de los pasos:

a. Seleccione una aplicación que le permita realizar asistencia remota autorizada, transferencia de archivos.
b. Elija una aplicación que permita acceder al equipo sin la autorización directa del usuario.
c. Registre en la bitácora todo el proceso desde la selección, así como la instalación y puesta en marcha.
d. Realice como mínimo 2 conexiones exitosas, regístrelo en la bitácora con apoyo fotográfico (utilice la herramienta recorte).
e. Realice la copia de seguridad de los controladores previa instalación del sistema con la aplicación entregada por el instructor; posteriormente instale los controladores adecuados y actualizados para el sistema operativo instalado.

3.3.9 Utilice PowerShell como herramienta para la administración avanzada de drivers en el sistema Windows instalada.

3.3.10 En una máquina virtual instale aplicaciones que cumplan con las siguientes características y registre en un cuadro comparativo ventajas y desventajas:

- Antivirus Trial y Free.
- Antimalware Trial y Free.
- AntiSpam Trial y Free.

Diagnosticar fallas de los componentes fisicos y reestablecer su operación tanto del harware como del software.

3.3.11 Corregir fallas y defetos de los equipos de computo.

Dado que en esta fase realizaremos mantenimiento a los equipos de cómputo y cableado estructurado, iniciaremos realizando las siguientes actividades:

El instructor conformará 6 equipos de trabajo, los cuales deben recibir un PC kit de mantenimiento y un solo kit de herramientas e insumos para el trabajo central de todos; todo lo deben recibir debidamente inventariado y verificado.

Cada grupo debe conseguir una cámara fotográfica o teléfono celular con cámara mínimo de 5 megapíxeles, trapos de algodón, recipientes y/o bolsas para las partes.

Tome registro fotográfico de todas y cada una de las actividades que se realizaran a continuación:

- Cada grupo debe alistar una mesa de trabajo con su respectivo polo a tierra verificado alrededor de una mesa central la cual contendrá el único kit de herramientas e insumos.
- Desarme uno de los kit de cómputo siguiendo el protocolo establecido en la lista de chequeo “ADO” (Alistamiento, Desempeño y Optimización) diseñada previamente.
- Limpie cada componente con el insumo o químico según las recomendaciones de uso trabajadas anteriormente y que ya conocen, (recuerden registrar fotográficamente cada paso del proceso)
- Arme nuevamente el kit PC de mantenimiento siguiendo y verificando cada paso de la lista de chequeo “ADO” (recuerden registrar fotográficamente cada paso del proceso).

Antes de conectar, activar o encender la PC, observe con detenimiento el chasis por dentro y responda los siguientes interrogantes:

- ¿La MainBoard está separada del chasis para evitar un corto?: SI □NO□.
- ¿El disipador de calor de la CPU este bien asegurado a la MainBoard?: SI □NO□.
- ¿Está conectado el ventilador de la CPU en el puerto asignado en la MainBoard para este propósito?: SI □NO□.
- ¿Existe la posibilidad que algún cable obstruya el giro libre del ventilado de la CPU cuando se cierre por completo el gabinete?: SI □NO□.
- ¿Está conectado con la orientación correcta la energía auxiliar del procesador?: SI □NO□,
- ¿El banco de la memoria RAM está instalado en la bahía de valor menos significativo?: SI □ NO □.
- ¿Cada Banco de la RAM está bien asegurado?: SI □NO□.
- ¿El conector de poder principal de la MainBoard se encuentra bien orientado y conectado hasta el tope?: SI □NO□.
- ¿Las conexiones SATA están asignadas en el siguiente orden?: SI □NO□.
    a. SATA 0 para el disco duro que contiene el Sistema Operativo (S.O).
    b. SATA 1 para la unidad de DVD RW.
    c. SATA 2 Para el disco duro auxiliar o de datos. (si existe).
    d. SATA 3 Para una unidad auxiliar de DVD. (si existe).

