

APRENDER Y ESTUDIAR EN LA UNIVERSIDAD 2022 ONLINE

I. IDENTIFICACIÓN

- Nombre de curso : Aprender y Estudiar en la Universidad
- Código : FAC318
- Carácter : Libre (2 U. D.)
- Semestre : Primero
- Horas directas semanales : 2
- Días : martes
- Horario : 13:00 - 14:00 (clases sincrónicas)
- Sala : U-Cursos - EOL

II. DESCRIPCIÓN

Comprender la naturaleza del estudio suele ser un proceso complejo y continuo que no se ajusta en el marco del tiempo. Con este curso podrás orientar el desarrollo de habilidades de Autorregulación Académica y Emocional para que construyas experiencias de aprendizaje adecuadas a tu realidad académica.

Aprender y Estudiar en la Universidad, busca que como participante puedas comprender los procesos que influyen en tu formación a nivel de Educación Superior.

III. OBJETIVO GENERAL

A través del desarrollo de este curso, tendrás la oportunidad de conocer diversas estrategias que te permitirán abordar tus sesiones de estudio de forma integral y efectiva, además de, potenciar tus habilidades de autorregulación a nivel académico y emocional; con el propósito de construir experiencias de aprendizajes adecuadas que impacten en el rendimiento académico.

IV. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Al final del curso, los estudiantes serán capaces de:

- Reconocer los principales factores de autorregulación académica que permiten hacer frente a diversas situaciones en la vida universitaria.
- Elaborar estrategias que permitan, usando diferentes herramientas y técnicas de estudio, abordar situaciones académicas comunes en la universidad.
- Reconocer los principales factores de autorregulación emocional que permitan afrontar diversas situaciones exigentes en la universidad.
- Aplicar los contenidos a través del empleo de estrategias metacognitivas en situaciones reales y ficticias, siendo capaz de identificar y reorganizar la información, construyendo productos de aprendizajes personales visualizando su impacto en el rendimiento académico.

V. PROGRAMA DE ACTIVIDADES

SESIÓN	PROFESORA	TEMA
1	Constanza Soto	Presentación del curso: Introducción al curso Aprender y Estudiar en la Universidad
MÓDULO 1: AUTORREGULACIÓN Y PLANIFICACIÓN PARA EL APRENDIZAJE		
2	Constanza Soto	Autorregulación Académica
3	Constanza Soto	Estrategias Metacognitivas
4	Constanza Soto	Planificación del aprendizaje: Macroplanificación
5	Constanza Soto	Planificación del aprendizaje: Microplanificación
6	Constanza Soto	Evaluación 1: Elaborar un plan de estudio

MÓDULO 2: HERRAMIENTAS EFECTIVAS PARA LA CONSTRUCCIÓN DE CONOCIMIENTOS		
7	Constanza Soto	Estrategias de activación de conocimientos previos
8	Constanza Soto	Estrategias de estudio orientadas a la lectura y escritura
9	Constanza Soto	Estrategias orientadas al estudio de las ciencias básicas
10	Constanza Soto	Estrategias de estudio orientadas a la organización de información
11	Constanza Soto	Estrategias de autoevaluación y monitoreo del proceso de estudio
12	Constanza Soto	Evaluación 2: Construcción de recurso audiovisual vinculado a los aprendizajes obtenidos
MÓDULO 3: FACTORES EMOCIONALES PARA GESTIONAR EL APRENDIZAJE		
13	Constanza Soto	Motivación y persistencia
14	Mónica Osorio	Manejo del estrés
15	Constanza Soto	Cierre del curso Evaluación 3: Integración de conceptos a través de un ensayo

Los contenidos del curso se trabajan por medio de una modalidad mixta. Por un lado, asincrónica, la cual refiere a los momentos diferenciados de tiempo y espacio entre participantes. De esta forma, el estudiante trabaja con recursos previamente seleccionados, organizados y cargados. Con esto, se apela a la autonomía e independencia para gestionar el tiempo y cumplir con las actividades. Por otro lado, todos los módulos contemplan una sesión sincrónica para abordar los contenidos trabajados a lo largo del curso, posibilitando instancias de integración de contenidos, resumir ideas y conocer las experiencias de los estudiantes.

