



Guía de Horarios

I CICLO **2026**

40
aniversario
PiAM

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	2
¿QUÉ ES EL PIAM?	3
¿CUÁL ES LA OFERTA EDUCATIVA DEL PIAM?	4
MODALIDADES DE CURSOS PARA EL I CICLO 2026	5
FECHAS IMPORTANTES	6
REGLAS DE MATRÍCULA	7
PASOS PARA REALIZAR MATRÍCULA EN LÍNEA	13
SERVICIOS UNIVERSITARIOS PARA LA POBLACIÓN DEL PIAM	15
AVISOS IMPORTANTES	17
CURSOS ESPECÍFICOS	22
Módulo de Tecnologías (TICS)	23
Módulo de Idiomas.....	28
Módulo de Artesanías y manualidades	35
Módulo de Movimiento Humano	45
Módulo de Estilos de vida saludable	57
Módulo Arte y cultura.....	69
Módulo de Conocimientos Generales	73
Módulo grupos y cursos artísticos.....	79
CURSOS REGULARES	85
Seguro de accidentes para universitarios.....	107
Contáctenos	109

INTRODUCCIÓN

*“El individuo que envejece debe aprender, debe educarse, para enfrentar una serie de fenómenos que le son desconocidos y poder asumir su nuevo papel en la sociedad”
Trejos Willis 1985*

En el marco de su 40 aniversario, el PIAM de la Universidad de Costa Rica reafirma su compromiso histórico con la promoción de un envejecimiento activo, participativo y con sentido, consolidándose como una iniciativa pionera y de vanguardia en la defensa de los derechos y la inclusión social de las personas mayores en Costa Rica.

Desde su creación en 1986, el PIAM ha respondido a momentos cruciales del devenir nacional, acompañando los procesos de transición demográfica y posicionándose como un espacio universitario innovador en educación no formal, participación intergeneracional y construcción de ciudadanía para las personas adultas y adultas mayores. En un país que experimenta un acelerado proceso de envejecimiento poblacional, el fortalecimiento de programas como el PIAM no solo es pertinente, sino impostergable.

La Universidad de Costa Rica, como institución pública comprometida con el desarrollo humano, la equidad y la justicia social, asume la responsabilidad de generar espacios que reconozcan el valor, la experiencia y el aporte continuo de las personas mayores a la sociedad. En este contexto, el PIAM representa una expresión concreta de la acción social universitaria, al promover oportunidades educativas, culturales y de encuentro que favorecen la autonomía, el aprendizaje a lo largo de la vida y la integración social.

Esta Guía de Horarios conmemorativa no solo organiza la oferta académica del periodo, sino que simboliza cuatro décadas de trabajo sostenido, innovación educativa y compromiso institucional. Asimismo, proyecta el desafío de continuar ampliando y diversificando espacios de participación, en coherencia con las transformaciones demográficas del país y con la misión de la UCR de servir como agente activo en la construcción de una sociedad más inclusiva para todas las edades.

Celebrar estos 40 años es reconocer la trayectoria construida colectivamente y renovar el compromiso de seguir avanzando hacia un modelo de envejecimiento digno, participativo y con oportunidades reales de desarrollo personal y comunitario.

¿QUÉ ES EL PIAM?

El PIAM es una instancia de la Universidad de Costa Rica dedicada a la acción social que cuenta con amplia experiencia en educación permanente. Se dirige a la población mayor de 50 años. Mediante proyectos y acciones en educación, investigación y acción social se promueve el derecho a la educación a lo largo de la vida, y se fomentan las relaciones intergeneracionales.

El PIAM constituye una opción para aquellas personas, que desean satisfacer inquietudes intelectuales, ocupar su tiempo libre en actividades educativas e intercambiar experiencias y conocimientos con las personas estudiantes regulares y facilitadores/as de la UCR.

Los y las participantes del PIAM se consideran estudiantes de un programa especial, por lo tanto, NO cumplen con los requisitos académicos de un (a) estudiante regular de la UCR ni se encuentran incluidos (as) en las actas de la Oficina de Registro e Información. No obstante, deben cumplir con las normas de orden y disciplina establecidas para los y las estudiantes regulares, así como con las directrices, lineamientos, resoluciones, comunicaciones y similares que emanen de las autoridades del PIAM, de la Vicerrectoría de Acción Social y en general de la UCR, así como las siguientes:

- Participar activamente en los cursos (presenciales, bimodales o virtuales) conforme a la metodología.
- Es deber de las y los estudiantes estar formalmente matriculados en el curso, de otra manera NO pueden participar de las clases.
- Los y las estudiantes que por algún motivo NO puedan continuar con el curso deben informar al facilitador (a) encargado (a) o a la Oficina del PIAM al teléfono 2511-1500 o al correo piam.vas@ucr.ac.cr.
- Es deber del o la estudiante tratar con RESPETO a las compañeras (os) del curso, los y las facilitadores y las funcionarias, por cualquiera de las vías de comunicación que cuente el curso.
- La persona facilitadora está en la posibilidad de definir reglas básicas para su curso, las cuales deben estar incluidas en el programa del curso.

- En los cursos que requieran algún tipo de inversión económica adicional para materiales o giras, este monto será aportado por el (la) propio (a) estudiante, y la persona facilitadora del curso así lo especificará. Bajo ninguna circunstancia una persona facilitadora solicitará montos mayores a los especificados en el programa del curso.

¿CUÁL ES LA OFERTA EDUCATIVA DEL PIAM?

EL PIAM divide su oferta educativa en dos tipos de cursos: específicos y regulares.

Los **cursos específicos** son exclusivos para personas mayores de 50 años (50 años en adelante). Se brindan en las aulas del campus universitario (Sede Rodrigo Facio) y se agrupan en 8 módulos, según su orientación temática:

- Tecnologías de la información y la comunicación
- Nuevos idiomas
- Artesanías y manualidades
- Movimiento humano
- Estilos de vida saludable
- Arte y cultura
- Conocimientos generales
- Grupos artísticos.

Los **cursos regulares** son ofrecidos por las Unidades Académicas de la Universidad. En éstos las personas mayores del PIAM comparten con los estudiantes empadronados en las diferentes carreras. Hay cursos de historia, geografía, arquitectura, filosofía, lenguas modernas, tecnología de alimentos, entre otras.

Estos cursos regulares no pretenden profesionalizar, titular o certificar el conocimiento de las y los estudiantes del PIAM, sino más bien aportar a su actualización de conocimientos, al desarrollo de nuevas habilidades y destrezas, así como potenciar el intercambio entre las generaciones que confluyen en el aula.

MODALIDADES DE CURSOS PARA EL I CICLO 2026

Según resoluciones R-308-2021 R-329-2021, R-49-2022, R-50-2022, R-215-2022 y circulares R-22-2022, VAS-12-2021, VAS-26-2021 y VAS-11-2022, en el 2026 la Universidad de Costa Rica continúa la oferta educativa presencial, incluyendo las actividades de acción social. Por lo que se ofrecen tres modalidades en los cursos específicos del PIAM: virtual, bimodal y presencial. A continuación, se explica en qué consisten cada una de ellas:

Cursos virtuales: Estos cursos se imparten 100% en línea, ya sea de manera sincrónica o asincrónica. El PIAM utiliza la plataforma de Zoom para las sesiones virtuales sincrónicas (cara a cara) y como medios de comunicación, se utilizan el WhatsApp y el correo electrónico. No tienen grado de presencialidad.

Cursos bimodales: Estos cursos tienen un grado de virtualidad y otro de presencialidad, según los objetivos de aprendizaje. Abarcan clases prácticas o de seguimiento que requieren el encuentro entre estudiantes y persona facilitadora, así como giras académicas. Para las sesiones virtuales, se utilizan las mismas herramientas tecnológicas (Zoom, WhatsApp y correo electrónico). Las sesiones presenciales de práctica o seguimiento se llevan a cabo en la Sede Rodrigo Facio. Las giras pueden realizarse fuera de la universidad.

Cursos presenciales: En estos cursos hay convergencia de tiempo y espacio y se imparten en las diferentes aulas de la Sede Rodrigo Facio.

Es importante conocer las características de las modalidades de la oferta educativa que brinda el PIAM, dado que permite elegir los cursos según los intereses, necesidades y posibilidades de las personas estudiantes.

FECHAS IMPORTANTES

FECHAS	ACTIVIDAD
Jueves 26 de febrero A partir de la 1:00 pm	Publicación de guía de cursos y horarios (cursos PIAM y cursos regulares) I-2026 -Disponibles en la página del PIAM, Facebook, WhatsApp y correo electrónico. También estarán disponibles en las fotocopiadoras: Rubio, Millenium y Copymundo.
Jueves 26 de febrero 10:00 am	Charla de Orientación presencial Lugar: Auditorio de la Facultad de Educación, UCR
Jueves 26 de febrero 3:00 pm	Charla de Orientación virtual Se transmitirá en vivo mediante el Facebook del PiamUCR
Martes 03 y miércoles 04 de marzo	Matrícula ordinaria en línea exclusiva para personas mayores de 65 años Se realiza en la página https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr *CON CITA PREVIA ASIGNADA*
Jueves 05 de marzo	Matrícula ordinaria en línea exclusiva para personas menores de 65 años Se realiza en la página https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr *CON CITA PREVIA ASIGNADA*
Lunes 09 y martes 10 de marzo	Matrícula extraordinaria en línea Se realiza en la página https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr El sistema se habilita a partir de las 8:00 am NO REQUIERE CITA PREVIA
Del 09 al 13 de marzo	Elaboración y actualización del carné PIAM

	<u>Lugar:</u> Oficina del PIAM <u>Horario:</u> 9:00 am a 3:00 pm
Del 09 al 13 de marzo	Inicio de clases cursos regulares (aquellos que son impartidos por las diferentes unidades académicas)
Del 23 al 27 de marzo	Inicio de clases cursos PIAM (cursos específicos para estudiantes del PIAM)
Del 30 de marzo al 4 de abril	Semana Santa (no hay clases en toda la semana)
Del 29 de junio al 03 de julio	Fin del ciclo lectivo I 2026

REGLAS DE MATRÍCULA

Para llevar a cabo un proceso de Matrícula ordenado y eficiente, es fundamental contar con su colaboración y seguir las normas establecidas por el PIAM.

- 1. Asignación de citas de matrícula:** Como paso previo y obligatorio para la matrícula ordinaria, se implementó la asignación de citas. Estas se otorgaron por medio del sitio web [🔗 https://citaspiam.ucr.ac.cr](https://citaspiam.ucr.ac.cr) en las siguientes fechas:
 - 19 de febrero: Para personas mayores de 65 años.
 - 20 de febrero: Para personas menores de 65 años.

En total, se entregaron 2.000 citas de matrícula.



- 2. Matrícula según la cita asignada:** Si usted recibió una cita, se le indicó un día y una hora específica para matricular. Solo podrá ingresar al sistema a partir de la **hora indicada y hasta cinco horas después**. No será posible ingresar antes de su hora asignada.


La matrícula se realiza en línea en el sitio web [🔗 https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr](https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr) Para más detalles, puede consultar el apartado “Pasos para una matrícula en línea” (página 13 y 14 de esta Guía) o vea el tutorial disponible en el canal de YouTube del PIAM UCR [🔗 https://youtu.be/PZ-SUHBz41g](https://youtu.be/PZ-SUHBz41g)

 Importante: el sistema de matrícula sólo permite una sesión activa por usuario.

3. **Límite de cursos por persona:** En este I ciclo lectivo 2026 cada persona podrá matricular hasta un **máximo de 4 cursos específicos o regulares** (en matrícula ordinaria). Es importante leer con atención los requisitos de cada curso antes de tomar una decisión.
4. **Apertura de cursos según cantidad mínima de matrícula:** Cada curso tiene un cupo mínimo para poder abrirse. Por lo tanto, cuando no se alcanza dicho cupo en la matrícula, **se procederá a cerrar el curso**.
5. **Cierre de cursos por cupo lleno:** Cada curso también tiene un cupo máximo. Una vez se llena ese cupo, el curso se cierra. Por eso, le recomendamos preparar una lista con varias opciones de cursos que le interesan, para facilitar su matrícula en caso de que el primero no tenga espacio.
6. **Modalidad de los cursos:** Revise con detalle la **modalidad** de los cursos de su interés (virtual, presencial o bimodal) y matricule según sus intereses y posibilidades.
7. **Pago de la matrícula:** El costo de cada uno de los cursos por concepto de matrícula es **₡10.000 colones por ciclo lectivo + el 2% del IVA = ₡10.200 colones**. Exceptuando los siguientes cursos:
 - Los cursos de francés y chino que asisten una vez por semana tienen un costo económico de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640 colones** el ciclo lectivo.
 - Los cursos de inglés 1A, 1B, 2A, 2B, 3A, 3B, 4A, 4B y 5A, así como los cursos optativos de inglés (Lenguaje filmico y su narrativa, Pensamiento crítico II e Inglés conversacional), en el que tienen que asistir dos veces por semana, tienen un costo económico de **₡44.000 + 2% del IVA = ₡44.880 colones** el ciclo lectivo.

- Los cursos del Módulo de Tecnologías de la Información y Comunicación (TICs) tienen un costo por matrícula de **₡35.000 + 2% del IVA = ₡35.700** colones el ciclo lectivo.
 - El curso de Teatro alternativo, de la facilitadora Marynieves Barahona, el cual tiene un costo por matrícula de **₡15.000 + 2% del IVA = ₡15.300** colones el ciclo lectivo.
 - El Coro “Miriam Accame”, a cargo del facilitador Juan Pablo Gómez, el cual tiene un costo por matrícula de **₡15.000 + 2% del IVA = ₡15.300** colones el ciclo lectivo.
 - Los talleres de Guitarra, a cargo de la profesora Carmen Vega, el cual tiene un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640 colones** el ciclo lectivo.
 - Los Grupos experimentales (Curú y Awápa), a cargo del profesor Juan Pablo Gómez, el cual tiene un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640 colones** el ciclo lectivo.
 - El curso de Lectura musical II, a cargo del profesor Juan Pablo Gómez, el cual tiene un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640 colones** el ciclo lectivo.
 - Los grupos de Senderismo, Caminata, ejercicio y salud y Caminata contemplativa, los cuales tienen un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.
 - Los talleres que tienen una duración de 8 semanas tienen un costo por matrícula de **₡6.000 + 2% del IVA = ₡6.120 colones** el ciclo lectivo.
- 8. Pago de la póliza estudiantil del INS (ACG2504):** Además del pago de la matrícula, es obligatorio cancelar el monto correspondiente a la póliza estudiantil del INS, que tiene un costo de **₡9.300 + 2% del IVA** para un total de **₡9.486 colones**. Esta póliza tiene vigencia del **8 de marzo 2026 al 7 de marzo 2027** y se incluye automáticamente en el total a pagar.

 **Importante:** Si usted paga esta póliza en el I ciclo lectivo 2026, no debe pagarla nuevamente en el II ciclo 2026. Puede encontrar más información sobre esta póliza en la página web del PIAM  www.piam.ucr.ac.cr

8.1 Si usted tiene una póliza estudiantil del INS con otra institución educativa (Casa del Artista u otra Universidad pública), debe enviar una copia del comprobante de la póliza al correo  piam.devolucion@ucr.ac.cr de esta forma, se le podrá devolver el monto de la póliza que se cobró a través del PIAM. Este trámite debe realizarse **únicamente durante las dos primeras semanas** de haber iniciado el curso lectivo.

8.2 Si usted es estudiante regular de la Universidad de Costa Rica, también debe solicitar la devolución del monto de la póliza. En este caso, tiene tiempo de hacer la solicitud hasta 8 días hábiles después del pago realizado en la Oficina de Administración Financiera (OAF).

8.3 Requisitos para recibir atención médica en los centros médicos del INS: Para ser atendido/a en los centros médicos autorizados por el INS, debe presentar:

- a. Constancia general de la póliza ACG2504.
- b. Comprobante de pago de la póliza (factura)
- c. Comprobante de matrícula del PIAM (factura)

9. Revise los montos antes de pagar: Es muy importante que antes de realizar el pago, verifique que el monto total sea el correcto, de acuerdo con lo que se ha explicado anteriormente.

10. Lea los términos y condiciones: Le recomendamos leer con atención los **Términos y condiciones de uso** del sistema de matrícula en línea de la FundaciónUCR, así como las directrices del PIAM que están contenidas en esta guía.

11. Conserve la factura - comprobante de matrícula: Se le enviará la factura correspondiente a su correo electrónico (incluye el cobro de los cursos y póliza del INS).

12. Políticas de cancelación y devolución:

El PIAM no realizará devoluciones de dinero salvo que el curso matriculado tenga que cerrarse o haya un cambio de horario o aula diferente al momento en que el usuario se matriculó. El PIAM podrá cerrar un curso en caso de que no se cumpla el cupo mínimo necesario para su apertura.

El PIAM no realiza congelamientos ni acreditaciones de fondos salvo que el servicio no se preste por causas imputables al PIAM.

En el caso de estudiantes que posean póliza paga de otra institución o sean estudiantes regulares de la Universidad de Costa Rica, puede solicitar la devolución del monto de la póliza.

El dinero será entregado al usuario mediante transferencia a la cuenta bancaria correspondiente, de acuerdo con el procedimiento que indique el PIAM para este fin.

Procedimiento para la devolución de dinero. En caso de que proceda la devolución de dinero, el usuario deberá entregar una nota explicativa por escrito dirigida al correo electrónico piam.devolucion@ucr.ac.cr

La nota debe incluir:

- Su nombre completo
- Número de identificación
- Número de cuenta IBAN (22 dígitos), que esté a nombre de la persona estudiante matriculada.

Plazos importantes:

- Esta solicitud debe realizarse **durante las dos primeras semanas** del inicio del curso lectivo.
- En el caso de estudiantes regulares de la Universidad de Costa Rica, tienen hasta **8 días hábiles después del pago realizado en OAF** para solicitar la devolución.

13. Procedimiento para Retiro justificado de un curso:

La persona estudiante del PIAM puede realizar un retiro justificado de cualquier curso matriculado en cualquier momento del ciclo lectivo. Es importante señalar que retirarse de un curso **no** implica la posibilidad de solicitar o recibir reintegro del dinero pagado por concepto de matrícula, póliza, materiales u otros cargos. El retiro justificado es únicamente un **acto informativo**.

Para efectos de registro en el expediente del curso y comunicación con la persona facilitadora, la persona estudiante debe contactar al PIAM al teléfono 2511-1500, al correo piam.vas@ucr.ac.cr o completar el siguiente formulario: <https://forms.office.com/r/hyCxP2dpji>

PASOS PARA REALIZAR MATRÍCULA EN LÍNEA

1. Ingrese a la página web de matrícula

El día y la hora de su cita de matrícula, debe ingresar a este sitio:

 <https://piam.matricula.fundacionucr.ac.cr>

Ingrese con su **correo electrónico registrado en el PIAM** y su **contraseña**.

Importante:

- La contraseña por defecto es **piam**, a menos que usted la haya cambiado.
- Si no puede entrar, comuníquese con el PIAM *antes del día de matrícula* para que le ayuden a restablecer la contraseña.
- Puede hacer la matrícula desde computadora, celular o tableta. Si usa el celular, colóquelo en **posición horizontal**.
- Una vez que entra al sistema a la hora exacta de su cita, tiene un máximo de 5 horas para completar su matrícula.

