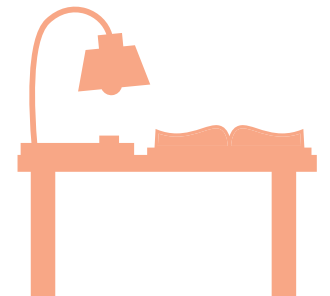




Guía del alumno

## Contenidos

●	Ventajas de la formación online	4
●	Tu camino hacia la formación	6
	Recursos Formativos	8
	Planificación	10
	Estudio	12
	Diploma	16
●	Aviso legal	18



## VENTAJAS DE LA FORMACIÓN ONLINE

Gracias al avance tecnológico experimentado en los últimos años, el proceso de enseñanza clásico basado en la formación presencial y directa entre profesor y alumno ha dado paso a otras modalidades formativas de calidad. La formación online ofrece una serie de ventajas competitivas que la convierten, día a día, en una opción formativa muy solicitada.

### ■ Flexibilidad horaria

Poder compaginar la formación con otras actividades o responsabilidades es la mayor ventaja de esta modalidad de aprendizaje. No dependemos de horarios, somos libres para determinarlos en función de nuestras necesidades.

### ■ Sin barreras espaciales

La formación online llega a cualquier rincón del mundo. Miles de cursos sobre temáticas de diferente índole son ahora accesibles para cualquier persona, independientemente de dónde resida.

### ■ Entorno Web

Amplia tus conocimientos, satisface tu curiosidad, obtén recursos. Aprovecha al máximo la formación online sacándolo el máximo partido educativo.

### ■ Formación personalizada

El tutor te acompañará durante todo el proceso formativo supervisándote, dinamizando tus horas de estudio, asesorándote y evaluándote de manera personal e individualizada a lo largo de todo el proceso formativo. Todo ello a un ritmo que marcarás tú, en función de tus conocimientos previos y de tu dedicación.

### ■ Aprender a aprender

La metodología empleada en la formación online requiere una gran implicación por parte del alumno. Comprometerse con uno mismo y con los objetivos marcados es fundamental para que el proceso de aprendizaje sea óptimo. La formación online proporciona a los alumnos un crecimiento basado en la adquisición de valores añadidos como la constancia, la disciplina o la fuerza de voluntad.

### ■ Ventajas económicas

La filosofía de la formación online es aprovechar los medios tecnológicos para reducir costes y ofrecer formación a precios asequibles para cualquier bolsillo.

## TU CAMINO HACIA LA FORMACIÓN

### 1 Recursos formativos



Accede a nuestro Campus Virtual, donde podrás encontrar el manual, los recursos y las herramientas que necesitarás para formarte.

### 2 Planificación



Para optimizar el rendimiento de tus horas de estudio resulta vital organizarse.

### 3 Estudio



Preparar un espacio de trabajo óptimo y emplear técnicas de estudio dinámicas mejorará tu rendimiento notablemente.

### 4 Diploma



Una vez terminado el curso y superado el examen final podrás descargar el título que acredita la formación recibida.

## 1. RECURSOS FORMATIVOS

Comprueba que tus datos de acceso son los correctos.

En caso contrario contacta con nosotros a través del teléfono o email:

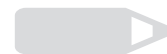
**951 77 01 02**

**[tutorias@delenaformacion.com](mailto:tutorias@delenaformacion.com)**

En este pack encontrarás:

- Contenido del curso (temario)
- Recursos
- Elementos de apoyo a la formación online
- Prueba de evaluación
- Cuestionario de calidad
- Material extra (Sólo en cursos donde se especifica la presencia de DVD o material de apoyo)

Consejos y recomendaciones a tener en cuenta:



Utiliza los recursos de nuestro Campus para dinamizar y organizar tus horas de estudio.



Para afrontar con garantía la prueba de evaluación final ponemos a tu disposición pruebas de evaluación y un tutor que te ayudará a solventar cualquier duda.



Los cursos online están diseñados por un equipo de expertos docentes y expertos desarrolladores, regidos por rigurosos criterios didácticos y con una metodología de calidad que facilitan el aprendizaje y la consecución de los objetivos del curso con un alto grado de satisfacción de nuestros alumnos.



La opinión de nuestros alumnos es importante para nosotros, nos ayuda a seguir creciendo y a mejorar nuestra formación. Para medir el grado de satisfacción de los servicios que ofrecemos necesitamos tu colaboración durante unos minutos rellenando el cuestionario de calidad, al final del curso.

