



Universidad del
Fútbol y Ciencias
del Deporte



MANUAL DE INDUCCIÓN



Universidad del
Fútbol y Ciencias
del Deporte



***Material elaborado con fines educativos por la
Universidad del Fútbol Ciencias del Deporte
Septiembre 2018***



Contenido

Introducción.....	4
¿Qué es la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte?	5
Filosofía Institucional.....	7
MISIÓN:	7
VISIÓN	7
ORIENTACIÓN EDUCATIVA	8
VALORES	8
Material de bienvenida	9
LAS 5 S Y LOS HÁBITOS DE ESTUDIO	9
Expectativas sobre la formación universitaria	13
¿Cómo estudiar?	21
Estrategias para el estudio	24
Administración del tiempo	27
¿Para qué leemos?	29
Herramientas de estudio	31
EL RESUMEN	36
EL ENSAYO	37
EL MAPA CONCEPTUAL	39
Bibliografía	49
Título del artículo de la página posterior	49
Continuación del título del artículo.....	49



Introducción

Este material se ha seleccionado pensando en ustedes, los alumnos que ingresan a la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte (UFCD), que a partir de este cuatrimestre se convertirán en universitarios y participantes de un modelo académico-deportivo único en Latinoamérica.

La Universidad del Fútbol es una institución educativa reconocida por formar profesionistas de alto nivel académico con los conocimientos, habilidades y actitudes, que les permiten ser líderes que detecten y resuelvan problemáticas específicas en su campo.

En este [manual](#) encontrarás herramientas que te permitirán consolidar tus métodos de estudio y fortalecer habilidades para facilitar la construcción del aprendizaje durante la formación profesional, tales como: la elaboración de un escrito, [la comprensión lectora](#), así como conocer y manejar adecuadamente el resumen, ensayo, [subrayado](#), mapa conceptual y [mapa mental](#).

La vida universitaria implica: responsabilidad, [compromiso](#) y placer por el conocimiento. Ahora tienes el gran desafío de llevar tu vocación a la consolidación de una realización profesional, lo que involucra el desarrollo de una conciencia como actor frente a la sociedad que te tocará vivir.

Esta etapa de tu vida es el inicio de experiencias enriquecedoras, logros, esfuerzos, compartir junto con otros el camino a una gran meta, entre los cuales, puedes contar con los integrantes de este proyecto universitario. Esperamos ayudarte y acompañarte, para que, con el paso del tiempo, recojas gustoso el fruto de tu formación en la **Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte**.



¿Qué es la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte?

La Promotora del Club Pachuca asumió el reto de darle un mejor futuro a los jóvenes de nuestro país y se dio a la tarea de conseguir patrocinios para concretarlo físicamente, a sabiendas de que la inversión inicial, debía ser absorbida en su totalidad por la directiva del club. Se culminó la primera etapa de la universidad con la inauguración de las instalaciones el día 8 de noviembre de 2001.

El Gobernador Constitucional del Estado C. Lic. Manuel Ángel Núñez Soto fue el encargado de cortar el listón, acompañado por el Lic. Jesús Martínez, Presidente del Club Pachuca, de Nelson Vargas, (en su momento) titular de la CONADE, dándose cita grandes personalidades del ámbito futbolístico y deportivo.

“No hay que confundir nunca el conocimiento con la sabiduría. El primero nos sirve para ganarnos la vida; la sabiduría nos ayuda a vivir “,

La Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte emprende un nuevo proyecto ambicioso, el cual contiene la mejor oferta educativa no solo del país, sino de Latinoamérica, al darle la oportunidad a los jóvenes de desarrollarse tanto académica como deportivamente.

Con la oportunidad de cursar en 10 cuatrimestres (3 años cuatro meses) cualquiera de nuestras siete licenciaturas: Administración, Ciencias de la Comunicación, Educación Física, Mercadotecnia, Nutrición, Terapia Física y Psicología, con un modelo académico-deportivo, donde podrás desarrollar tus talentos y habilidades en escenarios reales que te fortalecerán en el logro de las competencias profesionales que requiere un mundo laboral que demanda día con día recursos humanos con calidad y excelencia académica.

Para lograr lo anterior contamos con una infraestructura educativa de vanguardia como son: aulas, laboratorios y espacios deportivos que responden a los requerimientos de los programas de estudio los cuales cuentan con el reconocimiento de validez oficial ante la Secretaría de Educación Pública.



El Modelo Académico- Deportivo consta de tres pilares en los que esta cimentada nuestra Institución:

- Académica: Sustenta el desarrollo curricular de nuestros alumnos a través de la enseñanza planteada por SEP:

Educación Básica (Secundaria)

Educación Media Superior (Bachillerato)

Educación Superior (Licenciatura)

- Deportivo: Sustenta el desarrollo del deporte tanto en el proceso de enseñanza como de perfeccionamiento en los diferentes niveles de rendimiento.

Etapa de Formación Inicial

Etapa de Consolidación y Perfeccionamiento

Etapa Élite de Fútbol Profesional (en estudiantes de Educación Básica, Media Superior, Superior)

- Gestión Administrativa y de Servicios: Sustenta todo el desarrollo de los procesos principales y de apoyo que permiten la materialización del modelo.

Procesos Principales (Administración y Finanzas, Arquitecto, Servicios Médicos, Calidad, Servicios Escolares, Tecnologías de la Información, Espacios Deportivos, Becas, Seguridad y Residencia).

Procesos de Apoyo (Clínica Médica, Recursos Humanos y Mercadotecnia)

Así es como formamos a nuestros alumnos con un desarrollo integral, deportivo y humano de los adolescentes, jóvenes con vistas alcanzar un alto rendimiento deportivo y/o profesional.



Filosofía Institucional

¿Quiénes somos?

La **Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte (UFD)**, se distingue por formar jóvenes honestos, comprometidos y responsables hacia la sociedad. Dentro de nuestro modelo académico-deportivo, único en Latinoamérica, tendrás la oportunidad de obtener las herramientas y conocimientos necesarios para una formación deportiva, integral, profesional, pero sobre todo de calidad.

Los alumnos de nuestra institución han reconocido que en la **UFD** se encuentra la mejor opción para estudiar y sobre todo prepararse para incorporarse al ámbito laboral. La responsabilidad que el día de hoy tiene nuestra institución es brindarte una educación de calidad y nosotros lo abordaremos a través de recursos tecnológicos, instalaciones y docentes preparados para impartirte las habilidades y conocimientos que requieres.

A cada uno de ustedes que son alumnos de nuevo ingreso, nos mantendremos atentos con la finalidad de acompañarlos en su trayectoria por la institución, a través de actividades que te permitan desarrollar y reforzar tus capacidades físicas e intelectuales.

Inicia una nueva etapa en sus vidas, durante el trayecto de su licenciatura colaboraremos con ustedes de una manera proactiva y responsable en beneficio de obtener su título profesional. Ten por seguro que el personal de la **UFD** haremos de tu estancia la más agradable para tu beneficio personal y académico.

Alumnos de nuevo ingreso, no permitan que ningún motivo los haga desistir de esta decisión que el día de hoy inicia y que concluya de manera satisfactoria su educación superior. El esfuerzo diario que emprendan se verá reflejado al final de este trayecto. Ahora que conoces un poco más de esta institución, te invito a leer nuestra misión y visión, ya que es de suma importancia que te sientas identificado, pues ya eres parte de la **comunidad UFD**.

MISIÓN:

Brindar educación de calidad a través de programas de excelencia académico-deportivos comprometidos con la investigación en los campos profesionales de las ciencias del deporte, integrados a los procesos de globalización, utilizando las tecnologías de información y comunicación para generar comunidades de aprendizaje altamente competitivas y contribuir al progreso con responsabilidad social.



VISIÓN:

Ser reconocida como una universidad líder en los diferentes ámbitos del conocimiento, produciendo distribuyendo y aplicando programas académicos de excelencia, a través de sus centros de atención y extensión universitaria en el país y el mundo con infraestructura tecnológico-educativa y deportiva de vanguardia para formar y capacitar profesionales integrados al desarrollo de nuestras sociedades.

ORIENTACIÓN EDUCATIVA

En este manual encontrarás herramientas que te permitan consolidar tus métodos de estudio y fortalecer habilidades para facilitar la construcción del aprendizaje durante la formación profesional, tales como: La comprensión lectora, y el manejo adecuado del resumen, el ensayo y el mapa conceptual.

Se recomienda dividir el tiempo entre las secciones que conforman el presente manual. La finalidad es que cada una se explique al alumno a detalle, logrando el entendimiento, comprensión e identificación de nuestros nuevos integrantes **#OrgulloUFD**.

VALORES:

Esa formación tiene un fuerte aspecto axiológico, donde los valores, como parte de la formación integral, se educan y se fortalecen a través del Deporte, lo cual va a distinguir a los estudiantes deportistas a lo largo de su vida. Así, Chacón (2006) plantea: “la Educación en valores y la formación de valores son términos íntimamente vinculados entre sí, que señalan dos planos del complejo proceso de transformaciones, crecimiento humano y desarrollo de la personalidad”.

