PROCESO					
GESTIÓN CONTRACTUAL					
NOMBRE DEL FORMATO					
INFORME MENSUAL DE EJECUCIÓN CONTRACTUAL					
CLASIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN					
Pública	**X**	Pública Clasificada		Pública Reservada	

Mayo de 2026

Sistema Integrado de Gestión y Autocontrol

CLASIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN					
Pública	**X**	Pública Clasificada		Pública Reservada	

INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Barranquilla, mayo de 2026

Señor(a)

TERESA DE JESÚS ALTAMAR PÉREZ
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **CO1.PCCNTR. 8953028**
Coordinador Académico Gestión
Sabanalarga

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual Mes mayo del año 2026

Referencia: No **8953028** del año 2026

CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ, identificado con la cédula de ciudadanía No. 78758336 de Barranquilla, en mi calidad de Contratista del SENA, en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación, presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor total del contrato es de: $ 48.322.469

forma de Pago: a). un pago correspondiente al mes de febrero de 2026 por valor de ($ 4.263.747). B) nueve pagos iguales de marzo a noviembre cada uno por valor de ($ 4.773.497). C) y un último pago de diciembre por valor de ($1.421.249) Los honorarios serán pagados por el SENA al contratista de acuerdo con el cronograma definido por la Dirección Administrativa y Financiera de la Dirección General, en la cuenta AHORROS No. 627052533 BANCO DE BOGOTA, cuyo titular es el Contratista.

Plazo: Será hasta el 9 de diciembre de 2026.

OBJETO: Prestar servicios Personales de carácter temporal como INSTRUCTOR para la formación profesional integral, en las competencias de GESTIÓN ADMINISTRATIVOS en modalidad virtual mediante estrategias de aporte en diseño y desarrollo circular en el centro para el desarrollo agroecológico y agroindustrial

Ejecución mensual de actividades

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Facilitar y realizar el desarrollo de actividades de formación profesional en los programas complementarios presencial y/o virtual ofrecidos por el Centro de formación, asegurando que se realicen con un enfoque en la calidad.	En el período del mes de mayo se realizó Alistamiento seguimiento y evaluación a cada una de las actividades propuestas por el curso de formación en las fichas asignadas.	Sofía Plus Fichas: 3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral Soportes adjuntos en el documento “Evidencias mes de mayo”.
2	Compartir con el equipo de Sofía Plus la información necesaria para la asignación de roles y la disponibilidad en la aplicación	Documentación entregada al área correspondiente, se enviaron los documentos solicitados por coordinación, para la creación de los roles en Sofía plus.	Sofía Plus Fichas: Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral:3513240-3513241-3513248-3513249 Mes de mayo”.
3	Complementarios presencial y/o virtual. Seguimiento del proceso educativo de los aprendices que recibirán formación	En el período del mes de mayo se realizó seguimiento a cada una de las actividades propuestas por el curso de formación en las fichas asignadas. Las grabaciones de las sesiones en línea se ejecutaron por medio de la herramienta disponible “Zoom”.	Fichas:3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral “Evidencias mes mayo”. Link de Grabación y Resumen Sesión en Línea-Unidad 1 https://drive.google.com/file/d/1aVDFGqWXt2VablFsSOaBP1UeBL_DXgU9/view?usp=sharing
4	Llevar a cabo los procesos de gestión documental que la entidad ha adoptado a la formación complementaria presencial y/o virtual.	Durante la formación se calificó a cada uno de los aprendices en formación por medio de la plataforma ZAJUNA y posteriormente fueron evaluados desde Sofia Plus, en proceso	Fichas:3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral “Evidencias mes de mayo”. Soportes adjuntos en el documento de evidencias, califico las fichas de abril el 6 de mayo cierre de la formación Se evidencia al cierre de la formación el 5 de junio 2026.
5	Contribuir a la formulación, elaboración y ejecución de los proyectos formativos, garantizando que cada entregable se cumpla en las distintas fases planificadas.	Se realizó proceso de alistamiento de cada una de las fichas asignadas, verificando su contenido, disponibilidad y pertinencia de las actividades propuestas por el curso semilla en ZAJUNA.	Fichas:3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral “Evidencias mes de mayo”.
6	Elaborar, dentro de los plazos establecidos por la coordinación y antes de comenzar cada trimestre académico, el material de apoyo para la formación. Esto incluye el plan de concertación con los aprendices, la	Se realizó la verificación de los materiales de formación disponibles en el curso, así como también se realizaron los ajustes a las guías de aprendizaje y la respectiva	Fichas:3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral “Evidencias mes de mayo”.

	planeación pedagógica, las guías de aprendizaje y los planes de sesión, que se utilizarán en las fichas asignadas durante la ejecución del contrato.	actualización a la cada una de las actividades propuestas (fechas de inicio y finalización), contenidas en el cronograma de actividades.	
7	Apoyar en las tareas asignadas por el supervisor que faciliten un adecuado seguimiento de la formación complementaria presencial y/o virtual.	Se realizó proceso de alistamiento de cada una de las fichas asignadas, verificando su contenido, disponibilidad y pertinencia de las actividades propuestas por el curso semilla en ZAJUNA, Se realizó seguimiento al envío de los documentos de identificación de los aprendices.	Fichas: 3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral Soportes adjuntos en el documento “Evidencias Mes de mayo”.
8	Establecer ruta de aprendizajes para alcanzar la totalidad de los resultados de aprendizajes del programa de formación.	Se realizó cambio de estados de aprendices a formación, de acuerdo a la ruta de aprendizaje. Envío de correo electrónico por plataforma de SOFIAPLUS con información de las fechas de inicio y finalización. Publicaciones de anuncios de bienvenida al curso de formación en la sección de anuncios y por la mensajería interna de ZAJUNA.	Fichas: 3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral Soportes adjuntos en el documento “Evidencias Mes de mayo”.
9	Utilizar las técnicas didácticas activas para la formación complementaria presencial o virtual establecidas en el procedimiento ejecución de formación GFPI-P-006.	Durante la formación instruye al aprendiz a participar de cada una de las actividades propuestas por el curso de formación (scorms, foros, cuestionarios, evidencias de producto, evidencias de desempeño), se verificaron los enlaces y disponibilidad de los materiales de formación y materiales complementarios. Se indicaron las pautas para ingresar por medio de los enlaces publicados a las sesiones en línea y consultar las grabaciones de las mismas, cada vez que lo requiera. Se habilitan las actividades acordes a las fechas del cronograma y así mismo se les indica los canales de comunicación disponibles con el instructor (chat sincrónico, mensajería interna, correo electrónico, foro de dudas e inquietudes).	Fichas: 3513240-3513241-3513248-3513249 Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral Soportes adjuntos en el documento “Evidencias Mes de mayo”.

A continuación, relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato para

legalización del desplazamiento, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados. Cada informe de legalización cuenta con el visto bueno del supervisor.
Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ÍTEM	NRO. DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHA DE DESPLAZAMIENTO INICIAL	FECHA DE DESPLAZAMIENTO FINAL
1	N/A	N/A	N/A	N/A

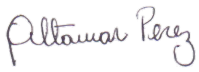
Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: Documentos electrónicos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No. **4652522171** de la planilla, operador SOI y periodo abril (Decreto Ley 2106 de 2019 – "Decreto Ley Anti-trámites")

Cordialmente,



CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ
Contratista
cédula de ciudadanía No. 78758336

Recibí a satisfacción:



TERESA DE JESÚS ALTAMAR PÉREZ
SUPERVISOR(A) CONTRATO No. **CO1.PCCNTR. 8953028**
Coordinador Académico Gestión
Sabanalarga

TIEMPO ACT. APOYO A LA FORMACION

INSTRUCTOR: CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO PARA EL DESARROLLO AGROECOLÓGICO Y AGROINDUSTRIAL

FECHA INICIAL: 01/05/2026 00:00:00

FECHA FINAL: 31/05/2026 23:59:59

ACTIVIDADES ACADÉMICAS

FICHA DE APRENDIZAJE: 3474953 - ADMINISTRACION DE RECURSOS HUMANOS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DIRIGIR EL TALENTO HUMANO SEGÚN POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA SELECCIÓN DE PERSONAL SEGÚN EL ÁREA Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

CONOCER LOS PRINCIPIOS ORGANIZACIONALES Y ADMINISTRATIVOS QUE RELACIONAN EL ADECUADO DESARROLLO DE

DEFINIR LOS PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS CON EL PROCESO DE CONTRATACIÓN DE TALENTO HUMANO.

REALIZAR PROCESOS DE NÓMINA Y LIQUIDACIÓN APLICANDO LA NORMATIVIDAD, POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 4,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3513249 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: OFRECER APOYO ESPIRITUAL Y EMOCIONAL A LA PERSONA ASISTIDA RESPETANDO CONTEXTO, CREENCIAS Y VALORES RELACIONADOS.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

CONSIDERAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA SUPERAR DEBILIDADES Y FRACASOS EN EL ÁMBITO DE LAS RELACIONES PERSONALES Y LABORALES.

