

**RESIDENCIA UNIVERSITARIA
HERNÁN CORTÉS**

**ACCIONES
FORMATIVAS
COMPLEMENTARIAS**

CURSO 25/26



HABILIDADES DE COMUNICACIÓN, DISCURSO, ARGUMENTACIÓN Y DEBATE

EN ESTA ACTIVIDAD FORMATIVA COMPLEMENTARIA nos proponemos mejorar la expresión oral en público de las y los residentes, que aprendan a estructurar discursos claros y coherentes y ganar seguridad al hablar, para lo cual practican simulando debates, exposiciones y ejercicios de improvisación con los que reforzar la capacidad de argumentar y comunicar bajo presión.

A lo largo del curso, el alumnado participa en varios concursos de debate universitario, como los organizados por la Universidad de Extremadura, combinando trabajo individual (documentación, preparación de argumentos, oratoria) con un intenso trabajo en equipo para coordinar estrategias y mejorar su desempeño en las competiciones.

Fruto de ese esfuerzo, que coordina y dirige el profesor Gonzalo Alonso, el grupo de Debate ha llegado a participar en la final del certamen nacional, celebrado en Zaragoza en marzo de 2026.



FORMACIÓN MÚSICO-VOCAL (CORO)

LA ACTIVIDAD FORMATIVA MÚSICO-VOCAL se centra en el conocimiento y cuidado de la voz, el trabajo de respiración y la interpretación vocal en grupo. Se trata de formar un coro vocal, apoyado por un pianista, que prepara varias actuaciones a lo largo del año académico en los distintos eventos de la residencia: Día del Centro, Solemne Acto de Clausura del Curso...

Cada curso se elabora un repertorio específico para estas actuaciones, potenciando el sentido de pertenencia, el trabajo en equipo y el disfrute compartido de la música.



ARTE: DIBUJO Y PINTURA

ESTE ES UN TALLER PRÁCTICO, orientado a experimentar con distintas técnicas y materiales (óleo, dibujo, bocetos, color) para desarrollar la creatividad, la mirada estética y la coordinación visual y manual.

El taller de dibujo y pintura está dedicado a que el alumnado conozca y se acerque al mundo de la pintura de una manera cercana, fácil y sensible. A través de diferentes ejercicios y proyectos personales, el alumnado explora formas, volumen, luz y composición, al mismo tiempo que descubre el significado de diversas expresiones artísticas y utiliza el arte como una vía de conocimiento social.

Los trabajos realizados en este taller decoran buena parte de nuestras instalaciones –despachos, pasillos y zonas comunes– integrando la creación artística en la vida diaria de la residencia.

Como proyecto añadido, cada año se elabora un mural en las paredes de los patios de la Residencia, donde el grupo plasma ideas compartidas sobre convivencia y valores ligados al aprendizaje de nuestros residentes.



EMPRENDIMIENTO, TRABAJO EN EQUIPO Y LIDERAZGO

EN ESTA ACCIÓN FORMATIVA COMPLEMENTARIA se aborda el uso de herramientas básicas para impulsar proyectos, organizar tareas y coordinar equipos en contextos académicos y profesionales. A través de casos prácticos y dinámicas grupales, el alumnado trabajará liderazgo, comunicación en equipo y toma de decisiones compartidas.

Se realiza un amplio número de juegos y dinámicas de roles que permiten experimentar distintos estilos de liderazgo y posiciones dentro del grupo. Además, el taller cuenta con visitas de personas del ámbito del emprendimiento que comparten su experiencia y ofrecen claves útiles para el desarrollo del futuro profesional del alumnado.



FEMINISMO ES IGUALDAD

YA DESDE EL TÍTULO, este taller reivindica el valor del feminismo como símbolo de la búsqueda de la igualdad entre hombres y mujeres. Es una Actividad Formativa Complementaria se centra en la perspectiva de género y la igualdad de oportunidades en los ámbitos educativo, social y laboral.

A través de contenidos teóricos y actividades críticas se abordarán conceptos como estereotipos, violencia de género, diversidad y derechos, promoviendo actitudes inclusivas y respetuosas.