2. Busque el curso que desea:

- Primero, seleccione el **módulo** donde está el curso que quiere.
- Puede usar la **Guía de horarios** para saber el nombre del curso, el módulo y si es **presencial, bimodal o virtual**.
- En el buscador, escriba el nombre del curso.
- Cuando lo encuentre, presione el botón **“Ir al carrito”**.

Importante:

- Solo puede matricular hasta 4 cursos en la matrícula ordinaria. Si desea inscribir más cursos, deberá esperar a la matrícula extraordinaria.

3. Revise su carrito de compra

- Si ya tiene todos los cursos, vaya al **Carrito**.
- Si desea seguir matriculando, presione **“Continuar comprando”**.
- En el carrito puede eliminar cursos (presione la “X” junto al nombre del curso).
- Ahí también aparecerá la **póliza del INS**, que es obligatoria y se paga una vez al año (si ya la pagó en el I ciclo, no se le cobrará de nuevo).

¿No encuentra el carrito?

Busque el ícono del carrito de supermercado, al lado derecho de la pantalla, junto a su nombre. Presione **“Ir al carrito”**.

4. Revise y pague su matrícula

- Verifique el monto total a pagar.
- Marque la casilla para **aceptar los términos y condiciones**.
- Presione **Continuar** para ir al pago.

5. Llene el formulario de pago

- Ingrese los datos de una **tarjeta de débito o crédito** (Visa, MasterCard o American Express).
- No se aceptan tarjetas de **Coopenae**.
- La tarjeta puede ser de otra persona, pero los datos deben coincidir con lo que aparece en la tarjeta.


 Ingrese:

- Número de tarjeta (16 dígitos)
- Nombre tal como aparece en la tarjeta
- Código de seguridad
- Fecha de vencimiento (formato mm (mes) / yy (año))

 Luego presione **“Pagar”**.

6. Reciba el comprobante

Le llegará un **correo con el comprobante**. ¡Listo! Ya quedó oficialmente **matriculado en el PIAM**

 Puede repasar estos pasos en el siguiente Videotutorial disponible en nuestro canal de YouTube: <https://youtu.be/PZ-SUHBz41g>

SERVICIOS UNIVERSITARIOS PARA LA POBLACIÓN DEL PIAM

- **Carné del PIAM:** 

El carné es el documento formal que los acredita como estudiantes universitarios del PIAM.

¿Quiénes lo necesitan? Principalmente las personas que se matriculan en cursos presenciales o bimodales. No obstante, no tiene carácter obligatorio, pero sí es recomendable para aprovechar los servicios universitarios.

¿Cuál es su costo? $\text{C}\$2000 + 2\% \text{ IVA} = \text{C}\2040 colones

¿Cómo se paga? De forma presencial, el mismo día que se va a tomar la foto para el carné. Se puede pagar con tarjeta de crédito, débito o en efectivo (por favor llevar el monto exacto)

¿Cuándo y dónde me tomo la foto? Únicamente del 09 al 13 de marzo, se brindará el servicio de elaboración del carné en las oficinas del PIAM.

Se atenderá de **9:00 am a 3:00 pm**. No necesita traer la foto y el carné se entrega de inmediato.

¿Qué beneficios tiene el carné del PIAM? El carné nos identifica como estudiantes del PIAM y nos permite acceder a varios servicios dentro de la Universidad:

- Uso de las bibliotecas
- Uso del transporte interno (buses dentro del campus).
- Uso del transporte externo hacia comunidades.
- Ingreso con vehículo al campus de la Sede Rodrigo Facio de la UCR (entrada por la Facultad de Derecho) y a la Ciudad de la Investigación, siempre y cuando haya disponibilidad de parqueo.

Además, si usted es mayor de 65 años, puede usar los buses externos sin pagar pasaje, presentando su carné del PIAM junto con su cédula de identidad, residencia o pasaporte, según la Ley 8500.

- **Buses externos UCR:** 🚌

La UCR ofrece rutas de transporte hacia distintas comunidades. Puede consultar los horarios, rutas y tarifas actualizadas en la página de la Oficina de Servicios Generales: [🔗 www.osg.ucr.ac.cr](http://www.osg.ucr.ac.cr)

- **Bus interno UCR:** 🚌

La Universidad brinda un servicio de transporte **interno gratuito** con buses accesibles, que recorren las tres fincas del campus de la Ciudad Universitaria Rodrigo Facio. Horarios y rutas disponibles en la página de la Oficina de Servicios Generales [🔗 www.osg.ucr.ac.cr](http://www.osg.ucr.ac.cr)

- **Ingreso vehicular al campus universitario y áreas deportivas:** 🚗

- **No se venden tarjetas de acceso vehicular:** El ingreso en vehículo está sujeto a disponibilidad de parqueo, la cual es verificada por los oficiales de seguridad en cada caseta.

- **Entradas autorizadas según la finca:**

- **Finca 1-Sede San Pedro:** Entrada por la caseta de la Facultad de Derecho.

- **Finca 2- Ciudad de la Investigación:** Entrada por la caseta de oficiales del Lanamme. Hay una torre de parqueos disponible para estudiantes y personal administrativo.

- **Finca 3- Instalaciones deportivas:** Entrada por la caseta ubicada en la carretera a Sabanilla.

👉 Si su curso se imparte en otra finca, puede estacionar en la torre de parqueos y luego utilizar el **bus interno** para desplazarse dentro del campus.

- **Normas de parqueo:**

Las personas estudiantes pueden estacionar en los espacios disponibles, **excepto** aquellos reservados con conos para actividades especiales, o demarcados para autoridades universitarias, ambulancia, zona de carga, o vehículo oficial. Esta norma aplica en todo el campus universitario. Los oficiales de seguridad están autorizados a retirar las placas y emitir el parte respectivo si no se respetan estas reglas.

AVISOS IMPORTANTES

¿Le gustaría recibir la información del PIAM directamente en su WhatsApp?



Ahora puede unirse a nuestro canal oficial donde compartimos información actualizada sobre cursos y actividades, fechas importantes del PIAM, contenido breve, claro y confiable.

Únase aquí:

 <https://whatsapp.com/channel/0029Vb7Y2K75kg6zdUpaXY3o>

Su número se mantiene privado y no recibirá mensajes de otras personas. Es un espacio exclusivo para informarle de manera sencilla y oportuna

La Asociación de Estudiantes del PIAM informa

La Asociación de Estudiantes Adultos Mayores de la Universidad de Costa Rica. ASOPIAM (Cédula Jurídica 3-002-111293), les saluda e invita a actualizar su afiliación o afiliarse y a participar en las actividades a realizarse en el I ciclo 2026, año del 40 aniversario del PIAM:

- Asamblea General: Elección de la nueva Junta Directiva y Fiscalía a celebrarse en fecha, hora y lugar que se estará convocando oportunamente.
- Programación de actividades sociales para el I ciclo 2026, del 40 aniversario y participación en actividades propias del PIAM.

Para más información sobre los objetivos y actividades de la Asociación de Estudiantes Adultos Mayores de la Universidad de Costa Rica ASOPIAM, favor comunicarse al teléfono 8617-9108 o al 83365521.

¡ATENCIÓN ESTUDIANTES PIAM!

Convocatoria para Personas Asistentes Voluntarias

El PIAM abre convocatoria para estudiantes que deseen colaborar como asistentes voluntarios/as en cursos virtuales, presenciales y otras actividades del Programa.

Requisitos:

- Ser estudiante activo/a del PIAM.
- Disponer de aproximadamente 3 horas semanales.
- Compromiso para apoyar desde el inicio hasta la finalización del ciclo lectivo o actividad asignada.
- Disposición para participar en capacitaciones y procesos de seguimiento.
- Empatía y sensibilidad para el trabajo con la población estudiantil del Programa.
- Para apoyo virtual: contar con acceso a internet y manejo básico de herramientas como Zoom, WhatsApp, YouTube y correo electrónico.
- Buscamos personas responsables, comprometidas y con disposición para aprender y colaborar en equipo.

Actividades a realizar:

Apoyo a la persona facilitadora o al equipo PIAM en:

- Organización y acompañamiento en clases presenciales.
- Apoyo logístico en actividades especiales.
- Envío de información a estudiantes.
- Control de asistencia.
- Apoyo en sesiones por Zoom
- Entre otros

Vamos a tener una sesión informativa vía Zoom, el Martes 10 de marzo a las 2:00 pm.

Para más información e inscripción al WhatsApp 2511-1506 o al correo: carolina.gomezmayorga@ucr.ac.cr

EL PIAM les invita



La Rocola 870

**¡Sintonice nuestro programa La Rocola!
Todos los martes a las 11am, en la
Radio 870AM y Facebook Piam UCR**

UCR

40 aniversario
PIAM

**ESTE 2026,
CELEBRAMOS TODO EL AÑO.
¡ACOMPÁÑENOS!**

☎ 2511 1500 ✉ piam.vas@ucr.ac.cr

Siglas de días y edificios



L- Lunes **K**- Martes **M** - Miércoles **J** – Jueves **V** - Viernes **S** - Sábado

SIGLAS DE EDIFICIOS

<u>SIGLA</u>	<u>EDIFICIO</u>
EDUCON	Educación Continua (Ciudad de la investigación)
Aula MH PIAM	Oficina del PIAM (Sala Movimiento Humano)
Aula AM PIAM	Oficina del PIAM (Sala Artesanías y Manualidades)
Aula Cómputo PIAM	Oficina del PIAM (Sala de computación)
Toldo PIAM	Instalaciones deportivas
Piscina	Instalaciones deportivas
Diamante Béisbol	Instalaciones deportivas
Anfiteatro	Anfiteatro Registro (Contiguo a Auditorio de Derecho)
Sótano AM	Sótano de Artes Musicales
Edificio Saprissa	Frente al pretil de la UCR (cruzando la calle)

Siglas de días y edificios

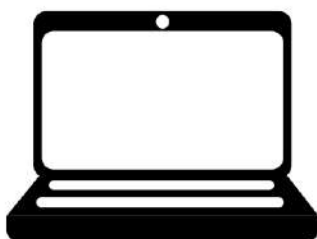


SIGLA	EDIFICIO
AD	Artes Dramáticas
AG	Agronomía
AM	Artes Musicales
AP	Artes plásticas
AQ	Arquitectura
AU	Aulas (antiguo edificio de Ciencias Sociales)
BA	Bellas Artes
BI	Biología
BL	Bibliotecnología
CE	Ciencias Económicas
CS	Ciencias Sociales
DE	Derecho
ED	Educación
EE	Enfermería
EF	Educación Física
EG	Estudios Generales
ES	Edificio Saprissa
FA	Farmacia
FC	Facultad de ciencias
FM	Físico Matemática
GE	Geología
IE	Ingeniería eléctrica
IF	Informática
IN	Ingeniería
LE	Letras
ME	Medicina
MI	Microbiología
UN	Nutrición
OD	Odontología
QU	Química
SA	Salud Pública
TA	Tecnologías de alimentos
TS	Tecnologías en salud

Cursos específicos

Los cursos específicos del PIAM son exclusivos para personas mayores de 50 años. Para este I ciclo lectivo 2026, los cursos serán presenciales, virtuales y bimodales y se organizan en 8 módulos según su orientación temática.

Tecnologías TICs



Idiomas



Artesanías y manualidades



Movimiento Humano



Conocimientos Generales



Estilos de vida saludable



Arte y Cultura



Grupos artísticos



Tecnologías (TICs)



Todos los cursos del módulo de Tecnologías (TICs), tienen un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = **₡35.700** colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Con la excepción de los talleres de 8 semanas, que tienen un costo por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.120** colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0141-01	Taller de Excel básico I	J 10 a 11:50	Silvana Nunnari	Lab. EDUCON	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso introduce a las personas participantes al uso básico de Microsoft Excel. Se aprenderá a crear y guardar archivos correctamente, así como a reconocer y utilizar las principales herramientas del menú. Además, se practicarán funciones y operaciones esenciales, tales como sumas, multiplicaciones y promedios. También se realizará la elaboración de tablas y gráficos simples para organizar y presentar información de manera clara.</p> <p>Requisito: Haber llevado cómputo I.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el jueves 28 de mayo y finaliza el jueves 09 de julio.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0151-01	Taller Usos del correo de Gmail	J 10 a 11:50	Silvana Nunnari	Lab. EDUCON	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso aborda el uso del correo electrónico, tomando como referencia la plataforma Gmail desde la computadora. Se</p>						

estudiarán sus funciones principales, las opciones del menú, la creación y organización de carpetas y subcarpetas, así como herramientas para ordenar, buscar mensajes, programar reuniones y utilizar el chat integrado.

Además, se ofrecerá una introducción a los documentos de **Google** (similares a Word) disponibles dentro de Gmail. Se trabajarán habilidades como crear tablas, modificar tipos de letra, insertar imágenes, dictar texto, configurar márgenes, cambiar la orientación del documento, utilizar la lectura en voz alta y traducir textos o párrafos seleccionados.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 26 de marzo y **finaliza** el jueves 21 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0341-01	Edición de videos I	L 13 a 14:50	Mituyoshy Cordero	Lab. EDUCON	01	20

Descripción del curso: Este nivel está dirigido a personas que desean iniciarse en la edición de video utilizando materiales previamente proporcionados. A lo largo del curso, se aprenderán los conceptos básicos del lenguaje audiovisual, el uso inicial del programa de edición y la comprensión del ritmo, las transiciones y el orden de las imágenes. El enfoque es práctico y accesible, permitiendo familiarizarse con la edición desde el primer día sin necesidad de conocimientos previos.

Nota: No se requiere experiencia previa en edición de vídeo. Pero sí se requiere que la persona estudiante tenga conocimientos básicos de computación y de aplicaciones móviles, así como acceso a un teléfono inteligente, auriculares para la edición y a una computadora para instalar los programas de Open Shot y Cap Cut.

Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = **₡35.700** colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0342-01	Edición de videos II (requisito IF0341)	M 14 a 15:50	Mituyoshy Cordero	Lab. EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: En este nivel, las personas participantes aprenderán a grabar sus propios videos utilizando el teléfono móvil, integrando nociones básicas de imagen y sonido con procesos de edición más conscientes. El curso aborda la producción audiovisual de manera integral, combinando grabación, selección de material y edición, para construir piezas audiovisuales breves con intención comunicativa y creativa.</p> <p>Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = ₡35.700 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0321-01	Fotografía con teléfonos móviles I	L 8 a 9:50	Mituyoshy Cordero	Lab. EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: Este nivel está dirigido a personas que desean iniciarse en la fotografía utilizando su teléfono móvil como una herramienta de expresión cotidiana. A lo largo del curso, las personas participantes aprenderán a reconocer y utilizar las funciones básicas de la cámara del celular, a observar su entorno con mayor atención y a capturar imágenes sencillas pero significativas. No se requiere experiencia previa, solo interés por aprender a mirar y registrar momentos de la vida diaria a través de la fotografía.</p> <p>Este es el primero de tres niveles, donde los contenidos están orientados a una construcción del conocimiento escalonada, comenzando con conocimiento nulo, hasta el fomento de la independencia en lo que se refiere al uso de la cámara del teléfono celular, así como la toma de fotografías con criterio técnico.</p> <p>Nota: Se requiere un teléfono inteligente.</p> <p>Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = ₡35.700 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0322-01	Fotografía con teléfonos móviles II (requisito IF0321)	L 10 a 11:50	Mituyoshi Cordero	Lab. EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: En este nivel se profundiza en el uso consciente de la fotografía como lenguaje visual. Las personas participantes aprenderán técnicas básicas de composición, manejo de la luz y el color, así como herramientas simples de edición desde el teléfono móvil. El curso promueve el desarrollo de una mirada más intencional y estética, fomentando la creatividad y la experimentación a través de ejercicios prácticos y series fotográficas temáticas. Es indispensable el dominio de los contenidos abordados en el nivel de Fotografía con teléfonos móviles I</p> <p>Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = ₡35.700 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IF0511-01	Taller de radio I	K 8 a 9:50	Mituyoshi Cordero	Lab. EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: Este nivel está dirigido a personas interesadas en explorar su voz como herramienta de comunicación. A lo largo del curso, se trabajarán ejercicios de respiración, dicción, ritmo y expresión oral, así como una primera aproximación a la grabación de audio con el celular. El objetivo es ganar confianza, mejorar la claridad al hablar y descubrir el potencial de la voz en contextos comunicativos y creativos.</p> <p>Este es el primero de tres niveles, estructurados para desarrollar el conocimiento necesario en las personas interesadas en el manejo de la voz y su empleo en distintos formatos que lo requieran</p> <p>Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = ₡35.700 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.</p>						

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
IF0256-01	Almacenamiento en la nube I	K17:30 a 19:00	María José Olarte	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: Curso de principios de almacenamiento en la nube desde distintas plataformas y/o aplicaciones de uso generalizado, es decir, aprenderemos como almacenar información como fotografías, documentos de word, excel, videos, PDF, entre otros, en las diversas plataformas como OneDrive, Google Drive y Dropbox, con el fin de resguardar la información de nuestra computadora o celulares en la "Nube", poder acceder desde cualquier dispositivo a la información, maximizar el espacio de almacenamiento de nuestros diferentes dispositivos tecnológicos como Celulares, Tableta y Laptops (Computadoras).</p> <p>Nota: Se requiere que la persona estudiante tenga conocimientos básicos de computación. Que tenga una cuenta de correo electrónico Hotmail / Gmail o poder abrir una. Y que tenga acceso a un dispositivo Móvil y Laptop.</p> <p>Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = ₡35.700 colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
IF0616-01	Inteligencia artificial para la vida cotidiana	M 17:30 a 19:00	María José Olarte	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: A medida que la tecnología avanza, la inteligencia artificial (IA) se convierte en una parte cada vez más importante de nuestras vidas. Este curso está diseñado para comprender y aprovechar el potencial de la IA en la vida diaria. A través de una combinación de teoría y aplicaciones prácticas, los participantes aprenderán los conceptos básicos de la IA, cómo se aplica en diferentes campos y cómo pueden beneficiarse de ella en su vida cotidiana.</p> <p>Nota: Para este curso es requisito tener conocimientos básicos de computación.</p>						

Duración: 14 semanas y tiene un costo por concepto de matrícula de ₡35.000 colones + 2% IVA = **₡35.700** colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula.



Idiomas

Los cursos de *Francés* y los de *Chino Mandarín* que son una vez por semana, tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡32.000 colones + 2% IVA = **₡32.640 colones** por ciclo lectivo. Este monto se cancela en el momento de la matrícula.

Los cursos de inglés de *dos veces por semana* tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡44.000 colones + 2% IVA = **₡44.880 colones** por ciclo lectivo. Este monto se cancela en el momento de la matrícula.