## 2. PLANIFICACIÓN

Organizar nuestros objetos y el tiempo que vamos a dedicar al estudio resulta fundamental para optimizar las horas dedicadas al curso. Por ello, te mostramos algunos consejos útiles para que puedas organizarte de manera eficaz.



### 1. ¿Cuándo estudiar?

Decidir qué franja horaria dedicar al estudio es algo muy personal ya que depende de los horarios disponibles, las preferencias y los biorritmos de cada alumno. Durante la mañana, el ritmo de aprendizaje es mucho mayor que durante la tarde. Sin embargo, la sedimentación de los conceptos suele ser más firme por las tardes y lo aprendido por las mañanas tiende a olvidarse antes.



## 2. Se realista con tus objetivos

Márcate unos objetivos diarios, semanales o mensuales y crea un cronograma. La meta debe ser realista y alcanzable. No te impongas objetivos que no puedas cumplir para evitar frustraciones. Realiza un calendario, colócalo en un sitio visible y cúmplelo a rajatabla.



## 3. Cuida tu cuerpo y tu mente

Para que las sesiones de estudio sean en condiciones óptimas, debes cuidar ciertos aspectos de tu vida diaria y rutina. Descansar ocho horas diarias, una alimentación saludable y combinar tus horas de trabajo con las de ocio es fundamental para que tu rendimiento sea máximo.



## 4. Haz pequeños descansos en tus horas de estudio

Las sesiones de estudio no deben exceder de la hora y media. Cuando la curva de rendimiento comienza a descender resulta fundamental realizar descansos de 5 a 10 minutos para recuperar la concentración y retomar el estudio con más energía.

### 3. ESTUDIO

La importancia de las horas de estudio no radica solo en la cantidad, sino también en la calidad de las mismas. La memoria es importante, pero compaginarla con otras técnicas que dinamicen el estudio resultará mucho más fructífero.

1



El subrayado es una de las técnicas más utilizadas y una de las más eficaces. Al destacar palabras e ideas clave de los textos utilizando colores ponemos en marcha nuestra memoria visual, que nos ayuda a estructurar mentalmente los contenidos más importantes.

2



Tras una lectura comprensiva, los resúmenes nos ayudan a asentar en nuestra mente los conocimientos adquiridos. Los mapas conceptuales, los esquemas y las fichas de estudio pueden ayudarnos a asimilar, comprender y retener las lecciones.

3



Localiza un lugar tranquilo y silencioso donde te encuentres cómodo y utilízalo siempre como zona de estudio para crear un hábito y una rutina. Así, nuestra mente relacionará directamente el lugar con la actividad mental, fomentando la concentración.

4



Hay estudios que demuestran que la temperatura también influye en la actividad mental. Lo ideal es que la habitación se encuentre entre los 17 y los 22 grados para evitar efectos como la inquietud, el sopor o el nerviosismo.

5



Nuestro lugar de estudio debe estar bien aislado y ordenado, es decir, libre de elementos y objetos que puedan distraernos.

6



Un mobiliario adecuado con una ergonomía correcta es necesario para encontrarse cómodo durante las horas de estudio. Lo ideal es contar con una mesa amplia y una silla con respaldo y altura regulable adaptable a cada uno.

7



La postura idónea para evitar problemas de musculatura y circulatorios es la espalda recta pegada al respaldo del asiento y la cabeza ligeramente inclinada. Los pies deben estar apoyados firmemente en el suelo o en un reposapiés y los codos deben mantenerse en ángulo recto y pegados al cuerpo. La distancia entre el ojo y el plano de lectura debe oscilar entre los 35 y los 40 cm.

Algunos consejos sobre el uso de pantallas en el estudio:

- Coloca la parte superior de la pantalla a la altura de los ojos
- No estudies en un ambiente oscuro, la luz de la pantalla generará aún más cansancio.
- Toma un descanso cada 20 minutos de exposición a la pantalla y mantén la mirada en un punto fijo lejano para relajar la vista.

8



La ventilación es otro de los elementos a tener en cuenta en nuestro espacio de estudio. Resulta vital ventilar con frecuencia para eliminar el aire viciado y que sea lo más puro posible.

9



Cuidar la iluminación en nuestro espacio de estudio es de suma importancia. Un uso inadecuado de luces puede provocar problemas de visión. La iluminación natural es la más idónea pero si no disponemos de esa opción recurriremos a luz artificial cuidando algunos detalles: debe entrar por el lado contrario al que escribimos para evitar sombras, no debe proyectarse directamente sobre nuestros ojos y debe ser neutral, es decir, ni muy débil ni demasiado intensa. Lo ideal es utilizar un flexo con bombilla de luz blanca o azul entre 40 y 60 W.