Los valores que preservamos y cultivamos en la UFD son los principios y las declaraciones que regulan el objeto, la función y la vida en la UFD; conforman la filosofía y cultura institucionales; están presentes en el quehacer universitario cotidiano, en la toma y ejecución de las decisiones, en las formas en cómo estamos organizados; además acompañan la acción universitaria en torno al logro de nuestras metas para obtener mejores resultados. Son parte de la vida universitaria y nos dan distinción y orgullo, los valores son:

1. **Compromiso:** expresa la participación y la conciencia que tenemos al contribuir al desarrollo de nuestra universidad, así como a la solución de problemas que se presentan tanto en nuestra institución como en el entorno social y deportivo.
2. **Responsabilidad:** se entiende como el acto de otorgar una respuesta sería al emprender el trabajo y atender con diligencia las necesidades de nuestra universidad y de la sociedad, lo hacemos con la convicción de que es la mejor



3. **Respeto:** se asume como la forma natural de conducirse ante todas las personas, compañeros de trabajo, deportistas y a quienes se brinda servicios. Se hace evitando actitudes y conductas ofensivas o de prepotencia, y dispuestos siempre a escuchar distintas opiniones sin manifestaciones de menosprecio o agresión, para mantener siempre la equidad y la racionalidad.
4. **Solidaridad:** Como universitarios se adquiere el sentido del deber y la tolerancia, bases para la actitud de solidaridad hacia los demás.
5. **Honestidad:** Consiste en realizar con rectitud, integridad y transparencia las actividades personales y académicas, así como la sinceridad con nosotros y otras personas brindando información veraz y desarrollando obligaciones y trabajo, apegado a las normas y políticas de la universidad para construir un marco de transparencia al desempeño laboral e institucional, lo que permitirá la rendición de cuentas a la sociedad.
6. **Justicia y equidad:** Rectitud al frente de tantas formas de injusticia y de exclusión, al procurar igualdad de oportunidades educativas socialmente relevantes de calidad.
7. **Tolerancia:** Reconocerla como el sólido fundamento de toda comunidad que se desarrolla armónicamente y en paz. Significa el reconocimiento y apreciación de los demás, la capacidad de convivir con otros y de escucharlos. Desarrollar la comprensión hacia las diferencias e incluso capacidad de traducirlas en virtudes que igualen las diferencias y preconicen el respeto y la admiración por aquello que los otros tienen o son.
8. **Integridad:** Para la UFD, significa la congruencia entre su filosofía institucional y su actuar del día a día en los ámbitos educativos y administrativos, convirtiéndose en la guía ética para el personal directivo, docente y administrativo que demuestra constantemente que somos y hacemos lo que decimos que somos y hacemos. Así, la integridad se transmite como un requisito indispensable a los estudiantes en sus actividades académicas, de investigación y de extensión, para que actúen siempre con apego a los ordenamientos legales y de ética profesional, con dignidad y respeto hacia la sociedad en general



Material de bienvenida

Como apoyo a cada uno de ustedes se le hace entrega de un manual de inducción donde encontrarán estrategias de apoyo que les servirán para adentrarse al ámbito educativo de la UFD.

LAS 5 S Y LOS HÁBITOS DE ESTUDIO¹

¿Alguna vez has escuchado lo que significa de manera general Seiri: Clasificar, Seiton: Organizar, Seiso: Limpiar, Seiketsu: Estandarizar y Shitsuke: Disciplina (continuar)? pues bien, vamos viendo cómo implementarlas al momento de realizar tus labores académicas (tareas) en casa.

1.- Separa Innecesarios (Sin piedad ni compasión)

Lo primero, tu lugar de trabajo. ¿Hay tele? Apagada. ¿Hermanos molestos? Haz que no molesten. ¿Ruido? No lo queremos.

Lo segundo, tu mesa. Nada que sea inútil para hacer los deberes debe estar encima de la mesa. Nada. Cero. Cualquier cosa que no necesites ponla en su sitio (que cuando trabajes nunca será tu mesa de trabajo). Todo lo inútil es tu enemigo porque sólo sirve para distraer.

Recuerda: Distracción = Trabajar Más y Peor.

(No sé tú, pero a mí me gusta trabajar menos y hacerlo todo bien).

2.- Limpiar

Sí, hay que decirlo. Todo el polvo que tenga tu mesa pasará a tu papel. También las miguitas que forman la goma de borrar, la mina del lápiz, los restos del afilado. Todos esos restos están programados para acabar con tus deberes. Defiéndelos.

¿Cuándo limpiar?

Antes de trabajar. (Pasar un paño seco y limpio tarda 5 segundos y 82 décimas y te aseguras no convertir tu tarea en un desastre).

En cuanto aparezca. (Se limpia mejor, más fácil y más rápido así y te aseguras que siempre esté todo limpio).



3.- Situar Necesarios.

Después de la primera limpieza, acerca todo lo que necesites para trabajar. Lo que vayas a usar mucho que esté más cerca y lo que menos, más lejos. Por ejemplo el lápiz, sobre la mesa. El diccionario, en un estante muy cerca. Las tijeras que sólo vas a utilizar en plástica pueden estar en un cajón. ¿Y de verdad necesitas tener cerca ese libro de consulta que sólo miras una vez a la semana? En resumen lo más útil, más cerca, así no perderás tu tiempo y mantendrás la mesa lo más despejada posible.

Algunas cosas que debes tener:

Una mesa y una silla decente, un lugar de trabajo, limpio, silencioso y agradable.

Si no lo puedes tener en casa de ninguna manera, podrías pensar en ir a una biblioteca. También puede haber una asociación juvenil en tu barrio, o de vecinos, o un colegio o una iglesia que tenga un lugar tranquilo para hacer los deberes. Pregunta. Que es mucho mejor parecer tonto que serlo.

Recuerda nadie respetará tu trabajo si tú mismo no lo respetas. Si trabajas mal y sin ganas, si no pones interés, ¿por qué debería hacerlo nadie, profesores incluidos?

Lista de tareas.

Hay quien prefiere anotar la tarea en el mismo libro. Bueno, es una opción, pero yo creo que es mejor tener una lista. Mejor si tienes una agenda, anotas lo que tienes que hacer cada día y lo miras. ¿Qué por qué es mejor? Fácil. Si lo anotas en los libros te puedes olvidar de mirar alguno, sobre todo si hay una asignatura que, normalmente, no te ponen Tareas. Y mira esa vez te los pusieron y te olvidaste.

Con una lista sola, mejor en la agenda, eso no pasa, porque sólo tienes que acordarte de mirarla.

- Material Escolar
 - Ya sé que lo sabías, perdón. ¿Pero lo tienes? Y no me refiero en el cuarto de tu hermano, sino contigo.
- Cuaderno de ideas.
 - Lo explico en el punto 5.

4.- Empezar por lo más difícil.

¿Cómo llamamos a una tarea muy difícil? ¿Algo que odiamos hacer? Pues eso, para mucha gente las matemáticas pueden ser algo desagradable. Pues empieza por ellas, por lo que más odies. Luego, todo lo demás te parecerá fácil en comparación. Además,



tendrás la mente más descansada precisamente cuando más lo necesita.

Universidad del
Fútbol y Ciencias
del Deporte

5.- Concentración Total.

Llegamos a lo más difícil y más útil. Concentrarse sólo en lo que estás haciendo. Por eso quitamos todo lo que no necesites para hacer los deberes. ¿Te acuerdas?

Pero también hay un truco:

- Un lugar para tus ideas. Puede ser un cuaderno, un folio, notas de estas autoadhesivas (post-its), incluso una bandeja. Este es el truco. Cuando te venga una idea a la cabeza que no sea de lo que estás haciendo, la anotas. Con eso tu cerebro sabe que no te vas a olvidar y te dejará en paz. Al dejarte en paz, trabajarás con más concentración. Y aunque tu concentración sea regular al principio, poco a poco irás mejorando. Y eso es lo que importa.
- ¿Música? Hay gente que dice que no se debe estudiar con música. Hay gente que dice que sí. Yo digo que depende. A veces puede ayudar. Por ejemplo si hay ruido en casa, poner música puede esconder el ruido. Ahora, eso sí, no vale cualquier música. No importa que sea clásica, moderna o lo que sea. Lo que importa es que sea una música tranquila que no te desconcentre. La marcha Radetzsky es muy clásica y el Réquiem de Mozart también, pero yo no me puedo concentrar con ellas.

6.- Señalar Mejoras y Defectos. (En tu lugar de ideas)

Ahora tú eres quien manda. Nadie mejor que tú para saber qué haces bien y mal. Y seguro que mientras vas trabajando se te ocurren formas de mejorar tu trabajo. Sólo tienes que estar alerta y las ideas llegarán.

Pues cuando lleguen, a tu lugar de ideas, a tu cuaderno -que es lo mejor-. Las anotas, sólo las anotas, y después de hacer los deberes, cuando tengas tiempo las evalúas. ¿Esto funcionará o no? ¿Es una mejora o sólo me complica más la vida? Recuerda, normalmente los sistemas mejores son los más simples, no los más complejos. Porque entre más cosas tengas que hacer a la vez, más fácil es equivocarse.

También puedes anotar por ejemplo si necesitas un cajón nuevo. Si hay que comprar un lápiz, si de verdad tienes que hablar con tu madre para que tu hermano el pequeño se convenza de que no está bien pintar tus libros. Eso ya lo sabrás tú.



7.- Seguir mejorando.

Hazlo bien, sin adornos innecesarios y lo harás más rápido. Para hacer algo rápido lo primero es hacerlo bien. Si no, tendrás que volver a empezar (o harás una chapuza que no engañará a nadie). Al volver a empezar, tardarás mucho tiempo. Además, según te acostumbras a hacer las cosas bien, también las haces más rápido. Por ejemplo, a escribir. Un niño de primero de primaria, ¿cómo escribe? ¿y a qué velocidad? Tu cuerpo necesita aprender a hacer las cosas bien para hacerlas rápido.

Pero bien no significa hacer las cosas más lento de lo necesario. Ni poner adornos tontos. (Salvo que te guste hacerlo y a tu profesor también). Haz lo que tengas que hacer y punto.

Lo que de verdad importa es que tengas la mente clara, las preocupaciones, las ideas se las dejas a tu cuaderno de ideas cuando estás trabajando, y siempre piensa en mejorar un poquito. Sólo un poquito. Una cosa a la vez. Si siempre mejoras, al final llegarás mucho más lejos de lo que nunca pensaste.

Ahora puedes ver qué fácil es implementar las 5s en tus hábitos de estudio.

¡Adelante!



Expectativas sobre la formación universitaria

Para consolidar un proyecto es importante tener la claridad hacia donde queremos llegar, estableciendo prioridades que conducirán al logro de objetivos y metas. A continuación, te presentamos el siguiente ejercicio que te ayudará a identificar y definir lo antes mencionado.

1. – ¿Qué espero de la Universidad del Fútbol?

EXPECTATIVAS PERSONALES	EXPECTATIVAS DEL EQUIPO

2. - ¿Qué espero del cuatrimestre?