FORTALECER EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN LA VIDA PERSONAL Y LABORAL; MEDIANTE LA PRÁCTICA DE DIFERENTES EJERCICIOS QUE PERMITAN INCREMENTAR EL AUTOCONTROL, LA EMPATÍA, EL TRABAJO EN EQUIPO Y EL MANEJO DE CONFLICTOS PARA MANTENER UNA SANA CONVIVENCIA.

IDENTIFICAR EMOCIONES QUE EXPERIMENTA EL SER HUMANO, MEDIANTE LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS, PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS, ACORDES CON LAS EXIGENCIAS DE LA CONVIVENCIA BASADA EN PRINCIPIOS Y VALORES HUMANOS.

IDENTIFICAR LA MADUREZ EMOCIONAL COMO EL FACTOR QUE POSIBILITA A UN SER HUMANO ESTABILIZAR LOS ESTADOS EMOCIONALES PARA ALCANZAR EL ÉXITO Y LOGRAR LA MEJOR PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 32,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3513240 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: OFRECER APOYO ESPIRITUAL Y EMOCIONAL A LA PERSONA ASISTIDA RESPETANDO CONTEXTO, CREENCIAS Y VALORES RELACIONADOS.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

CONSIDERAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA SUPERAR DEBILIDADES Y FRACASOS EN EL ÁMBITO DE LAS RELACIONES PERSONALES Y LABORALES.

FORTALECER EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN LA VIDA PERSONAL Y LABORAL; MEDIANTE LA PRÁCTICA DE DIFERENTES EJERCICIOS QUE PERMITAN INCREMENTAR EL AUTOCONTROL, LA EMPATÍA, EL TRABAJO EN EQUIPO Y EL MANEJO DE CONFLICTOS PARA MANTENER UNA SANA CONVIVENCIA.

IDENTIFICAR EMOCIONES QUE EXPERIMENTA EL SER HUMANO, MEDIANTE LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS, PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS, ACORDES CON LAS EXIGENCIAS DE LA CONVIVENCIA BASADA EN PRINCIPIOS Y VALORES HUMANOS.

IDENTIFICAR LA MADUREZ EMOCIONAL COMO EL FACTOR QUE POSIBILITA A UN SER HUMANO ESTABILIZAR LOS ESTADOS EMOCIONALES PARA ALCANZAR EL ÉXITO Y LOGRAR LA MEJOR PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 32,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3513248 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: OFRECER APOYO ESPIRITUAL Y EMOCIONAL A LA PERSONA ASISTIDA RESPETANDO CONTEXTO, CREENCIAS Y VALORES RELACIONADOS.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

CONSIDERAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA SUPERAR DEBILIDADES Y FRACASOS EN EL ÁMBITO DE LAS RELACIONES PERSONALES Y LABORALES.

FORTALECER EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN LA VIDA PERSONAL Y LABORAL; MEDIANTE LA PRÁCTICA DE DIFERENTES EJERCICIOS QUE PERMITAN INCREMENTAR EL AUTOCONTROL, LA EMPATÍA, EL TRABAJO EN EQUIPO Y EL MANEJO DE CONFLICTOS PARA MANTENER UNA SANA CONVIVENCIA.

IDENTIFICAR EMOCIONES QUE EXPERIMENTA EL SER HUMANO, MEDIANTE LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS, PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS, ACORDES CON LAS EXIGENCIAS DE LA CONVIVENCIA BASADA EN PRINCIPIOS Y VALORES HUMANOS.

IDENTIFICAR LA MADUREZ EMOCIONAL COMO EL FACTOR QUE POSIBILITA A UN SER HUMANO ESTABILIZAR LOS ESTADOS EMOCIONALES PARA ALCANZAR EL ÉXITO Y LOGRAR LA MEJOR PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 32,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3513241 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: OFRECER APOYO ESPIRITUAL Y EMOCIONAL A LA PERSONA ASISTIDA RESPETANDO CONTEXTO, CREENCIAS Y VALORES RELACIONADOS.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

CONSIDERAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO HERRAMIENTA PARA SUPERAR DEBILIDADES Y FRACASOS EN EL ÁMBITO DE LAS RELACIONES PERSONALES Y LABORALES.

FORTALECER EL DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, EN LA VIDA PERSONAL Y LABORAL; MEDIANTE LA PRÁCTICA DE DIFERENTES EJERCICIOS QUE PERMITAN INCREMENTAR EL AUTOCONTROL, LA EMPATÍA, EL TRABAJO EN EQUIPO Y EL MANEJO DE CONFLICTOS PARA MANTENER UNA SANA CONVIVENCIA.

IDENTIFICAR EMOCIONES QUE EXPERIMENTA EL SER HUMANO, MEDIANTE LA EXPRESIÓN DE SENTIMIENTOS, PENSAMIENTOS Y COMPORTAMIENTOS, ACORDES CON LAS EXIGENCIAS DE LA CONVIVENCIA BASADA EN PRINCIPIOS Y VALORES HUMANOS.

IDENTIFICAR LA MADUREZ EMOCIONAL COMO EL FACTOR QUE POSIBILITA A UN SER HUMANO ESTABILIZAR LOS ESTADOS EMOCIONALES PARA ALCANZAR EL ÉXITO Y LOGRAR LA MEJOR PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 32,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3474954 - ADMINISTRACION DE RECURSOS HUMANOS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DIRIGIR EL TALENTO HUMANO SEGÚN POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA SELECCIÓN DE PERSONAL SEGÚN EL ÁREA Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

CONOCER LOS PRINCIPIOS ORGANIZACIONALES Y ADMINISTRATIVOS QUE RELACIONAN EL ADECUADO DESARROLLO DE

DEFINIR LOS PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS CON EL PROCESO DE CONTRATACIÓN DE TALENTO HUMANO.

REALIZAR PROCESOS DE NÓMINA Y LIQUIDACIÓN APLICANDO LA NORMATIVIDAD, POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 4,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3474940 - ADMINISTRACION DE RECURSOS HUMANOS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DIRIGIR EL TALENTO HUMANO SEGÚN POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA SELECCIÓN DE PERSONAL SEGÚN EL ÁREA Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

CONOCER LOS PRINCIPIOS ORGANIZACIONALES Y ADMINISTRATIVOS QUE RELACIONAN EL ADECUADO DESARROLLO DE

DEFINIR LOS PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS CON EL PROCESO DE CONTRATACIÓN DE TALENTO HUMANO.

REALIZAR PROCESOS DE NÓMINA Y LIQUIDACIÓN APLICANDO LA NORMATIVIDAD, POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 4,00

FICHA DE APRENDIZAJE: 3474952 - ADMINISTRACION DE RECURSOS HUMANOS

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DIRIGIR EL TALENTO HUMANO SEGÚN POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

APLICAR LOS PROCEDIMIENTOS PARA LA SELECCIÓN DE PERSONAL SEGÚN EL ÁREA Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

CONOCER LOS PRINCIPIOS ORGANIZACIONALES Y ADMINISTRATIVOS QUE RELACIONAN EL ADECUADO DESARROLLO DE

DEFINIR LOS PROCEDIMIENTOS RELACIONADOS CON EL PROCESO DE CONTRATACIÓN DE TALENTO HUMANO.

REALIZAR PROCESOS DE NÓMINA Y LIQUIDACIÓN APLICANDO LA NORMATIVIDAD, POLÍTICAS Y PROCESOS ORGANIZACIONALES.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 4,00

TOTAL HORAS ACTIVIDADES ACADÉMICAS: 144,00

EVENTOS DE DIVULGACIÓN TECNOLÓGICA - EDT´s

FICHA	FECHA INICIO	FECHA FINAL	EVENTO	HORAS

TOTAL TIEMPO EDT´s: 0,00

ACTIVIDADES ADICIONALES

FECHA INICIAL	FECHA FINAL	ACTIVIDAD	HORAS

TOTAL ACTIVIDADES ADICIONALES: 0,00

INSTRUCTOR: CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO PARA EL DESARROLLO AGROECOLÓGICO Y AGROINDUSTRIAL

EVIDENCIAS MENSUAL DE EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Mes de mayo 2026