Además de los debates y espacios de diálogo sobre cuestiones de actualidad, se organizan visitas a entidades públicas (como las Casas de la Mujer) y asociaciones privadas que trabajan en este ámbito, con el objetivo de conectar con la realidad social del mundo actual.

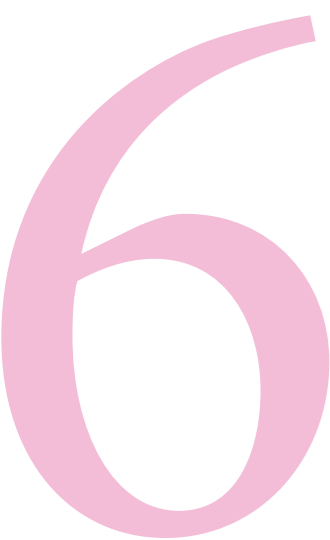
De forma ocasional, el taller cuenta también con la participación de personas expertas que comparten su experiencia profesional y vital en materia de igualdad y feminismos.



DEFENSA PERSONAL (FEMINISMO)

TALLER INTENSIVO DE DEFENSA PERSONAL orientado a dotar a las participantes de recursos prácticos para su seguridad, combinando una base teórica sobre autodefensa, legislación y psicología del enfrentamiento con una parte técnica muy dinámica. A lo largo de tres sesiones se trabajan consejos de seguridad específicos, se analizan los delitos más comunes a los que están expuestas las mujeres y se presentan herramientas como el spray de defensa, la alarma personal y el uso seguro de "no armas" (objetos cotidianos).

En la parte práctica se entrenan calentamientos, posturas de guardia disimuladas, técnicas básicas de golpeo y bloqueo, sueltas de agarres, salidas de abrazos y estrangulaciones, así como respuestas desde el suelo y levantadas técnicas. También se realizan ejercicios con objetos cotidianos (móvil, bolígrafo, etc.) y simulaciones que permiten integrar la técnica con la toma de decisiones en situaciones reales, siempre en un entorno controlado y con material de protección específico.



INTELIGENCIA ARTIFICIAL APLICADA A LOS ESTUDIOS Y AL FUTURO PROFESIONAL

ESTE TALLER, DE NUEVA IMPLANTACIÓN ESTE AÑO, inicia al alumnado en un uso responsable de herramientas de inteligencia artificial para apoyar el trabajo académico y explorar salidas profesionales.