El curso *Escritura Japonesa I*, tiene un costo por concepto de matrícula de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones** por ciclo lectivo. Este monto se cancela en el momento de la matrícula.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1021-01	Inglés 1A	L y M 8 a 9:50	Jennifer Céspedes	L 202 DE M 111 CE	01	20
<p>Descripción del curso: Es exclusivo para estudiantes de nuevo ingreso a la sección de inglés. Es el primero de los cursos en el idioma. Está dirigido a estudiantes sin conocimiento previo del mismo. Se da prioridad a la adquisición de vocabulario, de estructuras básicas de la lengua y de estrategias de escucha, lectura y de comunicación oral y escrita.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1026-01	Inglés 1B (requisito NI1021)	K y J 8 a 9:50	Natalia Bejarano	K 114 LE J 126 CE	01	20

Descripción del curso: En este curso se aprende a utilizar los verbos y adjetivos en oraciones en contextos positivos o negativos, así como adjetivos para describir sentimientos. Además, se aprenderá a utilizar los adjetivos posesivos, el uso de este, ese, estos y eso y la descripción de los miembros de la familia, de las partes de la casa y los muebles.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1031-01	Inglés 2A-01 (requisito NI1026)	K y J 10 a 11:50	Natalia Bejarano	K 114 LE J 126 CE	01	20

Descripción del curso: En inglés 2A se fortalecen los verbos de ubicación, imperativos, los lugares de la comunidad/ciudad, las preposiciones de lugares, los números 100+ y precios. Se fortalece la aplicación del presente simple en oraciones y preguntas, adverbios. Se aprende la aplicación del verbo Tener en oraciones afirmativas, negativas y en interrogantes, los sustantivos, y se conocerán las partes del cuerpo y las formas en que se pueden describir a las personas.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1036-01	Inglés 2B-01 (requisito NI1031)	L y M 8 a 9:50	Jesse Gómez	L 222 AU M 110 LE	01	20

Descripción del curso: En inglés 2B se espera fortalecer el uso de verbos de acción en oraciones y preguntas, las preposiciones de tiempo, los deportes, los meses y periodos, las formas en decir las horas y los números ordinales.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1041-01	Inglés 3A-01 (requisito NI1036)	L y V 8 a 9:50	Christine Evans	L 201 DE V 110 LE	01	20

Descripción del curso: En inglés 3A se fortalece el uso de los verbos simples en pasado, tanto en expresiones afirmativas, negativas y preguntas, la aplicación de las expresiones de tiempo, y uso en oraciones de adjetivos comparativos

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1046-01	Inglés 3B-01 (requisito NI1041)	L y V 10 a 11:50	Christine Evans	L 201 DE V 110 LE	01	20
Descripción del curso: En inglés 3B se da prioridad a la adquisición de vocabulario, de estructuras básicas de la lengua y de estrategias de escucha, lectura y de comunicación oral y escrita. Está basado en un enfoque comunicativo, colaborativo y de desarrollo de habilidades de manera integral.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI1056-01	Inglés 4B-01 (requisito NI1051)	L y M 10 a 11:50	Jesse Gómez	L 202 AU M 110 LE	01	20
Descripción del curso: En los cursos 4A, 4B y 5A, se espera fortalecer los conocimientos previos con mayor fluidez en la comunicación, adquiriendo mayor conocimiento en el lenguaje y el vocabulario.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI0061-01	Inglés conversacional (requisito NI1061 o examen ubicación)	L y J 10 a 11:50	Yeraldín Acosta	L 124 CE J 114 LE	01	20
Descripción del curso: Este es un curso complementario para personas estudiantes del PIAM con conocimiento intermedio- avanzado del idioma inglés. Este es un curso-taller que se enfoca en el reforzamiento de estrategias de manejo de las estructuras gramaticales del idioma inglés de manera que la comunicación en la segunda lengua sea más clara y precisa.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI0215-01	Francés V (requisito NI0214)	L 13 a 15:50	Amanda Sánchez	202 DE	01	20
NI0217-01	Francés VII (requisito NI0216)	M 13 a 15:50	Amanda Sánchez	303 CS	01	20

Descripción del curso: En este curso, la persona estudiante continuará su aprendizaje del idioma y de la cultura francófona desarrollando sus habilidades en la expresión y comprensión oral y escrita. Esto por medio de textos, videos, audios, documentos auténticos, entre otros recursos didácticos que serán el conducto para familiarizarse con el nuevo vocabulario y permitirán utilizarlo en un contexto que se acerque lo más posible a la realidad y a la vida cotidiana.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI0251-01	Francés Conversacional avanzado (requisito NI0218)	M 9 a 11:50	Amanda Sánchez	303 CS	01	20

Descripción del curso: Se encuentra dirigido a personas inscritas en el PIAM, que deseen mantener una formación continua en el idioma francés. Este curso requiere conocimiento intermedio bajo del idioma francés. Por tal motivo, sólo pueden matricular las personas que finalizaron el nivel francés VIII o que sea ubicada a partir del examen.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI0726-01	Chino mandarín Básico	L 9 a 10:50	Pei Chen Chiang Fang	605 CS	01	20

Descripción del curso: El curso está dirigido a las personas estudiantes interesadas en adquirir un conocimiento básico del idioma extranjero chino mandarín y la cultura asiática (sin previo conocimiento de chino mandarín).

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
NI0511-01	Escritura japonesa I	M 10 a 11:50	Mario Izaguirre	204 DE	01	20

Descripción del curso: El curso de escritura japonesa es una introducción básica pero fundamental para el aprendizaje del idioma japonés. El sistema de escritura japonés en realidad combina dos tipos de escritura: el silábico y el ideográfico. A las letras silábicas se les llama kana (hiragana y katakana) y a las letras ideográficas se les llama kanji. Este es un curso práctico participativo de cómo aprender el primer sistema de escritura, el hiragana, sus 46 caracteres y el orden de sus trazos, así como leer y entender presentaciones con nombre y

ocupación, decir de dónde somos, qué vamos a hacer, preguntar la hora y más de la vida cotidiana. Gambate Kudasai! (Adelante con el mejor esfuerzo)

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1021-02	Inglés 1A -02	K y J 8 a 9:50	Christine Evans	Plataforma Zoom	02	20

Descripción del curso: Es exclusivo para estudiantes de nuevo ingreso a la sección de inglés. Es el primero de los cursos en el idioma. Está dirigido a estudiantes sin conocimiento previo del mismo. Se da prioridad a la adquisición de vocabulario, de estructuras básicas de la lengua y de estrategias de escucha, lectura y de comunicación oral y escrita.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1026-02	Inglés 1B (requisito NI1021)	L y M 10 a 11:50	Natalia Bejarano	Plataforma Zoom	02	20

Descripción del curso: En este curso se aprende a utilizar los verbos y adjetivos en oraciones en contextos positivos o negativos, así como adjetivos para describir sentimientos. Además, se aprenderá a utilizar los adjetivos posesivos, el uso de este, ese, estos y eso y la descripción de los miembros de la familia, de las partes de la casa y los muebles.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1031-02	Inglés 2A-02 (requisito NI1026)	K y J 8 a 9:50	Jesse Gómez	Plataforma Zoom	02	20

Descripción del curso: En inglés 2A se fortalecen los verbos de ubicación, imperativos, los lugares de la comunidad/ciudad, las preposiciones de lugares, los números 100+ y precios. Se fortalece la aplicación del presente simple en oraciones y preguntas, adverbios. Se aprende la aplicación del verbo Tener en oraciones afirmativas, negativas y en interrogantes, los sustantivos, y se conocerán las partes del cuerpo y las formas en que se pueden describir a las personas.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1041-02	Inglés 3A-02 (requisito NI1036)	L y M 17 a 18:50	Sharon Badilla	Plataforma Zoom	02	20

Descripción del curso: En inglés 3A se da prioridad a la adquisición de vocabulario, de estructuras básicas de la lengua y de estrategias de escucha, lectura y de comunicación oral y escrita. Está basado en un enfoque comunicativo, colaborativo y de desarrollo de habilidades de manera integral. Esto con el fin de garantizar una exposición a la lengua más auténtica que responda de mejor manera a las posibles necesidades lingüísticas de los y las estudiantes.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1046-02	Inglés 3B-02 (requisito NI1041)	L y J 8 a 9:50	Tiffany Esquivel	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: En inglés 3B se da prioridad a la adquisición de vocabulario, de estructuras básicas de la lengua y de estrategias de escucha, lectura y de comunicación oral y escrita. Está basado en un enfoque comunicativo, colaborativo y de desarrollo de habilidades de manera integral.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1051-01	Inglés 4A-01 (requisito NI1046)	K y V 17 a 18:50	Tiffany Esquivel	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: En los cursos 4A, 4B y 5A, se espera fortalecer los conocimientos previos con mayor fluidez en la comunicación, adquiriendo mayor conocimiento en el lenguaje y el vocabulario.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI1061-01	Inglés 5A-01 (requisito NI1056)	K y V 8 a 9:50	Tiffany Esquivel	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: En los cursos 4A, 4B y 5A, se espera fortalecer los conocimientos previos con mayor fluidez en la comunicación, adquiriendo mayor conocimiento en el lenguaje y el vocabulario.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI0201-01	Lenguaje fílmico y su narrativa en inglés (requisito NI1061 o examen ubicación)	L y M 13 a 14:50	Carolina Garro	Plataforma Zoom	01	20
Descripción del curso: Este es un curso complementario para personas estudiantes adultas y adultas mayores con conocimiento intermedio-avanzado del idioma inglés. Se revisarán conceptos básicos para analizar filmes (basados en libros). Se utiliza el lenguaje fílmico para complementar la práctica del inglés						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI0197-01	Pensamiento crítico (en inglés) II (requisito NI0196)	L y M 9 a 10:50	Carolina Garro	Plataforma Zoom	01	20
Descripción del curso: Este es un curso complementario para personas estudiantes adultas y adultas mayores con conocimiento intermedio-avanzado del idioma inglés. Se trabajará con textos, videos, películas, música, obras de arte y demás para traer todos los insumos al contexto actual						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI0212-01	Francés II (requisito NI0211)	V 9 a 11:50	Amanda Sánchez	Plataforma Zoom	01	20
NI0216-01	Francés VI (requisito NI0215)	K 9 a 11:50	Amanda Sánchez	Plataforma Zoom	01	20
Descripción del curso: Tienen como objetivo desarrollar las cuatro destrezas lingüísticas básicas: comprensión oral y escrita y producción oral y escrita, orientadas hacia su uso interactivo. Comprende 8 niveles del idioma francés.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
NI0722-01	Chino Mandarín avanzado (requisito NI0721)	K 14 a 15:50	Pei Chen Chiang Fang	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: El curso está dirigido a las personas estudiantes que han llevado un curso de chino mandarín anteriormente. Tiene como propósito brindar un conocimiento intermedio del idioma extranjero chino mandarín y la cultura asiática. El requisito es haber aprobado alguno de los cursos que se impartieron anteriormente.

Artesanías y Manualidades

Los cursos del Módulo de Artesanías y Manualidades tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Exceptuando la modalidad Taller (menos semanas), que tiene un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo

En los siguientes cursos se requiere que él o la estudiante adquiera, por sus propios medios, la compra de materiales necesarios para recibir el curso, **dado que los y las facilitadoras no venderán materiales**. Son cursos **prácticos** que requieren la práctica de la técnica, por lo que se dejarán tareas a lo largo del curso. El curso requiere que la persona estudiante realice las actividades contempladas en el curso, por lo que no puede ser únicamente observador/a.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0015 -01	Club de bordado en cintas (requisito AR0014)	M10 a 11:50	Rosa Pochet y Agnes Anchio	202 DE	01	15
Descripción del curso: El club genera un espacio de repaso de las diferentes técnicas de bordado en cintas de estudiantes avanzadas.						
Costo de materiales: ₡15.000 aproximadamente por ciclo lectivo.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0316-01	Pintura sobre piedras	K 9 a 10:50	Carlos Quirós	Aula cómputo PIAM	01	14
<p>Descripción del curso: Se trabaja con piedras de río y se utilizan lápices para dibujar, pinceles para pintar y pintura acrílica para plasmar en piedras los dibujos, haciendo uso de los efectos de color, luz y sombra propios de la pintura. No se requieren conocimientos previos de pintura.</p> <p>Costo de materiales: ₡15.000 aproximadamente para la compra de pinceles, pinturas y piedras.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0126-01	Origami	L 10 a 11:50	Alicia Granados	214 ED	01	15
<p>Descripción del curso: El origami es un arte manual que permite trabajar con papel y crear diversos objetos. Esta técnica trabaja sin cortar el papel, ya que mediante dobleces se da forma a figuras, como: animales, flores, cajas, etc.</p> <p>Costo de materiales: ₡15.000 aproximadamente por ciclo lectivo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0376-01	Tallado en madera y enmarcado-01	M 8 a 9:50	Sonia Blanco	Aula Cómputo PIAM	01	10
<p>Descripción del curso: El curso de tallado en madera busca que las personas puedan generar cuadros en madera con excelentes acabados con la aplicación de diversas técnicas de tallado, pintura, diseño, perspectivas, moldeado y técnicas creativas. Proyecto por trabajar: <u>Girasoles</u>.</p> <p>Costo de materiales: ₡39.000 aproximadamente por ciclo lectivo, para el desarrollo del proyecto.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 08 de abril y finaliza el miércoles 27 de mayo.</p>						

Nota: Es un curso que genera polvo por lo que es importante que lo tomen en cuenta las personas alérgicas o con asma.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0391-01	Artesanías en cuero I	V 8:30 a 9:50	Alejandra Araya y Sofía Oguilve	Aula AM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso está dirigido a personas interesadas en iniciarse en el trabajo con cuero, desarrollando habilidades básicas de forma práctica y creativa. A lo largo de las sesiones se aprenderá el uso adecuado de herramientas y materiales, así como técnicas iniciales de corte, ensamblado, costura y acabados sencillos. Además, se fomentará la elaboración de piezas básicas que permitan explorar la creatividad

Costo de materiales: ₡65.000 aproximadamente por ciclo lectivo. La lista de materiales se revisa el primer día de clases, según los proyectos y técnicas a realizar.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0395-01	Club de cuero (AR0394-01)	V 10 a 11:50	Alejandra Araya	Aula cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: Este club está pensado para personas con experiencia en el trabajo con cuero que desean seguir perfeccionando sus habilidades en un espacio de creación colectiva. Se fomentará el desarrollo de proyectos personales y colaborativos, aplicando técnicas avanzadas de diseño, corte, ensamblado, costura, grabado y repujado. A través del intercambio de saberes, la experimentación con herramientas especializadas y el acompañamiento técnico, cada participante podrá llevar sus creaciones a un nuevo nivel, explorando formas innovadoras y expresivas dentro del arte en cuero.

Costo de materiales: ₡40.000 aproximadamente por ciclo lectivo. La lista de materiales se revisa el primer día de clases, según los proyectos y técnicas a realizar.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0256-01	Pintura en tela	V 10 a 11:50	Vera Contreras	Aula AM PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: Curso dirigido a personas interesadas en aprender técnicas básicas de pintura en tela de forma práctica y creativa. No se requiere experiencia previa. A lo largo de las sesiones se trabajará el uso de materiales, manejo de pinceles, combinación de colores y elaboración de diseños sencillos sobre telas.</p> <p>Costo de materiales: ₡25.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0466-01	Macramé I	M 13 a 14:50	Rosibel Umaña	EDUCON	01	12
<p>Descripción del curso: En este curso se aprenderá a realizar y combinar diferentes nudos con los cuales se diseñan piezas decorativas y de utilidad (Hojas, tapices, llaveros etc.). Asimismo, se enseñará a identificar el hilo de algodón correcto para realizar los proyectos (costo vrs calidad).</p> <p>Costo de materiales: ₡25.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo, entre hilos y herramientas</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 8 de abril y finaliza el miércoles 27 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0467-01	Macramé II (requisito AR0466)	M 10 a 11:50	Claribel Jiménez	EDUCON	01	12
AR0467-02	Macramé II (requisito AR0466)	M 10 a 11:50	Claribel Jiménez	EDUCON	02	12
<p>Descripción del curso: En este curso las personas ya cuentan con conocimientos básicos en macramé y desean perfeccionar sus habilidades. Se trabajará en la combinación de nudos y en la elaboración de piezas más complejas y creativas, como tapices, hojas y llaveros, fortaleciendo la técnica</p>						

y el acabado de los proyectos. También se profundizará en la selección adecuada de materiales y del hilo de algodón según su calidad y uso.

Costo de materiales: ₡35.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo, entre hilos y herramientas

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo.

Grupo 01: **Inicia** el miércoles 25 de marzo y **finaliza** el miércoles 13 de mayo.

Grupo 02: **Inicia** el miércoles 20 de mayo y **finaliza** el miércoles 8 de julio.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0026-01	Cuadros bordados y pintados I	M 13 a 14:50	Daysi Cerdas	Aula cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: En este curso, las personas participantes aprenderán a elaborar cuadros pintados y bordados utilizando una técnica de bordado inspirada en estilos guatemaltecos y brasileños. A lo largo del proceso, se desarrollará un proyecto (generalmente un paisaje) en el que se practicarán diferentes puntadas, el uso de la colorimetría y diversas técnicas de aplicación del color.

Costo de materiales: ₡15.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0336-01	Decoupage I	L 13 a 14:50	Ana Acevedo	Aula AM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso desarrolla la elaboración de una variedad de productos decorativos mediante la técnica del decoupage, aplicando distintos métodos para lograr acabados únicos y creativos. Entre las técnicas utilizadas se incluyen el craquelado, relieves, esmerilado, marmoleado, pátinas, imitación cuero, difuminado y dimensional, entre otras. Cada una de estas técnicas permite aportar textura, profundidad y efectos visuales especiales a los proyectos

Costo de materiales: ₡30.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0474-01	Costura creativa IV (requisito AR0473)	L 13 a 14:50	Lucía Camacho	Lab. Cómputo PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso avanzado está dirigido a personas con experiencia en técnicas de costura que deseen perfeccionar y diversificar el uso del appliqué en sus proyectos. Se explorarán distintas variantes y estilos de aplicación en tela, enfocándose en la precisión, el detalle decorativo y la integración creativa de estas técnicas en piezas complejas. El curso promueve el desarrollo de habilidades técnicas avanzadas y la expresión artística.

Costo de materiales: ₡28.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0476-01	Árboles de fantasía: Diseño y creación de árboles con alambre y abalorios I	K 9:30 a 11:30	Roxana Soto	Aula AyM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso está diseñado para personas interesadas en aprender la técnica de elaboración de árboles decorativos, utilizando materiales como el alambre, abalorios, piedras, entre otros. Mediante este curso, los participantes desarrollarán habilidades manuales, además de encontrar una actividad creativa, relajante y satisfactoria.

Costo de materiales: ₡35.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0479-01	Club Árboles de fantasía: Diseño y creación de árboles con alambre y abalorios (requisito AR0478)	J 9:30 a 11:30	Roxana Soto	Lab. Cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: Este curso está diseñado para personas interesadas en aprender la técnica de elaboración de árboles decorativos, utilizando materiales como el alambre, abalorios, piedras, entre otros. Mediante este curso, los participantes desarrollarán habilidades manuales, además de encontrar una actividad creativa, relajante y satisfactoria.

Costo de materiales: ₡25.000 colones aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de proyectos

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0476-01	Decoración con técnicas mixtas	J 13 a 14:50	Ana Acevedo	Aula AyM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso es una experiencia práctica y creativa en la que las personas participantes explorarán diversas técnicas decorativas aplicadas a materiales como cartón, vidrio, madera, alambre, flores, textiles y materiales reciclados. A través de una metodología activa, se desarrollarán proyectos funcionales y ornamentales que permitirán conocer y aplicar técnicas como la cartapesta o empapelado sobre cartón, falso vitral, técnicas básicas en madera, alambrado para la confección de piezas decorativas, entre otros.

