

Programa de Asignatura

GESTIÓN PERSONAL

CÓDIGO ASIGNATURA	TOTAL SEMESTRAL		DISTRIBUCIÓN ACTIVIDAD CURRICULAR (SEMESTRAL)				CARRERA – CÓDIGO PLAN DE ESTUDIO
	SCT	UD	CAT	TALL	LAB	PC	
429122011	4	64	64	0	0	0	-
SEMESTRE	TIEMPO DE TRABAJO AUTÓNOMO SEMESTRAL						REQUISITOS
I Y II	74 HORAS CRONOLÓGICAS						-
DESCRIPCIÓN ASIGNATURA							
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.							
COMPETENCIAS ASOCIADAS AL PERFIL DE EGRESO							
Fortalecer sus recursos personales potenciando la responsabilidad, autonomía, autoconcepto positivo, motivación, redes de apoyo, administración del tiempo y técnicas básicas de estudio, para poder lograr una actitud proactiva y el éxito en sus metas académicas.							
RESULTADOS DE APRENDIZAJES DE LA ASIGNATURA							
R1. 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. R2. Reconocer el propio autoconcepto académico y la autoestima positiva, integrando los elementos asociados al nivel de motivación, expresando emociones y sentimientos de modo asertivo. R3. 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. R4. 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. R5. 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.							

CONTENIDOS CLAVES

Identidad - Factores Protectores y Factores de Riesgo- Autoconocimiento - Fortalezas, Debilidades, Oportunidades y Amenazas - Autonomía - Autoestima y Autoconcepto - Emociones - Motivación -Autocuidado y bienestar personal - Estrés y ansiedad - El valor del tiempo - Estilos de Aprendizaje - Estrategias de Aprendizaje - Técnicas de Estudio - Hábitos de Estudio - Trabajo Colaborativo - Las Responsabilidades Académicas - Toma de Decisiones - Resiliencia

METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA Y EVALUACIÓN

La metodología de enseñanza de la asignatura contempla la modalidad teórico-práctica, 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 activa 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 a 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.

La metodología de evaluación busca generar procesos de reflexión y evidenciar aprendizajes mediante las estrategias desarrolladas por cada estudiante para conseguir los objetivos planteados.

Por lo tanto, se utilizarán los siguientes procedimientos evaluativos, que permitirán evidenciar el logro de los resultados de aprendizaje. Los tipos de evaluaciones desarrolladas son: formativa y sumativa.

Evaluación Diagnóstica: los alumnos realizan un diagnóstico en la asignatura que permitirá develar sus competencias de entrada.

Evaluación Formativa: Consiste en el desarrollo de guías de reflexión, que evidencian la aplicación personal de los contenidos desarrollados en cada clase.

Evaluación Sumativa: Se realizarán pruebas individuales y grupales de aplicación sobre temas planteados en la asignatura, para reflexionar y verificar el aprendizaje de contenidos y aperturas creativas al inicio de cada semana.

Junto con esto, finaliza el proceso semestral con la presentación de una Bitácora, que plasme el desarrollo de la reflexión de los estudiantes clase a clase.

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA

García-Huidobro, C., Gutiérrez, M. C., & Condemarín, E. (2013). *A estudiar se aprende: Metodología de estudio sesión por sesión. 13ª edición*. Ediciones UC. Chile.

Reeve, J. (2010). *Motivación y emoción. 5ª edición*. México: McGrawHill editores.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

García, N. B., & Zea, R. M. (2011). Estrés académico. *Revista de psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. Recuperado en <https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/11369>

Kaye, T. (2008). *Motivación y creatividad en clase. Capítulo 7 Generar autoestima; Capítulo 9 Creatividad y empleo; Capítulo 11 Otras vías. Cómo enriquecer tu vida*. Barcelona: Editorial GRAÓ.

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. *Investigación y postgrado*, 23(3), 199-215. Recuperado en <http://www.redalyc.org/pdf/658/65811489010.pdf>

Medrano, L. A., Galleano, C., Galera, M., & del Valle Fernández, R. (2010). Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *Liberabit*, 16(2), 183-192. Recuperado en <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v16n2/a08v16n2>

MINEDUC. (2014). Núcleo de aprendizaje: Autonomía. 2ª edición. MINEDUC. Chile. Recurso electrónico.

Molina, H. (2000). Establecimiento de metas, comportamiento y desempeño. *Estudios Gerenciales*, 16(75), 23-33. Recuperado en <http://www.scielo.org.co/pdf/eg/v16n75/v16n75a02.pdf>

Polanco Hernández, A. (2005). La motivación en los estudiantes universitarios. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 5(2). Recuperado en <http://www.redalyc.org/pdf/447/44750219.pdf>

Roche, R. (1998). *Educación prosocial de las emociones, valores y actitudes positivas para adolescentes en entornos familiares y escolares*. (p.p 9 – 12; 73 – 94; 179 – 186). Barcelona: Blume ediciones.

Sánchez, J. J. M., & Pina, F. H. (2011). Influencia de la motivación en el rendimiento académico de los estudiantes de formación profesional. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 14(1), 81-100. Recuperado en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217017192007>

Universidad Viña del Mar. (2014). *Reglamento de deberes y derechos de los alumnos*. Viña del Mar. Chile

Fecha elaboración	Fecha última revisión
Febrero 2013	Septiembre 2020