



SYLLABUS

1. IDENTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

Asignatura	Gestión Personal
Carrera	Obstetricia p.34
Código	FIGP1100
Requisitos	Sin requisitos
Modalidad	100% online
Horario (Cat., Tal, Lab.)	Jueves clave 5 y 6
UD-SCT	4 UD – 4 SCT
Trabajo Autónomo semanal	4 hrs. cronológicas

2. INFORMACIÓN DEL DOCENTE

Profesor (es)	Andrés Lucero
Correo electrónico	Andres.lucero@gmail.com
Horario de atención	Todas las consultas se realizan vía correo o aula virtual en Foro
Otra información relevante	consultas al docente.

3. PRÓPÓSITOS Y FUNDAMENTOS DEL CURSO

Esta asignatura es parte de la línea curricular de Formación inicial y busca entregar conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que el estudiante de Primer Año debe alcanzar para lograr el Perfil Inicial UVM.

El perfil inicial UVM se vislumbra al finalizar el primer año y se logra a través del conjunto de acciones, disposiciones curriculares y extracurriculares que pretendan la adaptabilidad universitaria y el logro del éxito académico.

Se trata de una asignatura que contribuye al buen desempeño académico de los estudiantes y a su satisfactoria incorporación a la vida universitaria. Para ello busca garantizar un proceso de aprendizaje y desarrollo personal de los estudiantes, orientado a conocer y activar los propios recursos personales en el contexto universitario, desarrollando estrategias y herramientas que les permiten responder con mayor efectividad a las necesidades y demandas de su formación personal y profesional.

4. RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RA) Y CONTENIDOS CLAVES

Resultados de aprendizaje	Contenidos Claves
RA 1: Distinguir las fortalezas y debilidades que se presentan en el ámbito personal y académico, a través del autoconocimiento, fortaleciendo los factores protectores tales como: los recursos personales, la autonomía y la activación de redes de apoyo.	- Concepto de Identidad y su proceso de Construcción. - Factores Protectores y Factores de Riesgo. - Autoconocimiento ¿Qué tanto me conozco?

	- Fortalezas, Debilidades, Oportunidades y Amenazas. - Desarrollo de la autonomía como factor de crecimiento personal.
RA 2: Reconocer el propio autoconcepto académico y la autoestima positiva, integrando los elementos asociados al nivel de motivación, expresando emociones y sentimientos de modo asertivo.	- Autoestima y autoconcepto. - Dimensión emocional: reconocimiento y expresión de emociones. - Factores que aumentan y disminuyen la motivación.
RA 3: Identificar los factores negativos que afectan el estudio y el aprendizaje, aplicando estrategias de autocuidado personales tales como: técnicas de relajación, técnicas de concentración, que les permitan responder de manera óptima a las demandas académicas.	- Autocuidado y bienestar personal. - Relación entre estrés y ansiedad. - Técnicas de relajación y concentración.
RA 4: Ejercitar el uso de estrategias de aprendizaje y técnicas básicas para un estudio exitoso, optimizando los recursos necesarios para el estudio y el aprendizaje como la organización del tiempo, responsabilidad, espacio físico y planificación de metas a corto, mediano y largo plazo.	- El valor del tiempo, como se mide y su importancia. - Definición y tipos de Estilos de Aprendizaje. - Definición y tipos de Estrategias de Aprendizaje. - Definición y tipos de Técnicas de Estudio. - Hábitos de Estudio.
RA 5: Desarrollar acciones concretas, tales como la responsabilidad, el compromiso, la toma de decisiones, la integridad y la empatía para mejorar el desempeño académico, mediante la búsqueda de mejores soluciones para enfrentar los desafíos y la adquisición de competencias que estimulen el trabajo colaborativo.	- La importancia del Trabajo Colaborativo - Las Responsabilidades Académicas - Toma de Decisiones. - Concepto de Resiliencia. - Recursos Personales.