EXPECTATIVAS PERSONALES	EXPECTATIVAS DEL EQUIPO



3.- ¿Qué objetivos pretendo lograr?

EN EL NIVEL PERSONAL	EN EL EQUIPO
.	.
.	.

4.- ¿Cuáles son mis fortalezas y debilidades al ingresar al UFCD?

FORTALEZAS	DEBILIDADES



EJERCICIO DE LECTURA

“Otra consecuencia importante de la aceleración del progreso tecnológico y científico es el énfasis decreciente que se le otorga en los programas de educación terciaria, a la adquisición de información de hechos y datos per sé y en la importancia creciente que se le otorga a lo que se podría denominar conocimiento metodológico y habilidades, v.gr., la habilidad de aprender en una manera autónoma. En muchas disciplinas, el conocimiento fáctico enseñado en el primer año puede devenir en obsoleto antes de la graduación, por ello, el aprendizaje debe basarse cada vez más en la capacidad de encontrar, acceder o aplicar el conocimiento. En este nuevo paradigma, donde aprender a aprender es más importante que memorizar información específica, se otorga primacía a la búsqueda de información y a las habilidades analíticas, de razonamiento y solución de problemas. Capacidades tales como trabajar en grupos, enseñanza personalizada, creatividad, ingenio y la habilidad para adaptarse al cambio son algunas de las cualidades que parecen ser apreciadas por los **empleadores en la economía del conocimiento**”. (URL: <http://www1.worldbank.org/education/tertiary/lima.html>)

¿Cuál es la idea principal?

¿Qué título le pondrías a esta lectura?

Subraya las principales ideas y luego con ellas redacta un nuevo párrafo que resuma la lectura. Aquí coloca el resumen:

¿Qué preguntas formularías para que el autor amplíe el párrafo?

Pregunta 1: _____

Pregunta 2: _____

Pregunta 3: _____



EDUCACIÓN BASADA EN COMPETENCIAS

¿QUÉ SON LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES?

Tanto en el ámbito educativo como en el contexto profesional se identifica a una persona como *competente* por su capacidad para realizar una tarea de manera inteligente, en diversos contextos. Esta noción nos remite al concepto de *capital humano*, entendido como el acervo de conocimientos, habilidades y actitudes que posee un individuo, y que son aplicables en una actividad económica.

En general, se afirma que una *competencia es el conjunto de comportamientos socio-afectivos y habilidades cognoscitivas, psicológicas, sensoriales y motoras que permiten llevar a cabo adecuadamente una función, una actividad o una tarea*. Por lo tanto, las competencias describen comportamientos integrados por habilidades cognoscitivas, disposiciones socio-afectivas, destrezas motoras e informaciones que permiten llevar a cabo adecuadamente una función, actividad o tarea.

CONCEPTO DE COMPETENCIAS

“... combinación dinámica de atributos – con respecto al conocimiento y su aplicación, a las actitudes y responsabilidades – que describen los resultados del aprendizaje de un determinado programa, o cómo los estudiantes serán capaces de desenvolverse al final del proceso educativo ... “ (Comisión europea. Tuning educational structures in Europe. Informe final. p. 280.)

En la educación basada en competencias, el aprendizaje está basado en resultados esto quiere decir que es lo que los estudiantes pueden hacer, así como aquello que saben hacer; por tanto, la evaluación está basada en la ratificación de que se han obtenido resultados basados en estándares. Los resultados reflejan habilidades, actitudes y conocimientos teórico-prácticos desarrollados por el profesional.

Los elementos de las competencias son 3:

1. **El Conocer y comprender:** conocimiento teórico de un campo académico, la capacidad de conocer y comprender.
2. **El Saber cómo hacer:** la aplicación práctica y operativa del conocimiento a ciertas situaciones.
3. **El Saber cómo ser:** los valores como parte integrante de la forma de percibir a los otros y vivir en un contexto social.



Por lo tanto, se reconocen la **APTITUD** (conocimiento, habilidad y destreza) + la **ACTITUD** (actitudes y valores) = **COMPETENCIA PROFESIONAL**. Ser competente implica el dominio de la totalidad de los elementos y no solo de alguna de las partes.

Ahora bien, existen varios niveles de competencia, el básico, el genérico y el específico que es precisamente el que vienen a desarrollar en la licenciatura:

- **COMPETENCIAS BÁSICAS:** Capacidades intelectuales indispensables para el aprendizaje de una profesión, Competencias cognitivas, técnicas y metodológicas adquiridas en niveles educativos previos. Ejemplo: uso adecuado del lenguaje escrito, oral y matemático.
- **COMPETENCIAS GENÉRICAS:** Atributos compartidos que pueden generarse en cualquier disciplina, comunes entre las profesiones. Su importancia radica en la necesidad de responder a las demandas de un mundo cambiante. Ejemplos: capacidad de análisis y síntesis, autoaprendizaje, resolución de problemas, aplicación de conocimientos, gestión de la información, etc.
- **COMPETENCIAS ESPECÍFICAS.** Se relacionan con la disciplina, son propias de cada profesión. Permiten la comparabilidad entre los diferentes programas de una disciplina y la definición de cada profesión. Son consecuencia de los conocimientos y las habilidades adquiridos a través de un programa educativo: **resultado de aprendizaje**. Ejemplo: métodos y técnicas específicos propios de una profesión

Por solo poner un ejemplo, una competencia muy connotada hoy en todos los ámbitos es la de **resolución de problemas y toma de decisiones**, en ocasiones considerada como dos competencias diferentes, aunque relacionadas entre sí. Tal competencia cabría dentro de la denominación de sociales o socioafectivas y en el campo del trabajo de un profesional, se concretaría en otras microcompetencias, así:

1. Saber elegir técnicas de intervención adecuadas para los objetivos propuestos.
2. Elaborar estrategias de intervención en los ámbitos individual, grupal y comunitario.
3. Aplicar estrategias y técnicas en los ámbitos individual, grupal y comunitario.
4. Dominar estrategias de intervención para mejorar las habilidades de comunicación en otras personas.
5. Saber negociar.
6. Saber generar alternativas para resolver problemas.

En la Universidad del Fútbol y Ciencias del Deporte tenemos las licenciaturas bajo el modelo EBC (Educación Basada en Competencias), por lo tanto, en el trabajo cotidiano es necesario que el docente y el alumno, reconozcan el **Perfil de Egreso** del futuro



profesional

Universidad del
Fútbol y Ciencias
del Deporte





LA EVALUACIÓN EN LOS PROGRAMAS DE EBC

Para empezar, es necesario desligar la noción de evaluación de la de “calificación”, esta última significa traducir información descriptiva de evaluación en letras, números y otras marcas que indiquen la calidad de aprendizaje o ejecución de un estudiante, así, calificar:

- Sólo indica cuanto sabe el alumno; pero lo deja y nos deja ignorantes respecto de: *qué sí o qué no sabe, cómo lo sabe y gracias a qué sabe lo que sabe.*
- No brinda elementos para determinar si los aciertos o errores están en el *proceso* o en el *resultado*.
- Medir, cuantificar aciertos y errores y adjudicar calificaciones son únicamente pasos previos a la verdadera evaluación, sin ser necesariamente su antecedente indispensable.
- Se corre el riesgo de *que se vuelva el fin*, dejando de lado el aprendizaje.
- Permite mayor objetividad.
- Facilita el manejo de información.
- Sus propósitos son Administrativos, Informativos, Motivacionales y de guía

Por su parte la evaluación se considera como el proceso de recolección y documentación del aprendizaje de un estudiante y de su desarrollo en un contexto auténtico. Esta evaluación mide la habilidad de los estudiantes en tareas y situaciones en la “vida real” y complementa la idea de evaluación tradicional. En la UNIFUT, reconocemos que tradicionalmente se nos ha evaluado a partir de lo que **“sabemos”** en términos de la información que somos capaces de memorizar o aprehender; sin embargo, esto no supone que sabemos utilizarla y más aún, no supone que somos “COMPETENTES” en nuestra profesión, por ello hemos establecido normas y principios de la evaluación.

Si miras el siguiente esquema podrás darte cuenta de lo que se evaluará: Evaluaremos el saber cómo información y el saber cómo se hace, pero además, el demostrar cómo se hace y el hacer en términos de desempeño.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Competencia → Capacidades



Por lo anterior, es necesario que conozcas los PRINCIPIOS de la evaluación por competencias

- Se relaciona la competencia, el individuo y la tarea.
- Se exigen diferentes **evidencias** y juicios basados en las evidencias.
- Las características de los productos, así como las normas deben ser explícitas y públicas, pero pueden ser flexibles. Es decir, el maestro tiene la obligación de decirte qué producto te solicitará y cuáles son los criterios con los que se te evaluará dicho producto.
- Se basa en la observación directa. Es continua.
- Es parte integral del currículum.
- Reconoce que lo más importante de la evaluación es la AUTOEVALUACIÓN.
- Invita a la colaboración activa: profesores, estudiantes, pares y otros expertos.



CRITERIOS DE EVALUACIÓN = CAPACIDAD + CONTENIDO + MÉTODOS + ACTITUD

Todo ello puesto en un portafolio de evidencias, como técnica de evaluación que se basa en el análisis de las producciones cotidianas desde una perspectiva conjunta docente-estudiante, para ayudar a este último a tomar conciencia de sus metas, progresos, dificultades, etc.,

El Portafolio de evidencias puede definirse como una compilación de evidencias consideradas de interés para ser conservadas, debido a los significados que con ellas se han construido, por tanto, se establece como la historia documental estructurada de un conjunto seleccionado de desempeños que han recibido preparación o tutoría y adoptan la forma de muestras del trabajo de un estudiante.

También podemos reconocer al Portafolio como una selección de los resultados de algunas de las tareas realizadas por cada estudiante para documentar e ilustrar sus progresos y sus logros. Es, por tanto, un documento personal recogido por el estudiante con la ayuda (y el feedback) del profesor.



¿Cómo estudiar?

