

# Actividades de Descubrimiento

## Habilidades de Trabajo

Es importante conocer sus habilidades laborales. Esta actividad lo ayudará a hacer una lista de habilidades que tiene y quiere usar en su trabajo. Las habilidades de trabajo se pueden adquirir en el trabajo, la escuela, experiencias voluntarias o no pagadas, pasatiempos o experiencias de vida. Las habilidades no son específicas de un trabajo y se pueden usar en una variedad de trabajos. Las habilidades que identifique en estas páginas se pueden usar cuando llene una hoja de vida, solicitudes y para entrevistas.

**Revise la lista y coloque una marca al lado de esas habilidades que usted tiene.**

### HABILIDADES CONTABLES

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Usar Calculadora              | <input type="checkbox"/> Hacer presupuestos           | <input type="checkbox"/> Contabilidad              |
| <input type="checkbox"/> Máquina sumadora de 10 teclas | <input type="checkbox"/> Hacer el balance de chequera | <input type="checkbox"/> Con sistema computarizada |
| <input type="checkbox"/> Contar dinero                 | <input type="checkbox"/> Llevar registro              | <input type="checkbox"/> Sistema de papel          |

Otro:

---

### CUIDADO DE ANIMALES

- |  |                                    |   |
|--|------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Alimentar           | <input type="checkbox"/> Entrenar  | <input type="checkbox"/> Poner vacunas/medicinas                |
| <input type="checkbox"/> Bañar               | <input type="checkbox"/> Ventas    | <input type="checkbox"/> Preparar para exposiciones de mascotas |
| <input type="checkbox"/> Pasear los animales | <input type="checkbox"/> Almohazar |   |

Otro:

---

### ARTÍSTICAS

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hacer estampados  | <input type="checkbox"/> Fotografiar personas/cosas          | <input type="checkbox"/> Usar la computadora para crear diseños |
| <input type="checkbox"/> Operar programa de dibujo en la computadora (CAD) (Diseños Elaborados por Computadoras) | <input type="checkbox"/> Dibujo técnico & Dibujos detallados | <input type="checkbox"/> Pintar                                 |
|  | <input type="checkbox"/> Escultura                           | <input type="checkbox"/> Dibujar                                |

Otro:

---

### HABILIDADES DE BARBERÍA/ESTILISTA

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Cortar el pelo             | <input type="checkbox"/> Manicuras                 | <input type="checkbox"/> Arreglo/champú del pelo |
| <input type="checkbox"/> Hacer permanentes/ondas    | <input type="checkbox"/> Faciales                  | <input type="checkbox"/> Cosmetología            |
| <input type="checkbox"/> Aplicar cera de depilación | <input type="checkbox"/> Aclarar el color del pelo |  |

Otro:

---

### HABILIDADES DE CARPINTERÍA

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Lijado                       | <input type="checkbox"/> Pintar casas              | <input type="checkbox"/> Construir gabinetes |
| <input type="checkbox"/> Trabajo de madera ornamental | <input type="checkbox"/> Adiciones de construcción | <input type="checkbox"/> Armar las casas     |
| <input type="checkbox"/> Revestimiento de madera      | <input type="checkbox"/> Hacer muebles/retocado    | <input type="checkbox"/> Aislante            |

Otro:

---

### HABILIDADES DE CUIDADO DE NIÑOS

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Cuidado de infantes                | <input type="checkbox"/> Proporcionar supervisión adecuada                        | <input type="checkbox"/> Baño                           |
| <input type="checkbox"/> Cuidado de niños de uno o dos años | <input type="checkbox"/> Disciplinar sin medidas extremas                         | <input type="checkbox"/> Cambiar pañales                |
| <input type="checkbox"/> Cuidado de niños de edad escolar   | <input type="checkbox"/> Seleccionar actividades/juguetes apropiados para la edad | <input type="checkbox"/> Preparar comidas o refrigerios |

Otro:

---

## Actividades de Descubrimiento - Habilidades de Trabajo

## HABILIDADES DE OFICINA

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Escribir en el teclado<br>WPM (palabras por minutos) _____ | <input type="checkbox"/> Contestar teléfonos | <input type="checkbox"/> Saludar/llamar/direccionar clientes |
| <input type="checkbox"/> Archivar   | <input type="checkbox"/> Preparar correo     | <input type="checkbox"/> Clasificar/repartir correo          |
| <input type="checkbox"/> Revisar  | <input type="checkbox"/> Procesar órdenes    | <input type="checkbox"/> Operar máquinas de oficina          |
|   | <input type="checkbox"/> Hacer citas         |  |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES CON LA COMPUTADORA