5. METODOLOGÍAS DE APRENDIZAJE-ENSEÑANZA

La Metodología de enseñanza de la asignatura contempla la modalidad 100% online, desarrollando estrategias activas de aprendizaje, complementadas con contenidos entregados en clases participativas.

La Metodología activa de aprendizaje y evaluación trabajada en esta asignatura, corresponde al Aprendizaje Colaborativo, que permite que el conocimiento sea descubierto por los alumnos mediante la reflexión grupal. Enfatiza la participación del estudiante en el proceso, porque el aprendizaje surge de transacciones entre los alumnos y el docente.

El Aprendizaje Colaborativo es considerado una forma de trabajo que implica, tanto el desarrollo de conocimientos y habilidades individuales como el desarrollo de una actitud positiva de interdependencia y respeto a las contribuciones. Por lo tanto, surge de la interacción entre los miembros de un grupo, una meta compartida y entendida, respeto mutuo y confianza, múltiples formas de representación, creación y manipulación de espacios compartidos, comunicación continua, ambientes formales o informales y líneas claras de responsabilidad.

Los alumnos estimulan el éxito de los demás, se escuchan y se prestan ayuda. El docente evalúa el trabajo individual del alumno y el trabajo del grupo, de acuerdo con los criterios cognitivos y actitudinales, mediante las reflexiones realizadas a nivel de aula. Este trabajo se realiza en grupos pequeños, generalmente heterogéneos, de tres a cuatro integrantes.

6. METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN

Los procesos de evaluación se enmarcan en un enfoque co-constructivo basado en metodologías activas de aprendizaje, en la cual se invita a los estudiantes a generar procesos de diálogo y reflexión contante, que les permite interrelacionar el conocimiento teórico y práctico durante el proceso de evaluación. Se propone una evaluación constructiva y centrada en los procesos, basada en el diálogo, comprensión y mejora. (Santos, 1993 p. 23).

Se realizan cuatro evaluaciones:

Cuestionario online en plataforma blackboard: Se abordan los contenidos correspondientes de la Unidad I (Trabajo en equipo y trabajo colaborativo, responsabilidades académicas, organización del tiempo, hábitos de estudio, estilos de aprendizaje, estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio)

Cuestionario online en plataforma blackboard: Comprende los contenidos de la Unidad II (factores protectores y factores de riesgo, FODA y autoconocimiento, motivación, identidad, autonomía y toma de decisiones, resiliencia)

Tríptico: A partir de la discusión grupal y trabajo colaborativo, los alumnos deben reconocer e identificar situaciones que les afectan en el ámbito académico y personal, consensuando cómo revertir dichas situaciones utilizando los elementos teórico-prácticos abordados en clases que deberán ser presentados mediante un tríptico informativo.

Bitácora online: Se realiza una evaluación de procesos en la cual se recopilan todas las actividades dinámicas -individuales y grupales- realizadas por los alumnos durante el período clases, en el cual éstos reciben constante monitoreo por parte del docente en el proceso de enseñanza- aprendizaje.

Referencia:

Santos, M. (1993). La evaluación: un proceso de diálogo, comprensión y mejora. Universidad de Málaga.

Evaluación ¹	Ponderación
Cuestionario online en plataforma blackboard	10%
Cuestionario online en plataforma blackboard	35%
Tríptico informativo	35%
Bitácora online	20%
Total	100%

7. REGLAS DEL CURSO

Sobre la asistencia y clases:

- Porcentaje mínimo obligatorio: 70%.
- La asistencia se medirá con la realización de la **tarea(s) semanal obligatoria(s), enviando esta(s) en el plazo indicado por el docente.**
- Puntualidad al ingreso a clases.