Costo de materiales: ₡25.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0496-01	Taller flores eternas: creación artesanal con cita, tela raso y foam	M 13 a 14:50	Vanessa Vega	Aula AM PIAM	01	14

Descripción del curso: El curso ofrece la oportunidad de aprender, de manera práctica y accesible, a elaborar tres tipos de flores decorativas utilizando cinta, tela raso y foam. Además de la creación de las flores, se enseñará cómo armar ramos completos, incorporando detalles ornamentales que realcen su belleza y les den un acabado vistoso y personalizado.

Costo de materiales: ₡15.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0456-01	Principios básicos de elaboración de mini jardines	M 10 a 11:50	Patricia Mayorga	Aula cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: Es un curso artesanal que mediante el uso de material reciclado (como tazas, platos, trozos de madera) propone la creación de mini escenarios denominados jardines, en los cuales se aprovechan plantas pequeñas naturales como suculentas y ornamentales para crear los proyectos.

Costo de materiales: ₡15.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0511-01	El arte del bordado clásico	J 9 a 11:30	Sabrina Vargas	EDUCON	01	15

Descripción del curso: El curso introduce a las personas participantes en el bordado clásico mediante el aprendizaje práctico de técnicas como punto de cruz, punto Yugoslavo, bordado relleno y bordado ruso-polaco. A través del uso de aguja e hilo sobre tela, se elaborarán diseños decorativos y proyectos sencillos, favoreciendo la creatividad, la concentración y la coordinación mano-ojo. La metodología es práctica y participativa, permitiendo aprender a un ritmo gradual en un ambiente de disfrute y bienestar.

Costo de materiales: ₡20.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 26 de marzo y **finaliza** el jueves 21 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0482-01	Club de Quilting (requisito AR0481)	M 13 a 14:50	María Alicia León	203 DE	01	15
<p>Descripción del curso: El Club de Quilting es un espacio creativo dirigido a personas con conocimientos avanzados en esta técnica, que deseen reutilizar retazos de tela sobrantes para crear nuevos proyectos. A través del intercambio de ideas y la exploración de diseños originales, se fomentará la creatividad, la sostenibilidad y la transformación de materiales en piezas únicas, combinando arte, técnica e imaginación. Para este curso, es requisito haber llevado Club de Quilting en el II ciclo 2025.</p> <p>Costo de materiales: ₡20.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos. Además, se requieren fotocopias de los proyectos.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 25 de marzo y finaliza el miércoles 13 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AR0516-01	Pintura en cerámica	K 10 a 11:50	Nehismy Pereira y Gilda Navarro	Pendiente	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso está diseñado para introducir a las personas adultas y adultas mayores en el arte de pintar como una forma de expresión creativa, relajación y fortalecimiento de habilidades manuales. A lo largo del curso, las personas participantes aprenderán diversas técnicas de pintura, el uso adecuado de los materiales y procedimientos básicos que les permitirán crear proyectos decorativos sencillos y funcionales.</p> <p>Costo de materiales: ₡20.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el martes 07 de abril y finaliza el martes 26 de mayo.</p>						

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
AR0506-01	Bordado básico	V 18 a 19:50	Nehismy Pereira	Plataforma Zoom	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso es una introducción al arte del bordado, explorándolo como una forma de expresión creativa, relajación y desarrollo de la destreza manual. A lo largo de las sesiones, las y los participantes aprenderán puntadas esenciales, el uso adecuado de materiales y técnicas básicas que les permitirán elaborar proyectos decorativos y funcionales, desarrollando al mismo tiempo su creatividad y sentido estético.</p> <p>Costo de materiales: ₡15.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el viernes 10 de abril y finaliza el viernes 05 de junio.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
AR0521-01	Club regalitos en quilting (requisito AR0444)	K 9 a 10:50	Heidy Alvarado	Plataforma Zoom	01	15
<p>Descripción del curso: Dirigido a personas con experiencia previa en quilting que desean perfeccionar su técnica mediante proyectos de mayor complejidad y creatividad. En este nivel se fortalece un avance en la interpretación de patrones, la precisión en medidas, la combinación de telas y acabados, se desarrollan proyectos que integran diversas técnicas. Es requisito haber aprobado Regalitos en quilting IV</p> <p>Costo de materiales: ₡30.000 colones aproximadamente para el desarrollo de los proyectos.</p>						



Movimiento Humano

El módulo de Movimiento Humano del PIAM, ofrece una diversidad de cursos que promueven la actividad física para personas mayores de 50 años. Sin embargo, en este módulo no se prescribe actividad física, ni ejercicio; si usted tiene alguna condición especial como hipertensión, obesidad, diabetes, problemas articulares u otra condición especial, por favor consulte previamente con un médico sobre la posibilidad de inscribirse en alguno de estos cursos.

Por lo anterior, **no se recomienda matricular dos cursos del Módulo de Movimiento Humano el mismo día.**

Los cursos del Módulo de Movimiento Humano tienen un costo por concepto de matrícula de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones por ciclo lectivo** y se cancela en el momento de la matrícula, con la **excepción** de los grupos de Senderismo, Caminata Ejercicio y salud y Caminata Contemplativa I, que tienen un costo por matrícula de ₡20.000 + 2% del IVA = **₡20.400 colones el ciclo lectivo.**

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3041-01	Acondicionamiento físico -01	V 7 a 7:55	Ismael Jiménez	Toldo PIAM	01	50
MH3041-02	Acondicionamiento físico -02	V 8 a 8:55	Ismael Jiménez	Toldo PIAM	02	50

Descripción del curso: El curso de acondicionamiento físico consiste en ejercicios específicos para personas adultas y adultas mayores, con el fin de mejorar la condición física, la fuerza, coordinación y calidad de vida de los estudiantes. Además de trabajar en la salud física, el/la estudiante mejorará su salud mental y emocional al poder compartir con otras personas durante la clase.

Nota: Es **requisito** que las personas tengan buena movilidad.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3071-01	Ejercicios funcionales y de estabilidad	K 7 a 7:55	Esteban Arce	Toldo PIAM	01	45
MH3071-02	Ejercicios funcionales y de estabilidad	K 8 a 8:55	Esteban Arce	Toldo PIAM	01	45

Descripción del curso: Los ejercicios funcionales son un conjunto de actividades integradas que reproducen patrones de movimiento utilizados en la vida cotidiana. Estos movimientos están orientados al desarrollo de la fuerza, equilibrio, coordinación, estabilidad y movilidad, con el fin de mejorar la autonomía, la eficiencia del movimiento, la fuerza en el Core para la protección de la columna, la prevención de lesiones y caídas.

Nota: Es **requisito** que las personas tengan buena movilidad.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH1011-01	Aeróbicos-01	J 8 a 8:50	Ginnette Sánchez	Toldo PIAM	01	60
MH1011-02	Aeróbicos-02	J 9:05 a 9:55	Ginnette Sánchez	Toldo PIAM	02	60

Descripción del curso: Consiste en la realización de ejercicios físicos, comenzando con un estiramiento, trabajo cardiovascular de bajo impacto. Utiliza la modalidad de aeróbico en coreografías cortas de fácil aprendizaje, hasta ejercicios más localizados, como abdominales de pie. Se realizan ejercicios de flexibilidad y estiramiento.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH1031-01	Aeróbicos bailables-01	L 8:30 a 9:25	Joselyn Barboza	Toldo PIAM	01	65
MH1031-02	Aeróbicos bailables-02	K 9 a 9:55	Esteban Arce	Toldo PIAM	02	65
MH1031-03	Aeróbicos bailables-03	M 8:30 a 9:25	Joselyn Barboza	Toldo PIAM	03	65

MH1031 -04	Aeróbicos bailables-04	V 9 a 9:55	Joselyn Barboza	Toldo PIAM	04	65
Descripción del curso: Los aeróbicos bailables son una forma de realizar actividad física de manera divertida, donde se mejora la salud, se trabaja la coordinación, se estimula la cognición, la musicalidad con los tiempos y velocidades de cada uno de los ritmos presentes (salsa, merengue, bachata, etc).						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH0031 -01	Actividades folclóricas	L 8 a 9:30	Al son de la vida	Sótano AM	01	40
Descripción del curso: Este curso se enfoca en el aprendizaje de pasos y algunos bailes folclóricos. Además, se conocerán tradiciones costarricenses importantes, que han contribuido a nuestra identidad cultural. Y se comparte con niños en un taller de juegos tradicionales.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH1061 -01	Baile popular mujeres	L 11 a 12:00	Mainor Gutiérrez	Aula 01. Edif. Sapriisa	01	10
MH1066 -01	Baile popular hombres	L 11 a 12:00	Mainor Gutiérrez	Aula 01. Edif. Sapriisa	01	10
MH1061 -02	Baile popular mujeres	V 10 a 11:00	Mainor Gutiérrez	Aula 01. Edif. Sapriisa	02	10
MH1066 -02	Baile popular hombres	V 10 a 11:00	Mainor Gutiérrez	Aula 01. Edif. Sapriisa	02	10
Descripción del curso: Este curso de baile está diseñado específicamente para personas adultas y adultas mayores, con el objetivo de fomentar el bienestar físico y emocional a través de la danza. Se explorarán diferentes estilos de baile, adaptados a las capacidades y necesidades de los participantes. Las actividades incluirán calentamientos, ejercicios de coordinación, y bailes en grupo, promoviendo un ambiente de socialización y diversión.						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH0126-01	Bolero básico, ¿cómo bailarlo? Principiantes (mujeres)	M 8 a 9:20	Anabel Vivas	Sótano AM	01	14
MH0131-01	Bolero básico, ¿cómo bailarlo? principiantes (hombres)	M 8 a 9:20	Anabel Vivas	Sótano AM	01	14
MH0126-02	Bolero básico, ¿cómo bailarlo? Principiantes (mujeres)	M 10 a 11:30	Luis Mora	Sótano AM	02	14
MH0131-02	Bolero básico, ¿cómo bailarlo? principiantes (hombres)	M 10 a 11:30	Luis Mora	Sótano AM	02	14

Descripción del curso: El baile de salón en la modalidad de Bolero básico: ¿cómo bailarlo? contempla diferentes métodos de enseñanza. En este curso se utilizará el método conocido como método individual de la punta. El curso tiene como propósito preparar al estudiante para que, con destreza básica, pueda bailar el bolero clásico y el bolero son (cha). Adicionalmente, se brindarán recomendaciones orientadas a mejorar la coordinación, el equilibrio, la memoria y la satisfacción personal durante la práctica del baile.

Nota: Es requisito tener buen equilibrio. Traer ropa cómoda (preferiblemente para cambiarse) y un paño para limpiarse el sudor.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH0071-01	Tango básico mujeres	K 15:20 a 16:20	Victor Francia	Aula MH PIAM	01	8
MH0076-01	Tango básico hombres	K 15:20 a 16:20	Victor Francia	Aula MH PIAM	01	8

Descripción del curso: En este curso se utilizan los recursos del tango como baile social de pista para fomentar la capacidad física y psicosocial de las personas participantes.

El curso brinda conocimientos básicos sobre los principios del baile del tango, incluyendo sus orígenes, secuencias básicas, elementos de improvisación, equilibrio, agilidad y conciencia corporal.

Nota: Se recomienda el uso de ropa cómoda y calzado con suela que facilite el deslizamiento. En caso de no contar con este tipo de calzado, puede trabajarse en medias o zapatillas de baile. No se recomienda el uso de tenis deportivos, ya que dificultan los giros y pueden generar molestias o lesiones en las rodillas.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH2016-01	Natación principiantes hombres	K 13 a 13:55	Hilda Leandro y Maribel Matamoros	Piscina UCR	01	10
MH2021-01	Natación principiantes mujeres	K 13 a 13:55	Hilda Leandro y Maribel Matamoros	Piscina UCR	01	10

Descripción del curso: Los estudiantes que matriculan este curso, son aquellos que no poseen **ningún** conocimiento de natación. Todas las actividades están orientadas a la ambientación con el agua por medio de juegos, con miras a aprender a nadar.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH2026-01	Natación intermedios hombres	K 13 a 13:55	Hilda Leandro	Piscina UCR	01	10
MH2031-01	Natación intermedios mujeres	K 13 a 13:55	Hilda Leandro	Piscina UCR	01	10

Descripción del curso: Los estudiantes que matriculen natación intermedios son aquellos **que pueden** realizar burbujas, trabajos con la tabla, trabajos de técnicas, nadan sin técnica de respiración y logran realizar la técnica de libre, pero no nadan en aguas profundas.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH2036-01	Natación avanzados hombres	K 14 a 14:55	Maribel Matamoros	Piscina UCR	01	20
MH2041-01	Natación avanzados mujeres	K 14 a 14:55	Maribel Matamoros	Piscina UCR	01	20

Descripción del curso: Los estudiantes que matriculan natación avanzados ya saben nadar. En este curso la prueba inicial es nadar 500 m sin parar y nadar en aguas profundas (hasta 4 m de profundidad). Se dan entrenamientos para mejorar técnicas y condición física, con miras a competir en aguas abiertas.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4072-01	Movimientos básicos de Taichi II (requisito MH4071)	M 10 a 11:30	Ligia Chavarría/ Ligia Salazar	Toldo PIAM	01	45

Descripción del curso: El Tai Chi es un tipo de ejercicio terapia, son movimientos suaves ideales para personas mayores. Esta técnica de origen chino es excelente para desarrollar más equilibrio, evitar caídas, mejorar la postura, la respiración y ayuda a mitigar los efectos negativos del estrés.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4087-01	Chi-kung II (requisito MH4086)	K 11 a 12:10	Julio Carvajal	Toldo PIAM	01	20

Descripción del curso: El Chi Kung es un antiquísimo arte chino que consiste en una serie de movimientos cuya finalidad es inducir al ser humano en el camino de la salud: equilibrio mental, físico y emocional. Contribuye a apaciguar la mente de preocupaciones y a enfocar con nuevas perspectivas los retos personales, familiares y laborales. La práctica continua de sus suaves movimientos en coordinación con la respiración, equilibran la respuesta emocional, mejora la movilidad de las articulaciones y aumenta la energía disponible.

Nota: Los participantes deben tener buena movilidad, ser independientes, utilizar ropa holgada (buzo – pantalón largo), zapatos tipo tenis y traer agua para hidratarse

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4066-01	Yoga y valores para vivir	J 9 a 9:55	Juan Martínez	Aula MH PIAM	01	20

Descripción del curso: El Yoga se practica en la India desde hace varios miles de años. Basada en la búsqueda de los valores superiores de la vida, con independencia del entorno cultural, religioso y material, consigue que tanto el cuerpo como la mente armonicen con las leyes de la naturaleza. Practicar yoga aporta grandes beneficios para aumentar la calidad de vida. Hay posturas para mayores de 50, que consisten en más movimiento y fortalecimiento; ejercicios que mejoran la capacidad pulmonar y la fuerza de las piernas, para prevenir caídas. Se puede realizar Yoga con silla y otros ejercicios que encaminan a respirar mejor, ejercitar la mente y tranquilizarse. Se requiere un matt de yoga y ropa cómoda.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4081-01	Yoga principiantes mixto	K 10 a 11:30	Veronique Morel	Aula #1 Danza Edif. Saprissa	01	25

Descripción del curso: En este curso de Yoga se aprende los fundamentos prácticos con el propósito de fomentar el bienestar físico y mental, el desarrollo espiritual y la unión de la conciencia. Esta actividad quiere favorecer una actitud positiva hacia la actividad física mediante una práctica regular de Yoga para un nivel principiante. Al seguir el curso, podrá desarrollar y fortalecer la aptitud física y motriz, la concentración, la respiración consciente, la conciencia corporal.

Nota: Se requiere un matt de yoga y ropa cómoda.

Requisito: No presentar lesiones articulares.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4032-01	PanEuRitmia II (requisito MH4031)	J 10 a 10:55	Ana Orozco	Toldo PIAM	01	25
MH4033-01	PanEuRitmia III (Requisito MH4032)	K 10 a 10:55	Ana Orozco	Toldo PIAM	01	25

Descripción del curso: El curso PanEuRitmia trata sobre una danza circular-sagrada proveniente de Bulgaria conocida como "La Danza del Alma" que,

además del movimiento físico, estimula en quien la practica el desarrollo de sus mejores cualidades mentales y emocionales para lograr bienestar y desarrollar más su conciencia espiritual. haciéndonos mirar la vida y sus retos desde otra perspectiva, alejándonos de las tensiones y el estrés cotidiano.

Nota: Se necesita tener coordinación y flexibilidad para desplazarse sin apoyo técnico (ejemplo bastones).

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH4091-01	Movilidad y respiración	K 10 a 11:30	Jerónimo Sancho	Sótano AM	01	15
<p>Descripción del curso: Aprender y realizar ejercicios de calentamiento y respiración básicos, que nos permitan prepararnos para caminar. Y que puedan ser incorporados al principio de las actividades diarias, con la intención de mejorar la movilidad.</p> <p>El Requisito: Los 3 km, los puede realizar en una hora y la punta de los pies puede tocarlos estando de pie y doblando las rodillas.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH6011-01	Softball Mixto	J 10 a 12:00	Orlando González	Diamante béisbol	01	30
<p>Descripción del curso: El softbol mixto es un deporte de conjunto (hombres y mujeres), derivado del béisbol. Se juega con una pelota más grande y su lanzamiento se efectúa por debajo del hombro. Es un deporte que se adapta excelentemente para ser practicado por diferentes poblaciones y en especial la población mayor de 50.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH5011-01	Taekwondo	J 10 a 11:30	Mayra Valverde	Aula #1 Danza Edif. Saprissa	01	25
<p>Descripción del curso: Este curso pretende ir incorporando una serie de ejercicios de calentamiento y estiramiento, variedad de técnicas, fundamentos, técnicas de patadas y golpes, así como vocabulario en idioma coreano. Se procura concientizar a los integrantes del grupo sobre la importancia de realizar ejercicios para el bienestar físico y mental. En este curso</p>						

los alumnos tienen libertad de realizar los ejercicios a su propio ritmo de acuerdo con su capacidad física.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH5021-01	Esgrima	L 9:30 a 11:30	Luis Cruz y Daniel Montealegre	Toldo PIAM	01	20

Descripción del curso: La esgrima es una actividad excelente que ofrece beneficios físicos y mentales a personas de todas las edades. Este deporte contribuye a reducir el deterioro cognitivo y a mejorar la salud cerebral. Además, puede adaptarse a distintos niveles de condición física y ritmo, lo que lo hace accesible para una amplia variedad de participantes.

La práctica regular de la esgrima mejora la fuerza, la flexibilidad y la coordinación. También ayuda a mantener el estado de alerta, lo cual es especialmente beneficioso para las personas adultas, ya que favorece la agilidad y contribuye a prevenir caídas

Nota: No se requiere experiencia previa. Traer ropa cómoda y agua para hidratarse.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3066-01	Caminata contemplativa I	J 8 a 8:55	Joselyn Barboza	Boulevard (frente al toldo PIAM)	01	30

Descripción del curso: Se parte desde la base de la caminata como actividad física que promueve una mejor calidad de vida para los estudiantes del PIAM matriculados en este curso. La caminata contemplativa, permite cultivar las relaciones sociales, la meditación, mientras se aprende del entorno que nos rodea. Se inicia con un calentamiento y se continúa con una caminata de intensidad baja a moderada, para terminar, compartiendo información, que permitirá conocer la Universidad de Costa Rica, como institución de docencia, investigación y acción social.