- ¿Las conexiones de los indicadores y SW frontales están instaladas según indicaciones del fabricante de la Board?: SI □NO□.
- ¿Los buses USB internos están bien orientados y conectado hasta el tope?: SI □NO□.
- ¿Los buses USB internos están conectados en los puertos de menos a mayo valor menos significativo?: SI □NO□.
- ¿Las tarjetas adicionales PCI, ARM, PCI Express y/o AGP están conectadas perfectamente perpendicularmente en cada slot?: SI □NO□.
- ¿La orientación de los ventiladores garantizan un solo flujo de aire del frente a atrás dentro del gabinete?: SI □NO□.
- ¿Los cables de alimentación de los ventiladores no obstaculizan el giro de sus aspas o las de otros ventiladores?: SI □NO□.
- Argumente según las características del equipo en el que está trabajando, que otros aspectos se deben tener en cuenta para evitar averías o daños durante la activación del equipo de cómputo.

Ingrese al SETUP de la PC y verifique las condiciones eléctricas de la fuente de poder y condiciones de temperatura, las cuales deben estar dentro de los rangos de operación ya establecidos.

Registre los valores del ítem anterior en las observaciones de una **ficha técnica** del equipo.

Elaborar el plan de trabajo de la secuencia para el restablecimiento de la conectividad de acuerdo con el estado de la red y dispositivos de interconexión.

3.3.11 Informe técnico, procedimientos de equipos de cómputo.

Diligencie el informe técnico con los procedimientos realizados en el equipo, para el desarrollo de la actividad siga cada uno de los pasos de la plantilla informe técnico de procedimiento. Ver Guía elaboración de Informe de procedimiento de mantenimiento.docx y Plantilla Informe de Procedimiento.docx.

3.3.12 Topologías, protocolos, servidores, equipos activos.

Participe de la presentación realizada por el instructor sobre topologías, protocolos, servidores, equipos activos, medios de transmisión, herramientas, equipos de medición, sistemas operativos, para el desarrollo de la actividad aliste los siguientes elementos:

Lápiz, borrador, sacapuntas, reglas y colores.
Hojas milimetradas y hojas de block.

3.3.13 Plano I.E. Jovita Santacoloma.

De acuerdo con el diseño preestablecido entregado por su instructor “Institución edicativa” complete cada uno de los siguientes ítems:

- Complete el plano arquitectónico.
- Ubique cada uno de los puntos de datos, dispositivo s de interconexión, toma eléctrica, tableros de distribución y rutas de evacuación. “Utilizar la herramienta Autocad y Packettracert”.

3.3.14 Fortalecer el Trabajo en Equipo y el Trabajo Colaborativo Durante el Desarrollo de la actividad técnica, en busca de impactar el sector productivo y social.

Aprendices, ya hemos iniciado la fase de ejecución una de las más importantes en el desarrollo de su proceso formativo. Es por ello, que los invitamos a ejecutar las actividades trabajando en equipo, tomando decisiones de manera asertividad, tolerando la diferencia, enfocadas hacia la equidad social y laboral.
Para aprobar la fase de ejecución se plantean las siguientes actividades se plantean las siguientes actividades, a fin de cumplir con las competencias requeridas para avanzar a la fase final del proyecto formativo, cabe mencionar que la motivación y el empeño que disponga para la realización de estas actividades son un aporte para sus logros y objetivos.
las relaciones interpersonales pueden aportar resultados positivos en el área de relaciones sociales.
En los equipos de trabajo, se elaboran unas reglas, que se deben respetar por todos los miembros de los equipos.
Son reglas de comportamiento establecidas por los miembros del mismo. Estas reglas proporcionan a cada individuo una base para predecir el comportamiento de los demás y preparar una respuesta apropiada. Incluyen los procedimientos empleados para interactuar con los demás. La función de las normas en un equipo es regular su situación como unidad organizada, así como las funciones de los miembros individuales.
Ahora bien, Teniendo en cuenta la necesidad e importancia del trabajo colaborativo no solo en el ámbito laboral sino en el familiar y educativo, se hace necesaria una relación interpersonal buena o eficaz, la cual alcanzaremos con más facilidad si logramos identificar que es muy importante mantener una comunicación entre ellos, teniendo en cuenta los valores otorgados por nuestros padres, respetando la manera de pensar de cada uno, para así poder favorecer la relación interpersonal en el ámbito familiar, laboral y educativo, a fin de mantenerse unidos apoyándose entre sí en situaciones difíciles, tratando de no juzgar los comportamientos sino, sacando lo mejor de la persona, tratando de escuchar atentamente y aportar positivamente.