¿POR QUÉ SE APRENDE MEJOR?

A. Aprendiendo a aprender

Generalmente se considera que estudiar involucra una serie de actividades cuyo propósito es preparar al estudiante para presentar pruebas, exámenes u otros tipos de tareas y así aprobar los cursos universitarios.

Recientemente, la educación actual está sufriendo cambios en la estructura curricular y en los contenidos de aprendizaje. Hoy, se están incorporando en los colegios secundarios los temas sobre métodos y técnicas de estudio.

Sin embargo, todavía se observan serias limitaciones en la entrega efectiva de herramientas del más alto orden para aprender a aprender y así asegurar al alumno el éxito en los estudios universitarios.

Según Poggioli sostiene que “el área de las estrategias de estudio se conoció algún tiempo con el nombre de hábitos de estudio. Tal denominación se debió, fundamentalmente, a la preponderancia de los modelos asociacionistas del aprendizaje, los cuales señalaban que para aprender algo era necesario internalizarlo, a través de la repetición y la práctica, creando hábitos. Se podría señalar, entonces, que tales posiciones auspiciaban unos hábitos de estudio relacionados principalmente con aspectos externos al estudiante, tales como: organizar y establecer un horario de estudio, escoger un lugar para estudiar, planificar el tiempo para estudiar, entre otros. Con el cambio de orientación en el abordaje de los procesos de aprendizaje desde una perspectiva asociacionista a una perspectiva cognoscitiva, el estudio pasó a ser concebido como un conjunto de procesos internos y externos que realizan los estudiantes para adquirir conocimiento y desarrollar habilidades y destrezas que les permitan aprobar cursos académicos en las instituciones educacionales del sistema educativo”.

La misma autora refiere que “el estudio no es un área reciente de interés. Desde 1986, se han venido examinando y analizando los diversos procesos involucrados en el estudio, bajo una perspectiva cognoscitiva. Es así como Thomas y Rohwer (1986) distinguieron entre estudiar y otras formas de aprendizaje, en función de los propósitos y del contexto. No es lo mismo aprender que estudiar. Aprender puede ser el resultado de un conjunto de procesos que pueden ocurrir en cualquier lugar. Podemos aprender en la calle, viendo televisión, leyendo un libro, visitando un museo o ejercitándonos en un gimnasio, pero también aprendemos en los preescolares, las escuelas, los liceos, las universidades o en cualquier otra institución educativa. El aprendizaje que ocurre en estos últimos lugares es un aprendizaje académico y de eso se trata el estudio”.



Estudiar es:

- Un proceso consciente y deliberado- por lo tanto, se requiere tiempo y esfuerzo.
- Es una actividad individual. Nadie presta las alas del entendimiento a otros.
- Estudiar involucra conectarse con un **contenido**, es decir, implica la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones, procedimientos, etc.
- Estudiar depende del contexto, lo cual quiere decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o de un proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones de las tareas de aprendizaje. Por ejemplo, no estudiamos de la misma manera para un examen parcial o final que para una prueba escrita o para una presentación oral.
- Estudiar es un proceso orientado hacia metas, lo cual quiere decir que cuando estudiamos, lo hacemos en función de unos objetivos o metas pre-establecidos que pretendemos alcanzar en un determinado lapso

Poggioli afirma que “basándose en el modelo de aprendizaje de Bransford, Thomas y Rohwer propusieron un modelo sobre el proceso de estudiar. Estos autores señalan que éste está conformado por cuatro componentes: 1) los resultados del proceso, 2) las estrategias de estudio, 3) las características de los cursos y 4) las características de los estudiantes.

Los resultados del proceso de estudiar se refieren a los productos de la interacción entre los cuatro componentes, los cuales pueden ser de carácter informativo o estar relacionados con la ejecución de los estudiantes. Los productos de naturaleza informativa varían con respecto a los tipos de contenidos que se procesan y, en tal sentido, la información resultante puede ser textual, interpretada o construida.

En la **información textual**, los estudiantes reproducen la información, es decir, repiten la información contenida en los materiales de estudio, es una información literal, muy ceñida al contenido del texto. En la **información interpretada**, los estudiantes parafrasean la información que han estudiado y resaltan los aspectos principales de los textos que han leído. En la **información construida**, los estudiantes establecen relaciones y conexiones entre las diferentes partes del texto, así como también, elaboran inferencias, extraen conclusiones y hacen comparaciones entre la información de los materiales de estudio y su conocimiento previo. Este tipo de conocimiento es el que nuestros estudiantes deben aspirar alcanzar. Los tres tipos de información son importantes, pero cada uno en su nivel. Se podría decir que **la información construida es la de mayor relevancia**, porque es la que de alguna manera va a perdurar en el sistema de memoria de los estudiantes. En tal sentido, sería conveniente enseñarles las diferencias entre estos tres tipos de información y cuál es la función y la utilidad de cada una de ellas.



Los productos relacionados con la ejecución de los estudiantes varían en términos de lo que pueden hacer con respecto a los productos de tipo informativo, es decir, los pueden reconocer, reproducir o generalizar. Por ejemplo, los estudiantes pueden elaborar inferencias a partir de una lectura de un texto, distinguir entre inferencias correctas o incorrectas o generalizar con el fin de resolver algún problema referido a algún tópico en particular.

En relación con los productos obtenidos por los estudiantes, es importante enseñarles que el nivel de reconocimiento es un primer nivel de aprendizaje, pero que no es suficiente, si se desea desarrollar habilidades de nivel superior. Un segundo nivel sería el de aplicación de estrategias con el fin de elaborar información en un contexto determinado y, finalmente, un tercer nivel estaría conformado por la generalización de la estrategia a diferentes tipos de contexto y con diversos tipos de materiales”.

EJERCICIO

Subraya las ideas principales en la lectura anterior.

1. ¿Cuál es la idea principal?

2. ¿Cuáles son las ideas secundarias?

a. _____

b. _____

c. _____

d. _____

3. A partir de la lectura, formula cuatro preguntas ampliatorias:

a. _____

b. _____

c. _____

d. _____



Estrategias para el estudio

4. Supongamos que tú eres el profesor del curso y debe preparar un examen escrito. Elabora 10 preguntas abiertas para este examen:

a. _____

b. _____

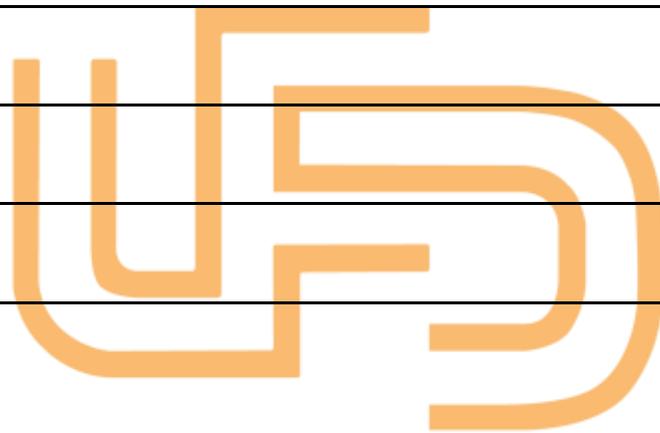
c. _____

d. _____

e. _____

f. _____

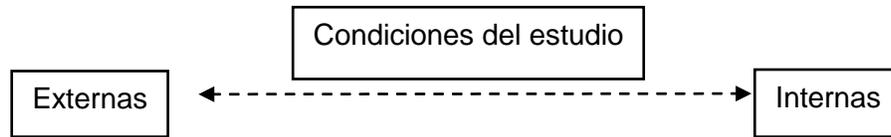
g. _____



QUÉ ES ESTUDIAR?

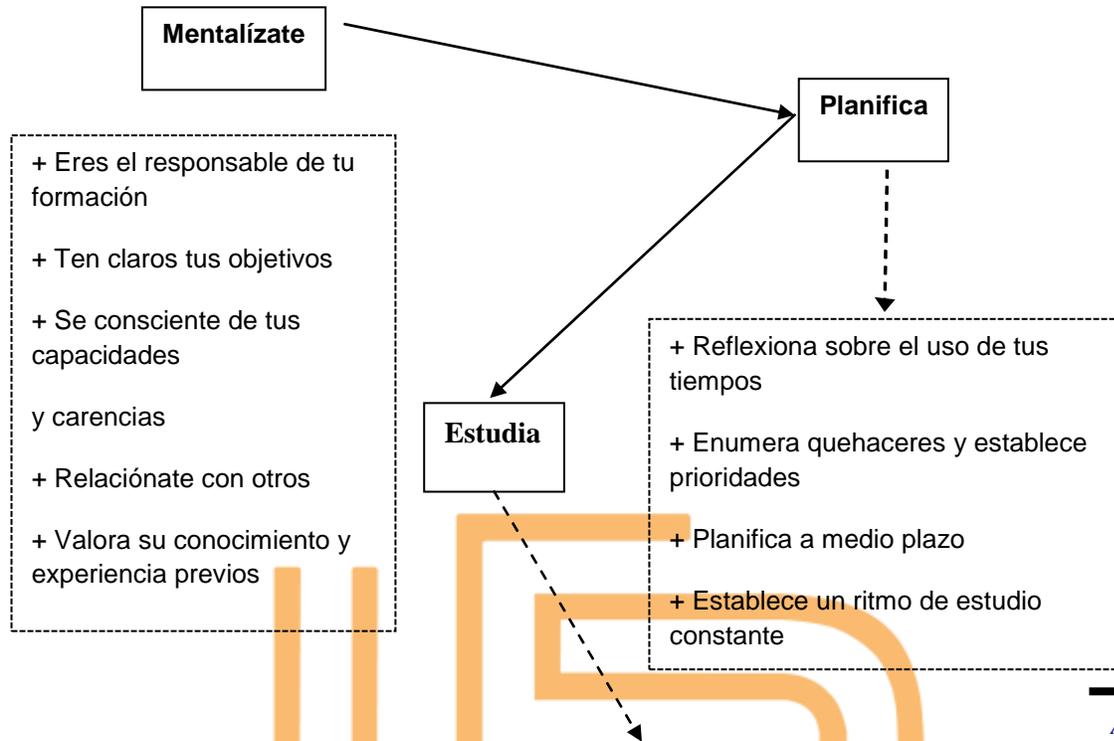
Estudiar es

- Un proceso consciente
- Una actividad individual
- Involucra conectarse con un contenido
- Depende del contexto
- Un proceso orientado hacia metas.