- Justificación de inasistencias con secretaria de la Escuela (hasta 48 horas después de un Certamen) haciendo llegar posteriormente copia al docente.
- Lograr un clima de respeto dentro de la clase (celulares apagados o en silencio).
- Trato respetuoso entre estudiantes y hacia el docente en clases (en VC: tanto en el chat como en la clase misma).
- Micrófonos apagados cuando el docente esté hablando y/o sin ruido de fondo, de modo de no interrumpir la dinámica de la clase.
- Todo se conversa antes o durante el proceso educativo, nunca después.
- Responsabilidad y compromiso con el propio aprendizaje.
- Trabajo autónomo, colaborativo y participativo en clases.
- Uso de aula virtual como principal fuente de aprendizaje (consulta de recursos académicos obligatorios y complementarios, envío y/o desarrollo de tareas semanales y certámenes).

Sobre la comunicación:

- Aula virtual como primer medio formal y obligatorio de consultas a través de uso de foros y/o mensajes directos al docente. El segundo medio es el correo electrónico del docente. **El uso de WhatsApp u otra red social entre docentes y estudiantes no procede.**
- Seleccione “Foro Consulta al Docente/Profesor”, esto para plantear alguna consulta, opinión o respuesta a cualquier situación que surja durante el semestre. **Es básico una buena redacción, ortografía y ajustarse a temas netamente académicos.**
- **No se recibirán consultas de contenido por correo electrónico.** Esto ya que se debe utilizar el foro “Consultas al Docente/Profesor”, lo cual permite un seguimiento a la consulta, además que todos los integrantes del curso podrán ver las preguntas y respuestas.
- Todo mensaje enviado a docente, vía aula y/o email será respondido en un plazo no superior a **48 horas**, de lunes a viernes, entre 08:00 y 18:00 horas. **Todo escrito enviado fuera del horario indicado será respondido cuando proceda** (ejemplo: si escribe un jueves a las 18:01, le responderán el viernes, entre las 08:00 y 18:00 horas. Ahora bien, si escribe un sábado, domingo o festivo, en el horario que sea, le responderán el lunes, entre las 08:00 y 18:00 horas)
- Manejo de dirección oficial de correo electrónico del docente a cargo del paralelo (se entrega el primer día de clases y está presente al principio de este documento). **No se responderán emails enviados a otra dirección que no haya sido la otorgada por el docente.**
- Envío de email indicando, obligatoriamente: nombre completo, carrera, paralelo y asignatura que cursa.
- Escritura de email respetando la estructura del mismo: en asunto indica el tema del escrito (nada más), en espacio para redactar se explaya (saludando, indicando sus datos y luego la razón de su escrito. Al final, se despide y firma indicando su nombre y carrera).

***Todo email que no cumpla con lo anteriormente indicado, será regresado solicitando sea nuevamente enviado bajo la estructura correspondiente.**

Sobre las evaluaciones:

- Uso de aula virtual como principal fuente de envío y/o desarrollo de certámenes. **No se aceptará envío y/o entrega de certámenes por email** (a menos que el docente, explícitamente, lo permita).

- Las evaluaciones se realizan siguiendo todos y cada uno de los criterios indicados en las instrucciones así como instrumento de evaluación presentado. **Es deber del estudiante conocer estos aspectos, disponibles en su aula virtual.**
- En trabajos grupales, el grupo se responsabiliza de sus integrantes.
- **Evaluaciones no rendidas**, se realizan al final del semestre en semana recuperativa (**siempre y cuando hayan sido justificadas. Solo se permite justificar una**).

Sobre las faltas:

- Honestidad en el proceso de aprendizaje:
- Se considerará grave cualquier actitud que falte a la honestidad (Plagio, copiar en un certamen). De ocurrir esta falta durante alguna de las evaluaciones, inmediatamente será calificada con la nota mínima (1,0) sin perjuicio de que las autoridades correspondientes consideren sanciones más drásticas.
- **Plagio: Falta grave** *“El copiar o dejarse copiar en evaluaciones, por cualquier medio y en general, la participación en actos que perturben una correcta evaluación académica o vulneren el derecho de autor.”*

Sobre las calificaciones:

- Notas parciales: las notas de los certámenes se entregarán en un plazo de 15 días, por tanto, el docente posee 2 semanas para evaluar.
- Promedio final: Los promedios finales del curso pueden ser entregados hasta 24 horas antes de rendir el examen del curso. Es a saber, independiente de que el estudiante logre eximirse o no de rendir examen, **obligatoriamente debe estar preparado para rendir dicha evaluación.**