ACTIVIDAD 1: CUESTIONARIO

Por todo esto aprendices, de forma individual, revisen el material de apoyo sobre las 7 leyes de las relaciones interpersonales y tolerancia. Después de realizar un análisis individual de cada una de las leyes responda las siguientes preguntas y presente en un documento Word o en su cuaderno de ética:

1. ¿Por qué es importante las relaciones interpersonales en el ámbito personal y laboral?
2. ¿Cuáles son los valores o comportamientos que consideran más significativos para tener una buena relación interpersonal?
3. Den un ejemplo sencillo de cómo aplicar cada una de las 7 leyes en las relaciones interpersonales; incluyendo sus apreciaciones sobre la tolerancia.

ACTIVIDAD 2. VIDEO PERSONAL DE LAS 7 LEYES DE LAS RELACIONES INTERPERSONALES PARA EL BUEN DESEMPEÑO LABORAL

Como segunda actividad deberá entregar junto con la actividad 1 (enviándola por correo electrónico o whatsApp) un video no mayor a 3 minutos donde realice una corta descripción de lo que le aporta las 7 leyes de las relaciones interpersonales para el buen desempeño de su vida laboral con respecto al técnico para el que ha sido formado.

Aprendices recuerden que esta última competencia de trabajo fortalecerá sus capacidades para el mundo laboral y productivo.

3.3.15. **JOB INTERVIEW**

La idea inicial al presentar la hoja de vida es conseguir un empleo; su objetivo es ser aceptado en el puesto al cual aplica, razón por la cual debe prepararse para la entrevista de trabajo, que es uno de los pasos esenciales al momento de ser considerado para su vinculación a una empresa. Por tanto esta debe ser preparada, de manera que sea convincente, veraz y contundente. A su vez, la información debe ser lo más concreta y organizada posible, pues esto ahorra tiempo y esfuerzo, al igual que demuestra lo aprendido durante su proyecto de formación.

En la hoja de vida el aspirante debe presentarse como el candidato más idóneo para las exigencias del cargo al que aplica y aún más si es una posición de logística. Pero es en la entrevista en donde se ahonda en esos acpectos y otros relevantes para la organización que realiza el proceso de selección.

Usted debe consultar el material de apoyo de inglés, en el que muestran como construir puede usted responder a las preguntas mas frecuentes que se formulan durante una entrevista laboral. Incluyendo los términos propios de su área, que le mostraran como alguien conocedor de su quehacer. De el mismo materia de apoyo, de respuesta a las preguntas marcadas con (*) y en (**) especialmente, ya que en esta pregunta se espera que usted pueda hacer uso del vocabulario técnico de su área de estudio. Luego de dar

respuesta al cuestionario de la entrevista, grabe un audio en el cual simula la realización de dicha entrevista.

3.3.15. Investigando el accidente de trabajo

La identificación de las causas del accidente de trabajo es muy importante para que los trabajadores puedan organizar sus espacios para revisar el sitio de trabajo, el intinerario y los equipos de trabajo, así como los equipos de protección del riesgo, de tal forma que puedan implementar medidas que eviten la ocurrencia de algún accidente de trabajo en el futuro, que pueda afectar su calidad de vida y su futuro.

Aprendices, organícense en grupos de 4 aprendices y resuelvan el caso clínico “Caso Jose Francisco Chavez Botero” lea atentamente la situación descrita y elabore sus respuestas de manera significativa enfocadas en mejorar la condición del trabajador y evitar que se pueda volver a presentar esta situación.

Realice la socialización a través de una socialización, obra de teatro o trovas las cuales serán presentadas en el ambiente de formación

Suba su evidencia a la plataforma territorium.