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Sistema PC           | <input type="checkbox"/> Sistema Macintosh           | <input type="checkbox"/> Microsoft Word       |
| <input type="checkbox"/> Microsoft Excel      | <input type="checkbox"/> Microsoft Office            | <input type="checkbox"/> Microsoft Access     |
| <input type="checkbox"/> Microsoft PowerPoint | <input type="checkbox"/> Correo electrónico          | <input type="checkbox"/> Quick Books          |
| <input type="checkbox"/> Adobe Photoshop      | <input type="checkbox"/> Desktop Publishing Software | <input type="checkbox"/> Corel WordPerfect    |
| <input type="checkbox"/> Corel Presentations  | <input type="checkbox"/> Microsoft Outlook           | <input type="checkbox"/> Internet             |
| <input type="checkbox"/> Lotus Notes          | <input type="checkbox"/> Instant Messaging           | <input type="checkbox"/> Diseño de página web |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE CONSTRUCCIÓN

- |   |   |  |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Trabajar con concreto        | <input type="checkbox"/> Construir en seco          | <input type="checkbox"/> Conducir camión       |
| <input type="checkbox"/> Operación de equipo pesado   | <input type="checkbox"/> Trabajo de albañil         | <input type="checkbox"/> Zanjeado              |
| <input type="checkbox"/> Construcción de poner techos | <input type="checkbox"/> Trabajo de hoja de metal   | <input type="checkbox"/> Trabajo pesado        |
| <input type="checkbox"/> Trabajo de refrigeración     | <input type="checkbox"/> Instalación de calefacción | <input type="checkbox"/> Herramientas/máquinas |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES EDUCACIONALES

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Investigación                   | <input type="checkbox"/> Tomar pruebas             | <input type="checkbox"/> Asistir a clases                           |
| <input type="checkbox"/> Escribir informes               | <input type="checkbox"/> Editar/Memorizar          | <input type="checkbox"/> Comprensión de escritos<br>palabra hablada |
| <input type="checkbox"/> Trabajar como parte de un grupo | <input type="checkbox"/> Buenos hábitos de estudio |   |
| <input type="checkbox"/> Organización de proyectos       |  |   |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE FABRICACIÓN

- |   |  |   |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> Soldadura          | <input type="checkbox"/> Empacado                                    | <b>OPERACIÓN:</b>                           |
| <input type="checkbox"/> Carga/descarga     | <input type="checkbox"/> Llenar órdenes                              | <input type="checkbox"/> Tomo               |
| <input type="checkbox"/> Control de calidad | <input type="checkbox"/> Ensamble de línea de trabajo                | <input type="checkbox"/> Soldadura          |
| <input type="checkbox"/> Ensamblar cajas    | <input type="checkbox"/> Levantar/llevar objetos de 10-25 libras     | <input type="checkbox"/> Taladro hidráulico |
| <input type="checkbox"/> Almacenaje         | <input type="checkbox"/> Levantar/llevar objetos de más de 50 libras | <input type="checkbox"/> Triturador         |
| <input type="checkbox"/> Inventario         |  | <input type="checkbox"/> Máquina fresadora  |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE RANCHO/GRANJA

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Operar equipos/tractores          | <input type="checkbox"/> Buena condición física para trabajar<br>largas horas/Hacer trabajo pesado | <input type="checkbox"/> Cuidado de ganado           |
| <input type="checkbox"/> Reparación de equipos             | <input type="checkbox"/> Tener una buena percepción de<br>formas/espacio                           | <input type="checkbox"/> Conducir camiones de granja |
| <input type="checkbox"/> Ordenar/comprar suministros       |  | <input type="checkbox"/> Irrigación                  |
| <input type="checkbox"/> Conocimiento de métodos de granja |  | <input type="checkbox"/> Instalar/reparar cerca      |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE SERVICIO DE ALIMENTOS

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Servir alimentos/bebidas/grupos grandes | <input type="checkbox"/> Cocinar comidas             | <input type="checkbox"/> Lavar platos                |
| <input type="checkbox"/> Saludar y acomodar a clientes           | <input type="checkbox"/> Manejar dinero              | <input type="checkbox"/> Tomar órdenes correctamente |
| <input type="checkbox"/> Sugerir especialidades                  | <input type="checkbox"/> Ayudar en la cocina         | <input type="checkbox"/> Limpiar                     |
| <input type="checkbox"/> Limpiar mesas                           | <input type="checkbox"/> Operar la caja registradora | <input type="checkbox"/> Instalar banquetes          |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE JARDINERÍA