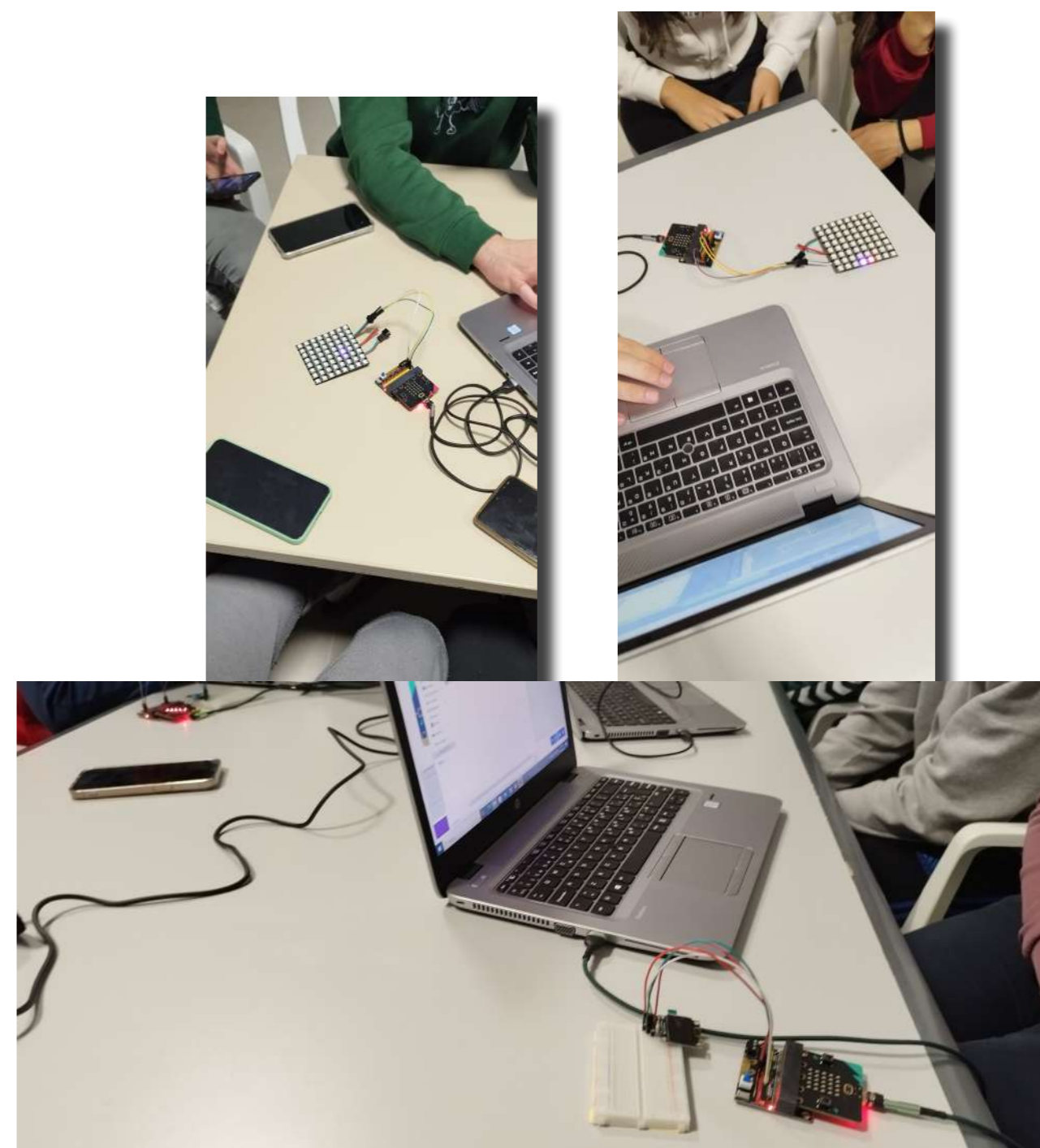
Se abordan usos prácticos (búsqueda y organización de información, generación de ideas, apoyo a la redacción, análisis de datos sencillos), así como criterios éticos, de rigor y de citación para evitar un uso inadecuado de estas tecnologías.



ROBÓTICA

TALLER DE INICIACIÓN Y PROFUNDIZACIÓN EN ROBÓTICA EDUCATIVA, orientado a que los residentes se familiaricen con conceptos básicos de programación, sensores y automatización a través de pequeños proyectos prácticos. Se trabajan nociones de lógica, resolución de problemas y pensamiento estructurado aplicadas a la creación y control de dispositivos sencillos.

El grupo se organiza en dos niveles: un grupo inicial para quienes se acercan por primera vez a la robótica y otro grupo avanzado para alumnado con conocimientos previos o que ya ha realizado el curso en años anteriores. De este modo, cada participante puede avanzar a su ritmo, asumiendo retos adecuados a su experiencia y compartiendo aprendizajes con sus compañeros y compañeras.



TEATRO

IMPLANTADO POR LA DEMANDA DE LOS RESIDENTES, este taller se centra en la aproximación a los principios de la interpretación teatral, el escenario, los textos, los personajes... y la superación de los miedos escénicos.

Al final del curso, el Taller ofrecerá una muestra pública de lo trabajado sobre el escenario.



SALUD MENTAL

EL TALLER DE ASESORAMIENTO Y APOYO A LA SALUD MENTAL se intenta crear un espacio seguro para hablar de bienestar emocional, aprender a reconocer señales de alarma y adquirir herramientas prácticas para gestionar estrés, ansiedad y dificultades propias de la vida académica.

Los residentes se organizan en cuatro grupos que se reúnen cada dos semanas, lo que permite un seguimiento cercano y continuado de los procesos personales.

Se trabajan habilidades sociales, inteligencia emocional y resolución de conflictos mediante dinámicas participativas y grupos de debate, acompañados en todo momento por un equipo de dos psicólogos que guía y supervisa las sesiones

aproximación a los principios de la interpretación teatral, el escenario, los textos, los personajes... y la superación de los miedos escénicos.

Al final del curso, el taller ofrecerá una muestra pública de lo trabajado sobre el escenario.

