

VICERRECTORIA DE PREGRADO AUTOGESTION DEL APRENDIZAJE

Nombre del Módulo AUTOGESTION DEL APRENDIZAJE

Número de Créditos Créditos STC-Chile: 3
Expresados en SCT - CHILE Número de horas totales: 81

Distribución de horas	Cátedra	Ayudantía	Práctica	Presencial			Terreno	Taller	Autónomo	
				Laboratorio	Seminario	Clínica			Tarea	Estudio
	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	1,50

Área de Conocimiento Ciencias Sociales

Semestre 3

Requisitos Ingreso

Unidad Responsable de la Construcción del Syllabus PROGRAMA DE FORMACIÓN FUNDAMENTAL

Competencias del perfil de egreso al que contribuye este módulo y nivel de logro de cada una de ellas

02. Integrar equipos de trabajo desarrollando habilidades sociales y de autogestión, para potenciar la capacidad de crear valor desde su profesión. (+)

01. Comunicar discursos en forma oral y escrita, basándose en los recursos lingüísticos académicos para desempeñarse en el ámbito profesional. (+)

Aprendizajes

AP1. Identifica sus fortalezas y debilidades a partir de elementos básicos de su autoconocimiento, como: hábitos, valores, autoeficacia, resiliencia, e inteligencia emocional intrapersonal.

AP8. Transmite mensajes utilizando su voz, gestos, objetos y otros para acompañar las ideas y asegurar la conexión entre el sentido del mensaje y el lenguaje corporal.

AP3. Aplica estrategias de autogestión en el ámbito académico y en su quehacer profesional.

AP4. Escribe textos argumentativos breves de índole académica, organizando sus ideas con oraciones simples, aplicando normas ortográficas (literal y puntual) necesarias para la legibilidad del texto y normas de citación (cita directa breve).

AP2. Promover el autodesarrollo personal a través de su autoconocimiento.

Unidades de aprendizajes y

saberes esenciales **Unidad I: Autoconocimiento**

Relacionar los aspectos básicos del autoconocimiento con su capacidad de lograr objetivos personales.

Realizar un diagnóstico de sus fortalezas y debilidades, aplicando aspectos básicos de su autoconocimiento.

Mostrar una actitud favorable hacia los aspectos que componen su autoconocimiento.

Mostrar habilidad y disposición en presentaciones orales empleando su lenguaje verbal y no verbal.

Reconocer fortalezas y debilidades personales de acuerdo al contexto.

Unidad II: Manejo del estrés

Reconocer las estrategias del afrontamiento del estrés, usando como base su autoconocimiento.

Evaluar las ventajas de contar con un proyecto de vida y su efecto protector, frente a desafíos amenazantes y/o estresantes.

Relacionar la importancia del manejo del estrés para elaborar su proyecto de vida, para aumentar su calidad de vida.

Utilizar estrategias de afrontamiento en situaciones de estrés para fortalecer su propia capacidad de lograr objetivos y metas personales

Promover el uso de estrategias de afrontamiento del estrés que le permitan fortalecer su proyecto de vida.

Expresar ideas de forma clara y coherente en trabajos escritos relacionados con temáticas del módulo

Unidad III: Proyecto de vida

Reconocer la importancia de emplear los aspectos básicos de su autoconocimiento.

Reconocer las dimensiones básicas de la construcción de su proyecto de vida.

Relacionar los aspectos básicos del autoconocimiento con su proyecto de vida para lograr un mayor desarrollo personal.

Elaborar un diagnóstico para identificar elementos a mejorar o fortalecer en su proyecto de vida, utilizando los aspectos básicos de su autoconocimiento.

Asumir una actitud favorable en la construcción de su proyecto de vida.

Referenciar la bibliografía de los trabajos realizados en el contexto del módulo.