***No se responderá ningún email que busque presionar la entrega adelantada de las calificaciones.**

- Eximición: si la nota de presentación es mayor o igual a 5,5 sin notas inferiores a 4,0 en las notas parciales el estudiante está aprobado con nota final igual a la de presentación si cumple con el 70% de asistencia requerida (Art.47). **No debe rendir examen.**
- **A examen:** si la nota de presentación es menor o igual a 5,4 y/o con notas inferiores a 4,0 en las notas parciales y con asistencia mínima de 70%; **el estudiante debe rendir examen obligatoriamente.**
- Si la nota de presentación es menor a 3,0, este está reprobado sin derecho a examen y su nota final corresponderá a la nota de presentación (Art. 38).
- La nota final se obtiene ponderando la nota de presentación en un 70% y la nota del examen en un 30% (Art. 44).
- Los estudiantes, que, **habiendo rendido examen**, no obtengan nota final igual o superior a 4,0, tendrán derecho a examen de recalificación (Art.50). Los estudiantes que no se presenten a rendir examen, **obtendrán nota mínima en este; sin derecho a examen de recalificación.**
- El curso se considerará aprobado si la nota final es igual o mayor a 4,0 (aproximando la centésima).

Reglamento de Deberes y Derechos de los alumnos. UVM

8. PLANIFICACIÓN DE ACTIVIDADES

Semana	Fecha	Resultado(s) de aprendizaje	Contenido(s) Clave(s)	Actividades prácticas y evaluativas	Recursos de aprendizaje obligatorios y complementarios	Trabajo autónomo
1	15/03 al 21/03	RA 4 RA 5 ONLINE (SINCRÓNICA)	Presentación Asignatura	-Bienvenida y presentación docente. -Clase sincrónica, videoconferencia. -Presentación de asignatura. -Revisión de programa de asignatura. -Revisión de Syllabus de asignatura. -Enseñar uso de aula virtual. -Actividad online: Entrevista a un profesional del área (1 punto) o reflexión respecto a la elección de la carrera.	-Syllabus -Programa	4 horas cronológicas Entrevista a un profesional del área o reflexión sobre elección de la carrera.
2	22/03 al 28/03	RA 4 RA 5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenidos Unidad I “Mis logros y mis tiempos”: -Trabajo Colaborativo. -Responsabilidades Académicas.	-Foro de discusión: Responsabilidades. -Actividad online: Mi horario personal (1 punto)	-Clase de la semana: Trabajo Colaborativo / Responsabilidades Académicas. -Visionado Multimedia: trabajo colaborativo. -Lectura obligatoria: Universidad Viña del Mar. 2014. Reglamento de deberes y derechos de los alumnos. Viña del Mar. Chile	4 horas cronológicas Mi horario personal N°1.