- a) El contexto y la situación de aprendizaje
- b) Lugar de estudio
- c) Mobiliario
- d) Iluminación
- e) Ventilación
- f) Equipo necesario

- a) Hábitos de estudio
- b) Calendarización
- c) Horas de estudio
- d) Localización de los materiales necesarios
- e) Técnicas de estudio
- f) Estrategias de aprendizaje



Aprender a pensar es ser creativo e independiente, protagonista de tu propio aprendizaje.

- + Elige un entorno de trabajo agradable
- + Convierte el estudio en algo activo:
 - lee en voz alta
 - toma notas
 - elabora esquemas y mapas conceptuales
 - graba resúmenes
 - imagínate en un examen tratando de recordar...
- + Reflexiona sobre lo que aprendes
 - + Relaciona lo aprendido con lo ya conocido
 - + Asegúrate de que entiendes y es capaz de aplicar lo que estás aprendiendo.



Administración del tiempo

PLANIFICA EL ESTUDIO

HORARIOS.

Los puntos fundamentales que giran alrededor del aprovechamiento del tiempo de estudio son:

- **Confeccionar un horario de estudio personal.** Cada uno sabe las horas en que más le agrada estudiar, porque rinde más, el número de horas que necesita, las asignaturas que ha de preparar el día o días siguientes, etc.
- **Incluir en ese horario TODAS las asignaturas.** En el horario, las asignaturas deben ocupar un número de horas proporcional a su importancia y a la dificultad del alumno.
- **Incluir en el horario períodos de descanso.** Tras una hora de estudio debe haber un periodo aproximado de quince minutos de descanso: después se rinde más que si se intenta aprovechar las dos horas seguidas.
- **Incluir días de descanso a la semana.** Es formula muy saludable el trabajar bien durante toda la semana y descansar sábados y domingos: la deseada "semana inglesa".
- **Cumplir verdaderamente este horario hasta hacer un hábito.** Dedicar un número de horas diarias al estudio que garantice la tranquilidad del éxito final.

ORGANIZACIÓN

Toma en consideración los siguientes aspectos:

- Prepare todo lo necesario antes de sentarse a estudiar.
- Apuntes, libros, lápices, etc., deben estar al alcance de la mano cuando el estudiante se dispone a trabajar. Solo así se evitarán pérdidas de tiempo y energía.
- Tener cada cosa en su sitio.
- Colocación de libros, fichas..., pues ello da una positiva sensación de orden y seguridad.
- Estar satisfecho con la propia organización, porque es rentable.

El estudio es un trabajo complejo, el estudiante que sabe organizarse lleva una indudable ventaja sobre el desorganizado. El hecho demostrado de que la inmensa mayoría de nuestros estudiantes opinen que rendirán mucho más si adoptan otro sistema de organizarse en los estudios, demuestra claramente cuánto hay que insistir en este aspecto.



EJERCICIO

Escribe las respuestas que consideres más oportunas.

¿Cuántas horas necesitas estudiar diariamente fuera de las clases para obtener un buen resultado? **R:**

¿Cuántas horas estudias realmente? **R:**

¿Puedes cumplir este horario, DE VERDAD, de lunes a viernes y descansar los sábados y domingos? **R:**

Si tienes en cuenta todo lo que sabes acerca del número de horas que necesitas, de la colocación de esas horas, de la importancia de cada asignatura y del horario que tienes en la universidad, el horario personal que debes elaborar para cumplirlo de lunes a viernes es: (coloca en cuadro siguiente las horas y las asignaturas; no olvides tampoco incluir los pequeños descansos).

MI HORARIO PERSONAL DE ESTUDIO

Ejercicio

Tienes tu primer periodo de exámenes del 17 al 21 de Septiembre. Necesitas estudiar la materia de Genealogía del Deporte además del resto de tus materias. Te sugerimos planificar tus actividades de acuerdo al siguiente cronograma



Clases

Entrenamiento

Tareas



Comidas

Estudio y repaso

Diversión



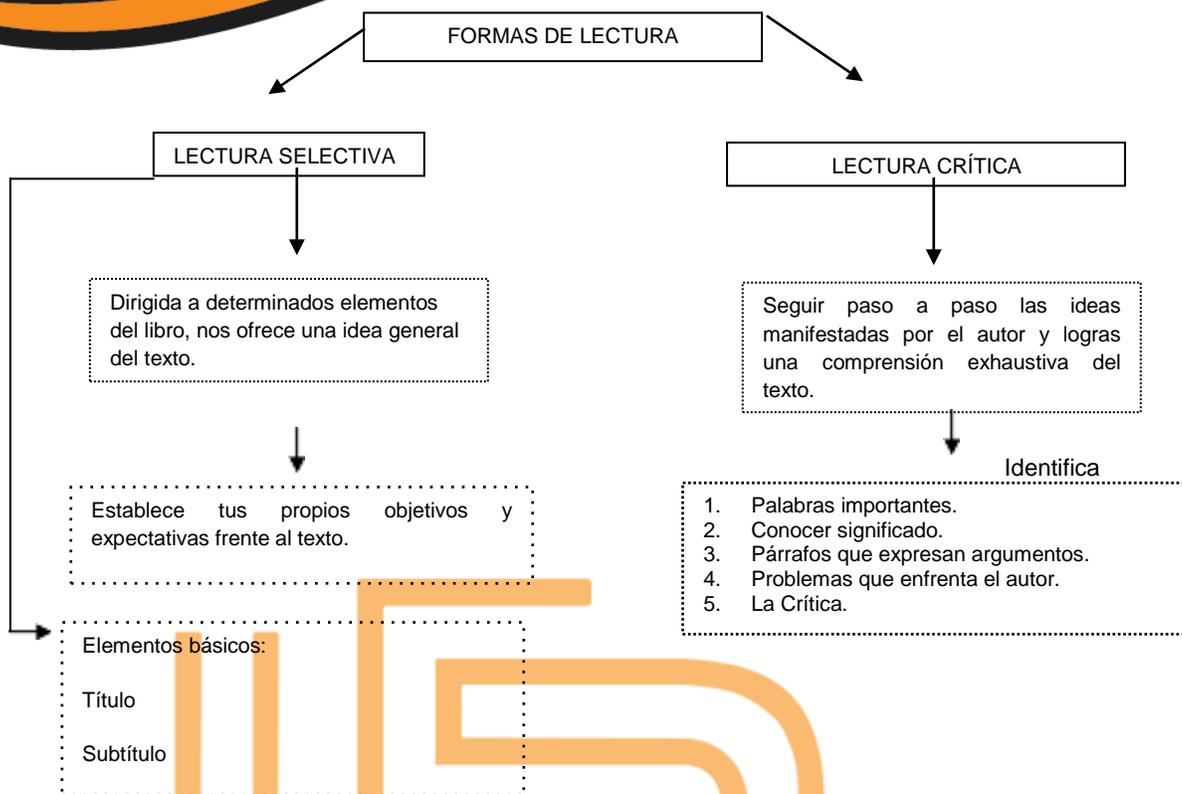
¿Para qué leemos?

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Leer es un proceso de comprensión de un texto, a través del cual se desarrolla en el lector la habilidad para pensar. La lectura ha sido un factor de importancia en el avance de la civilización del mundo y está ligada al desarrollo intelectual, social y espiritual del hombre.

La vida diaria académica exige la lectura de un considerable número de textos. Se puede considerar a la lectura como un proceso de conocimiento en el que se da y se recibe. Una buena lectura comprende cuatro etapas básicas:

1. Percibir las palabras.
2. Captar el significado que quiso dar el autor.
3. Reflexionar sobre lo que se lee.
4. Relacionar las ideas adquiridas a través de la lectura con los conocimientos que ya se poseen.