VI. PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES

- El curso se estructura en base a la promoción efectiva de estrategias y técnicas de organización, elaboración, indagación, análisis, síntesis, resolución de problemas, que permiten planificar, supervisar y evaluar de manera efectiva tanto los factores que intervienen en el rendimiento académico - cognitivos y motivacionales - como en el desarrollo de competencias y en la formación profesional.
- El electivo online emplea metodologías activo – participativas, incorporando el uso de estrategias de orientación autogestionada, que guían a cada estudiante en el proceso de reflexión personal, permitiendo el autodiagnóstico, auto intervención y auto seguimiento; y orientación interactiva, que dirigen a los estudiantes a participar con otros por medio de los servicios que dispone la plataforma: blog, foros, muros colaborativos, correo, enlaces y descarga de material.
- El material empleado se encuentra disponible en los distintos servicios que ofrece U-cursos y la plataforma EOL. Así, los estudiantes pueden acceder a los contenidos en todo momento a través de la descarga de archivos, visualización de videos y lecturas complementarias.

VII. PROFESORES PARTICIPANTES

- **Profesores encargados:**

Constanza Soto Reyes

Psicopedagoga CEACS con experiencia en Orientación Psicoeducativa en Educación Superior. Actualmente desempeña el rol de docente encargada del curso “Aprender y Estudiar en la Universidad”. Sus acciones profesionales se enmarcan en el Área de Formación de Competencias.

- **Profesores Participantes:**

Mónica Osorio Vargas

Vania Correa

Javiera Retamal

Ninoska Sandoval

VIII. EVALUACIÓN.

Los aprendizajes del estudiante serán evaluados por medio de la heteroevaluación por parte de las docentes y autoevaluación al finalizar el proceso. A continuación, se detalla el contenido y objetivos de cada trabajo:

Evaluaciones:

1. Evaluación 1: Aplicación de contenidos a través de la elaboración de un plan de estudio 20%

Por medio de este trabajo individual se busca que cada estudiante aplique los principales aprendizajes en torno a la autorregulación y planificación académica, a través de su experiencia personal.

- I. Autoevaluación: Apartado que tiene como objetivo valorar la capacidad crítica que tiene el/la estudiante, objetivamente, de sí mismo/a, en relación a los aspectos cognitivos, procedimentales y actitudinales involucrados en su autorregulación y planificación académica, a través de un breve cuestionario.
- II. Soluciones: Sección destinada a la reflexión personal, donde por medio de la identificación de situaciones que dificulten su autorregulación y planificación académica, junto a sus causas, se definan las posibles soluciones y establezcan objetivos y/o metas a seguir.
- III. Acción: Luego de haber identificado fortalezas y debilidades sobre su proceso académico, asimismo, las dificultades presentes, junto a sus causas. Los/as estudiantes deben desarrollar una planificación funcional sobre una sesión de estudio que deban tener durante la fecha.

El trabajo se evaluará mediante los siguientes criterios:

- Reflexión crítica ante el proceso de autoevaluación.
- Identificación de problemas significativos.
- Identificación de causas del problema.
- Planificación funcional “qué estudiar”
- Planificación funcional “para qué y por qué estudiar”
- Planificación funcional “cómo lograr el objetivo de aprendizaje”
- Planificación funcional “cuándo y dónde estudiar”.
- Expresión escrita.

2. Evaluación 2: Construcción de recursos que expliquen el uso de Técnicas de estudio orientadas a la lectura, escritura y organización de información. 25%

De acuerdo con los contenidos abordados en el módulo, se deberá escoger una temática que deseen explicar en el video de máximo tres minutos. Por ejemplo: resumen, mapa conceptual, ficha de lectura. Al elegir el tema que se desea transmitir, se define el tipo de video y el contenido a trabajar.

Para explicar la temática, se debe vincular con un contenido propio de la carrera. Por ejemplo: la importancia de realizar resúmenes en Diversidad Animal o Cómo hacer un mapa conceptual con los contenidos de Química.