3	29/03 al 04/04 (01/04 y 02/04 feriado)	RA 4 RA 5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenidos Unidad I “Mis logros y mis tiempos”: -Organización del Tiempo. -Hábitos de Estudio.	-Actividad Online: Reorganizar el horario personal. -Actividad Online: Definición de metas académicas (corto, mediano y largo plazo) (1 punto).	-Clase de la semana: Organización del tiempo / Hábitos de Estudio. -Visionado Multimedia: Valor del tiempo. -Visionado multimedia: Hábitos de estudio. https://www.youtube.com/watch?v=ZGJizJsSF8A -Lectura Obligatoria: Molina, H. (2000). Establecimiento de metas, comportamiento y desempeño. <i>Estudios Gerenciales</i> , 16(75), 23-33. -CEREBRUM: ¿Qué es el “reloj biológico” y cómo funciona? PP. 4-11. -CEREBRUM: “¿Qué factores pueden influir en el aprendizaje?”. pp. 12- 13	4 horas cronológicas Lectura Obligatoria Reorganizar horario de éxito personal. Definición de metas académicas.
4	05/04 al 11/04	RA 4 RA 5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenidos Unidad I “Mis logros y mis tiempos”: -Estilos de Aprendizaje según Procesamiento de la Información. -Estilos de Representación de la información.	-Actividad Online: Definir estilo según cuestionario de Honey y Alonso y VAK. (1 punto)	-Clase de la semana: Estilos de aprendizaje según el procesamiento de la información / Estilos de aprendizaje según representación de la información. -Lectura Obligatoria: López, B., Miguel, J., & Rojas Velásquez, F. (2008). Los estilos de aprendizaje y el locus de control en estudiantes que inician estudios superiores y su vinculación con el rendimiento académico. <i>Investigación y postgrado</i> , 23(3), 199-215.	4 horas cronológicas Cuestionarios de estilos de aprendizaje.
5		RA 4 RA 5	Contenidos Unidad I “Mis	-Clase sincrónica, videoconferencia.	-Clase de la semana: Estrategia y Técnicas de estudio.	4 horas cronológicas

	12/04 al 18/04	ONLINE (SINCRÓNICA)	logros y mis tiempos" -Estrategias y técnicas de estudio.	-Actividad Online: Realizar mapa conceptual o mapa mental de un texto disciplinar (1 punto)	-Lectura Obligatoria: García- Huidobro, C., Gutiérrez, M.C., & Condemarin, E. (1997). <i>A estudiar se aprende: Metodología de estudio sesión por sesión. 13° edición.</i> Ediciones UC.	Lectura obligatoria. Organizador gráfico, mapa mental o mapa conceptual.
6	19/04 al 25/04	RA 4 RA 5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Evaluación de la unidad I -Taller Inicial: Teórico Práctico Unidad I	-Evaluación, Taller Inicial.	-Visionado multimedia: Técnicas de estudio y estrategias. -Revisión de la lectura recomendada en semanas anteriores.	4 horas cronológicas Evaluación Unidad I
7	26/04 al 02/05 (01/05 feriado)	RA1 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenido Unidad II "Lo mejor de mi" -Factores Protectores y Factores de Riesgo. -F.O.D.A. y Autoconocimiento. -Motivación	-Actividad online: Factores que aumentan y disminuyen la motivación. -Actividad online: Realizar FODA con relación al ámbito académico (1 punto)	-Clase de la semana: Factores protectores y Factores de Riesgo y FODA / Motivación. -Visionado multimedia: Motivación, zona de confort. https://www.youtube.com/watch?v=RSUyKlfEmVE -Lecturas complementarias: -Kaye, T. (2008). Motivación y creatividad en clase. <i>Barcelona,</i> <i>GRAÓ, de IRIF.</i> -Sánchez, J. J. M., & Pina, F. H. (2011). Influencia de la motivación en el rendimiento académico de los estudiantes de formación profesional. <i>Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado,</i> <i>14(1), 81-100.</i> -Polanco Hernández, A. (2005). La motivación en los estudiantes	4 horas cronológicas FODA