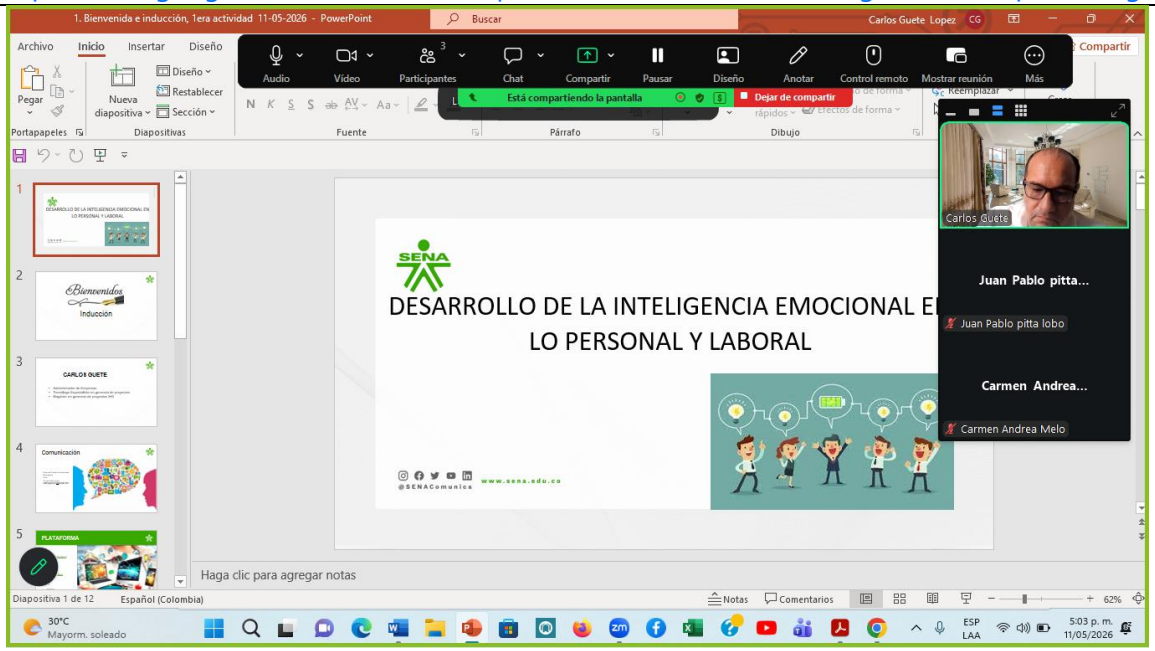
Sesión en línea unida 1 formación virtual Desarrollo de la inteligencia emocional en lo personal y laboral. Unidad 1 Reconocer las emociones que experimenta el ser humano y su incidencia sobre una convivencia basada en principios y valores humanos- 11-05-2026

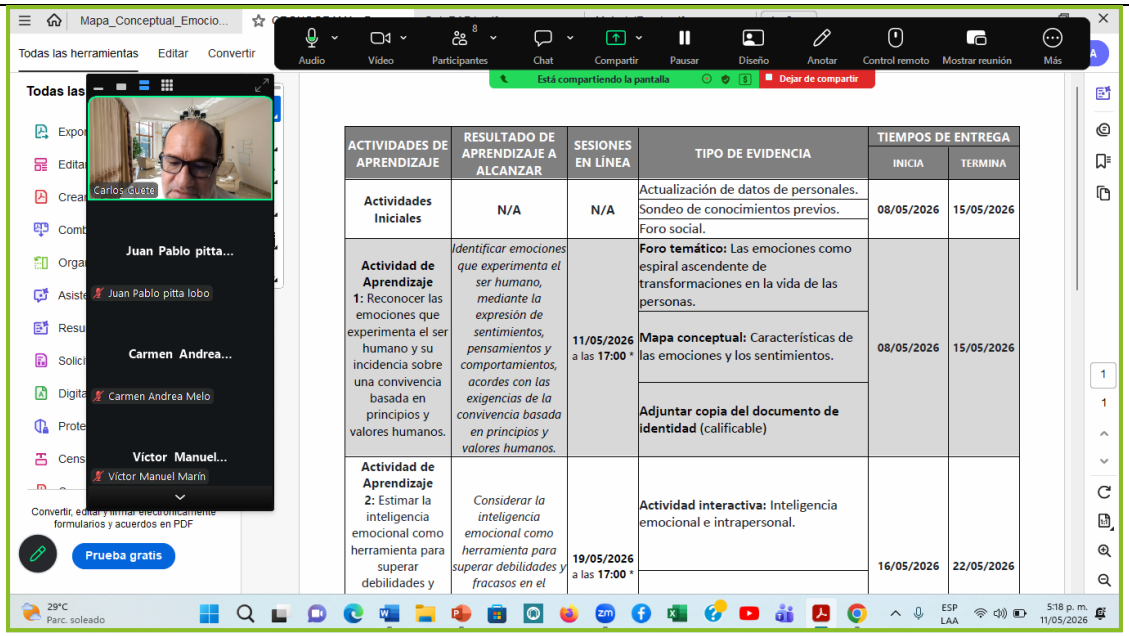
Link de invitación a la sesión en línea

https://us04web.zoom.us/j/76974564310?pwd=szbKqRTiatV0nnzILpEFnVeos4fUPW.1

Link de Grabación Sesión en Línea-Unidad 1-bienvenida e inducción

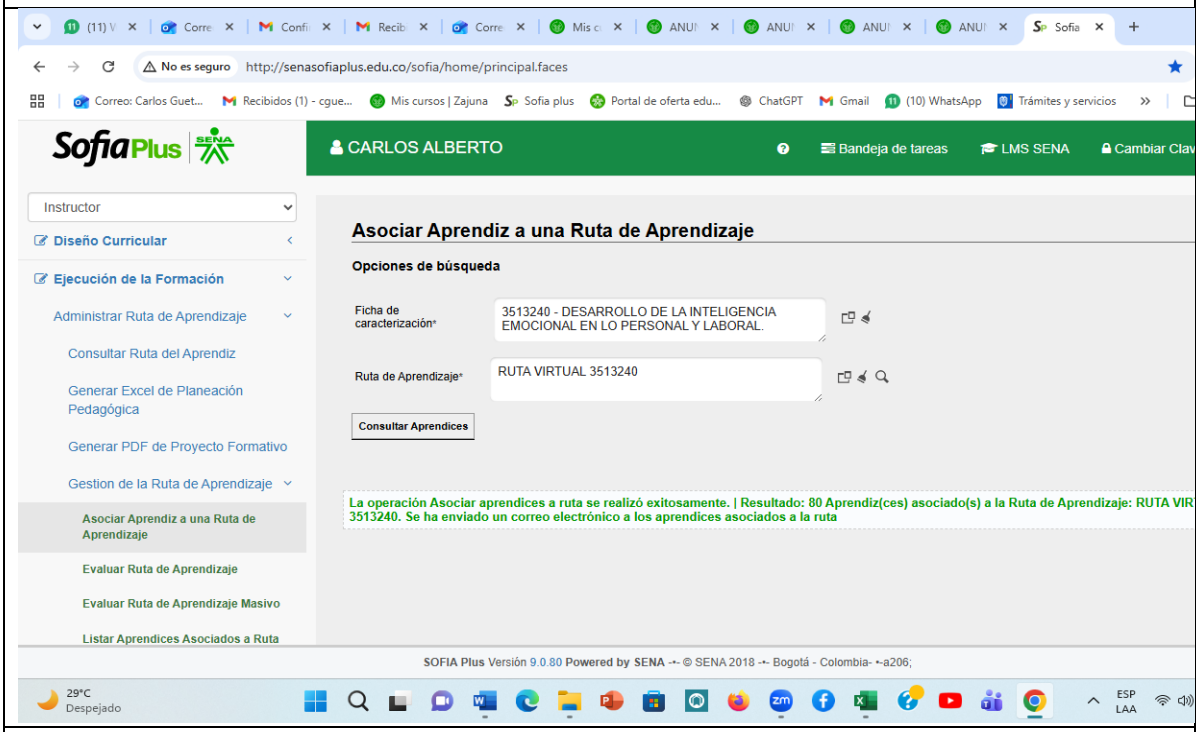
https://drive.google.com/file/d/1aVDFGqWXt2VablFsSOaBP1UeBL_DXgU9/view?usp=sharing