Se recomienda **NO** matricular otros cursos este día, ya que pueden tener giras fuera de la Universidad.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3051-01	Caminata, ejercicio y salud-01	V 9:30 a 10:30	Ismael Jiménez	Toldo PIAM	01	30
MH3051-02	Caminata, ejercicio y salud-02	K 8 a 9:00	Ismael Jiménez	Boulevard (frente al toldo PIAM)	02	30

Descripción del curso: Se realizan caminatas de media a alta intensidad. Además, se implementará el aprendizaje de rutinas de ejercicios, con la finalidad de proporcionar herramientas que ayuden a mejorar la condición física de las personas participantes. También, como parte del programa se enviarán tareas extra-clase, para que los estudiantes incluyan en su rutina diaria la práctica de la actividad física; podría catalogarse como un curso pre-senderismo.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3061-01	Senderistas PIAM-UCR (principiantes)	L 7:00 am	Esteban Arce	Anfiteatro Registro	01	28
MH3061-01	Senderistas PIAM-UCR (principiantes)	L 8:00 am	Esteban Arce	Anfiteatro Registro	01	27

Descripción del curso: El senderismo, es una actividad deportiva que se desarrolla en el medio natural, así como en calles de lastre y asfalto; es recreativa no competitiva, **pero de alta intensidad**, se realiza sobre caminos marcados por el gobierno local o de cada país. Se requiere buena movilidad. Se inicia con caminatas cortas, pero se espera que al final del curso el estudiante logre realizar caminatas hasta de 10 km en diferentes terrenos.

Nota: Para ingresar al curso de senderismo principiante, es necesario haber pasado la prueba Rockport. Las giras se realizan los **lunes** y a partir de la segunda semana **todos** serán citados a las 7 am, por lo que se solicita **no**

matricular otros cursos ese día. Se necesita una inversión de **₡3000** colones semanales, que serán administrados por el grupo.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3062-01	Senderistas PIAM UCR intermedios (requisito MH3061)	K 7:00	Joselyn Barboza	Anfiteatro Registro	01	28
MH3062-02	Senderistas PIAM UCR intermedios (requisito MH3061)	K 8:00	Joselyn Barboza	Anfiteatro Registro	02	27

Descripción del curso: Se espera que los y las estudiantes, mejoren el trabajo grupal desarrollado en el curso de principiantes de senderismo. Se caminarán senderos más largos y con una complejidad intermedia.

Nota: Las giras se realizan los **martes**, por lo que se sugiere no matricular otro curso en este día y tomar en cuenta que a partir de la segunda semana **todos** serán citados a las 7 am, ya que las giras pueden salir a esa hora o más temprano. Se necesita una inversión de **₡3000** colones semanales, que serán administrados por el grupo.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3063-01	Senderistas PIAM UCR avanzados (requisito MH3062)	M 7:00	Ismael Jiménez	Anfiteatro Registro	01	28
MH3063-02	Senderistas PIAM UCR avanzados (requisito MH3062)	M 8:00	Ismael Jiménez	Anfiteatro Registro	02	27

Descripción del curso: Se espera que los estudiantes hayan mejorado su condición física y pongan en práctica los conceptos básicos del senderismo

aprendidos en los cursos anteriores. Se caminarán en senderos de una complejidad avanzada

Nota: Las giras se realizan los **miércoles**, por lo que se sugiere no matricular otro curso en este día y tomar en cuenta que a partir de la segunda semana **todos** serán citados a las 7 am, ya que las giras pueden salir a esa hora o más temprano. Se necesita una inversión de **₡3000** colones semanales, que serán administrados por el grupo.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
MH3064-01	Club Senderistas (requisito MH3063)	V 7:00	Maribel Matamoros	Anfiteatro Registro	01	26

Descripción del curso: Se espera que se integren todos los estudiantes de senderismo, que hayan logrado concluir, de manera exitosa el nivel avanzado de senderismo. Esta modalidad será parte de una estrategia del PIAM, para ofrecer un espacio donde los alumnos de los cursos de senderismo puedan continuar cumpliendo metas, manteniéndose activos, fortaleciendo valores y aportando conocimiento a otros compañeros de los otros cursos que así lo requieran. En este club, se pretende sigan realizando giras y participando en diferentes talleres de capacitación, que les permitirán seguir cultivando este nuevo estilo de vida.

Nota: Las giras se realizan los **viernes**, por lo que se sugiere no matricular otro curso en este día y tomar en cuenta que a partir de la segunda semana **todos** serán citados a las 7 am, ya que las giras pueden salir a esa hora o más temprano. Se necesita una inversión de **₡3000** colones semanales, que serán administrados por el grupo.

Nota: Este curso tiene un costo por matrícula de **₡20.000 + 2% del IVA = ₡20.400** colones el ciclo lectivo.



Estilos de vida saludables

Los cursos del Módulo de Estilos de Vida Saludable tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Exceptuando la modalidad Taller (8 semanas), que tiene un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0256-01	Taller de estimulación cognitiva I	K 9 a 10:50	Marta Carvajal	214 AU	01	25
<p>Descripción del curso: Es un curso con un componente práctico, buscar promover la estimulación de la memoria, atención, lenguaje, cálculo, mediante la realización de diversos ejercicios que promueven la actividad cognitiva. El curso además pretende promover la buena práctica de realizar ejercicios de estimulación cognitiva como un hábito de salud integral. Este curso requiere la resolución de diversos ejercicios durante la clase y tareas.</p> <p>Costos de materiales: El curso requiere que la persona estudiante adquiera un folleto (₡5000 colones aproximadamente) y copias de prácticas semanales facilitadas por la profesora (por un monto aproximado de ₡3000 por ciclo). Se requiere que el estudiante realice prácticas/tareas en casa.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0034-01	El poder del ahora IV (requisito GR0033)	L 9 a 10:30	Flory Barrantes	Biblioteca Carlos Monge	01	20
<p>Descripción del curso: Este curso avanzado invita a profundizar en la reflexión sobre las experiencias cotidianas, explorando con mayor conciencia cómo los patrones mentales, creencias arraigadas y hábitos de pensamiento condicionan nuestra forma de vivir, relacionarnos y tomar decisiones.</p>						

Mediante el uso de herramientas de análisis introspectivo, prácticas de autoobservación y diálogo crítico, las personas participantes desarrollarán una mayor comprensión de sí mismas desde una mirada integral.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0035-01	Conversatorio el poder del ahora (requisito GR0034)	L 11:00 a 12:00	Flory Barrantes	Biblioteca Carlos Monge	01	20

Descripción del curso: Este conversatorio propone un espacio donde se tratan temas que permiten modificar creencias limitantes, dar nuevos significados y trabajar activamente en nuestro campo mental con el fin de lograr un mayor bienestar. Se propone una forma de aprender o recordar a partir de la realización de una actividad conjunta.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0052-01	Teoterapia II: un acercamiento a las experiencias humanas desde la espiritualidad (requisito GR0051)	J 9 a 10:50	Agled Delgado	124 CE	01	20

Descripción del curso: El curso está dirigido a personas que ya cuentan con conocimientos básicos y desean profundizar en el autoconocimiento y el crecimiento personal. Se fortalecerá la identificación de patrones de pensamiento, sentimientos y comportamientos, promoviendo la aplicación más consciente de herramientas y estructuras en la vida cotidiana, orientadas a favorecer cambios personales, bienestar interior, paz y una vivencia más plena.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0386-01	Iniciando el viaje bíblico	J 11 a 12:50	Agled Delgado	124 CE	01	20

Descripción del curso: El curso "Iniciando el Viaje Bíblico: Primeros Pasos en la Palabra" es un programa integral diseñado para personas que desean comenzar su exploración en las Escrituras. A lo largo de este viaje educativo, los participantes adquirirán una comprensión fundamental de la Biblia, su estructura, contexto histórico y cultural, así como su relevancia para la vida cotidiana.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0091-01	Plantas medicinales y la salud I	M 10 a 11:50	Gerardo Gutiérrez	114 LE	01	25
GR0092-01	Plantas medicinales y la salud II (requisito GR0091)	M 8 a 9:50	Gerardo Gutiérrez	114 LE	01	25

Descripción del curso: El curso aborda generalidades de las plantas medicinales, se aprende sobre cómo utilizarlas adecuadamente y sobre sus beneficios para el organismo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0371-01	Ajedrez I	K 13 a 15:00	Victor Francia	Aula AM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso brinda conocimientos básicos sobre los principios del ajedrez, orígenes, evolución histórica, reglas, y los rudimentos de la táctica y de la estrategia inicial.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el martes 24 de marzo y **finaliza** el martes 5 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0373-01	Ajedrez III (requisito GR0372)	K 13 a 15:00	Victor Francia	Aula AM PIAM	01	14

Descripción del curso: Este curso está dirigido a personas que cuentan con conocimientos básicos de ajedrez y desean avanzar en su dominio del juego. Se profundizará en conceptos tácticos y estratégicos más complejos, fortaleciendo el pensamiento lógico, la toma de decisiones y la planificación a mediano y largo plazo. Mediante el análisis de partidas, la resolución de problemas y la práctica guiada, se promoverá una comprensión más avanzada del ajedrez como disciplina mental, deportiva y artística.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el martes 12 de mayo y **finaliza** el martes 30 de junio.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0351-01	Scrabble: un juego de palabras para fortalecer la memoria I	J 13:30 a 15:50	Enrique Villalobos	EDUCON	01	20

Descripción del curso: Este curso brinda una opción entretenida e instructiva para ejercitar la mente a través del Scrabble, un juego de palabras cruzadas. A lo largo de las sesiones, las personas participantes fortalecerán habilidades cognitivas como la memoria, el lenguaje y la concentración, mientras disfrutan del desafío de formar palabras sobre un tablero y acumular puntos según el valor de cada letra y casilla.

Nota: Se requiere que cada estudiante tenga un tablero de Scrabble.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0412-01	Neuro plasticidad: lleva tu cerebro a otro nivel II (requisito GR0411)	J 9 a 10:50	Cristina Terán	214 ED	01	20

Descripción del curso: Este curso está dirigido a personas que desean seguir fortaleciendo sus capacidades cognitivas a través de nuevas estrategias y ejercicios enfocados en estimular el cerebro y aprovechar al máximo sus fortalezas personales. Se profundiza en la comprensión de cómo el cerebro se adapta y cambia a lo largo de la vida, promoviendo el aprendizaje, la memoria, la creatividad y el bienestar mental. A partir del trabajo realizado en el nivel anterior, se ofrecerán herramientas prácticas para seguir potenciando la neuroplasticidad.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0413-01	Neuro plasticidad: lleva tu cerebro a otro nivel III (requisito GR0412)	J 11 a 12:50	Cristina Terán	214 ED	01	20

Descripción del curso: La neuroplasticidad es la capacidad del cerebro para cambiar y adaptarse a nuevas experiencias, procesos de aprendizaje y situaciones de recuperación. A partir del reconocimiento de las fortalezas personales, es posible potenciar esta capacidad y favorecer un mejor funcionamiento integral.

Este curso busca fortalecer la resiliencia de las personas participantes mediante la reflexión sobre su historia de vida como recurso para el aprendizaje, la adaptación y el bienestar.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0041-01	Taller de teología ecuménica	J 9 a 10:50	Jorge Vargas	501 CS	01	25

Descripción del curso: Este taller que invita a reflexionar sobre las preguntas de Jesús en los Evangelios como camino de crecimiento espiritual y búsqueda de sentido. Desde un enfoque ecuménico y dialogante, se promueve la reflexión personal, el intercambio grupal y una vivencia de la fe más madura, abierta y significativa.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0431-01	Construyendo mi legado	J 13 a 14:50	Gabriela Salgado	Lab. Cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: Este curso brinda un espacio lúdico, reflexivo y creativo para estimular la mente, compartir experiencias y fortalecer vínculos sociales mediante el uso de piezas LEGO. A lo largo de 8 sesiones, construirán escenas que representan su historia, emociones, valores y sueños, promoviendo el bienestar emocional, cognitivo y social en un ambiente respetuoso y colaborativo. Es una oportunidad para recordar, crear y construir juntos el presente con sentido.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 07 de mayo y **finaliza** el jueves 25 de junio.

Costo de materiales: ₡20.000 aproximadamente. Se utilizará piezas de Lego® y material de apoyo durante las sesiones.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0436-01	Mi cuaderno de vida	V 10 a 11:50	Rocío Freixa	Pendiente	01	15

Descripción del curso: Mi cuaderno de vida es un espacio para hacer una pausa reflexiva en el camino recorrido, mirar hacia atrás con aprecio y dar sentido al presente. A través de la escritura, el dibujo, la lectura y el diálogo, cada participante explorará su historia personal, reconociendo emociones, recuerdos y aprendizajes. El curso invita al desarrollo personal desde la creatividad y la memoria, promoviendo el autoconocimiento, la autoestima y la conexión consigo mismo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0441-01	Introducción a las esencias florales del Dr. Bach	J 10 a 11:50	Elsa Vanegas	202 IN	01	15

Descripción del curso: Este curso es una introducción al sistema de esencias florales del Dr. Edward Bach, un enfoque natural y holístico para el equilibrio emocional. Las personas participantes conocerán los fundamentos de esta terapia floral, explorarán las 38 esencias agrupadas por estados emocionales y aprenderán a utilizarlas como herramienta de autoconocimiento. El curso combina teoría y práctica, e incluye una visita de campo para elaborar una esencia floral.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 30 de abril y **finaliza** el jueves 18 de junio.

Costo de materiales: ₡12000 colones aproximadamente, incluye esencia floral, frascos y copias.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0416-01	Autoliderazgo con bienestar	K 14 a 15:50	Teresita Murillo	Aula cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: El curso busca fortalecer el autoliderazgo orientado al bienestar y la aplicación de herramientas prácticas del Coaching para la Vida, promoviendo el crecimiento personal y la toma de acciones concretas.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el martes 07 de abril y **finaliza** el martes 26 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0401-01	Concentración y bienestar	M 8 a 9:30	Patricia Mayorga	124 CE	01	15

Descripción del curso: El curso se basa en la aplicación de técnicas de concentración, coordinación, motivación y memoria, que aplicados mediante ejercicios que ayudan a la renovación de los procesos mentales, al refuerzo de la memoria, manteniendo una vida con plena conciencia y vitalidad, ayudándonos a modificar sentimientos y pensamientos de la vida misma.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0451-01	Acompañando el duelo: cuidado personal y bienestar emocional	M 10 a 11:50	Ana Yancy Muñoz Salazar	306 IN	01	15

Descripción del curso: Este espacio combina la transmisión de conocimientos teóricos y actividades prácticas, dinámicas grupales y momentos para el intercambio de experiencias. El enfoque se adapta a las características y necesidades de las personas participantes, tanto de quienes han vivido pérdidas como de quienes ejercen un rol de acompañamiento, considerando su bagaje cultural, creencias, posibles limitaciones físicas o cognitivas y la manera en que esta etapa de la vida influye en la vivencia del duelo. Se emplean metodologías participativas que reconocen y valoran los saberes y perspectivas de cada persona, promoviendo el respeto mutuo, la expresión emocional y el apoyo entre pares.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el miércoles 25 de marzo y **finaliza** el miércoles 20 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0456-01	Salud mental	J 10 a 11:50	Rebeca Ramírez	503 IN	01	20

Descripción del curso: El curso Salud Mental ofrece una aproximación integral al envejecimiento desde la gerontología, la neuropsicología y la promoción del envejecimiento saludable. Brinda herramientas prácticas para comprender los cambios emocionales, cognitivos y sociales propios de esta etapa, favoreciendo el cuidado del cerebro, el bienestar emocional y la prevención del deterioro cognitivo. Está dirigido a personas adultas y adultas mayores, cuidadores y público interesado en promover una vejez activa, autónoma y con calidad de vida.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 26 de marzo y **finaliza** el jueves 14 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0461-01	Salud y bienestar integral a lo largo de la vida: una mirada desde las neurociencias.	V 9 a 10:50	Ana C. París, Tatiana Tagle y Alexandra R.	507 CS	01	35

Descripción del curso: Curso orientado al bienestar integral de las personas adultas, basado en las neurociencias y la evidencia científica actual. Combina contenidos teóricos con actividades prácticas y metodologías participativas que promueven el autoconocimiento, el cuidado personal y la construcción de redes de apoyo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GR0486-01	Comunicar para vivir mejor	V 8:30 a 9:50	Paula Rojas Estrada	114 ED	01	20
<p>Descripción del curso: Este curso está dirigido a personas adultas mayores interesadas en fortalecer sus habilidades de comunicación y en el manejo saludable de sus emociones. A través de un enfoque práctico, respetuoso y vivencial, se brindan herramientas para expresarse con claridad, escuchar de forma empática, comprender las emociones propias y ajenas y mejorar las relaciones interpersonales en los distintos ámbitos de la vida cotidiana.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el viernes 10 de abril y finaliza el viernes 05 de julio.</p>						

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0226-01	Lógica matemática recreativa I	M 9 a 10:20	Gabriel Rivel	Plataforma Zoom	01	12
<p>Descripción del curso: El curso de lógica matemática recreativa I, busca ejercitar intelectualmente y enriquecer su calidad de vida mediante actividades planificadas que reactiven el pensamiento deductivo. Además, de ver algunos elementos muy básicos de la lógica matemática, habrá sesiones de tangrama, bloques lógicos, dominó, actividades con palillos, entre otros. No requiere de conocimientos de Matemática.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 08 de abril y finaliza el miércoles 27 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0276-01	Terapias con aceites esenciales	M 14 a 15:50	Luis Agüero	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: El curso pretende que el estudiante conozca los conceptos básicos acerca de los aceites esenciales, la forma en que estos actúan en el cuerpo humano y las distintas formas terapéuticas. Como parte del curso, el estudiante recibirá una gran cantidad de recetas y de terapias a base de aceites esenciales de manera que pueda aplicarlas para el mejoramiento de su salud física, mental y emocional.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0446-01	Conciencia plena en la madurez: Un viaje interior con el mapa de David R. Hawkins	V 17 a 18:50	Ángela Rosa Hdez	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: Este curso propone un viaje de autoconocimiento a través de los niveles de conciencia descritos en el Mapa de la Conciencia de David R. Hawkins. Mediante reflexiones teóricas, prácticas introspectivas y dinámicas grupales, se explorarán los niveles de conciencia que dan forma a la experiencia humana.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0471-01	Sabiduría cotidiana: Diálogos para crecer	K 17 a 18:50	Ángela Rosa Hdez	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: Curso orientado a crear espacios de diálogo y reflexión sobre la vida diaria, los miedos, las esperanzas y los aprendizajes acumulados a lo largo del tiempo. A partir de frases inspiradoras provenientes de la filosofía estoica y la psicología positiva, se promoverán reflexiones en grupos pequeños y en plenaria, con el fin de fortalecer la resiliencia, la gratitud y la confianza en la propia experiencia. Cada sesión culmina con una herramienta práctica que las personas participantes podrán aplicar en su vida cotidiana.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0466-01	Neurociencia de la conducta humana	M 11 a 12:50	Gina Jiménez	Plataforma Zoom	01	20
<p>Descripción del curso: Curso basado en la ciencia del bienestar y las neurociencias, que aborda de forma sencilla cómo el cerebro, las emociones, los vínculos, la música, el sueño y otros factores influyen en nuestra conducta y calidad de vida. A partir del libro Ser Humanos de Facundo Manes, se promueve la reflexión y el aprendizaje para favorecer el bienestar integral y el autocuidado.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 04 de mayo y finaliza el miércoles 08 de junio.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0476-01	Claves para una vida mejor	K 9 a 10:50	Gabriel Cordero	Plataforma Zoom	01	25
<p>Descripción del curso: Claves para una vida mejor es un curso orientado a fortalecer recursos personales que permitan afrontar las presiones de la vida cotidiana desde una perspectiva positiva. A través de herramientas prácticas y reflexivas, se promueve el reconocimiento de las fortalezas internas, la motivación y el desarrollo de actitudes que favorezcan el bienestar, la resiliencia y una mejor calidad de vida.</p> <p>Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el martes 24 de marzo y finaliza el martes 19 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0481-01	Cuidando a quienes cuidan: Apoyo para personas cuidadoras de personas adultas mayores	J 18 a 19:50	Mónica Brenes y Diana Valverde	Plataforma Zoom	01	15

Descripción del curso: Este curso busca brindar elementos conceptuales y metodológicos para fortalecer las capacidades de las personas cuidadoras para su propio cuidado psicoemocional en el día a día de su trabajo.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el jueves 07 de mayo y **finaliza** el jueves 25 de junio.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
GR0246-01	Resolución de conflictos en la vida cotidiana	V 8 a 9:50	Jasmine García	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: Taller virtual que brinda un espacio de aprendizaje, reflexión y diálogo, orientado a fortalecer habilidades para el manejo pacífico de conflictos en la vida cotidiana. A través del intercambio de experiencias, la participación activa y el análisis de casos prácticos, se promueve el desarrollo de herramientas que favorezcan el bienestar emocional, la convivencia respetuosa y relaciones más saludables.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el viernes 27 de marzo y **finaliza** el viernes 29 de mayo.