El video puede ser grabado con los recursos y medios que decida cada estudiante. Se recomiendan plataformas como: Canva, VideoScribe o Powtoon.

La entrega puede ser a través de un Enlace o bien, enviar por correo electrónico o cargar el archivo a Tarea.

Los criterios de evaluación son:

1. Abordaje en profundidad de los contenidos escogidos
2. Relevancia de la vinculación con los contenidos propios de la carrera
3. Claridad de la presentación
4. Originalidad del producto
5. Uso del lenguaje
6. Ajuste a los tiempos
7. Calidad del video

3. Evaluación 3: Ensayo Argumentativo incorporación de todos los contenidos trabajados en el curso. 25%.

La evaluación final del curso consiste en escribir un breve ensayo (mínimo una plana) en el que se identifiquen los contenidos vistos en las clases a través del análisis de una experiencia personal, como forma de vincular los contenidos de la asignatura con la propia experiencia universitaria.

El ensayo debe dar a conocer una o más experiencias significativas durante la vida universitaria, lo cual deberá ser analizado y relacionado con los contenidos vistos en las clases pasadas.

El contenido del ensayo puede considerar experiencias positivas, enriquecedoras o de éxito académico, como de fracaso, dificultades o de cualquier otro tipo que

resulte significativo y coherente en relación con los contenidos vistos durante el periodo de clases.

Debe ser capaz de formular una hipótesis en relación con la experiencia y establecer al menos 3 argumentos que defiendan su hipótesis a partir de los contenidos vistos en clases.

Se deben incluir al menos 5 conceptos trabajados en clases que tengan relación con:

- Autonomía
- Autorregulación académica
- Planificación del estudio
- Estrategias y técnicas de estudio
- Motivación académica
- Desafíos y oportunidades en la Educación Superior.

Formato:

- Documento Word
- Extensión no superior a dos planas
- Tipo de letra Arial 11
- Interlineado 1,15
- Tamaño carta.
- En el documento incluir en su interior el nombre del estudiante y carrera de procedencia.

Criterios de evaluación:

- Adecuada identificación y uso de los conceptos de manera explícita.
- Adecuada integración de conceptos en análisis de la experiencia universitaria.
- Redacción y coherencia en la organización de los contenidos.
- Ajuste a los componentes de un ensayo.
- Calidad y eficacia de la comunicación escrita (ortografía y gramática).

5. Participación en foros

20%

Cada semana se plantean preguntas de discusión en espacios colectivos para fomentar el vínculo entre pares. En específico, esto se realiza en la sección “Foros” de EOL. En total, son 12 foros y para acceder a la nota máxima se puede participar en un mínimo de 10 foros, por lo que cada estudiante puede seleccionar aquellas temáticas que más le interesan.

IX. BIBLIOGRAFÍA BÁSICA**MÓDULO 1**

- Cuddy, A. (01 de octubre de 2012). Amy Cuddy: El lenguaje corporal moldea nuestra identidad. Obtenido de TED Talks https://www.youtube.com/watch?v=Ks-_Mh1QhMc
- Bustamante, L. (2020). Autoconocimiento. La ventana de Johari. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Santoya Montes, Y., Garcés Prettel, M., & Tezón Boutureira, M. (2018). Las emociones en la vida universitaria: análisis de la relación entre autoconocimiento y autorregulación emocionales en adolescentes y jóvenes universitarios: Emotions in university life: Analysis of the relationship between emotional self-awareness and emotional selfregulation in teens and college-aged students. *Psicogente*, 21(40), 422-439.
- Committe for Children (03 de abril de 2017). Habilidades de Autorregulación: ¿por qué son cruciales? Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=O5-hFF3nri8>
- Bustamante, L. (2020). Autorregulación: Condiciones y sus fases. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Bustamante, L. (2020). Autorregulación: Procesos a considerar. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Ensucomex (21 de enero de 2019). Las etapas de la autorregulación. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=CFEIZHOXsSE>
- Virosta, L. (08 de diciembre de 2017). Imaginar y crear nuevas formas de aprendizaje. Obtenido de TED Talks a través de <https://www.youtube.com/watch?v=UopnWmKyve8>
- Aprendizaje UChile (04 de diciembre de 2018). Planificación y organización de estudio. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=TbmuEvBE3uo>
- Bustamante, L. (2020). Objetivos de Aprendizaje. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Bustamante, L. (2020). Habilidades del pensamiento. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.