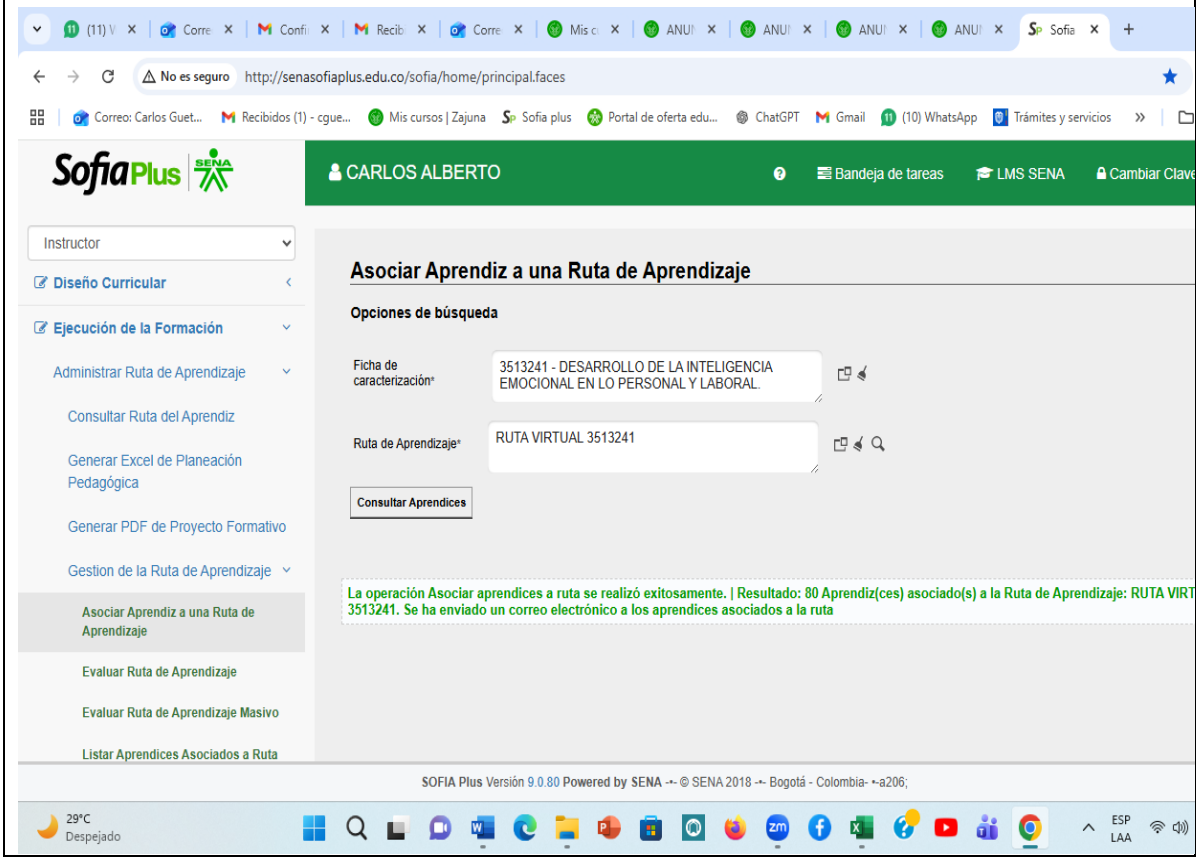


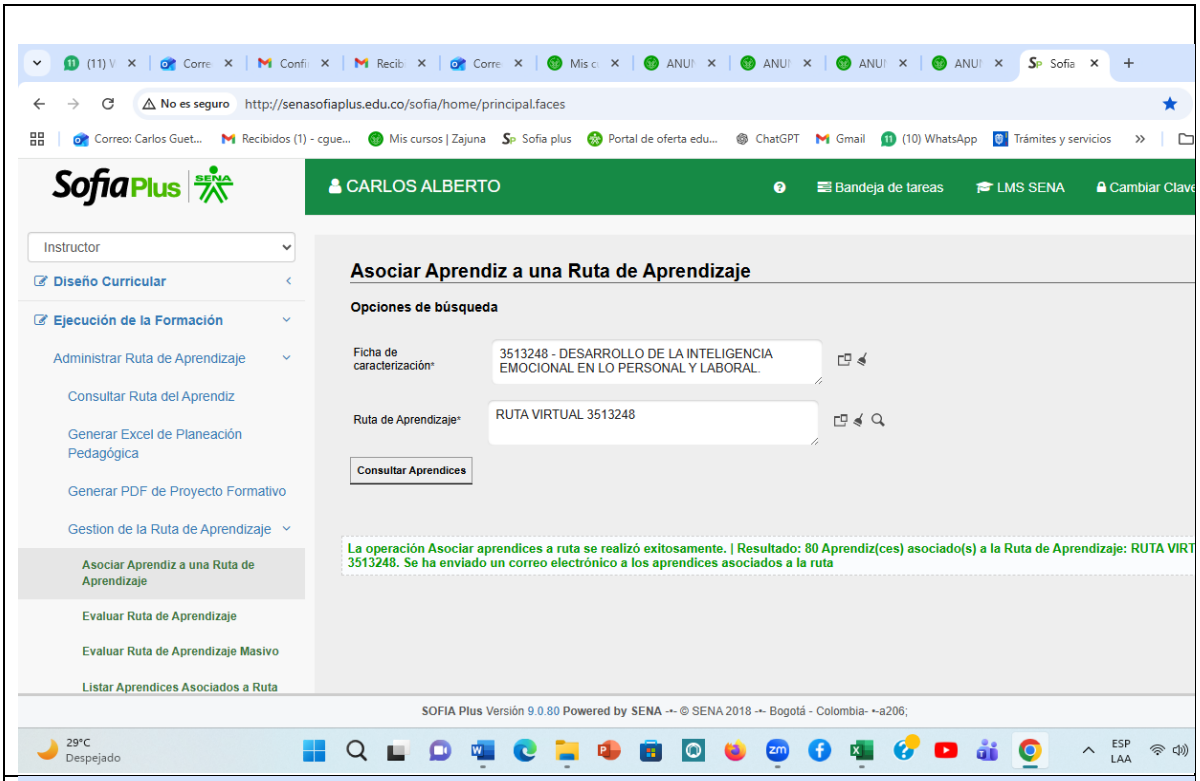


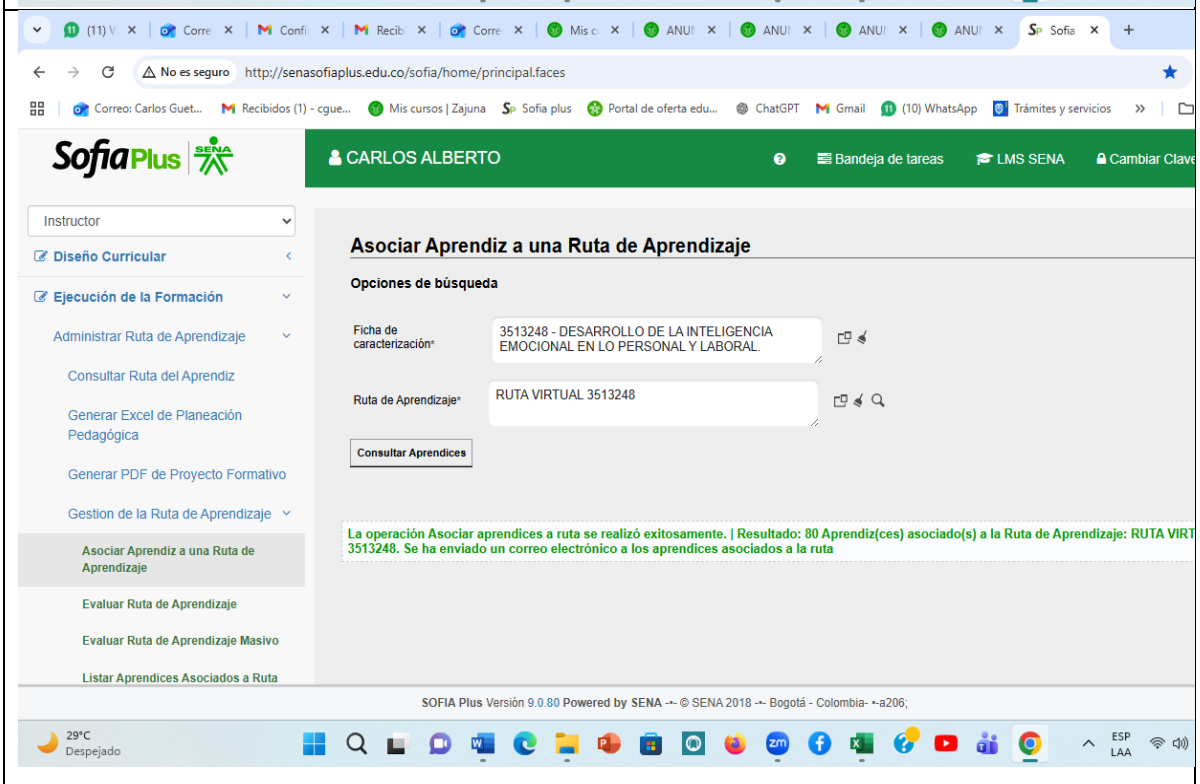
ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	RESULTADO DE APRENDIZAJE A ALCANZAR	SESIONES EN LÍNEA	TIPO DE EVIDENCIA	TIEMPOS DE ENTREGA	
				INICIA	TERMINA
Actividades Iniciales	**N/A**	**N/A**	Actualización de datos de personales. Sondeo de conocimientos previos. Foro social.	**08/05/2026**	**15/05/2026**
Actividad de Aprendizaje 1: Reconocer las emociones que experimenta el ser humano y su incidencia sobre una convivencia basada en principios y valores humanos.	*Identificar emociones que experimenta el ser humano, mediante la expresión de sentimientos, pensamientos y comportamientos, acordes con las exigencias de la convivencia basada en principios y valores humanos.*	**11/05/2026** a las **17:00** *	**Foro temático:** Las emociones como espiral ascendente de transformaciones en la vida de las personas. **Mapa conceptual:** Características de las emociones y los sentimientos. **Adjuntar copia del documento de identidad** (calificable)	**08/05/2026**	**15/05/2026**
Actividad de Aprendizaje 2: Estimar la inteligencia emocional como herramienta para superar debilidades y	*Considerar la inteligencia emocional como herramienta para superar debilidades y fracasos en el*	**19/05/2026** a las **17:00** *	**Actividad interactiva:** Inteligencia emocional e intrapersonal.	**16/05/2026**	**22/05/2026**