CURSOS BIMODALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA	GRUPO	CUPO
GR0046-01	Ecogastronomía y patrimonio	V 10 a 11:50	Patricia y Guillermo Sánchez	Plataforma Zoom	01	20

Descripción del curso: es un curso que promueve la valoración de productos locales y sus tradiciones gastronómicas, integrando estilos de vida saludables, sostenibles y culturalmente arraigados en Costa Rica. Se explora la importancia del patrimonio alimentario, el turismo y la agricultura ancestral de origen indígena, destacando la trilogía del maíz, frijol y cucurbitáceas, fomentando la conciencia sobre la seguridad alimentaria, la agrodiversidad y las buenas prácticas agrícolas. A través de experiencias teóricas y prácticas, se busca fortalecer el vínculo entre campo y mesa, proteger alimentos en riesgo y promover una alimentación buena, limpia y justa, como base para una vida saludable y una longevidad activa.

Nota: El curso contempla giras, las cuales corren por cuenta propia de la persona estudiante.

Duración: 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el viernes 27 de marzo y **finaliza** el viernes 29 de mayo.

Arte y cultura



Los cursos del Módulo de Arte y Cultura tienen un costo por concepto de matrícula de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200** colones por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Exceptuando la modalidad Taller, que tiene un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC0196-01	Apreciación de cine y otras narrativas	M 8 a 10:50	Leda Rodríguez Jiménez	Auditorio Abelardo Bonilla	01	100

Descripción del curso: El curso está pensado como espacio de encuentro, discusión y análisis de temáticas variadas utilizando principalmente el cine como herramienta didáctica y como "excusa". En esta ocasión se empezará con un repaso de los aspectos técnicos y estéticos que conciernen a la teoría fílmica. A continuación, y en sintonía con lo aprendido, el interés recaerá sobre el concepto cine de autor. Se examinarán los rasgos estilísticos que caracterizan la obra de un grupo de realizadores cinematográficos reconocidos por su propuesta individual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC0026-01	Taller intensivo cultura del vino	L y M 10 a 11:50	Concepción Suárez	Aula AM PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: El taller pretende impartir conocimientos sobre el maravilloso Mundo del Vino con sus aspectos de Historia, Geografía, Viticultura, Enología, Etiqueta y protocolo en el servicio del vino y sus apreciaciones sensoriales de la cata.</p> <p>Costo de materiales: ₡25.000 aproximadamente por el ciclo lectivo</p> <p>Nota Este curso hace una gira y visita técnica de conocimiento a un viñedo.</p> <p>Duración: Este taller intensivo tiene una duración de 4 semanas (8 sesiones) y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el lunes 04 de mayo y finaliza el miércoles 27 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC0011-01	El arte del bonsái	K 8 a 9:50	Germán Arrieta	201 AG	01	25
<p>Descripción del curso: Se enseñarán las técnicas de poda y alambrado (modelaje), para darle forma a un bonsái en sus diferentes estilos de una manera teórico-práctico, así como el mantenimiento básico del bonsái.</p> <p>Costo de materiales: ₡45.000 aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de tres proyectos.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC0231-01	Métodos y técnicas de infusión con café de Costa Rica (principiantes)	V 13 a 15:50	Glenda Seas	Aula AM PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: El curso ofrece las bases para la formación de destrezas y habilidades en la aplicación de técnicas de filtrado de café, siguiendo normas internacionales de calidad. La persona estudiante logrará desarrollar habilidades mediante el seguimiento de protocolos y técnicas proporcionadas por la Specialty Coffee Association (SCA) para la elaboración de café en infusiones, con seguimiento de normas higiénicas y estándares internacionales de calidad. Así mismo, lograr desarrollar capacidades en la detección de</p>						

aromas y sabores propios del café de Costa Rica, practicar ejercicios de apreciación y habilidades sensoriales relacionadas con la detección organoléptica en las bebidas.

Costo de materiales: ₡ 33 000 por estudiante, por concepto de materiales para el desarrollo de las competencias educativas que se especifican en el programa del curso.

Nota: Las giras educativas son de todo el día, por lo que se recomienda no matricular otros cursos los viernes.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC023 2-01	Métodos y técnicas de infusión con café de Costa Rica (intermedios) Requisito AC0231	J 9 a 11:50	Glenda Seas	Aula AM PIAM	01	15

Descripción del curso: Es una continuidad en el aprendizaje del barismo básico, brinda herramientas para el empleo de las mejores prácticas en la elaboración de infusiones de café, como base para el disfrute personal, familiar y con amigos, de esta maravillosa bebida. En el nivel Intermedio, se profundizará en el seguimiento de los protocolos internacionales de Catación de café según normas de la Specialty Coffee Association (SCA), los procedimientos para la elaboración de infusiones a nivel técnico, y la evaluación sensorial. El énfasis del curso se centrará en cataciones guiadas de cafés especiales por regiones cafetaleras, con la guía técnica de la facilitadora Barista, además de incursionar en las primeras experiencias sensoriales en maridajes con café de especialidad.

Costo de materiales: ₡ 33 000 por estudiante, por concepto de materiales para el desarrollo de las competencias educativas que se especifican en el programa del curso.

Nota: Las giras educativas son de todo el día, por lo que se recomienda no matricular otros cursos los jueves.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
AC024 1-01	Tango y bolero: historia cultural, sensibilidades y escucha crítica	M 10 a 11:50	Juan Carlos Cruz Barrientos	113 LE	01	20
<p>Descripción del curso: Este curso introduce en la historia cultural del tango y el bolero, dos géneros fundamentales de la sensibilidad latinoamericana. A través de escucha guiada, análisis colectivo y contextualización histórica, se exploran sus orígenes, transformaciones y principales figuras. El curso promueve la apreciación musical informada, el diálogo y la reflexión crítica desde la experiencia vital de cada participante, sin requerir conocimientos musicales previos. No es un curso de baile, es de historia.</p> <p>Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el miércoles 15 de abril y finaliza el miércoles 03 de junio.</p>						

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
AC001 1-02	El arte del bonsái	M 15 a 16:30	Germán Arrieta	Plataforma Zoom	02	45
<p>Descripción del curso: Se enseñarán las técnicas de poda y alambrado (modelaje), para darle forma a un bonsái en sus diferentes estilos de una manera teórico-práctico, así como el mantenimiento básico del bonsái en forma virtual sincrónica.</p> <p>Costo de materiales: ₡45.000 aproximadamente por ciclo lectivo para el desarrollo de tres proyectos.</p>						



Conocimientos Generales

Los cursos del Módulo de Conocimientos Generales tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Exceptuando la modalidad Taller (8 semanas), que tiene un costo por **concepto de matrícula** de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo.

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG012 7-01	Club de lectura avanzado (requisito CG0126)	M 10 a 11:50	Giselle García	161 LE	01	25
<p>Descripción del curso: El curso se propone propiciar una relación lúdica, experimental y estética con el lenguaje, a través de la lectura de escritores costarricenses e hispanoamericanos.</p> <p>Tiene como requisito haber llevado el Club de lectura en el II ciclo 2025.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG017 6-01	Actualidad mundial	M 10 a 11:30	Rolain Borel	207 IN	01	25
<p>Descripción del curso: Este curso-seminario aborda temas de actualidad mundial de interés para las personas adultas mayores, por medio de conversatorios en un ambiente de profundo respeto. El conocimiento adquirido en este curso se obtiene en parte de los aportes del facilitador, pero mayoritariamente se construye a partir de las contribuciones, documentadas, de las personas participantes.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG015 2-01	Taller Legado vivo: Recorridos históricos y culturales II (requisito CG0151)	V 8 a 16:50	Alejandro Bonilla Castro	114 ED	01	30

Descripción del curso: Este taller es una iniciativa del proyecto de Cultura y Patrimonio EC- 625: Proyección académica y cultural de la Escuela de Historia de la Universidad de Costa Rica. El Taller Legado Vivo II, consistirá en siete recorridos guiados presenciales dentro y fuera del Gran Área Metropolitana, llevará a las personas estudiantes a descubrir episodios de nuestra historia inmortalizados en la ciudad y el campo y las raíces de nuestra identidad nacional, así como los retos actuales de la sociedad costarricense.

El taller se realizará de manera presencial en los espacios en donde tendrán lugar los recorridos guiados. Por su naturaleza, algunos recorridos necesitarán **de todo el día** para poder realizarse.

Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el viernes 27 de marzo y **finaliza** el viernes 29 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG014 6-01	Taller Desarrollando nuestra creatividad	L 10 a 11:50	Joaquín Gutiérrez	Aula MH PIAM	01	15

Descripción del curso: En este curso entenderemos cómo es que se producen las ideas creativas dentro de nuestro cerebro y que nos permiten resolver problemas complejos que a primera vista no tienen solución (pensando fuera de la caja). El curso es totalmente práctico y los conceptos teóricos que se enseñarán estarán siempre soportados por ejercicios prácticos aplicando la metodología de "aprender haciendo".

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG005 1-01	Taller escritura creativa	J 10 a 11:50	Mario Valverde	216 LE	01	20
<p>Descripción del curso: En este taller los estudiantes presentan una variedad de escritos cada semana: relatos de vida, trabajo, viajes, poemas, cuentos, minirrelatos, crónicas. Los estudiantes harán observaciones sobre lo presentado, para aprender y mejorar el proceso de escritura.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG018 1-01	Café de Costa Rica y sus notas ocultas	J 10 a 11:50	Ana Lourdes Acuña	EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: Este curso es una experiencia de aprendizaje para reconocer los principales eslabones de la cadena de valor del café: producción procesamiento y comercialización. Se hará una reconstrucción histórica desde los países de origen y su llegada Costa Rica. Se estudiará cuándo y dónde se plantaron las primeras semillas del cafeto. Se analizará la participación y roles de género en la cadena productiva y su aporte socio-económico. Se reconocerán los diferentes procesos del café y las variables que influyen para obtener su mejor fragancia, aroma y sabor.</p> <p>Costo de materiales: ₡28,000 colones aproximadamente por la compra de materiales, consumibles y giras especificadas en el programa del curso.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG021 1-01	Circuito francés	V 10 a 11:50	Jorge Grané	Sala 1 Biblioteca Carlos Monge	01	50
<p>Descripción del curso: El curso Circuito francés se refiere a un viaje por el territorio de Francia que permitirá conocer importantes regiones, destacadas ciudades y costumbres milenarias de este país. En el curso se expondrán las experiencias de un grupo de viajeros que durante dos semanas visitan las más importantes catedrales, imponentes castillos y encantadores pueblos franceses. Además, se conocerán las diversas ofertas gastronómicas que nos ofrecen las distintas regiones de ese país.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG021 6-01	Taller física I	K 9 a 10:50	José Alberto Villalobos	EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: En el curso se presentan algunos temas de física, fundamentalmente los que se conocen con el nombre de mecánica. Atendiendo principalmente a la parte conceptual y básica, descrita con muy poca operatoria matemática. Le permitirá conocer y apreciar esta parte de las ciencias físicas para que pueda aplicarlas en situaciones cotidianas. Para comprender y explicar estos fenómenos y conversar sobre ellos</p> <p>Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el martes 24 de marzo y finaliza el martes 12 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG022 1-01	Taller Escriba su cuento de ciencia ficción (viaje por el sistema solar)	K 9 a 10:50	José Alberto Villalobos	EDUCON	01	20
<p>Descripción del curso: Este taller está diseñado para brindar información confiable y actualizada sobre los principales objetos del Sistema Solar, desde una perspectiva "planetológica". Con estos conocimientos, cada participante elegirá el lugar, ambiente y situación en los que desarrollará un cuento con elementos de fantasía o ciencia ficción, procurando mantener el mayor realismo posible desde el punto de vista astronómico.</p> <p>El taller está dirigido a personas con interés y disposición para escribir y explorar su creatividad.</p> <p>Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el martes 19 de mayo y finaliza el martes 30 de junio.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG023 1-01	Introducción a la ética budista	K 10 a 11:30	Alfredo Solano López	213 QU	01	15
<p>Descripción del curso: Ofrecer a las personas participantes una explicación detallada de lo que es la ética budista para la vida y su aplicación o vivencia en la vida cotidiana para vivir cada día de una manera plena y feliz dentro de los límites naturales de la condición humana.</p> <p>Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el martes 24 de marzo y finaliza el martes 19 de mayo.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG023 6-01	Taller: Avifauna internacional y conservación (requisito CG0066)	J 8 a 9:50	Ruth Rodríguez y Andrea Víquez	142 CE	01	20
<p>Descripción del curso: Este es un taller enfocado en el aprendizaje del adulto mayor que ya ha tenido un proceso inicial en la observación de aves y un acercamiento a la percepción, sensibilización y comprensión de la riqueza avifaunística de Costa Rica y avanzando al estudio de especies de otros países centroamericanos. Permite ampliar el conocimiento de las aves, la comprensión de la migración, el comportamiento animal, el hábitat de las aves, el arraigo cultural a las especies de Costa Rica, y el significado de las aves para las personas sea ambiental o social (emocional, económico). Tiene como requisito haber llevado Aves de Costa Rica I en el 2025.</p> <p>Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = ₡6.125 colones por ciclo lectivo. Inicia el jueves 09 de abril y finaliza el jueves 11 de junio.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG006 9-01	Club de observadores de aves (requisito CG0067)	M 8 a 9:50	Ruth Rodríguez	Pendiente	01	20

Descripción del curso: El propósito del Club de Observadores de Aves es una iniciativa para satisfacer la demanda de las personas mayores interesadas en continuar con la enriquecedora actividad de observar las aves. Los estudiantes que ya cuentan con experiencia en la observación de aves adquirida en los cursos ofrecidos anteriormente por el PIAM, requieren mantenerse activos, conectados con la naturaleza y seguir aprendiendo sobre las aves y sus entornos. Tiene como requisito haber llevado Aves de Costa Rica II.

Duración: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el miércoles 8 de abril y **finaliza** el miércoles 10 de junio.

CURSOS VIRTUALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
CG014 1-01	Taller Círculo de lectura "El colibrí en la biblioteca" avanzado (requisito CG0141)	M 14 a 15:50	Nivaria Perera Rojas	Plataforma Zoom	01	30

Descripción del curso: Este curso permitirá la participación activa de estudiantes. Las lecturas generarán y fortalecerán algunas destrezas de los estudiantes para interactuar socialmente en sus círculos familiares y sociales sobre la novela, relato y cuentos costarricenses. Tiene como requisito haber aprobado el mismo curso durante el II ciclo 2025.

Nota: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el miércoles 25 de marzo y **finaliza** el miércoles 20 de mayo.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA VIRTUAL	GRUPO	CUPO
CG022 6-01	Hablemos del cuidado de las plantas	L 9 a 10:50	Nury Carvajal Guillén	Plataforma Zoom	01	15

Descripción del curso: Taller dirigido a personas adultas y adultas mayores para aprender, de manera práctica y sencilla, los principios básicos del cuidado de las plantas en el hogar. A lo largo de ocho sesiones se promueve el intercambio de experiencias y el desarrollo de hábitos de cuidado que favorecen el bienestar y el disfrute cotidiano de las plantas.

Nota: Este taller tiene una duración de 8 semanas y tiene un valor por concepto de matrícula de ₡6.000 colones + 2% IVA = **₡6.125 colones** por ciclo lectivo. **Inicia** el lunes 23 de marzo y **finaliza** el lunes 18 de mayo.

Grupos y cursos artísticos



Los cursos del Módulo de Grupos y cursos artísticos tienen un costo por **concepto de matrícula** de ₡10.000 colones + 2% IVA = **₡10.200 colones** por ciclo lectivo y se cancela en el momento de la matrícula. Exceptuando los siguientes:

El curso de Teatro alternativo y de la memoria (de la facilitadora Marynieves Barahona) y el Coro Miriam Accame (del facilitador Juan Pablo Gómez), los cuales tienen un costo por matrícula de **₡15.000 + 2% del IVA = ₡15.300** colones el ciclo lectivo.

Los Talleres de Guitarra 1B, 2B, 3A y 3B (a cargo de la facilitadora Carmen Vega), los cuales tienen un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640** colones el ciclo lectivo.