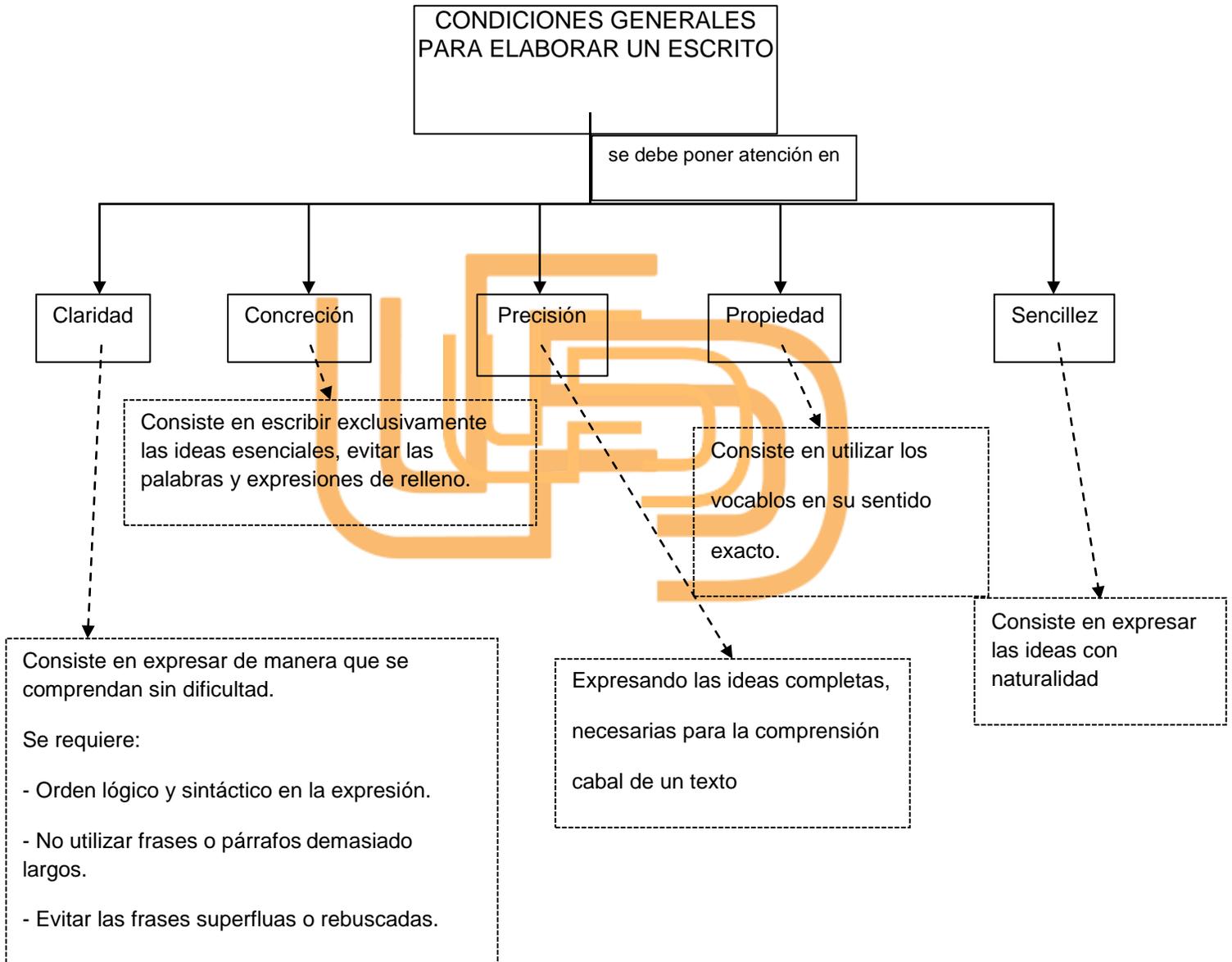
PROCEDIMIENTO GENERAL PARA LEER

- 1.- Relacionar el título de lo que vas a leer con tu información previa, de manera que puedas determinar lo que ya sabes acerca del tema.
- 2.- Averigua el significado de términos desconocidos y determina el significado de las palabras según el contexto en que se encuentran.
3. – Traduce a tus propias palabras lo que dice el texto e identifica las ideas de cada inciso, apartado o capítulo. Para ello, auxíliate de las palabras clave.
- 4.- Toma nota de las ideas clave.
- 5.- Vigila tu comprensión a medida que avanzas.
- 6.- Identifica las dificultades. Estas se ubican entre el último punto que comprendes y el primero en el cual ya no logras entender.



7.- No tiene caso que leas sin comprender, pues no te quedará nada de ello. Regresa al punto de la dificultad y trata cuantas veces sea necesario, hasta que encuentres la idea clave.

Herramientas de estudio



La escritura se caracteriza por una tendencia a la uniformidad, sin embargo presenta algunas variedades de acuerdo con el discurso empleado, el cual depende en última instancia de la función individual y social que desempeña la escritura.



EJERCICIO DE LECTURA

1) INSTRUCCIONES: Redacta creativamente tres (3) frases célebres a partir de la siguiente lectura

“¿Sienten lástima de sí mismos y de sus condiciones actuales? Hace muchos años que conozco a Harold Abbott. Durante un viaje le pregunté cómo evitaba las preocupaciones; y me contó una historia plena de inspiración, que jamás olvidaré.

“Acostumbraba preocuparme mucho” me comentó, “pero un día de primavera, caminaba por la calle, cuando vi algo que desterró todas mis preocupaciones.

Todo sucedió en cuestión de diez segundos, pero durante esos diez segundos aprendí más acerca de cómo vivir de lo que había aprendido en los diez años anteriores. Durante años viví cómodamente, pero en forma brusca perdí todo.

Caminaba como un hombre derrotado; había perdido todos mis deseos de lucha y mi fe. Un día, caminaba por la ciudad, de pronto vi venir por la calle a un hombre a quien le faltaban las piernas. Iba sentado sobre una pequeña plataforma de madera equipada con rueda de patines y se impulsaba a lo largo de la calle ayudándose con un trozo de madera que llevaba en cada mano. Cuando pasé por su lado me saludó con una amplia sonrisa: “Buenos días, señor. Hace una linda mañana, ¿no es verdad?”. Mientras me quedaba mirándolo, comprendí lo rico que era; yo tenía dos piernas. Podía caminar. Me sentí avergonzado de mi autocompasión. Y me dije a sí mismo, si él puede sentirse feliz y mostrarse animoso y confiado sin piernas, ciertamente, yo puedo hacerlo con mis piernas.

Ahora, en el espejo de mi baño, he pegado las siguientes palabras y acostumbro leerlas cada mañana mientras me rasuro: “*Me sentía triste porque no tenía zapatos, hasta que, en la calle, me encontré con un hombre que no tenía piernas*”.



EJERCICIO DE LECTURA

2) SE NECESITAN JÓVENES INGENIEROS DE SU PROPIO PENSAMIENTO

El cambio vertiginoso que está ocurriendo en todo el mundo nos impide mantenernos a su velocidad; por lo tanto, necesitamos nuevas fórmulas personales para afrontarlo.

Debemos estar preparados porque podemos incluso salir afectados en nuestra estabilidad emocional. Por ejemplo, cada diez años se duplica la información y los conocimientos generados por la humanidad; sin embargo, cada diez años se vuelve obsoleta una cuarta parte de la información existente; esto significa que rápidamente se está acumulando información que no podemos conocer, entender y mucho menos asimilar.

A inicio del próximo siglo habrá veinte veces más gente autoempleada, que trabajará en su casa, que la existente en la actualidad; por lo tanto, la lucha por los empleos "estables" será ardua y la ganarán quienes sean más creativos, productivos y competitivos.

Actualmente la vida promedio de las empresas en el mundo es de cuarenta años. Al inicio del siglo XXI, bajará a sólo diez años e irá decreciendo conforme avance el siglo; nacerán y morirán vertiginosamente las organizaciones y la clave de la supervivencia será la creatividad y el empleo del recurso que hasta ahora hemos desperdiciado tanto: la mente.

El siglo XIX se caracterizó por el predominio y la lucha por el oro amarillo; el siglo XX se ha caracterizado por el interés y el desafío por el oro negro: el petróleo, y el siglo XXI se caracterizará por la demanda del oro gris: el cerebro y la mente creativa.

En los últimos cincuenta años, el sistema educativo se ha venido adaptando y mejorando para ser útil a una economía industrial manufacturera, donde han existido trabajos predecibles para ciertos tiempos, que exigían habilidades y aptitudes ya conocidas. La era industrial ha dado paso ya a la "era del servicio", donde las necesidades, los clientes y los mercados cambian a un ritmo impredecible. La economía se ha transformado mucho y nuestros sistemas educativos y administrativos no se han modificado ni 25% de lo que debieran.

Existe una importante paradoja en esta época de la informática donde hay tanta información que ahoga prácticamente a los estudiantes en las universidades y a los empleados en las organizaciones; sin embargo, parece que cada día estamos menos preparados e informados. La educación que se nos ha impartido está basada en la aptitud para recordar y repetir información, por tanto es una educación incompleta.

Los estudiantes y empleados de organizaciones necesitan dominar la habilidad de aprender a aprender; también las organizaciones deben convertirse en entes inteligentes que vayan aprendiendo cada día nuevas formas de ser más competitivas para asegurar su permanencia en la vida económica del mundo globalizado en el que operamos.

Un paso fundamental para lo anterior es saber aprender; también conocer la forma en que cada ser humano aprende; así como el procedimiento para pensar. Analizar la manera en que se captan las sensaciones del ambiente; saber cómo "grabar efectiva y permanentemente en la memoria" y



saber cómo recordar la información almacenada en la memoria para utilizarla en las tareas de análisis, juicios y toma de decisiones.

Aprender a aprender significa obtener, adaptar y utilizar procedimientos que otras personas y organizaciones emplean para aprender. Implica una actitud humilde para poder absorber los conocimientos y experiencias que otras personas nos puedan transmitir.

Aprender a aprender significa también e implica la actitud de desaprender, esto es, la habilidad para "mantener a raya", por muy difícil que sea, nuestros modelos mentales usados a través de tantos años y que en ocasiones pueden convertirse en formas obsesivas de hacer las cosas; esto, con el fin de que los nuevos aprendizajes arriben a nuestra mente en un clima receptivo, capaz de omitir a esos antiguos dictadores ¿Cómo adaptarnos a un mundo que nos demanda aprender, realizar y producir más, con calidad, exigiendo cada vez menos tiempo y recursos?

Debemos reflexionar cómo seguimos utilizando las mismas técnicas y métodos de solución de problemas aplicados desde muchos años atrás, los cuales pueden seguir dando buenos resultados pero ahora no son los mejores ya que el mundo ha cambiado.

Necesitamos modificar desde la base nuestra percepción de las realidades y las situaciones. En este mundo donde los mercados son exigentes y la lucha por la supervivencia de las empresas se ha vuelto despiadada, no podemos competir utilizando estrategias estáticas, que aunque en el pasado dieron resultado ahora pueden llevarnos al fracaso empresarial.

Para lograr una ventaja real en el mercado es preciso cuestionar las antiguas formas de pensamiento y aprender cómo practicar "el nuevo juego" el cual implica practicar la habilidad de ser estratega: tener un enfoque sistemático para tener la capacidad de "ver" y pensar la relación existente entre todos los sistemas con los que interactuamos día con día; saber relacionar causas y efectos tanto en tiempo como en espacio; lograr imaginar o viajar con nuestra mente en el tiempo y en el espacio hacia el pasado y también hacia el futuro de largo plazo para que no sólo estemos esperando de nuestras acciones presentes el beneficio inmediato, sino que logremos entender que algunos llegan muchos años después de haber sembrado.