					universitarios. <i>Revista Electrónica" Actualidades Investigativas en Educación"</i> , 5(2).	
8	03/05 al 09/05	RA1 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenido Unidad II "Lo mejor de mí" -Identidad y su proceso de construcción. -Autonomía y toma de decisiones.	-Actividad online: 8 cosas que me definen (identidad). -Actividad Online: identificar características de los estudiantes UVM (1 punto) Desarrollo Módulo Habilidades Profesionales de OneCampus by Laureate: Aprendizaje y Desarrollo personal.	-Clase de la semana: Identidad y su proceso de construcción / autonomía y toma de decisiones. -Visionado multimedia: Toma de decisiones https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxbiBL8	4 horas cronológicas. Identificar características de los estudiantes UVM.
9	10/05 al 16/05	RA1 RA5 ONLINE (SINCRÓNICA)	Contenido Unidad II "Lo mejor de mí" -Resiliencia.	-Clase sincrónica, videoconferencia. -Foro de discusión: resiliencia (1 punto) -Actividad online: identificando situaciones adversas.	-Clase de la semana: Resiliencia. -Visionado Multimedia: El circo de las mariposas.	4 horas cronológicas. Autorevisión de metas académicas establecidas en clase 3 (etapa de control de autorregulación académica) Foro de resiliencia.
10	17/05 al 23/05 (21/05 feriado)	RA1 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Taller reflexivo: -Evaluación, Teórico práctico Unidad II	-Evaluación, Análisis de caso.	-Visionado multimedia: Resiliencia. -Evaluación Unidad II.	4 horas cronológicas. Evaluación Unidad II.
11	24/05 al 30/05	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5	Contenido Unidad III "Porque en mí confío, yo puedo"	-Foro de discusión: Resolución de conflictos (referente al caso presentado en aula) (1 punto)	-Clase de la semana: Resolución de conflicto. -Visionado multimedia: https://www.youtube.com/watch?v=	4 horas cronológicas Foro resolución de conflictos.

		ONLINE (ASINCRÓNICA)	-Resolución de conflictos.		ZgaidCmzfHk	
12	31/05 al 06/06	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenido Unidad III “Porque en mí confío, yo puedo” -Comunicación Asertividad.	-Actividad Online: Crear caso de conflicto académico. (1 punto)	-Clase de la semana: Asertividad. -Visionado multimedia: ¿Qué es comunicación asertiva? https://www.youtube.com/watch?v=ZgmSfdE2y-s	4 horas cronológicas Caso conflictos académico.
13	07/06 al 13/06	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Contenido Unidad III “Porque en mí confío, yo puedo” -Autoestima y Autoconcepto. -Reconocimiento y expresión de emociones.	-Actividad online: reflexionando acerca de las emociones. (1 punto).	-Clase de la semana: Autoestima y autoconcepto / Reconocimiento y expresión de emociones. -Visionado Multimedia: ¿Angel-A Qué ves en el espejo? -Lectura Obligatoria: CEREBRUM: “¿Qué son las emociones y como el cerebro las expresa?”. pp. 12-15. -Lectura complementaria: Medrano, L. A., Galleano, C., Galera, M., & del Valle Fernández, R. (2010). Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. <i>Liberabit</i> , 16(2), 183-192.	4 horas cronológicas Autorevisión de metas académicas establecidas en clase 3 (etapa de control y reflexión de autorregulación académica) Reflexionando acerca de las emociones.
14	14/06 al 20/06	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (SINCRÓNICA)	Contenido Unidad III “Porque en mí confío, yo puedo” -Estrés y Ansiedad -Autocuidado y Bienestar Personal	-Clase sincrónica, videoconferencia. -Actividad online: Reconociendo situaciones estresantes. (1 punto).	Clase de la semana: Autocuidado y bienestar personal / Estrés y Ansiedad. -Lectura Obligatoria: García, N. B., & Zea, R. M. (2011). Estrés académico. <i>Revista de psicología Universidad de Antioquia</i> , 3(2), 55-82.	4 horas cronológicas Lectura Obligatoria. Reconociendo situaciones estresantes.

15	21/06 al 27/06	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	Evaluación de la Unidad III. -Presentación Tríptico informativo: Teórico- Práctico Unidad III	-Entrega y presentación tríptico informativo. -Actividad online: entrega reflexión final bitácora.	-Visionado multimedia: Recursos personales.	4 horas cronológicas Entrega tríptico informativo. Entrega reflexión bitácora personal.
16	28/06 al 03/07 (28/06 feriado)	RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	-Evaluaciones Recuperativas. -Cierre del Semestre y entrega de Resultados.	-Entrega de resultados finales. -Evaluaciones recuperativas.	Todos los recursos presentados en la asignatura.	4 horas cronológicas
		RA1 RA2 RA3 RA4 RA5 ONLINE (ASINCRÓNICA)	-Examen Gestión Personal			4 horas cronológicas