Creación de rutas de aprendizaje de las fichas 3513240-3513241-3513248-3513249

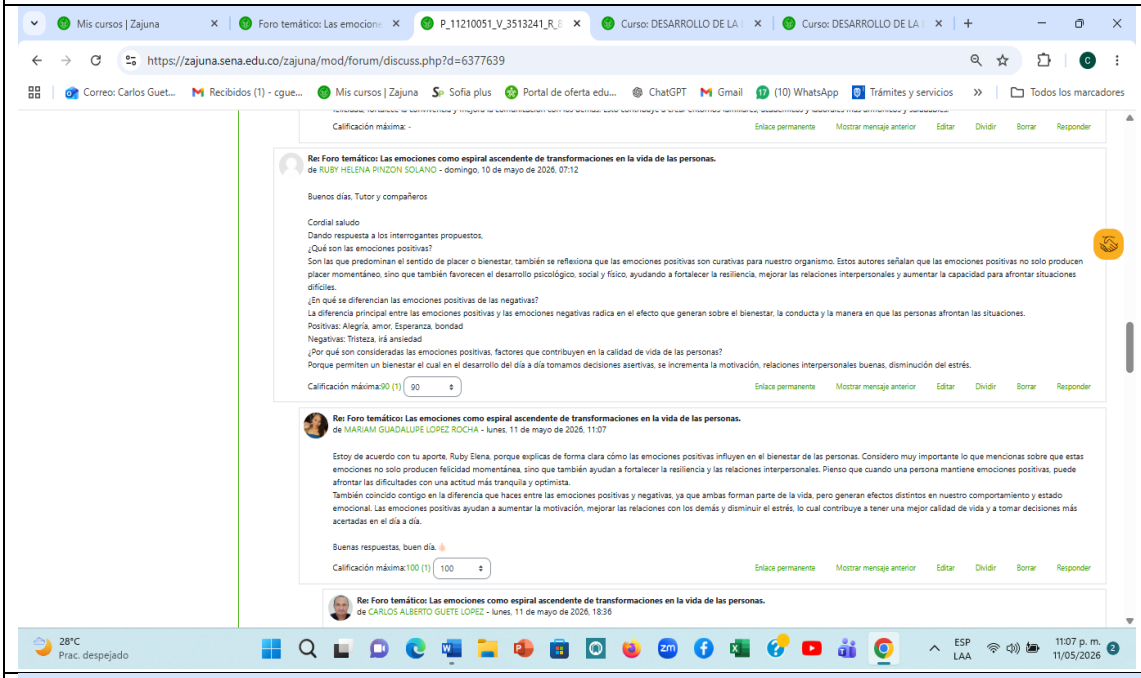


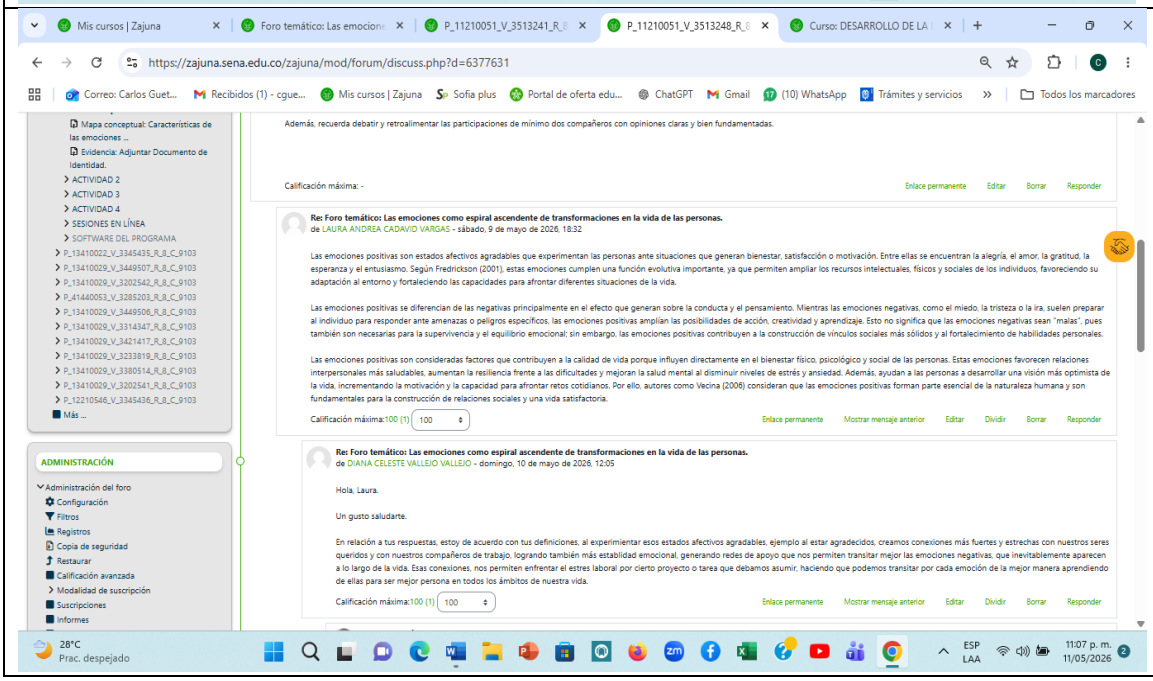


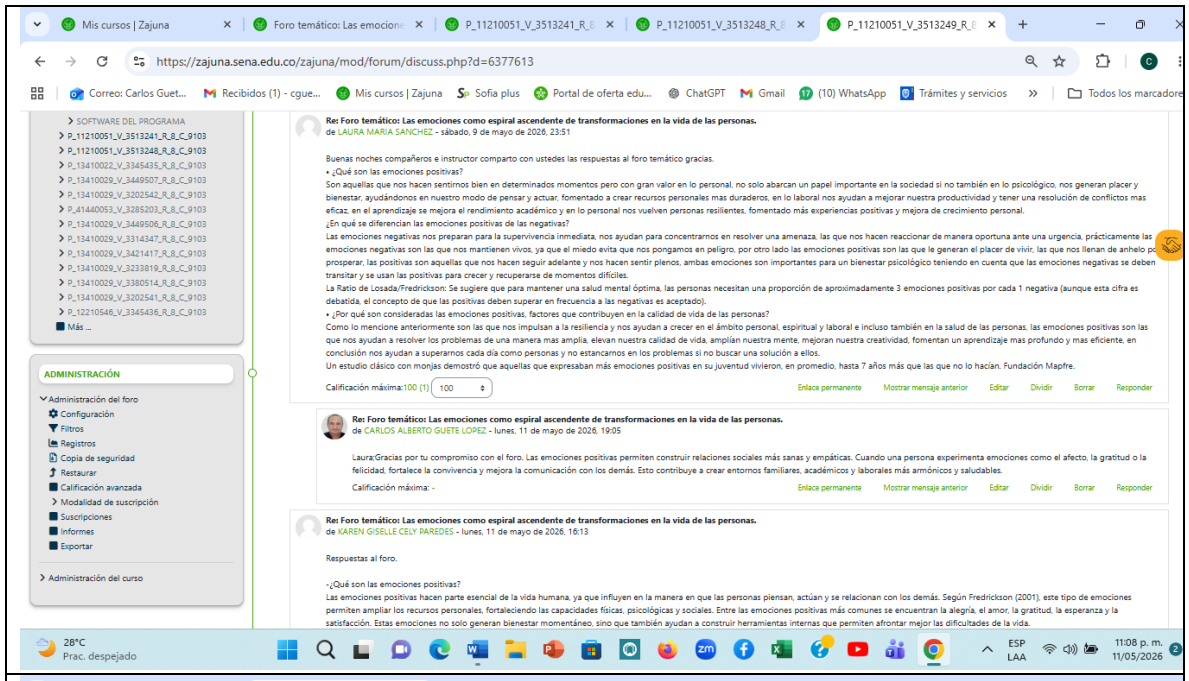

http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces
SofiaPlus
CARLOS ALBERTO
Bandeja de tareas
LMS SENA
Instructor
Diseño Curricular
Ejecución de la Formación
Administrar Ruta de Aprendizaje
Consultar Ruta del Aprendiz
Generar Excel de Planeación Pedagógica
Generar PDF de Proyecto Formativo
Gestion de la Ruta de Aprendizaje
Asociar Aprendiz a una Ruta de Aprendizaje
Evaluar Ruta de Aprendizaje
Evaluar Ruta de Aprendizaje Masivo
Listar Aprendices Asociados a Ruta
Asociar Aprendiz a una Ruta de Aprendizaje
Opciones de búsqueda
Ficha de caracterización*
3513248 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.
Ruta de Aprendizaje*
RUTA VIRTUAL 3513248
Consultar Aprendices
La operación Asociar aprendices a ruta se realizó exitosamente. | Resultado: 80 Aprendiz(ces) asociado(s) a la Ruta de Aprendizaje: RUTA VIRT
3513248. Se ha enviado un correo electrónico a los aprendices asociados a la ruta
SOFIA Plus Versión 9.0.80 Powered by SENA -•- © SENA 2018 -•- Bogotá - Colombia- •-a206;