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento: Procedimiento del mantenimiento de equipos y estructura de la red.	Instala, desinstala y/o actualiza sistemas operativos de acuerdo con las necesidades del cliente y las características del equipo. Instala, desinstala y/o actualiza programas de aplicación de acuerdo con las necesidades del cliente, las características del equipo y las necesidades de funcionalidad requeridas.	**Técnica de evaluación: Formulación de Preguntas.** **Instrumento de Evaluación:** Cuestionario Procedimiento del mantenimiento de equipos y Estructura de la red datos.
Evidencias de Desempeño: Mantenimiento físico interno y externo de un equipo de cómputo y/o portátil.	Utiliza equipos y herramientas para mantenimiento de equipos de cómputo de acuerdo con normas de higiene, seguridad y manuales del fabricante. Aplica las técnicas y procedimientos de mantenimiento preventivo de los equipos de cómputo de acuerdo con los protocolos establecidos. Interpreta el diseño, planos arquitectónicos y eléctricos de la red según las necesidades y requerimientos del cliente y	Técnica de evaluación: Observación Directa. Instrumento de Evaluación: Lista de Chequeo Mantenimiento físico interno y externo de un equipo de cómputo y/o portátil.

Instalación de componentes de software para restablecer las condiciones de operación.	las normas internacionales vigentes. Implementa soluciones de cableado estructurado en redes de acuerdo con el diseño establecido. Identifica las partes constitutivas de la arquitectura del equipo de acuerdo con las funciones que cumplen en la integración del hardware.	Técnica de evaluación: Observación Directa. Instrumento de Evaluación: Lista de Chequeo Instalación de componentes de software para restablecer las condiciones de operación.
Evidencias de Producto Manual de mantenimiento físico externo e interno de un equipo de cómputo y/o portátil cuestionario y video(**Relaciones interpersonales)**	Identifica las partes constitutivas de la arquitectura del equipo de acuerdo con las funciones que cumplen en la integración del hardware. Desensambla el equipo de cómputo, de acuerdo con la arquitectura del equipo, las normas de higiene y seguridad, los manuales del fabricante y el orden definido. Ensambla el equipo de cómputo, de acuerdo con la arquitectura del equipo, las normas de higiene y seguridad y los manuales del fabricante Establece procesos comunicativos asertivos que posibilitan la convivencia en los contextos social y productivo de acuerdo con las competencias ciudadanas. Establece acuerdos mediante el uso de procesos	**Instrumento de Evaluación:** Lista de Chequeo Manual de mantenimiento físico externo e interno de un equipo de cómputo y/o portátil. Técnica de evaluación: Valoración del Producto. **Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo **Técnica de Evaluación:** Valoración de Producto

	comunicativos, racionales y argumentados orientados hacia la resolución de problemas según normas y protocolos institucionales. Se comunica fácilmente con los miembros de la comunidad educativa según protocolos y normas de convivencia institucional.	
Video: Implementación de las pausas Activas. Video: Hablamos de Integralidad	Diagnóstica los riesgos ergonómicos y psicosociales de su desempeño laboral según normas de salud ocupacional. Dispone los residuos teniendo en cuenta las normas de clasificación de los mismos. Mantiene limpio y ordenado el lugar donde desarrolla sus actividades formativas y productivas según estándares de protección ambiental. Optimiza los recursos requeridos en el desarrollo de sus actividades formativas y productivas según normas institucionales. Contribuye en el cuidado y uso de los elementos que	**Instrumento de evaluación:** Lista de chequeo **Técnica de Evaluación:** Valoración de Producto

	integran su entorno formativo y laboral según normas institucionales.	