No te olvides de apagar o desconectar cualquier tipo de distracción a al hora de estudiar. Internet está repleto de información, pero también de herramientas que te pueden llegar a desconcentrar. Recuerda comprobar que las redes sociales, los juegos, o cualquier tipo de aplicación automatizada están desconectados.



## 4. DIPLOMA

La evaluación consiste en una prueba tipo test que pretende valorar los conocimientos adquiridos durante tu periodo formativo. Se trata, tan solo, de un último paso para obtener tu diploma.



### ¿Qué necesitas para obtener tu diploma?

Consulta a tu tutor todas las dudas que tengas antes de realizar el examen final. Recuerda que está para ayudarte siempre que lo necesites.

- **Autoevalúate** para cerciorarte sobre tus conocimientos sobre la materia estudiada.
- **Tranquilidad.** Tómate tu tiempo y no tengas prisa en terminar el examen.
- **Repasa** tus esquemas y apuntes para aclarar las ideas y conceptos principales.

Para finalizar, rellena nuestro cuestionario de calidad para obtener tu certificación.

Tu tutor se pondrá en contacto contigo por vía telefónica para confirmar tus datos y enviarte el diploma correspondiente a tu domicilio.

## AVISO LEGAL

### 1. OBJETO Y ACEPTACIÓN

El presente aviso legal regula la compraventa de los productos ofrecidos por la empresa DELENA FORMACION S.L. (en adelante, LA EMPRESA) con los particulares (en adelante, COMPRADORES).

Se hace constar que la modalidad de contrato es la verbal siendo un contrato celebrado a distancia en base al art. 92 del mismo Real Decreto, y no siendo exigible la confirmación escrita de la información por lo dispuesto en el art. 98.3 del mismo Real Decreto. Al realizarse la contratación mediante contrato verbal, siendo éste totalmente válido por el art. 1451 del Código civil, la sola aceptación del material, y por lo tanto consentimiento tácito, es prueba certera de la celebración del contrato, basándonos en el art. 1262 del Código civil.

La compraventa efectiva del producto ofrecido por LA EMPRESA implica la aceptación plena y sin reservas de todas y cada una de las disposiciones incluidas en este Aviso Legal, que pueden sufrir modificaciones.

### 2. IDENTIFICACIÓN Y COMUNICACIONES

LA EMPRESA se encuentra registrada como DELENA FORMACION S.L. Siendo su CIF: B93244911. Su domicilio social está en: CALLE APAMARES 15 – 29016 MÁLAGA. Para comunicarse con nosotros, ponemos a su disposición diferentes medios de contacto que detallamos a continuación:

**Teléfono:** 951770102

**Email:** info@delenaformacion.com

Todas las notificaciones y comunicaciones entre los COMPRADORES y LA EMPRESA se considerarán eficaces, a todos los efectos, cuando se realicen a través del correo postal o cualquier otro medio de los detallados anteriormente.

### 3. PRODUCTOS Y SERVICIOS

El Sistema Educativo Oficial comprende las enseñanzas regladas y los títulos oficiales, siendo competencia exclusiva, hasta ahora, para educación preescolar, infantil, primaria, secundaria obligatoria, bachillerato, formación profesional y universitaria.

En el caso de la formación no reglada como es el caso de Delena Formación, se ofrece mayor libertad para desarrollar planes educativos más variados y alternativos, presentándose por delante y en continuo avance con respecto a la formación oficial, ya que está totalmente orientado al mercado laboral y a sus necesidades. Por lo que destacamos que nuestra empresa gestiona títulos de validez, tanto para los procesos selectivos en el mercado laboral como para la carrera profesional del alumno que realiza un curso a distancia con nosotros.

LA EMPRESA no se hace responsable de que EL COMPRADOR no haya leído este documento, debido a que mediante este aviso legal se ha explicado anteriormente que nuestra academia ofrece formación no reglada, pero con gran validez laboral y profesional.

### 4. CONDICIONES DE LA COMPRAVENTA

En caso de que la compraventa se realice de

forma fraccionada, habrá dos modalidades, en dos pagos o en tres pagos. Cuando la compraventa se realice en dos pagos, el primero se realizará en el momento de la matriculación y el segundo a la recepción del material. Mientras que el tercer pago, si hubiere contratado prácticas, se realizará antes del inicio de las mismas.

Si el COMPRADOR decide no acceder a las prácticas, por motivos ajenos a LA EMPRESA, las cantidades abonadas hasta el momento no se reembolsarán.