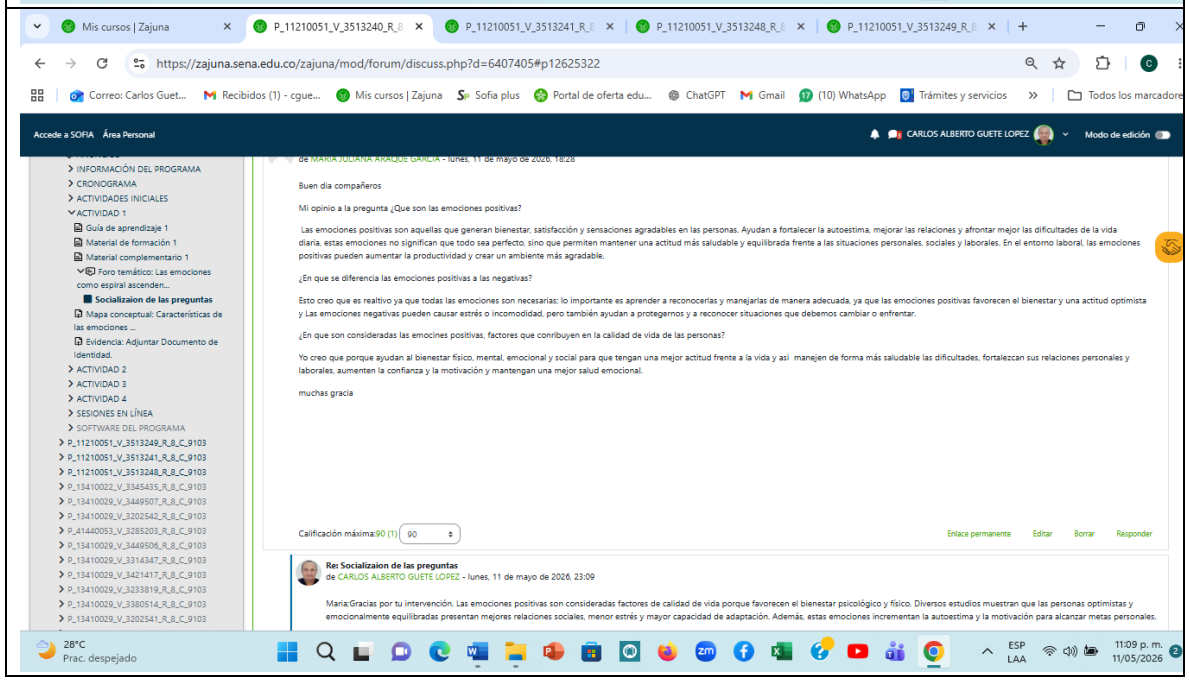

http://senasofiaplus.edu.co/sofia/home/principal.faces
SofiaPlus
CARLOS ALBERTO
Bandeja de tareas
LMS SENA
Instructor
Diseño Curricular
Ejecución de la Formación
Administrar Ruta de Aprendizaje
Consultar Ruta del Aprendiz
Generar Excel de Planeación Pedagógica
Generar PDF de Proyecto Formativo
Gestion de la Ruta de Aprendizaje
Asociar Aprendiz a una Ruta de Aprendizaje
Evaluar Ruta de Aprendizaje
Evaluar Ruta de Aprendizaje Masivo
Listar Aprendices Asociados a Ruta
Asociar Aprendiz a una Ruta de Aprendizaje
Opciones de búsqueda
Ficha de caracterización*
3513248 - DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LO PERSONAL Y LABORAL.
Ruta de Aprendizaje*
RUTA VIRTUAL 3513248
Consultar Aprendices
La operación Asociar aprendices a ruta se realizó exitosamente. | Resultado: 80 Aprendiz(ces) asociado(s) a la Ruta de Aprendizaje: RUTA VIRT
3513248. Se ha enviado un correo electrónico a los aprendices asociados a la ruta
SOFIA Plus Versión 9.0.80 Powered by SENA -•- © SENA 2018 -•- Bogotá - Colombia- •-a206;