5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

- BIOS: Basic Input-Output System, sistema básico de entrada-salida. Programa incorporado en un chip de la placa base que se encarga de realizar las funciones básicas de manejo y configuración del ordenador.
- Bit: unidad mínima de información de la memoria, equivalente a un sí (0) o un no (1) binarios. La unión de 8 bits da lugar a un byte.
- Bps: bits por segundo, unidad de transmisión de datos, empleada principalmente en referencia a módems o comunicaciones de red.
- Bus: canal por el que circula información electrónica en forma de bits. El ancho de bus es el número de bits transmitidos simultáneamente por el bus.
- Byte: unidad de información, compuesta de 8 bits consecutivos. Cada byte puede representar, por ejemplo, una letra.
- **Curriculum Vitae**: a brief biographical résumé of one's career and training, as prepared by a person applying for a job
- **El estrés laboral**: aparece cuando las exigencias del entorno superan la capacidad del individuo para hacerlas frente o mantenerlas bajo control, y puede manifestarse de diversas formas. Algunos de sus síntomas más frecuentes van desde la irritabilidad a la depresión y por lo general están acompañados de agotamiento físico y /o mental.
- **Enfermedad laboral**: Enfermedad que se produce por el ejercicio de una actividad laboral o por la exposición a agentes químicos o físicos en el puesto de trabajo. "la silicosis es considerada una enfermedad laboral propia de mineros y canteros".
- FDD: Floppy Disk Device, forma inglesa de denominar la disquetera.
- Floppy: forma inglesa de denominar al disquete.
- GB: gigabyte, múltiplo del byte equivalente a 1024 megabytes. Más correcta, aunque menos utilizada, es la forma Gb. Coloquialmente, giga.
- Hardware: la parte física del ordenador (placa, micro, tarjetas, monitor...).
- HDD: Hard Disk Device, forma inglesa de denominar al disco duro.
- IDE: Integrated Drive Electronics, disco con la electrónica integrada. Una tecnología para el diseño y manejo de dispositivos, generalmente discos duros; hoy en día el estándar entre los ordenadores PCs de prestaciones normales. El número máximo de dispositivos que pueden ser manejados por una controladora IDE es de 2, mientras que si es EIDE pueden ser hasta 4

- **Major:** to follow a major course of study.

- **Pausas Activas** son breves descansos durante la jornada laboral que sirven para recuperar energía, mejorar el desempeño y eficiencia en el trabajo, a través de diferentes técnicas y ejercicios que ayudan a reducir la fatiga laboral, trastornos osteomusculares y prevenir el estrés.

- **Relaciones interpersonales:** son asociaciones entre dos o más personas. Estas asociaciones pueden basarse en emociones y sentimientos, como el amor y el gusto artístico, el interés por los negocios y por las actividades sociales, las interacciones y formas colaborativas en el hogar, entre otros. Las relaciones interpersonales tienen lugar en una gran variedad de contextos, como la familia, los grupos de amigos, el matrimonio, los entornos laborales, los clubes sociales y deportivos, las comunidades religiosas y todo tipo de contextos donde existan dos o más personas en comunicación.

Las relaciones interpersonales pueden ser reguladas por ley, por costumbre o por acuerdo mutuo, y son una base o un entramado fundamental de los grupos sociales y de la sociedad en su conjunto. Estas relaciones juegan un papel fundamental en el desarrollo integral de las personas. A través de ellas, el individuo obtiene importantes refuerzos sociales del entorno más inmediato, lo que favorece su adaptación e integración al mismo.

Bibliografia

- Comunicaciones y Redes de Computadores. 7ª edición. William Stallings. Ed. Prentice-Hall. 2004.
- Redes de computadores. 4ª edición. Andrew S. Tanenbaum. Ed. Prentice-Hall. 2003.
- Accesible online desde la UPM (o a través de la VPN de UPM) en Safari Books Online (inglés).
- Transmisión de datos y redes de comunicaciones. 4ª edición. Behrouz A. Forouzan. Ed. McGraw-Hill. 2007.
- Internet, TCP/IP y Desarrollo de Sistemas Distribuidos. Fco. Javier Yágüez y otros. Servicio de Publicaciones de la F.I. 2004.
- Redes de Computadores y Arquitectura de Comunicaciones. Supuestos Prácticos. Nicolás Barcia y otros. Ed. Pearson Prentice-Hall. 2005.
- Las relaciones interpersonales. Tomado de: https://www.definicionabc.com/social/relaciones-interpersonales.php. Recuperado de: 1 de junio 2017.

6. REFERENTES BILBIOGRÁFICOS

- Material de apoyo - Algoritmo de desensamble
- Material de apoyo – Presentación Access 2010
- Conceptos de redes

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
Autor (es)	**Sandra Milena Duque Marles**	**Instructor**	**Academica**	**06/06/2020**
	Semadar Peada Soto	**Instructor**	**Academica**	**06/10/2020**
	Diana julieth Gaviria Perez	**Instructor**	**Academica**	**06/10/2020**
	Luis Rodolfo Hurtado Mejia	**Instructor**	**Bilinguismo**	**07/10/2020**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
Autor (es)					