Por otro lado, en la actualidad nos estamos llenando de pereza mental porque la modernidad nos regala información "empaquetada" y lista para ser consumida. Ya no cuestionamos las cosas y las aceptamos por flojera; ya no proponemos ideas que podrían ser mejores que las difundidas por la televisión, la radio o a través de la prensa escrita, los cuales al ser medios de comunicación masiva pueden estar enajenándonos. Acatamos y usamos esas ideas sin reflexionar en los perjuicios que nos puedan ocasionar, sobre todo porque estamos dejando de pensar

Finalmente es necesario pensar en cómo ser más creativos para poder cumplir con una de las tareas más importantes de todos los seres humanos, esculpir nuestra propia vida. Debemos administrar nuestra existencia tanto a corto como a largo plazo para evitar que otras personas nos impongan sus propios planes y sus decisiones. Necesitamos crear nuestro destino para no culpar a otros por lo que dejemos de hacer o por lo que hagamos mal. ¡Estamos obligados a crearnos a nosotros mismos! Creatividad es cambio, y para cambiar nuestras vidas es necesario empezar inmediatamente, con pasión, vigor y sin excusas



A partir de la lectura responde lo siguiente:

Resume la lectura en cinco (5) líneas.

- Extrae tres desafíos para los alumnos universitarios de hoy:
- Extrae tres desafíos para el docente universitario de hoy
- Extrae tres desafíos para la universidad del presente
- ¿Qué lecciones personales has extraído de esta lectura?
- ¿Qué metas te trazarías hoy como alumno universitario frente a los desafíos que la universidad tiene ante las necesidades de la sociedad?





EL RESUMEN

EL RESUMEN

- Es una versión breve del contenido de aprendizaje, que
- Enfatiza los puntos más importantes del mismo,
- Que se presenta de forma organizada y
- Expone los conceptos clave del tema a través de ideas principales,
- Omite información redundante y secundaria del tema.
- Se puede utilizar antes del aprendizaje de un contenido, o
- Se puede ir construyendo durante una secuencia de aprendizaje o bien después de la enseñanza un contenido.

Elaboración

Si es de un texto: subrayar las ideas principales del tema
(Identificando los conceptos clave o palabras clave)

Recuerda que para seleccionar las ideas principales debes seguir tres procesos básicos

Suprimir:

- + ideas triviales o ideas secundaria.
- + ideas importantes, pero redundantes

Generalizar: + Escribir varios conceptos o ideas subordinados (de menor inclusión) en ideas de mayor inclusividad.

Construir:

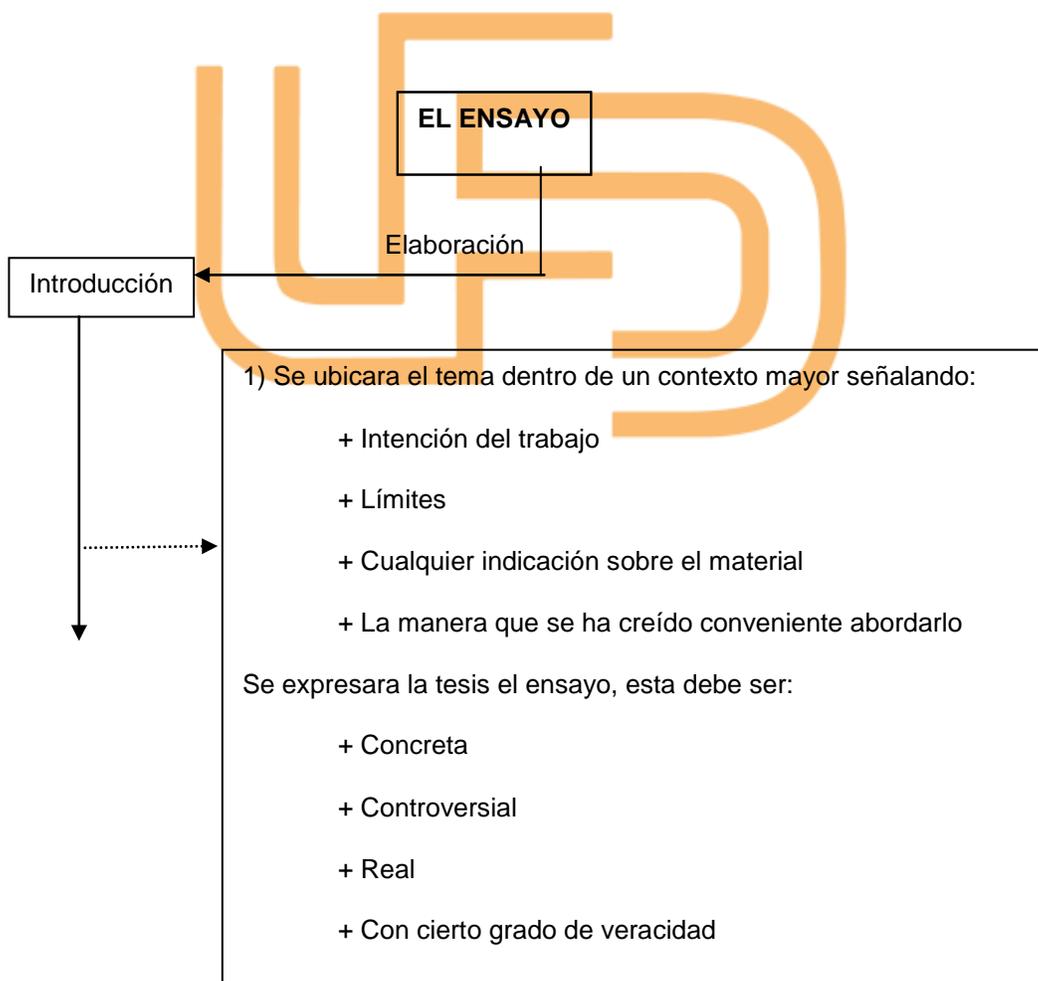
- + Englobar varias ideas subordinadas en una o varias ideas principales.
- + Redactar una versión breve del tema, tratando de que las ideas principales estén relacionadas

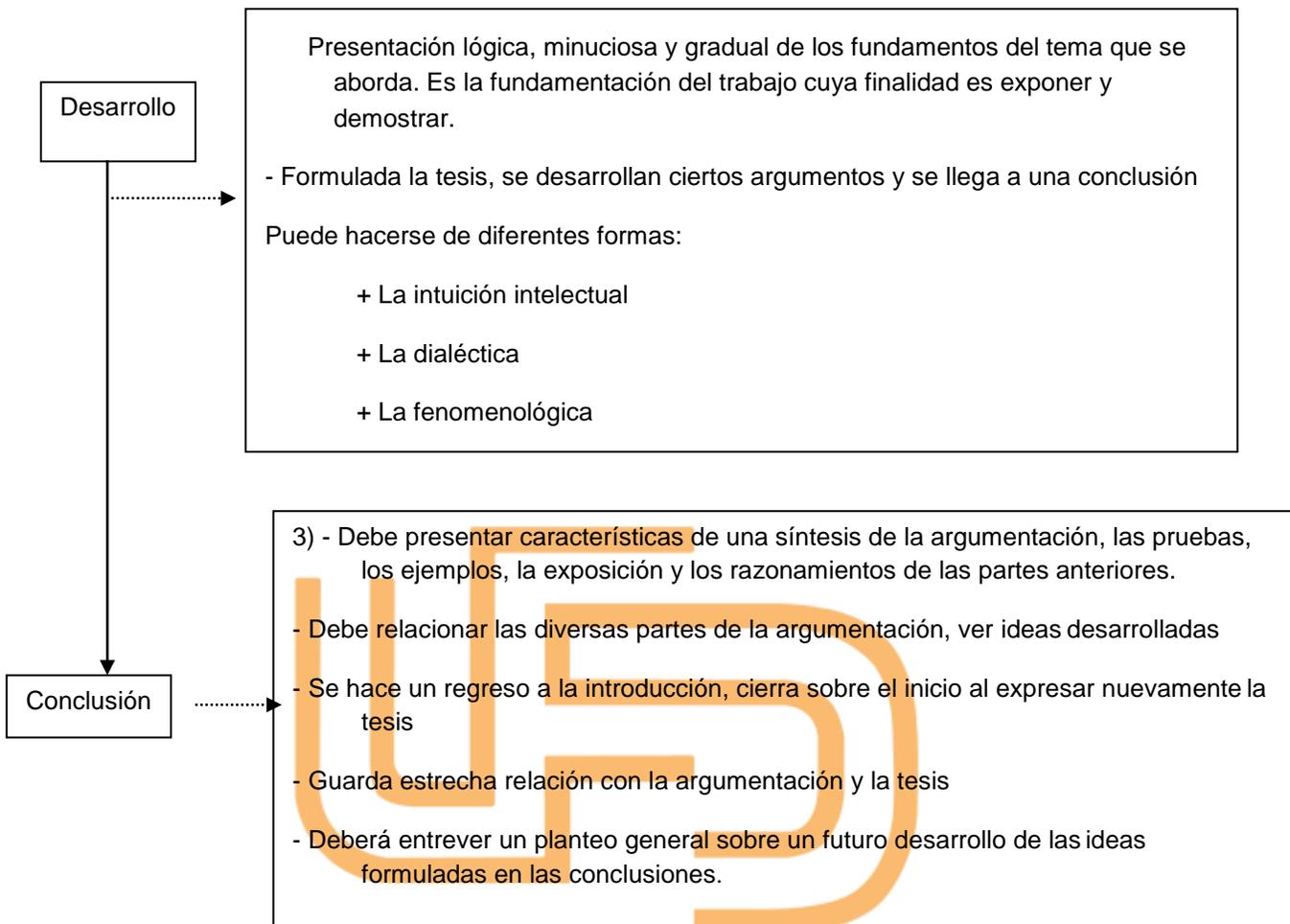
EL ENSAYO

Es un producto académico que se compone de tres partes. Cada una de ellas, posee una estructura propia:

- Introducción
- Desarrollo (o cuerpo del trabajo)
- Conclusiones.

Esta distribución obedece a la estructura del trabajo y a una necesidad de lógica argumentativa. Su finalidad es el planteamiento claro y simple del tema que se va a desarrollar, su importancia e implicaciones y la presentación sintética de los diversos aspectos que componen el trabajo.