Calificación foro temático de las fichas 3513240-3513241-3513248-3513249



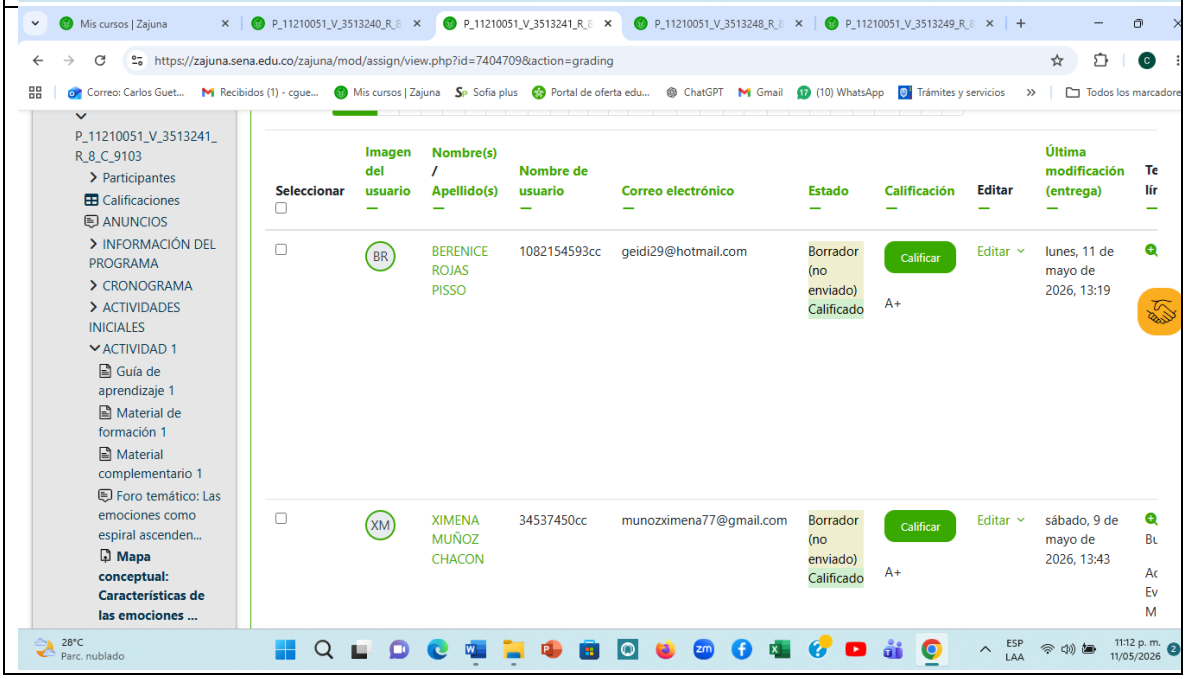


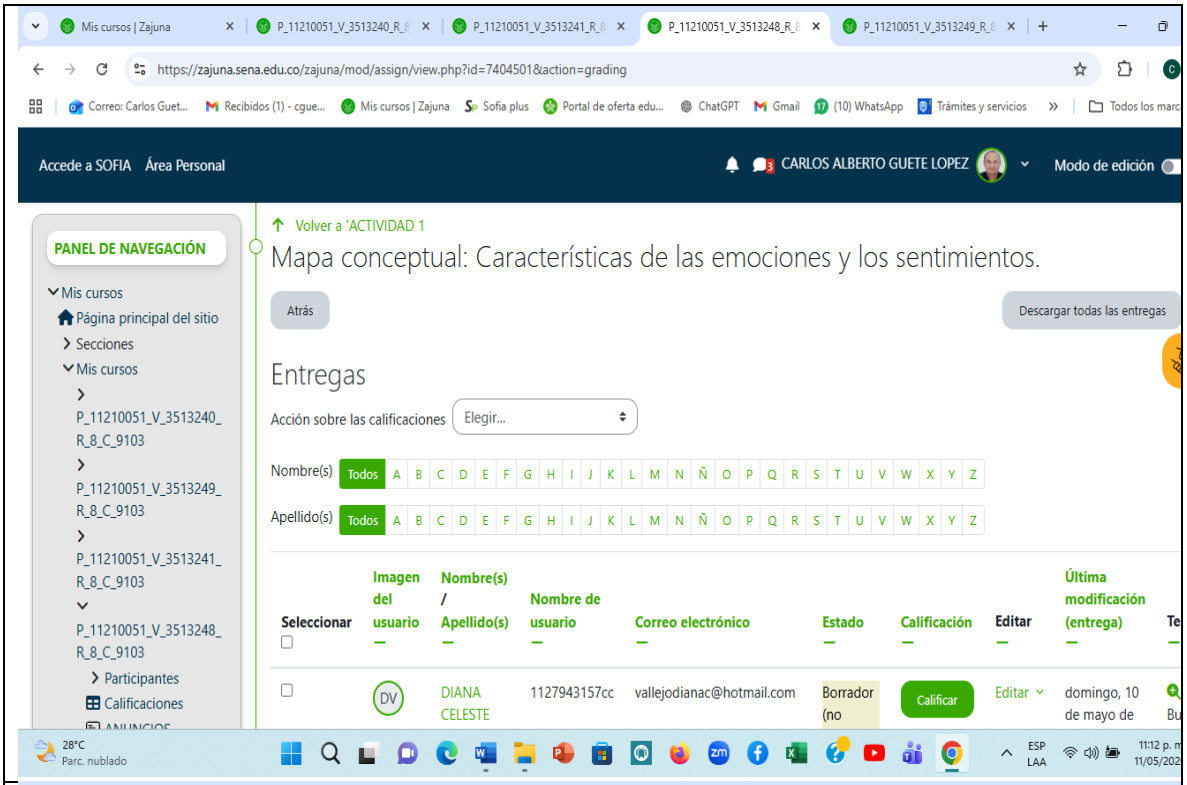

Mis cursos | Zajuna
Foro temático: Las emocione
P_11210051_V_3513241_R_8
P_11210051_V_3513248_R_8
P_11210051_V_3513249_R_8
https://zajuna.sena.edu.co/zajuna/mod/forum/discuss.php?d=6377613
Correo: Carlos Guet...
Recibidos (1) - cgue...
Mis cursos | Zajuna
Sofia plus
Portal de oferta edu...
ChatGPT
Gmail
(10) WhatsApp
Trámites y servicios
Todos los marcadores
SOFTWARE DEL PROGRAMA
P_11210051_V_3513241_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513248_R_8_C_9103
P_13410022_V_3345435_R_8_C_9103
P_13410029_V_3449507_R_8_C_9103
P_13410029_V_3202542_R_8_C_9103
P_41440053_V_3285203_R_8_C_9103
P_13410029_V_3449506_R_8_C_9103
P_13410029_V_3314347_R_8_C_9103
P_13410029_V_3421417_R_8_C_9103
P_13410029_V_3233819_R_8_C_9103
P_13410029_V_3380514_R_8_C_9103
P_13410029_V_3202541_R_8_C_9103
P_12210546_V_3345436_R_8_C_9103
Más ...
ADMINISTRACIÓN
Administración del foro
Configuración
Filtros
Registros
Copia de seguridad
Restaurar
Calificación avanzada
Modalidad de suscripción
Suscripciones
Informes
Exportar
Administración del curso
Re: Foro temático: Las emociones como espiral ascendente de transformaciones en la vida de las personas.
de LAURA MARIA SANCHEZ - sábado, 9 de mayo de 2026, 23:51
Buenas noches compañeros e instructor comparto con ustedes las respuestas al foro temático gracias.
• ¿Qué son las emociones positivas?
Son aquellas que nos hacen sentirnos bien en determinados momentos pero con gran valor en lo personal, no solo abarcan un papel importante en la sociedad si no también en lo psicológico, nos generan placer y bienestar, ayudándonos en nuestro modo de pensar y actuar, fomentado a crear recursos personales mas duraderos, en lo laboral nos ayudan a mejorar nuestra productividad y tener una resolución de conflictos mas eficaz, en el aprendizaje se mejora el rendimiento académico y en lo personal nos vuelven personas resilientes, fomentado más experiencias positivas y mejora de crecimiento personal.
¿En qué se diferencian las emociones positivas de las negativas?
Las emociones negativas nos preparan para la supervivencia inmediata, nos ayudan para concentrarnos en resolver una amenaza, las que nos hacen reaccionar de manera oportuna ante una urgencia, prácticamente las emociones negativas son las que nos mantienen vivos, ya que el miedo evita que nos pongamos en peligro, por otro lado las emociones positivas son las que le generan el placer de vivir, las que nos llenan de anhelo por prosperar, las positivas son aquellas que nos hacen seguir adelante y nos hacen sentir plenos, ambas emociones son importantes para un bienestar psicológico teniendo en cuenta que las emociones negativas se deben transitar y se usan las positivas para crecer y recuperarse de momentos difíciles.
La Ratio de Losada/Fredrickson: Se sugiere que para mantener una salud mental óptima, las personas necesitan una proporción de aproximadamente 3 emociones positivas por cada 1 negativa (aunque esta cifra es debatida, el concepto de que las positivas deben superar en frecuencia a las negativas es aceptado).
• ¿Por qué son consideradas las emociones positivas, factores que contribuyen en la calidad de vida de las personas?
Como lo mencione anteriormente son las que nos impulsan a la resiliencia y nos ayudan a crecer en el ámbito personal, espiritual y laboral e incluso también en la salud de las personas, las emociones positivas son las que nos ayudan a resolver los problemas de una manera mas amplia, elevan nuestra calidad de vida, amplían nuestra mente, mejoran nuestra creatividad, fomentan un aprendizaje mas profundo y mas eficiente, en conclusión nos ayudan a superarnos cada día como personas y no estancarnos en los problemas si no buscar una solución a ellos.
Un estudio clásico con monjas demostró que aquellas que expresaban más emociones positivas en su juventud vivieron, en promedio, hasta 7 años más que las que no lo hacían. Fundación Mapfre.
Calificación máxima:100 (1) 100
Enlace permanente Mostrar mensaje anterior Editar Dividir Borrar Responder
Re: Foro temático: Las emociones como espiral ascendente de transformaciones en la vida de las personas.
de CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ - lunes, 11 de mayo de 2026, 19:05
Laura:Gracias por tu compromiso con el foro. Las emociones positivas permiten construir relaciones sociales más sanas y empáticas. Cuando una persona experimenta emociones como el afecto, la gratitud o la felicidad, fortalece la convivencia y mejora la comunicación con los demás. Esto contribuye a crear entornos familiares, académicos y laborales más armónicos y saludables.
Calificación máxima: -
Enlace permanente Mostrar mensaje anterior Editar Dividir Borrar Responder
Re: Foro temático: Las emociones como espiral ascendente de transformaciones en la vida de las personas.
de KAREN GISELLE CELY PAREDES - lunes, 11 de mayo de 2026, 16:13
Respuestas al foro.
-¿Qué son las emociones positivas?
Las emociones positivas hacen parte esencial de la vida humana, ya que influyen en la manera en que las personas piensan, actúan y se relacionan con los demás. Según Fredrickson (2001), este tipo de emociones permiten ampliar los recursos personales, fortaleciendo las capacidades físicas, psicológicas y sociales. Entre las emociones positivas más comunes se encuentran la alegría, el amor, la gratitud, la esperanza y la satisfacción. Estas emociones no solo generan bienestar momentáneo, sino que también ayudan a construir herramientas internas que permiten afrontar mejor las dificultades de la vida.
28°C
Prac. despejado
ESP
LAA
11:08 p. m.
11/05/2026

