

## **PROGRAMA: “APRENDER Y ESTUDIAR EN LA UNIVERSIDAD”**

### **1. NOMBRE DEL CURSO**

“Aprender y Estudiar en la Universidad”

### **2. EQUIPO DOCENTE**

Docente Responsable: Mónica Osorio Vargas

Profesor(es) Colaborador(es): Carlos Caamaño Silva, Natalia Álvarez Lobos

### **3. HORAS DE TRABAJO PRESENCIAL DEL CURSO**

1 hora y media semanal

### **4. HORAS DE TRABAJO NO PRESENCIAL DEL CURSO**

1 hora y media semanal

### **5. PROPÓSITO GENERAL DE LA ASIGNATURA**

Este curso está diseñado con el propósito de inducir a los estudiantes en la vida universitaria haciendo especial énfasis en el ámbito académico, propiciando el desarrollo de aquellas habilidades y capacidades que facilitan la autorregulación académica y emocional, y el trabajo entre pares como base para el éxito académico.

### **6. RESULTADOS DE APRENDIZAJE**

Al finalizar la asignatura se espera que el estudiante sea capaz de:

1. Identificar y manejar los principales factores relativos al aprendizaje en el contexto universitario
2. Desarrollar adecuadamente una planificación funcional para el estudio
3. Implementar diversas estrategias y técnicas de estudio
4. Implementar diversas estrategias y técnicas de análisis de textos, argumentación y resolución de problemas
5. Reconocer y manejar eficientemente las principales causas y manifestaciones del estrés académico
6. Conocer las principales estrategias de automotivación académica
7. Conocer y manejar las principales habilidades sociales que aseguran una adecuada resolución de conflictos

## 7. COMPETENCIAS

	Competencias genéricas propuestas como parte del Sello U. de Chile
	- Responsabilidad social y compromiso ciudadano
	- Capacidad crítica
x	- Capacidad autocrítica
	- Compromiso ético
	- Valoración y respeto por la diversidad y multiculturalidad
	- Compromiso con la preservación del medio ambiente
x	- Capacidad de trabajo en equipo
x	- Capacidad de comunicación oral
	- Capacidad de comunicación escrita
	- Habilidades en el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación

## 8. CONTENIDOS

Autorregulación Académica	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aprendizaje en contexto universitario</li> <li>2. Planificación funcional para el estudio</li> <li>3. Estrategias y técnicas de estudios</li> <li>4. Análisis de textos y argumentación</li> <li>5. Análisis y resolución de problemas</li> </ol>
Autorregulación emocional	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Reconocimiento y manejo de las emociones</li> <li>2. Estrategias de afrontamiento del estrés académico</li> <li>3. Motivación académica y tolerancia a la frustración</li> <li>4. Habilidades sociales y estrategias de resolución de conflictos</li> </ol>

## 9. METODOLOGÍA

Este curso utiliza una combinación de metodologías activo – participativas, tales como Clases Magistrales, Aprendizaje Cooperativo, Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Proyecto y Clase Invertida, con el objetivo de promover el uso tanto de estrategias y técnicas de organización, elaboración, indagación, análisis, síntesis, resolución de problemas, que permiten planificar, supervisar y evaluar de manera más efectiva tanto los factores que intervienen en el rendimiento académico - cognitivos y motivacionales - como en el desarrollo de competencias y en la formación profesional.

## 10. ESTRATEGIAS DE EVALUACIÓN

Los aprendizajes del estudiante serán evaluados por medio de autoevaluación del proceso, coevaluación entre pares y heteroevaluación por parte de los docentes, mediante rúbricas de evaluación, bitácora de aprendizaje y observación directa.

## 11. REQUISITOS DE APROBACIÓN

100% de asistencia a las clases teórico-prácticas y seminario final. En caso de inasistencia debe ser justificada debidamente en Secretaría de Estudios.

## 12. BIBLIOGRAFIA BÁSICA

- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista de Psicología Científica*, 8(17).
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquía*, 3(2), 65-82.
- Duval, F., González, F., & Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 48(4), 307-318.
- García, M. (2012). La Autorregulación Académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. . *Profesorado. Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 16(1), 203-221.
- Hernández, F. (1996). Metodologías del Estudio. Cómo estudiar con rapidez y eficacia. Colombia: McGraw-Hill.
- Naranjo, M. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta asertivas. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 8(1), 1-27.
- Pérez, M., Valenzuela, M., Díaz, A., González-Pienda, J., & Núñez, J. (2013). Dificultades en el aprendizaje de estudiantes de primer año. *Revista Atenea (Concepción)*, (508), 135-150.
- Pimienta, J. (2011). *Estrategias de enseñanza-aprendizaje. Docencia Universitaria basada en competencias*. México: Pearson.
- Polanco, A. (2005). La motivación en los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 65-82.
- Varela, M. (2006). Estilos de Aprendizaje. *Revista Mensaje Bioquímico*, XXX, 1-11.
- Yuste, C. (2009). Progresint 27. Programas para la estimulación de las habilidades de la Inteligencia. Madrid: Editorial CEPE .