Los dos grupos Experimental de música (lunes y miércoles) (a cargo del facilitador Juan Pablo Gómez), los cuales tienen un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640** colones el ciclo lectivo

El grupo de Lectura Musical II (a cargo del facilitador Juan Pablo Gómez), el cual tiene un costo por matrícula de **₡32.000 + 2% del IVA = ₡32.640** colones el ciclo lectivo

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
CG005 2-01	Coro Miriam Accame (Requisito: GC0001)	L 9 a 10:50	Juan Pablo Gómez	108 AM	01	60

Nota: El Coro Miriam Accame es un grupo representativo del PIAM y por ende de la UCR. Por lo que el requisito, es haber formado parte del Coro durante el II ciclo 2025 o aprobar la audición.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC012 6-01	Ensamble de flautas dulces (requisito GC0126)	L 10 a 11:50	Mari-carmen Oreamuno	Aula cómputo PIAM	01	12

Descripción del curso: Este curso tiene como objetivo repasar y fortalecer las destrezas adquiridas en la lectura musical y la ejecución de la flauta dulce. Los participantes mejorarán su técnica de embocadura, ampliarán su repertorio con piezas que favorezcan su desarrollo musical y perfeccionarán su interpretación. Además, se trabajará en la formación de un ensamble de flautas dulces, con un repertorio variado y atractivo, preparado para presentaciones en diversas actividades.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC004 6-01	Taller de Teatro Renacer	J 10 a 11:50	Mayra Zúñiga	203 DE	01	10

Descripción del curso: El grupo de teatro Renacer, es un grupo experimentado de teatro del PIAM que desarrolla la creatividad, la interpretación de memoria, de habilidades expresivas y personales, por medio del conocimiento de los fundamentos teóricos del teatro, la comprensión de su importancia, la adquisición de competencias de comunicación desde el arte teatral y el reconocimiento del ser humano desde una perspectiva sistémica.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC001 6-01	Teatro alternativo y de la memoria (requisito GC0016)	J 10 a 11:50	Marynieves Barahona	Aula MH PIAM	01	20

Descripción del curso: Este grupo se enfocará en desarrollar el proceso creativo de los participantes mediante el goce y disfrute del juego escénico en un ambiente de camaradería y respeto plasmado en ejercicios escénicos basados en situaciones vividas por las personas estudiantes. Este semestre se enfocará en construir material escénico basado en recuerdos y anécdotas de los participantes, durante el recorrido de sus viajes en el Ferrocarril al Pacífico

de Costa Rica. Será necesario documentar el marco histórico y social de la época desde los inicios de su creación, hasta nuestros días, como también sus implicaciones en la complejidad del transporte público actual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC006 1-01	Sociodrama I	J 10 a 11:50	Lilliam Marín Guillén	204 DE	01	15

Descripción del curso: El curso permitirá aplicar la técnica de aprendizaje denominada sociodrama, aprendida en el curso de Sociodrama I para que los estudiantes analicen y discutan el efecto negativo de los mitos, estereotipos y prejuicios en contra de las personas adultas y adultas mayores. Lo anterior, posibilita la construcción de una historia que se documenta en un guion teatral y el trabajo colectivo de los estudiantes permitirán la creación de una representación teatral breve, para lo cual se definirán los personajes, el vestuario, escenografía, utilería, entre otros. Los estudiantes ensayan la obra de teatro y se hace una representación final ante un público

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC006 2-01	Sociodrama II (requisito GC0061)	J 13 a 14:50	Lilliam Marín Guillén	Aula MH PIAM	01	15

Descripción del curso: El curso permitirá aplicar la técnica de aprendizaje denominada sociodrama, aprendida en el curso de Sociodrama I para que los estudiantes analicen y discutan el efecto negativo de los mitos, estereotipos y prejuicios en contra de las personas adultas y adultas mayores. Lo anterior, posibilita la construcción de una historia que se documenta en un guion teatral y el trabajo colectivo de los estudiantes permitirán la creación de una representación teatral breve, para lo cual se definirán los personajes, el vestuario, escenografía, utilería, entre otros. Los estudiantes ensayan la obra de teatro y se hace una representación final ante un público

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC007 7-01	Taller de guitarra 1B (requisito GC0076)	K 10 a 11:50	Carmen Vega	Aula MH PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso está diseñado para quienes desean dar sus primeros pasos en la guitarra. A través de clases dinámicas y progresivas, los participantes aprenderán los fundamentos esenciales, incluyendo postura, acordes básicos, ritmos y primeras melodías. Dirigido exclusivamente a personas que hayan aprobado el curso de Guitarra 1A, este curso ofrece un espacio para descubrir y disfrutar el mundo de la música.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC009 1-01	Taller de guitarra 2B (requisito GC0086)	M 10 a 11:50	Carmen Vega	Aula MH PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: Este curso está dirigido a personas con conocimientos básicos en la ejecución de la guitarra que deseen mejorar su técnica y ampliar su repertorio. Se requiere familiaridad con el Círculo de Sol, así como experiencia en los ritmos de Bolero, Vals y Tambito. A lo largo del curso, los participantes perfeccionarán su ejecución, explorarán nuevas progresiones armónicas y profundizarán en la interpretación rítmica, fortaleciendo su habilidad para tocar con mayor fluidez y confianza.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC009 6-01	Taller de guitarra 3A (requisito GC0091)	M 8 a 9:50	Carmen Vega	Aula MH PIAM	01	15
<p>Descripción del curso: Dirigido a estudiantes con experiencia previa en guitarra, este curso está diseñado para quienes ya dominan la ejecución de acordes y ritmos, así como las nociones básicas de lectura musical. A lo largo del programa, los participantes perfeccionarán su técnica, ampliarán su repertorio y desarrollarán una mayor fluidez en la interpretación, explorando nuevos estilos y recursos expresivos.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC010 1-01	Taller de guitarra 3B (requisito GC0096)	K 8 a 9:50	Carmen Vega	Aula MH PIAM	01	15

Descripción del curso: Este curso está dirigido a estudiantes con experiencia previa en guitarra que ya dominan acordes, ritmos y nociones básicas de lectura musical. Está diseñado para perfeccionar la técnica instrumental, ampliar el repertorio y fortalecer la fluidez en la interpretación. A lo largo del curso, se explorarán nuevos estilos musicales, recursos expresivos y técnicas avanzadas, con el objetivo de consolidar una ejecución más segura, creativa y versátil.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC001 1-01	Taller técnicas para narrar cuentos	M 10 a 11:50	Lidia Lucas	503 CS	01	20

Descripción del curso: Este taller está dirigido a estudiantes del PIAM que deseen explorar y desarrollar sus habilidades narrativas. A lo largo del curso, los participantes recibirán información teórica y práctica de manera dinámica y lúdica, adquiriendo herramientas esenciales para la expresión oral, el uso del lenguaje corporal y el manejo del espacio escénico.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC012 2-01	Lectura musical II (requisito GC0121)	K 13 a 14:50	Juan Pablo Gómez	142 CE	01	18

Descripción del curso: Este primer nivel introduce al estudiante en los fundamentos básicos de la notación musical. Se parte desde cero, explorando el sonido, el silencio y los elementos básicos del lenguaje musical. Se fomenta un ambiente lúdico, participativo y respetuoso del ritmo de aprendizaje de cada persona.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC010 7-01	Grupo experimental Curú (requisito GC0107)	L 13 a 14:50	Juan Pablo Gómez	Aula MyH PIAM	01	18
<p>Descripción del curso: Curso orientado hacia la conformación de un ensamble musical abierto a toda clase de formatos, géneros musicales y ritmos, donde los estudiantes del PIAM tendrán la oportunidad de descubrir, de manera lúdica, posibilidades ilimitadas de crear adaptaciones musicales.</p> <p>Nota: Es requisito haber estado en el grupo experimental Curú en el II ciclo 2025 o haber aprobado la audición para el I 2026.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
GC010 6-01	Grupo experimental Awápa (requisito GC0106)	M13 a 14:50	Juan Pablo Gómez	Aula MyH PIAM	01	18
<p>Descripción del curso: Curso orientado hacia la conformación de un ensamble musical abierto a toda clase de formatos, géneros musicales y ritmos, donde los estudiantes del PIAM tendrán la oportunidad de descubrir, de manera lúdica, posibilidades ilimitadas de crear adaptaciones musicales.</p> <p>Nota: Es requisito haber estado en el grupo experimental Awápa en el II ciclo 2025 o haber aprobado la audición para el I 2026.</p>						

Cursos regulares



- **¿Cuáles son los cursos regulares?**

Los cursos regulares son aquellos que ofrecen las Unidades Académicas de la Universidad, en los cuales las personas mayores comparten con estudiantes empadronados en las diferentes carreras de la Universidad. Estos cursos no pretenden profesionalizar, titular o certificar el conocimiento de las y los estudiantes del PIAM, sino más bien aportar a su actualización de conocimientos, al desarrollo de nuevas habilidades y destrezas, así como a potenciar el intercambio entre las generaciones que confluyen en el curso.

- **¿Los cursos regulares tienen requisitos?**

Para matricular los cursos regulares, la persona estudiante del PIAM debe cumplir el requisito de haber aprobado la Enseñanza Media completa. En el caso de cursos más avanzados de los planes de estudio, quedará a criterio del profesor/a, el cual determinará el o los requisitos y serán informados en la Guía de Horarios.

Es importante considerar que la matrícula en los cursos regulares debe contar con la autorización del docente responsable; en este sentido, el PIAM gestiona cada semestre la apertura de cupos en los cursos regulares, por esta razón los cursos que aparecen en la Guía de Horarios no requieren de autorización adicional del docente a cargo.

- **¿Qué hago si el curso regular que deseo llevar no aparece en la Guía de Horarios?**

Cuando un estudiante del PIAM desea matricularse en algún curso regular que no esté en dicho documento debe, obligatoriamente, solicitar la inclusión al docente del curso. Para ello, el profesor del curso debe enviar la **“Boleta electrónica de inclusión de cursos”** autorizando la participación del estudiante

del PIAM en dicho curso. El formulario lo puede adquirir en la página web piam.ucr.ac.cr

- **¿Los cursos son presenciales o virtuales?**

Esto va a depender del curso como tal. La mayoría de los cursos regulares ya regresaron a la presencialidad, sin embargo, otros se mantienen en la modalidad virtual. Es importante revisar cada caso en particular y la información la puede encontrar en esta Guía de horarios.

En el caso de los cursos regulares de la Universidad (presenciales o virtuales), se utiliza la plataforma de **Mediación virtual**, por lo que el PIAM les gestiona el correo institucional con dominio **ucr.ac.cr** una vez que haga efectiva la matrícula.

- **¿Cuánto cuestan los cursos regulares?**

Tienen un costo de 10.000 colones + 2% IVA = ₡10.200 colones por ciclo lectivo.

- **¿Cuándo ingresan los cursos regulares?**

Los cursos regulares inician en la semana del 09 de marzo y finalizan en la semana del 29 de junio.

ESCUELA DE ARTES MUSICALES

CURSO VIRTUAL:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	PLATAFORMA	GRUPO	CUPO
AM0027	Técnicas de investigación	K 8 a 10:50	Lilliana Chacón Solís	Zoom	02	1

Descripción del curso: El curso es 100% virtual, por lo cual, los estudiantes deben poseer un alto grado de alfabetización digital. Es decir, deben saber manejar fluidamente las Tecnologías de la Información y la Comunicación como los navegadores web (Chrome, FireFox, Edge), el correo electrónico, aplicaciones para elaborar presentaciones (Canva, Genially, Power Point), aplicaciones para trabajo colaborativo (Google Drive, Microsoft One Drive), aplicaciones de teleconferencias (Zoom), software ofimático (Word), y tener cierta familiaridad con aplicaciones de inteligencia artificial generativa (ChatGPT, Copilot, etc.)

Deberán contar con una conexión estable de internet y poseer una computadora con vídeo, audio y micrófono.

Para los estudiantes de música, será obligatorio que su proyecto de investigación se relacione con la música. Sin embargo, este requisito no será necesario para los estudiantes del PIAM.

Si bien algunas lecturas podrán referirse específicamente a la disciplina de la música, el resto se relacionará con los procesos de investigación en general, por lo cual, no es necesario tener conocimientos teóricos musicales para cursar esta materia.

ESCUELA DE CIENCIAS COMUNICACIÓN COLECTIVA

CURSO PRESENCIAL:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
C 0011	Producción básica de audio	M 17 a 20:50	Paul Alvarado Quesada	108 CS	02	2

Descripción del curso: Este curso introduce a la producción de audio para los distintos soportes y medios que utiliza. Se explorarán las etapas que abarca el proceso de producción de audio, desde la formulación de la idea básica hasta la construcción de guiones y mensajes de audio con calidad de publicación, por medio de la experimentación con los elementos del lenguaje del sonido, los conocimientos sobre construcción del espacio sonoro y las figuras básicas de montaje.

Nota: No es necesario, pero sería deseable el acceso a una computadora propia.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
C 0033	Comunicación y procesos sociales en Costa Rica	L 17 a 19:50	Marvin Amador Guzmán	103 CS	01	2

Descripción del curso: El curso propone una experiencia de revisión y comprensión de los procesos sociales de Costa Rica desde la particular construcción institucional del país a partir de la década de 1940 y hasta el presente, mediante una dinámica de intercambio y foro permanente. Pero, más (o además) de la necesaria revisión del proceso histórico, se interesa en conocer y comprender cómo ha operado y opera la comunicación —entendida desde una perspectiva simbólica— en tanto dimensión social que es parte de esos procesos socio-históricos. El curso partirá de una revisión de la noción de comunicación, desde una perspectiva simbólica, para luego hacer foco en el devenir histórico, político y económico- La revisión del proceso socio-histórico del período incluye el reconocimiento de los cambios sociales, económicos y políticos del modelo del Estado de Bienestar; la situación social y política de los años 70 y 80; las condiciones, cambios y consecuencias de la contra-reforma neoliberal; y el advenimiento de las dinámicas políticas y sociales propias de la última década del Siglo XXI, con la emergencia de partidos políticos religiosos y de gobiernos autoritarios populistas de derecha.

Nota: Tener disponibilidad real de asistir de manera presencial y regularmente a las clases.

ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

CURSO PRESENCIAL:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
EF0040	El deporte en el cine	L 15 a 18:50	Luis Fdo Aragón	022 EF	01	2
<p>Descripción: En este curso se persigue aprovechar la amplia riqueza cinematográfica relacionada con el deporte para reflexionar sobre distintos temas relevantes para la sociedad actual: guerra, convicciones personales, adversidad, ética, historia, política, superación y discapacidad, siempre buscando inspirar y construir mejores personas. Cada día veremos una película distinta en el auditorio y conversaremos sobre esta; NO ES un curso de apreciación de cine.</p> <p>Requisito: Acceso a mediación virtual</p>						

ESCUELA DE ESTUDIOS GENERALES

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
SR0011-03	Seminario de Realidad Nacional II: Derechos Humanos y Seguridad Ciudadana	K 9 a 10:50	María Gabriela Campos	215 AU	03	2
SR0011-04		K 13 a 14:50	Emilio Trejos Artavia	204 EG	04	2
SR0011-05		K 15 a 16:50	Mónica Mata Soto	204 EG	05	2
SR0011-06		M 9 a 10:50	María Gabriela Campos	106 AU	06	2
SR0011-07		M 13 a 14:50	Emilio Trejos Artavia	106 AU	07	2

SR0011 -08	Seminario de Realidad Nacional II: Derechos Humanos y Seguridad Ciudadana	M 15 a 16:50	Mónica Mata Soto	106 AU	08	2
<p>Descripción del curso: Este Seminario de Realidad Nacional promueve un acercamiento de la población estudiantil al conocimiento de la Discapacidad como tema de interés social, particularmente en la sociedad costarricense a través del enfoque social o de Derechos Humanos y se enriquecerá con los aportes de todas las personas participantes, ya que, fomentará la reflexión crítica y humanista en cuanto a las acciones que las diferentes disciplinas pueden emprender para el estudio del tema, la búsqueda y el planteamiento de soluciones concretas a los problemas que giran en torno a este, permitiendo a las personas estudiantes, adquirir herramientas conceptuales y prácticas que puedan utilizar en su vida personal.</p> <p>Nota: Se requiere acceso a mediación virtual</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
EG0313 -04	Apreciación de cine	L 16 a 18:50	Bertold Salas Murillo	102 AU	04	2
EG0313 -09	Apreciación de cine	M 7 a 9:50	Ángela Ramírez	102 AU	09	5
EG0313 -14	Apreciación de cine	V 7 a 9:50	Ángela Ramírez	102 AU	14	5
<p>Descripción del curso: Analizar el cine en su narrativa y su estética. Un curso dedicado a comprender la experiencia de ver y apreciar los materiales audiovisuales. Incluye tanto el visionado de filmes (en clase o en el hogar), como el análisis de estos, con las herramientas que ofrece el curso.</p> <p>Nota: Se requiere acceso a mediación virtual para ver los materiales (videos o filmes) que se compartirán en la plataforma.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
EG0124-01	Historia de la cultura	J 7 a 8:50	Alvaro González	201 EG	01	4
EG0124-02	Historia de la cultura	J 9 a 10:50	Alvaro González	202 EG	02	4
EG0124-18	Historia de la cultura	V 9 a 10:50	Alvaro González	203 EG	18	4
EG0124-19	Historia de la cultura	V 7 a 8:50	Alvaro González	204 EG	19	4

Descripción del curso: En este curso se estudian temas sobre democracia, partidos políticos y geopolítica

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
RP0016	Introducción a la cultura afroamericana	V 7 A 10:50	Dayron de León Castillo	220 AU	01	3

Descripción del curso: El repertorio ofrece a las personas estudiantes un acercamiento a las distintas corrientes que abordan los conceptos de "raza" y "etnicidad" como construcciones históricas y contemporáneas. Se trata de analizar y reflexionar sobre las relaciones entre las identidades sociales y culturales, por ende, sobre la cuestión del "nosotros" y el "otro diferente"

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
RP0025-01	Introducción a la ecología política	L 13 a 16:50	Dayron de León Castillo	220 AU	01	3
RP0025-02	Introducción a la ecología política	J 7 a 10:50	Dayron de León Castillo	212 AU	02	3r

Descripción del curso: La visión humanista que coloca al ser humano en el centro está siendo cuestionada ante una profunda crisis civilizatoria que amenaza la supervivencia de la humanidad, producto de una separación histórica entre sociedad y naturaleza y de un modelo moderno basado en el crecimiento económico ilimitado. Desde los años setenta, diversos informes

alertan sobre la degradación ambiental y la insostenibilidad de este modelo, pero la humanidad no ha logrado revertir el daño ecológico.

Como respuesta, surge la ecología política, un campo inter y transdisciplinario que analiza las relaciones sociedad-naturaleza integrando dimensiones políticas, económicas, culturales y biológicas. Este enfoque examina cómo la apropiación y explotación de los bienes naturales afecta a grupos humanos y ecosistemas vulnerables, y propone alternativas para una transformación cultural orientada a la sustentabilidad y al respeto por todos los seres vivos.

Este curso aborda las principales corrientes teóricas, metodológicas y prácticas de este pensamiento, con énfasis en América Latina, región históricamente marcada por la explotación de sus bienes comunes y por disputas geopolíticas asociadas a ellos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
EG0315-01	Taller de teatro	L 9 a 11:50	Gladi Alzate	16 BA	01	2
EG0315-03	Taller de teatro	M 9 a 11:50	Gladi Alzate	16 BA	03	2

Nota: Se requiere acceso a Mediación virtual.

ESCUELA DE FILOSOFÍA

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 1007	Introducción a la investigación del pensamiento grecolatino	L y J 9 a 10:50	Luis Alberto Fallas López	161 LE	01	2

Descripción del curso: Este curso ofrece una introducción a la investigación en filosofía mediante la lectura, escritura y debate de ideas, enfocada en los estudios contemporáneos sobre el pensamiento griego y latino antiguos. A partir del análisis de textos y problemas filosóficos de largo aliento, se

presentarán herramientas lingüísticas, lógicas y contextuales, así como nociones básicas de griego y latín que permitan comprender mejor las obras de los autores clásicos.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 7177	Ética de la investigación en seres vivos	K y V 9 a 10:50	Luis Alberto Fallas López	111 LE	01	2

Descripción del curso: Este curso ofrece un espacio para comprender y analizar la dimensión moral presente en la investigación científica con seres vivos. Más allá de los criterios deontológicos que suelen guiar estas prácticas, se busca explorar perspectivas éticas que permitan valorar de manera más amplia los alcances y responsabilidades de la investigación para todos los actores involucrados.