Las modalidades de pago aceptadas serán las siguientes: 1. Mediante pago telefónico, justificándolo mediante en el envío del ticket escaneado a través de email.

2. A través de ingreso o transferencia bancaria, la cual deberá ser justificada por EL COMPRADOR mediante el envío por email del acuse de recibo de la actuación realizada.

LA EMPRESA se reserva el derecho de modificación de las condiciones de compraventa, siendo publicadas con anterioridad a su aplicación en la página web asociada: WWW.DELENAFORMACION.COM

### 5. PROCEDIMIENTO EN CASO DE REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE CARÁCTER ILÍCITO

En el caso de que el COMPRADOR o un tercero considere que existen hechos o circunstancias que revelen el carácter ilícito de la utilización de cualquier contenido y/o de la realización de cualquier actividad con el objeto de la compraventa,

deberá enviar una notificación a la EMPRESA identificándose debidamente, especificando las supuestas infracciones y declarando expresamente y bajo su responsabilidad que la información proporcionada en la notificación es exacta.

Para toda cuestión litigiosa que incumba a LA EMPRESA, será de aplicación la legislación española, siendo competentes los Juzgados y Tribunales de MÁLAGA (España).

### 6. DEVOLUCIÓN

En un plazo aproximado de 10 días, desde el momento de la matriculación hasta la entrega, el alumno recibirá el material, salvo en caso que no haya disponibilidad inmediata del curso solicitado por parte de la editorial. Los gastos de gestión y tramitación de todos los cursos son de 80€, siendo no reembolsable en caso de devolución. Condiciones de devolución:

- Se dispone de 14 días naturales desde la recepción del material, para que el alumno pueda realizar la devolución. En caso de desistimiento antes de la recepción del material, el plazo del mismo (14 días naturales) empezará a contar desde la fecha de matriculación.
- No debe haber hecho uso del servicio de tutorías.
- No debe haber manipulado el material del curso.
- No se admitirá la devolución de aquellos materiales que hayan sido desprecintados y/o manipulados tras la entrega, debido a razones de protección de la salud o de

## AVISO LEGAL

higiene.\*

- Debe avisar por carta certificada de la devolución aclarando los motivos y dirigiéndose a la siguiente dirección:

CALLE APAMARES 15, 29016 MÁLAGA, haciéndose cargo el alumno de sufragar todos los gastos de envío del material.

Para los pedidos fuera de la península no se admitirá la forma de pago fraccionado, siendo solventado todo el importe de una sola vez en el momento de la compra.

### 7. FORMULARIOS DE CONTACTO EN LA PÁGINA WEB

Para cumplir la LOPD plenamente en los formularios de contacto donde se recojan datos personales, y según informe jurídico de la AEPD en este aspecto, en cada formulario de contacto donde el cliente introduzca sus datos, hay que añadir una casilla tipo "check" que no esté marcada previamente y antes del botón de Envío, con un link a la Política de Privacidad.

Ejemplo:  Acepto la Política de Privacidad.

No se debe poder enviar el formulario si no está dicha casilla marcada.

### 8. POLÍTICA DE PRIVACIDAD Y PROTECCIÓN DE DATOS

Cuando precisemos obtener información por parte del COMPRADOR, siempre le solicitaremos que nos la proporcione voluntariamente de forma

expresa.

De acuerdo con lo establecido por la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal (LOPD), el cliente/usuario (COMPRADOR) queda informado y presta su consentimiento a la incorporación de sus datos a un fichero del que es responsable LA EMPRESA, que ha sido debidamente inscrita en la Agencia Española de Protección de Datos con la finalidad de informarle sobre los productos y servicios solicitados, así como el envío de comunicaciones comerciales sobre los mismos. Le informamos también sobre sus derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición, que podrá ejercer en el domicilio social de DELENA FORMACION S.L., sito en CALLE APAMARES 15, 29016 – MÁLAGA.

LA EMPRESA se compromete a no ceder, vender, ni compartir los datos con terceros sin su aprobación expresa, ni si quiera para su conservación.

Asimismo, LA EMPRESA cancelará o rectificará los datos cuando resulten inexactos, incompletos o hayan dejado de ser necesarios o pertinentes para su finalidad, de conformidad con lo previsto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal. LA EMPRESA adopta los niveles de seguridad correspondientes requeridos por la citada Ley Orgánica 15/1999 y demás normativa aplicable. No obstante, no asume ninguna responsabilidad por los daños y perjuicios derivados de alteraciones que terceros pueden causar en los sistemas informáticos, documentos electrónicos o ficheros del usuario.