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Cuidado de la tierra   | <input type="checkbox"/> Jardinería de flores  | <input type="checkbox"/> Paisajismo                |
| <input type="checkbox"/> Trabajo de invernadero | <input type="checkbox"/> Poda/Corte de árboles | <input type="checkbox"/> Fumigación /Fertilización |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE VIVIENDA INDEPENDIENTE

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> Conocer el valor de las monedas y el dinero | <input type="checkbox"/> Conocer la función de un abogado               | <input type="checkbox"/> Planchar ropa   |
| <input type="checkbox"/> Entender la compra a crédito                | <input type="checkbox"/> Saber cómo inscribirse para votar              | <input type="checkbox"/> Coser/reparar ropa  |
| <input type="checkbox"/> Escribir transacciones bancarias            | <input type="checkbox"/> Usar los electrodomésticos de cocina           | <input type="checkbox"/> Saber qué hacer /a quién llamar en caso de emergencia               |
| <input type="checkbox"/> Hacer retiros/depósito                      | <input type="checkbox"/> Saber el nombre /usar los utensilios de cocina | <input type="checkbox"/> Seguir instrucciones para preparar alimentos enlatados o congelados |
| <input type="checkbox"/> Girar cheques                               | <input type="checkbox"/> Entender deducciones de pago de nómina         | <input type="checkbox"/> Saber cómo leer un contrato   |
| <input type="checkbox"/> Poder llamar al doctor para programar citas | <input type="checkbox"/> Entender las etiquetas médicas                 | <input type="checkbox"/> Entender las consecuencias de firmar un contrato                    |
| <input type="checkbox"/> Hacer una lista de mercado/comprar mercado  | <input type="checkbox"/> Preparar recetas siguiendo un recetario        | <input type="checkbox"/> Solicitar ayuda   |
| <input type="checkbox"/> Cuidar problemas menores de salud           | <input type="checkbox"/> Lavar platos                                   | <input type="checkbox"/> Completar solicitudes de empleo estándares                          |
| <input type="checkbox"/> Conocer los derechos personales             | <input type="checkbox"/> Clasificar y lavar ropa para lavar             |  |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE SERVICIOS DE CONSERJERÍA

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Limpiar el polvo/lustrado de muebles | <input type="checkbox"/> Lavar ventanas | <input type="checkbox"/> Barrer/lavar/pulir pisos |
| <input type="checkbox"/> Lavar alfombras/tapetes              | <input type="checkbox"/> Limpiar baños  | <input type="checkbox"/> Sacar la basura          |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN

- |                                       |  |   |
|---------------------------------------|--|---|
| <input type="checkbox"/> Plomería     | <input type="checkbox"/> Alambrado             | <input type="checkbox"/> Incluciones mecánicas          |
| <input type="checkbox"/> Soldadura    | <input type="checkbox"/> Madera                | <input type="checkbox"/> Mantenimiento de maquinaria    |
| <input type="checkbox"/> Electricidad | <input type="checkbox"/> Electrónicos de audio | <input type="checkbox"/> Instalación/repación de equipo |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES MECÁNICAS

- |  |  |  |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Sincronización de autos | <input type="checkbox"/> Cambiar aceite/fluidos    | <input type="checkbox"/> Reparación de carrocerías |
| <input type="checkbox"/> Reparación de autos     | <input type="checkbox"/> Vehículos de motor diésel | <input type="checkbox"/> Motores pequeños          |
| <input type="checkbox"/> Cambiar llantas         | <input type="checkbox"/> Lavado de vehículos       | <input type="checkbox"/> Limpieza de interiores    |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES MÉDICAS

- |  |                                      |  |
|--|--------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Capacitación en primeros auxilios | CPR: (resucitación cardio pulmonar): | <input type="checkbox"/> Manejar situaciones de emergencia |
| <input type="checkbox"/> Buenas habilidades de escucha     | <input type="checkbox"/> Infantes    | <input type="checkbox"/> Enfermera asistente certificada   |
| <input type="checkbox"/> Fisiología /anatomía              | <input type="checkbox"/> Adultos     | <input type="checkbox"/> Biología                          |

Otro: \_\_\_\_\_

## HABILIDADES DE VENTAS

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Saludar a clientes          | <input type="checkbox"/> Servicio al cliente       | <input type="checkbox"/> Experiencia en el arte de persuasión |
| <input type="checkbox"/> Procesamiento de órdenes    | <input type="checkbox"/> Exhibir muestras          | <input type="checkbox"/> Surtir estantes                      |
| <input type="checkbox"/> Repartir bienes             | <input type="checkbox"/> Demostración de productos | <input type="checkbox"/> Mercadeo                             |
| <input type="checkbox"/> Operar la caja registradora |  |   |

Otro: \_\_\_\_\_