Dado lo complejo del tema, el curso centra su atención en dos ejes principales: (1) el estudio de visiones éticas claras y bien fundamentadas dentro de la tradición filosófica, con capacidad crítica y propositiva; y (2) la reflexión específica sobre investigaciones relacionadas con la salud humana.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 1012	Filosofía medieval	L 17 a 20:50	Luis Diego Cascante	320 LE	02	5

Descripción del curso: Se centra en la transición de la patrística a la escolástica, el método aristotélico, la metafísica del ente y la influencia cristiana, judía e islámica en el periodo (400-1400 d.C.)

Nota: Requiere acceso a Mediación virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 8070	Aforismos filosóficos en Lengua Latina	L y J 9 a 10:50	Luis Diego Cascante	110 LE	01	5

Descripción del curso: Los aforismos filosóficos latinos, fundamentales en el estudio clásico de la filosofía, condensan la sabiduría estoica, ética y existencial en breves sentencias. Fomentan la reflexión sobre la vida, la virtud y el control mental (paz del alma), destacando que la felicidad depende de uno mismo y la aceptación tranquila.

Nota: Requiere acceso a Mediación virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 3322	Seminario Historia del pensamiento: Descartes	K 16 a 18:50	Juan Diego Moya	114 LE	01	10
F 6020	Seminario de metafísica	V 10 a 12:50	Juan Diego Moya	161 LE	01	10

Descripción del curso: Ambos seminarios introducirán, a quienes participen de ellos, en los sistemas de pensamiento de ambos filósofos europeos del siglo XVII. Las asignaturas se centrarán en la arquitectura de ambos sistemas de pensamiento (el cartesiano y el leibniziano).

Nota: Los cursos tendrán un entorno en Mediación Virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 0045	Seminario: problemas, teorías y fenómenos de la imagen y la visualidad	K 16 a 18:50	Rocío Zamora-Sauma	161 LE	01	3

Descripción del curso: Este seminario aborda problemáticas y teorías contemporáneas de la imagen y la visualidad desde una perspectiva filosófica crítica, intermedial e interdisciplinaria. El curso se orienta a la comprensión de las condiciones técnicas, históricas e institucionales que hacen posibles las imágenes, así como de los regímenes de visibilidad e invisibilidad que estructuran la visualidad y las nociones de mundo. A partir del cruce de perspectivas en estética, teoría crítica y filosofía política, se analizan las relaciones entre imagen, técnica y poder, incluyendo la mediación algorítmica como uno de los problemas contemporáneos que inciden en la producción, circulación y percepción de las imágenes.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 2054	Introducción a la lógica	M 17 a 20:50	Oscar Navarro Rojas	111 LE	01	4
<p>Descripción del curso: El curso tiene como objetivo proporcionar a las personas estudiantes una comprensión sólida de los principios fundamentales de la lógica, el razonamiento válido y las habilidades para analizar y construir argumentos de manera efectiva.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
F 5504	Introducción a la ética	M 17 a 20:50	Hector Ferlini Cartín	320 LE	01	2
<p>Descripción del curso: El curso busca desarrollar los principales conceptos que le dan soporte a la ética, combinando algunas de las principales propuestas de la filosofía clásica griega con problemas actuales.</p> <p>Nota: Requiere acceso a Mediación virtual.</p>						

ESCUELA DE FORMACIÓN DOCENTE

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
FD5043	Educación ambiental	L 13 a 15:50	Hector Perdomo	304 AU	01	6
<p>Descripción del curso: El presente curso se enfoca en el reconocimiento del ambiente, su biodiversidad y los servicios ecosistémicos que nos provee, así como en el análisis de los principales problemas socioambientales generados por la acción humana. Asimismo, aborda la Educación Ambiental como un proceso formativo que permite transformar nuestra relación con el ambiente.</p> <p>Nota: Se utiliza la plataforma de mediación virtual.</p>						

ESCUELA DE GEOLOGÍA

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
G0111	Fundamentos de geología	K 13 a 15:50 y V 11 a 12:50	Ivonne Arroyo	206 FC	09	2
<p>Descripción: Este curso ofrece una introducción accesible a las ciencias geológicas, dirigida a personas de todas las áreas del conocimiento, sin requerir formación previa. Se estudian los procesos que dan forma a la Tierra, su historia, composición y evolución, así como sus relaciones con los procesos biológicos y las actividades humanas, incluyendo una visión general del Sistema Solar. El curso incluye una aproximación práctica al reconocimiento de minerales y tipos de rocas, y pone especial énfasis en los procesos geológicos que han moldeado el territorio costarricense y sus implicaciones para la sociedad.</p> <p>Requisito: Acceso a mediación virtual donde se incluye todo el material del curso.</p>						

CURSOS BIMODALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	PLATAFORMA	GRUPO	CUPO
G0111	Fundamentos de geología	M 7 a 9:50 y M 11 a 12:50	Karla Vanessa Rojas	206 FC	11	2
<p>Descripción: Se estudia la historia de la Tierra, sus componentes, y sus procesos. Incluye 4 sesiones de laboratorio con rocas y minerales, y las restantes semanas de prácticas con mapas, etc.</p> <p>Requisito: Se utiliza la plataforma de Mediación Virtual como repositorio de todo el material del curso.</p>						

ESCUELA DE HISTORIA

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
HA1023	Historia y memoria	V 17 a 19:50	Werner Mackenbach	204 CS	01	5
<p>Descripción del curso: Este curso se preguntará ¿cuáles son las principales discusiones teóricas de la historiografía y de las ciencias sociales relacionadas con la historia y la memoria?, ¿cuál es la trayectoria de los estudios históricos de la memoria y cuáles son sus principales preocupaciones?, Cada una de estas interrogantes guiarán las discusiones a lo largo de las sesiones de trabajo, que pretenden ser una introducción a los más importantes debates teóricos, conceptuales, empíricos y metodológicos sobre la relación entre historia y memoria, y que busca ofrecer las principales herramientas para aplicar esta perspectiva en las distintas temáticas de investigación desarrolladas por las y los estudiantes del curso.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
HA3011-01	Historia colonial de Centroamérica y Costa Rica	L 17 a 20:50	Lizeth Payne Iglesias	204 CS	01	2
HA3011-02	Historia colonial de Centroamérica y Costa Rica	K 13 a 16:50	Lizeth Payne Iglesias	204 CS	02	2
<p>Descripción del curso: En este curso se centra en la historia de la conquista y de la ocupación española en Centroamérica y Costa Rica.</p> <p>Nota: Se requiere acceso a Medición Virtual.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
HA1013	Historia antigua	M 17 a 20:50	Antonio Jara	204 CS	01	2

Descripción del curso: El curso tiene como propósito introducir al estudiante de Historia, Estudios Sociales e Historia del Arte en un periodo de la Historia Mundial, que comprende desde las primeras formas de organización humanas, durante el paleolítico y neolítico, hasta los siglos V o VI de Nuestra Era, según tratemos de Europa, Asia o África

Nota: Se requiere acceso a Medición Virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
HA1420-02	Historia general de África	V 10 a 12:50	José Vicente Gómez M	204 CS	02	2

Descripción del curso: En el presente curso vamos a estudiar los grandes procesos de la historia de África, ocurridos desde la antigüedad hasta el presente, privilegiando cuatro momentos históricos: África antes de los europeos. África en la economía del Atlántico sur. El colonialismo, las independencias y la formación del Estado. Los nuevos retos del desarrollo.

Nota: Se requiere acceso a Medición Virtual. Deseable haber recibido historia antigua y medieval.

ESCUELA DE INGENIERÍA ELÉCTRICA

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IE0623	Microprocesadores	K 9 a 10:50 y V 9 a 11:50	Geovanny Delgado	111 IE	01	4

Descripción: Este es un curso sobre arquitectura de microprocesadores, diseño de algoritmos y programación.

Requisitos: Conocimientos generales de sistemas digitales

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
IE0323	Sistemas digitales I	K, V 15 a 16:50	Geovanny Delgado	404 IN	02	5

Descripción: Este es un curso sobre análisis y diseño de sistemas digitales
Requisitos: Dominio básico de habilidades matemáticas

ESCUELA DE LENGUAS MODERNAS

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
LM200 4	Francés básico II	V 18 a 20:50	Helena Brian	212 LE	03	2
<p>Descripción: El propósito de este curso es suministrar a los/las estudiantes las herramientas necesarias para la comprensión y la expresión escrita básicas y un nivel de comprensión oral que les permita ampliar sus conocimientos sobre la civilización francesa, iniciados en el curso de francés básico I.</p> <p>Requisitos: Se utilizará la metodología TENDANCES A1 (Méthode y cahier d'activités), se utilizará la plataforma de Mediación Virtual Nueva para colocar el material del curso.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
LM2030	Comprensión de lectura en francés I	K y J 10 a 12:50	Helena Brian	K: 203 AG J:211 LE	01	2
<p>Descripción: El curso se dirige a un público universitario de diferentes áreas que necesita tener acceso a la comprensión de textos escritos en francés de carácter informativo, y en cuyos planes de estudio figura el estudio de una lengua extranjera.</p> <p>Requisitos: Se utilizará la plataforma de Mediación Virtual nueva como acompañamiento del curso.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
LM1618	Inglés para ingeniería industrial	K y J 10 a 11:50	Andrea Sánchez Víquez	603 DE	01	1
<p>Descripción del curso: This module aims to prepare students to face current academic challenges and to perform professionally in English in future workplace environments. Each course in the module explores the four main language skills: speaking, writing, listening, and reading. This course will be developed using a communicative approach and task-based learning as both a teaching and assessment method. The course is framed within the ESP (English for Specific Purposes) approach, which bases its design on the real, current, and future needs of the Industrial Engineering population.</p> <p>Requisitos: Se utilizará la plataforma de Mediación Virtual y es obligatorio tener un nivel de inglés intermedio-avanzado ((B1+) y estudios en ingeniería.</p>						

CURSOS BIMODALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	PLATAFORMA	GRUPO	CUPO
LM4001-01	Italiano Básico I	M 7 a 9:50	Annamaria Rimolo	250 LE	01	3
LM4001-02	Italiano Básico I	J 7 a 9:50	Annamaria Rimolo	250 LE	02	3
LM4001-03	Italiano Básico I	V 10 a 12:50	Annamaria Rimolo	250 LE	03	3
<p>Descripción del curso: Este curso se dirige a alumnos de otras unidades académicas en cuyos planes de estudio se contempla el aprendizaje de una lengua extranjera. El material utilizado sigue los lineamientos del enfoque comunicativo. Su finalidad consiste en ayudar a los estudiantes a desarrollar destrezas para la producción escrita y oral básica y la comprensión auditiva y de lectura a un nivel básico, que le permitirá acceder a niveles más avanzados.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	PLATAFORMA	GRUPO	CUPO
LM4002	Italiano básico II (requisito LM4001)	V 7 a 9:50	Annamaria Rimolo	250 LE	01	6

Descripción del curso: Este curso se dirige a alumnos de otras unidades académicas en cuyos planes de estudio se contempla el aprendizaje de una lengua extranjera. El material utilizado sigue los lineamientos del enfoque comunicativo. Su finalidad consiste en ayudar a los estudiantes a mejorar las destrezas para la producción escrita y oral y la comprensión auditiva y de lectura desarrolladas en el curso anterior hasta llegar a un nivel pre-intermedio, que le permitirá acceder a niveles más avanzados.

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS0001	Psicología general	M 10 a 12:50	Marcela León	209 CS	02	5

Descripción: Como curso introductorio de Psicología General, parte de una reflexión-indagación sobre los diferentes intentos que se han dado y se dan para comprender y resolver la problemática de la existencia humana y su comportamiento, en un contexto de responsabilidad social y de sensibilidad ante el contexto histórico y cultural. Con este curso se pretende que los y las estudiantes adquieran conocimientos básicos sobre la Psicología como disciplina rigurosa, que les permitan aproximarse al análisis del comportamiento humano en la realidad cotidiana.

Requisitos: Se utiliza Mediación virtual, WhatsApp y Teams como medios virtuales

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS0019	Fundamentos de crecimiento y desarrollo humano	K 13 a 15:50	Adriana Vindas	604 CS	01	5

Descripción: El curso estudia diversas formas de comprender el desarrollo humano y se tendrán espacios de reflexión, tales como neuroeducación, discapacidad, diversidad sexual, entre otros

Requisitos: Acceso a Mediación virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS0058	Psicología del desarrollo humano III	J 10 a 12:50	Mónica Salazar	308 CS	02	3

Descripción: En este curso se estudian los principales procesos de desarrollo psicológico característicos de la adultez y la adultez mayor. La perspectiva general del curso es clínico-evolutiva. Hay un interés específico en la comprensión de la estructura del desarrollo psicológico tal y como acontece en la adultez y la vejez. Además, los objetivos tratan de alcanzarse mediante ejercicios de ilustración conceptual y por ejercicios de investigación teórica y empírica. Asimismo, se hace énfasis en la conceptuación del desarrollo humano en estas etapas como un proceso, de allí la necesidad de visibilizar la interacción continua tanto de factores biológicos como psicológicos, sociales, culturales y ambientales, los cuales actúan al mismo tiempo en la transformación del sujeto humano.

Requisito: Acceso a mediación virtual como apoyo con materiales.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS1041	Módulo de psicología y religión	L 17 a 19:50	Javier Tapia Balladares	605 CS	01	2

Descripción del curso: Este curso analiza las creencias, experiencias religiosas y fenómenos espirituales desde una perspectiva científica y psicológica. Examina la influencia de la religión en la identidad, la cultura y la salud mental, abordando temas de actualidad, religiones universales/autóctonas y métodos de investigación cualitativos. No es un curso de crítica acérrima a la religión, pero tampoco es complaciente; lo cual es importante considerar pues se pueden tocar fibras socioemocionales del estudiantado.

El curso es presencial, pero con apoyo de Mediación virtual.

Requisito: Acceso a mediación virtual.

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS1076	Clínica cognitivo conductual	M 13 a 15:50	Ana Jurado Solórzano	603 CS	01	2
<p>Descripción del curso: se espera poder instrumentar a los y las estudiantes en las técnicas más actualizadas en la intervención psicológica desde una perspectiva conductual, cognitiva y emocional. Por lo que, las técnicas que se verán en este curso son aquellas que han demostrado una eficacia clínica en el abordaje de muchas afecciones psicológicas.</p> <p>Nota: Se requiere acceso a Mediación virtual.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
PS1033	Seminario de temas: Las imágenes en el diván.	K 13 a 15:50	Priscilla Echeverría Alvarado	502 CS	01	2
<p>Descripción del curso: El curso las imágenes en el diván: El lugar de las imágenes en la clínica y el análisis cultural.</p> <p>Nota: Se requiere capacidad de abstracción. La lectura es de nivel complejo en Humanidades. Se requiere acceso a Mediación virtual.</p>						

FACULTAD DE DERECHO

CURSOS PRESENCIALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
DE2002	Teoría del Estado I	M 7 a 10:50	Edgar Odio Rhormoser	301 DE	01	2
<p>Descripción del curso: Estudia los orígenes, fundamentos, evolución y estructura del Estado, incluyendo sus formas de poder, democracia y legitimidad. Analiza la relación entre sociedad y derecho, enfocándose en la limitación del poder, el principio de legalidad y el Estado Social de Derecho.</p>						

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA FÍSICA	GRUPO	CUPO
DE3002	Derecho de familia II	K y V 11 a 12:50	Sofía Cordero Molina	403 DE	01	2
Nota: Se utiliza mediación virtual donde se incorpora toda la materia. La asistencia es muy importante.						

CURSOS BIMODALES:

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	PLATAFORMA	GRUPO	CUPO
DE2003-02	Derecho penal I	K y V 9 a 10:50	Lilliana Rivera Quesada	304 DE /Mediación virtual	02	5
Descripción del curso: Se trata de un curso introductorio al Derecho Penal, en el que se conceptualiza esta rama del Derecho, se le relaciona con la Criminología y la Política Criminal. También se estudian los Principios Constitucionales Penales y las reglas de aplicación. El curso es mayoritariamente presencial, pero algunas clases serán virtuales. Igualmente, se utiliza Mediación Virtual para acceder contenidos y en a veces evaluaciones.						

Organice su horario

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
7:00 a.m						
8:00 a.m						
9:00 a.m						
10:00 a.m						
11:00 a.m						
12:00 m.d						
1:00 p.m						
2:00 p.m						
3:00 p.m						
4:00 p.m						
5:00 p.m						
6:00 p.m						
7:00 p.m						
8:00 p.m.						
9:00 p.m.						

Lista prioridades

CÓDIGO	CURSO	HORARIO	PROFESOR	AULA	GRUPO

SEGURO DE ACCIDENTES PARA UNIVERSITARIOS

PÓLIZA No. ACG2504

Este seguro cubre accidentes únicamente, que puedan ocurrir en cualquier parte del territorio nacional y fuera del mismo, durante las 24 horas del día y mientras el seguro se encuentre vigente.

COBERTURA

Gastos Médicos por accidente	€3.500.000,00
Incapacidad Permanente Accidental	€3.500.000,00
Muerte Accidental	€3.500.000,00

VIGENCIA

Rige del 8 de marzo 2026 al 7 de marzo 2027, de conformidad con el semestre matriculado.

PRIMA La prima es de **€9.300,00 anual (+2% IVA)** y se debe cancelar a la Universidad junto con el primer recibo de matrícula que sea emitido al estudiante. Los estudiantes que no son de matrícula ordinaria deberán cancelar la prima cuando se inscriba en el curso.

BENEFICIARIOS: La persona estudiante debe registrar los beneficiarios de la póliza en caso de muerte accidental en el siguiente enlace: <https://rb.gy/flz14q>

INDEMNIZACIÓN POR GASTOS MÉDICOS

Toda solicitud de indemnización deberá ser tramitada por el estudiante ante el Instituto Nacional de Seguros, ya sea en cualquiera de sus Sucursales o en Oficinas Centrales, en caso de recibir atención médica privada o en la Caja Costarricense de Seguro Social (C.C.S.S.), esta última opción para aquellos estudiantes que no se encuentran asegurados en el Sistema Social.

ATENCIÓN MÉDICA EN EL INS

Podrá asistir a INS-Salud, ubicado en la Uruca, o a cualquiera de los Dispensarios del INS, ubicados en todo el territorio nacional. Para ello debe presentar de forma digital o impresa su boleta de matrícula (factura electrónica) donde indica que tiene la póliza paga y activa (le llega al correo al momento de matricular). En el caso que el estudiante tenga carné también de presentarlo al día.

En este caso, el estudiante no desembolsará dinero, ni se cobrará el deducible correspondiente y se reconocerá el transporte de emergencia en ambulancia al momento del accidente, máximo tres mil colones por evento.

AVISO

Se deberá dar aviso al Instituto del accidente, dentro de los noventa días naturales de su ocurrencia, con los requisitos descritos anteriormente. No obstante, si las consecuencias del accidente no se manifiestan en el momento mismo, el Asegurado podrá comunicarlo al INS a más tardar dentro de los ciento ochenta días, contando a partir de la fecha de ocurrencia del evento.

TRÁMITES

Para consultas llame al 800-835-3467 Teleins o visite la página web www.ins-cr.com. Puede descargar toda la información en el siguiente enlace: https://oaf.ucr.ac.cr/sites/default/files/poliza_estudiantil.pdf

CONTÁCTENOS



2511-1500



2511-1500



piam.vas@ucr.ac.cr



PiamUCR



[piam.ucr](https://www.instagram.com/piam.ucr)



www.piam.ucr.ac.cr