- Universidad de Castilla la Mancha. (25 de abril de 2016). El Método Eisenhower. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=hFaiO-8Hun8>
- Urban, T. (06 de abril de 2016). Inside the mind of a master procrastinator. Obtenido de Ted Talks a través de <https://www.youtube.com/watch?v=arj7oStGLkU&t=5s>
- Osorio, M. (2018). Organización y planificación para el estudio en la Universidad. Guía de Orientación para universitarios. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Gortazar, L. (15 de agosto de 2018). ¿Aprobar o aprender? Obtenido de Ted Talks a través de <https://www.youtube.com/watch?v=d8smMhh8DRU>

MÓDULO 2

- Aprendamos Juntos. (12 de septiembre de 2018). Entrevista Carol Deck. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=bnknbJyer3Q>
- Sprouts. (15 de abril del 2018). Mentalidad fija vs Mentalidad de crecimiento. Obtenido a través de https://www.youtube.com/watch?v=KUWn_TJTrnU
- Bustamante, L. (2020). Diagrama V de Gowin. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Bustamante, L. (2020). Métodos de Estudio: PLEMA. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Bustamante, L. (2020). Reseña y Fichas de Lectura. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- FCEFYn virtual (15 de enero de 2020). Estrategias y técnicas de estudio. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=bomh3wyAhNY>
- Bustamante, L. (2020). Método Cornell. Infografía. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Bustamante, L. (2020). Técnicas de estudio orientadas a la organización de información. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur (30 de mayo de 2018). Mapas conceptuales. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=GA6KaFIUQgg>
- Salomón, F. (03 de junio de 2016). Cómo hacer mapas mentales. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=OBYXSpZGVog>
- EDUCEM VIRTUAL (19 de junio de 2018). Cuadro comparativo. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=f5BoVLgCANg>
- Bustamante, L. (2020). Formulario para la Organización de Información en el ámbito de matemática. Infografía. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Intecap (15 de diciembre de 2017). Mapa cognitivo de algoritmo. Obtenido a través de https://www.youtube.com/watch?v=VLACIKWF_ok

- Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur (2020). Guía de Orientación para universitarios: Trabajo en Equipo, una guía para el desarrollo de competencias. Universidad de Chile.

MÓDULO 3

- Hari, J. (11 de octubre de 2019). This could be why you're depressed or anxious. Obtenido de Ted Talks a través de <https://www.youtube.com/watch?v=MB5IX-np5fE>
- Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur. (10 de julio de 2018). Preguntas y respuestas a la motivación en la Educación Superior por Katherin Quintana Silva. Obtenido a través de https://www.youtube.com/watch?v=Xe_7WA63BDY&t=2s
- Bustamante, L. (2020). La motivación en la Educación Superior. Infografía. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Furlán, L. (10 de septiembre de 2018). Ansiedad ante los exámenes. Universidad de Córdoba. Obtenido a través de https://youtu.be/0_i979RPBXs
- Bustamante, L. (2020). Performance Profiling. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.
- Probanec Bienestar del Beneficiario. (02 de agosto de 201). Bienestar Físico. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=2JUuBZWfXPo&t=2s>
- Probanec Bienestar del Beneficiario. (05 de agosto de 201). Bienestar Emocional. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=CYqnVV6CRa8>
- Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur. (19 de junio de 2019). El ensayo. Obtenido a través de <https://www.youtube.com/watch?v=1jWS-KY1Sc4>
- Bustamante, L. (2020). El Ensayo: aspectos básicos para su elaboración. Guía de Aprendizaje. Universidad de Chile: Centro de Enseñanza Aprendizaje Campus Sur.

Santiago, julio 2022.