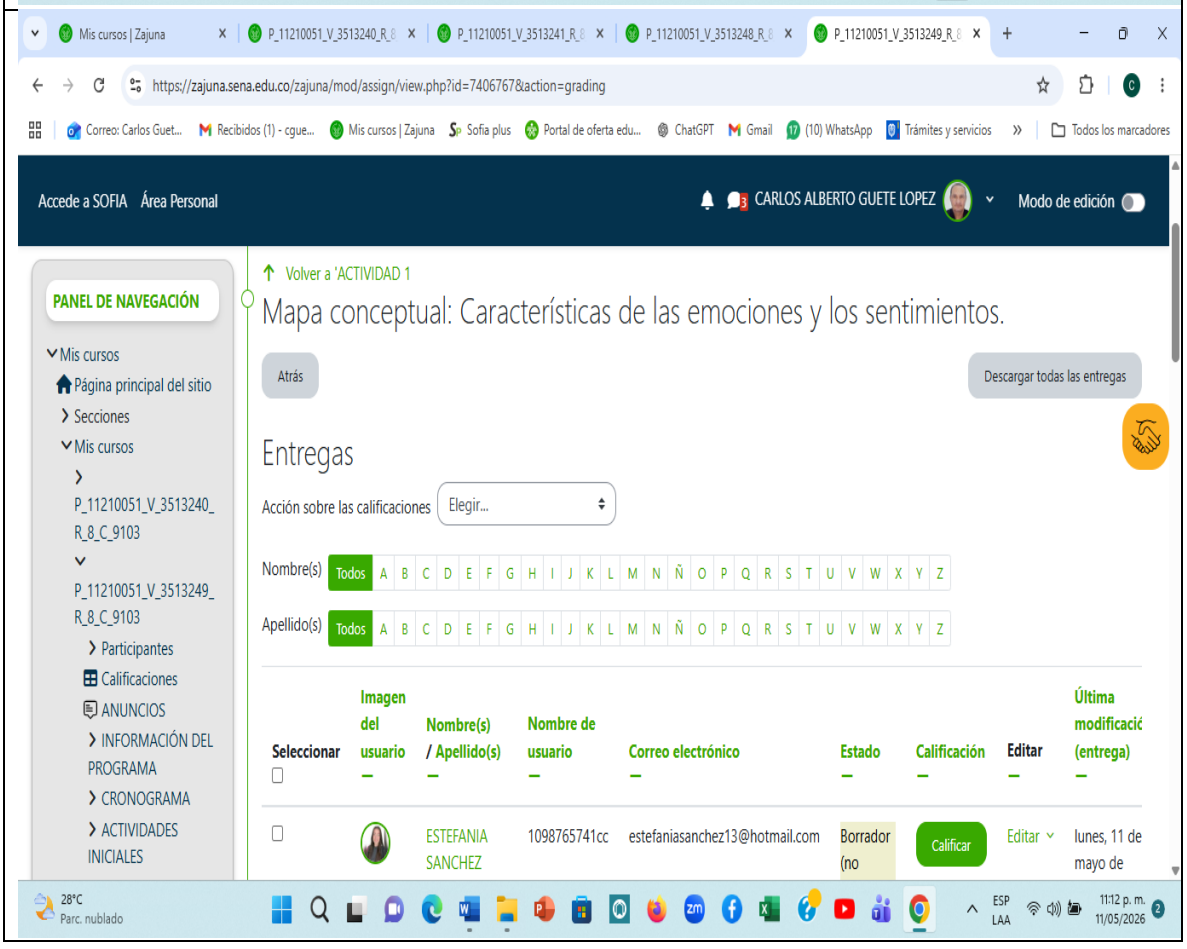

Mis cursos | Zajuna
P_11210051_V_3513240_R_8
P_11210051_V_3513241_R_8
P_11210051_V_3513248_R_8
P_11210051_V_3513249_R_8
https://zajuna.sena.edu.co/zajuna/mod/forum/discuss.php?d=6407405#p12625322
Correo: Carlos Guet...
Recibidos (1) - cgue...
Mis cursos | Zajuna
Sofia plus
Portal de oferta edu...
ChatGPT
Gmail
(10) WhatsApp
Trámites y servicios
Todos los marcadores
Accede a SOFIA
Área Personal
CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ
Modo de edición
INFORMACIÓN DEL PROGRAMA
CRONOGRAMA
ACTIVIDADES INICIALES
ACTIVIDAD 1
Guía de aprendizaje 1
Material de formación 1
Material complementario 1
Foro temático: Las emociones como espiral ascenden...
Socializaion de las preguntas
Mapa conceptual: Características de las emociones ...
Evidencia: Adjuntar Documento de Identidad.
ACTIVIDAD 2
ACTIVIDAD 3
ACTIVIDAD 4
SESIONES EN LÍNEA
SOFTWARE DEL PROGRAMA
P_11210051_V_3513249_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513241_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513248_R_8_C_9103
P_13410022_V_3345435_R_8_C_9103
P_13410029_V_3449507_R_8_C_9103
P_13410029_V_3202542_R_8_C_9103
P_41440053_V_3285203_R_8_C_9103
P_13410029_V_3449506_R_8_C_9103
P_13410029_V_3314347_R_8_C_9103
P_13410029_V_3421417_R_8_C_9103
P_13410029_V_3233819_R_8_C_9103
P_13410029_V_3380514_R_8_C_9103
P_13410029_V_3202541_R_8_C_9103
de MARIA JULIANA ARAQUE GARCIA - lunes, 11 de mayo de 2026, 18:28
Buen dia compañeros
Mi opinio a la pregunta ¿Que son las emociones positivas?
Las emociones positivas son aquellas que generan bienestar, satisfacción y sensaciones agradables en las personas. Ayudan a fortalecer la autoestima, mejorar las relaciones y afrontar mejor las dificultades de la vida diaria, estas emociones no significan que todo sea perfecto, sino que permiten mantener una actitud más saludable y equilibrada frente a las situaciones personales, sociales y laborales. En el entorno laboral, las emociones positivas pueden aumentar la productividad y crear un ambiente más agradable.
¿En que se diferencia las emociones positivas a las negativas?
Esto creo que es realtivo ya que todas las emociones son necesarias; lo importante es aprender a reconocerlas y manejarlas de manera adecuada, ya que las emociones positivas favorecen el bienestar y una actitud optimista y Las emociones negativas pueden causar estrés o incomodidad, pero también ayudan a protegernos y a reconocer situaciones que debemos cambiar o enfrentar.
¿En que son consideradas las emocines positivas, factores que conribuyen en la calidad de vida de las personas?
Yo creo que porque ayudan al bienestar físico, mental, emocional y social para que tengan una mejor actitud frente a la vida y así manejen de forma más saludable las dificultades, fortalezcan sus relaciones personales y laborales, aumenten la confianza y la motivación y mantengan una mejor salud emocional.
muchas gracia
Calificación máxima:90 (1) 90
Enlace permanente Editar Borrar Responder
Re: Socializaion de las preguntas
de CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ - lunes, 11 de mayo de 2026, 23:09
Maria:Gracias por tu intervención. Las emociones positivas son consideradas factores de calidad de vida porque favorecen el bienestar psicológico y físico. Diversos estudios muestran que las personas optimistas y emocionalmente equilibradas presentan mejores relaciones sociales, menor estrés y mayor capacidad de adaptación. Además, estas emociones incrementan la autoestima y la motivación para alcanzar metas personales.
28°C
Prac. despejado
ESP
LAA
11:09 p. m.
11/05/2026

Calificación: Mapa conceptual: Características de las emociones y los sentimientos. 3513240-3513241-3513248-3513249

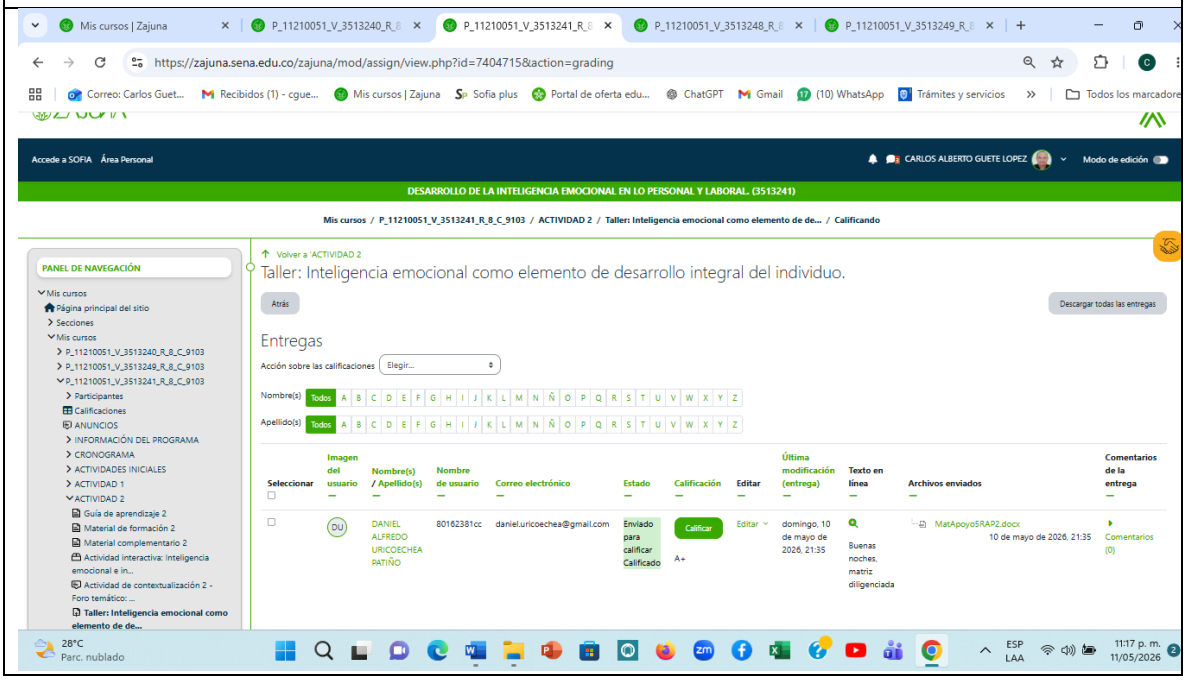





Accede a SOFIA Área Personal
CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ
Modo de edición
PANEL DE NAVEGACIÓN
Mis cursos
Página principal del sitio
Secciones
Mis cursos
P_11210051_V_3513240_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513249_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513241_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513248_R_8_C_9103
Participantes
Calificaciones
Volver a 'ACTIVIDAD 1
Mapa conceptual: Características de las emociones y los sentimientos.
Atrás
Descargar todas las entregas
Entregas
Acción sobre las calificaciones
Elegir...
Nombre(s)
Apellido(s)
Todos
Seleccionar
Imagen del usuario
Nombre(s) / Apellido(s)
Nombre de usuario
Correo electrónico
Estado
Calificación
Editar
Última modificación (entrega)
DV
DIANA CELESTE
1127943157cc
vallejodianac@hotmail.com
Borrador (no
Calificar
Editar
domingo, 10 de mayo de


Accede a SOFIA Área Personal
CARLOS ALBERTO GUETE LOPEZ
Modo de edición
PANEL DE NAVEGACIÓN
Mis cursos
Página principal del sitio
Secciones
Mis cursos
P_11210051_V_3513240_R_8_C_9103
P_11210051_V_3513249_R_8_C_9103
Participantes
Calificaciones
ANUNCIOS
INFORMACIÓN DEL PROGRAMA
CRONOGRAMA
ACTIVIDADES INICIALES
Volver a 'ACTIVIDAD 1
Mapa conceptual: Características de las emociones y los sentimientos.
Atrás
Descargar todas las entregas
Entregas
Acción sobre las calificaciones
Elegir...
Nombre(s)
Apellido(s)
Todos
Seleccionar
Imagen del usuario
Nombre(s) / Apellido(s)
Nombre de usuario
Correo electrónico
Estado
Calificación
Editar
Última modificació (entrega)
ESTEFANIA SANCHEZ
1098765741cc
estefaniasanchez13@hotmail.com
Borrador (no
Calificar
Editar
lunes, 11 de mayo de

Calificación: taller: Inteligencia emocional como elemento de desarrollo integral del individuo. 3513240-3513241-3513248-3513249



CARLOS ALBERTO GUETE LÓPEZ C.C.
No. 78.758.336
Instructor virtual
Contratista