EL MAPA CONCEPTUAL

Es una representación gráfica de contenidos temáticos que permiten la organización y jerarquización del conocimiento de un tema.

Los conceptos: se refieren a objetos, eventos o situaciones y se representan en círculos o cuadros llamados nodos.

Existen tres tipos de conceptos:

- Supraordinados (mayor nivel de inclusividad),
- Coordinados (igual nivel de inclusividad)
- Subordinados (menor nivel de inclusividad).

Las proposiciones: representan la unión de dos o más conceptos relacionados entre sí mediante una palabra enlace. Las palabras enlace: expresan el tipo de relación existente entre dos o más conceptos y se representan a través de líneas rotuladas.

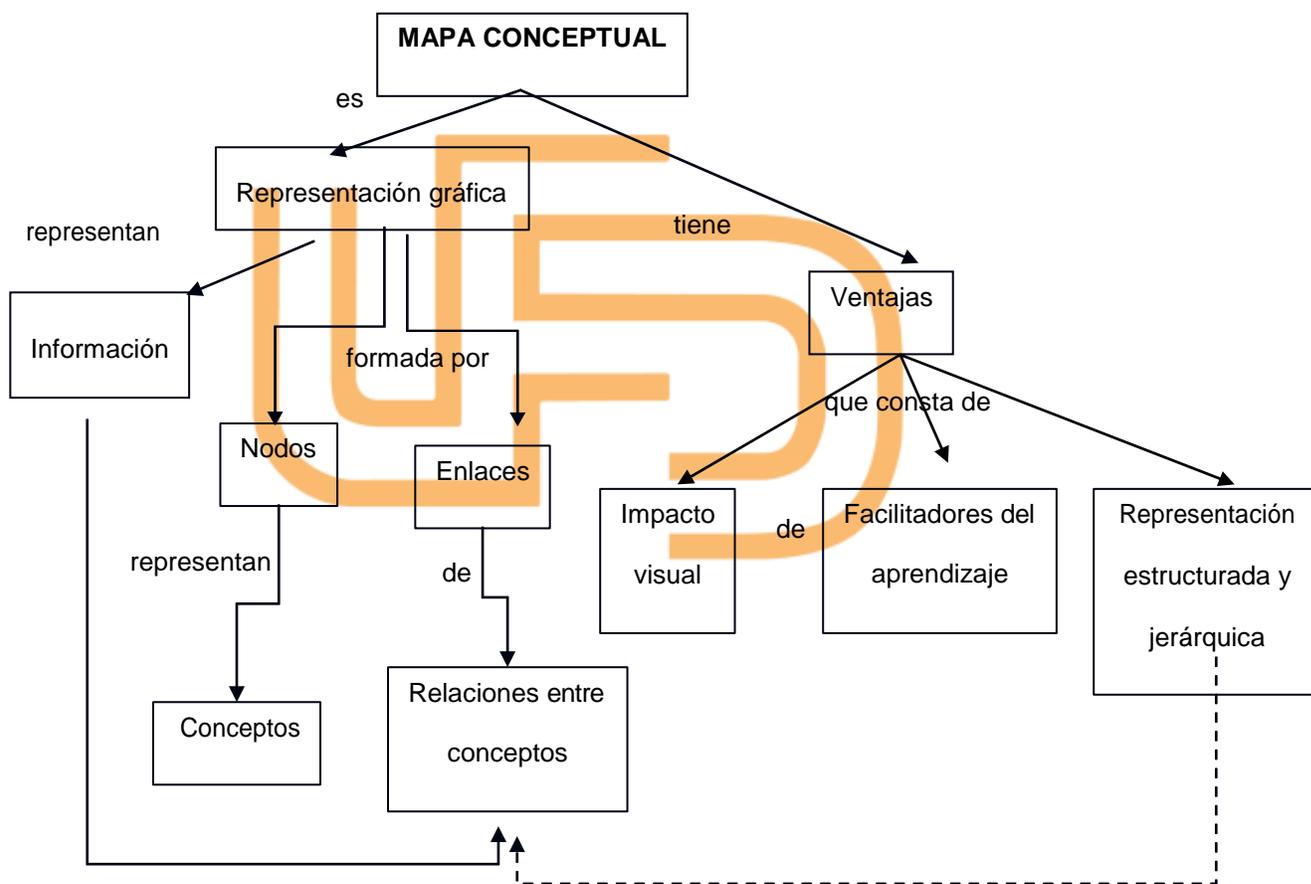
Su importancia radica en que:

- Facilita una detección rápida de los contenidos más importantes a aprender.
- Facilitan una rápida visualización de los contenidos de aprendizaje.
- Favorecen el recuerdo y el aprendizaje de manera organizada y jerarquizada.
- Permiten una rápida detección de los conceptos clave de un tema, así como
- de las relaciones entre los mismos.
- Permiten que el alumno pueda explorar sus conocimientos previos acerca de un
- nuevo tema, así como para la integración de la nueva información que ha aprendido

PARA SU ELABORACIÓN

- 1) Selecciona la información de la cual elaborará el mapa conceptual
- 2) Subraya los conceptos clave o palabras clave del tema
- 3) Elabora una lista a manera de inventario de las palabras clave del tema.
- 4) Selecciona por niveles de inclusividad las palabras clave del tema.
- 5) Clasifica los conceptos como supraordenados (mayor inclusividad), coordinados (igual nivel de inclusividad) o subordinados (menos inclusividad).
- 6) Selecciona el tema central del mapa conceptual y escríbalo dentro del nodo superior

- 7) Escribe los conceptos y proposiciones en los nodos organizándolos jerárquicamente por diferentes niveles de generalidad o inclusión todos los conceptos clave del tema.
- 8) Escribe las palabras enlace entre los conceptos y represéntelas a través de líneas.
- 9) Una vez concluido el mapa conceptual revíselo nuevamente para identificar relaciones que no haya establecido
- 10) Escribe el título del mapa conceptual.





POLÍTICAS DE LA APA PARA CITAS Y REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS (SÍNTESIS)

CITAS

Las normas convencionales y éticas, y también las de la APA, señalan que todo lo que no sea propio de los investigadores debe ser citado, señalando al autor (o autores) y el año de la obra revisada, el que debe coincidir exactamente con la obra que aparece en las referencias.

CITAS TEXTUALES

Citas textuales menores de 40 palabras: Van dentro del párrafo u oración y se les añaden comillas al principio y al final.

Citas textuales de 40 palabras o más

- Se ponen en párrafo aparte, sin comillas y con sangría del lado izquierdo de 5 golpes. Dejar las citas a doble espacio, igual que el texto normal. La primera línea de la cita textual no lleva ninguna sangría adicional.
- Use tres puntos suspensivos (sin poner entre paréntesis) dentro de una cita para indicar que se ha omitido material de la oración original. Use cuatro puntos suspensivos (sin poner entre paréntesis) para indicar cualquier omisión entre dos oraciones de la fuente original.
- No se usen los puntos suspensivos al principio ni al final de una cita, aún en caso de que se haya omitido material.
- Use corchetes, no paréntesis, para incluir agregados o explicaciones de usted.

Citas indirectas y sumarios

Son citas específicas o generales de ideas o datos de una fuente, pero descritas con nuestras propias palabras. Deben ser fieles al sentido, idea y contexto originales.

Identificación de la fuente antes o después de cualquier tipo de cita

Se debe incluir el apellido o apellidos del autor o autores, el año en que se publicó la obra donde encontramos la información y la página o páginas donde aparece la cita directa o indirecta (en el caso de sumarios se omite la página). Ejemplo: (Sagan, 1996, p. 8).



Es importante respetar la puntuación. Después del apellido sigue una coma, luego un espacio, luego el año, luego coma, luego espacio, luego p. (en caso de una página) o pp. (en caso de dos o más páginas). No se debe incluir el nombre propio de los autores ni el nombre de la obra citada.

Si incorporamos el apellido del autor en nuestra redacción, entonces se omite del paréntesis, dejando el resto de los elementos. Ejemplo: De acuerdo con Sagan (1996, p. 8).

En el siguiente texto se identifican los tipos de citas y la manera de incorporar los diferentes elementos de una referenciación bibliográfica.

- En el estilo de la APA no se utilizan los recursos de *ibid.*, *ibidem.*, *op. cit.*, etc.
- Cuando se requiera repetir la identificación de una fuente, volver a señalar el año y la página de la obra referenciada, o solamente la página en caso de que sea una nueva cita de la última obra mencionada.
- Tampoco se aceptan las notas de pie de página (footnotes) para indicar la referencia bibliográfica; solamente se podrán utilizar para proporcionar aclaraciones (y en el original éstas deberán aparecer al final del artículo, en hoja aparte).

REFERENCIAS

La sección de referencias va hasta el final del artículo. Se deben listar por estricto orden alfabético solamente las obras citadas en el texto (no se debe incluir bibliografía consultada pero no mencionada).

Las referencias deben ir a espacio sencillo con sangría francesa de un centímetro. Los conceptos de referencias y bibliografía no deben usarse indistintamente, pues aluden a cosas distintas: Mientras en las referencias se enlistan todas las obras citadas en el texto, la bibliografía es una serie de obras que el autor recomienda para aquellos lectores interesados en profundizar sobre el tema.



Publicaciones no periódicas (libros)

Se pone el apellido del autor, una coma, un espacio, la inicial o iniciales del nombre seguidas de un punto (espacio entre puntos), espacio, año entre paréntesis, punto, espacio, título del libro (en letra cursiva y sólo con mayúscula la primera letra; excepciones: la primera letra después de dos puntos de un título, nombres de instrumentos, congresos o seminarios y nombres propios), punto, espacio, ciudad (en caso de USA: ciudad, estado abreviado; ejemplo: Boston, MA), dos puntos, espacio, editorial y punto.

En caso de dos autores se separan por "y". En caso de más de dos autores, se separan los nombres con coma y entre el penúltimo y último se pone "y". Deben ser nombrados todos los autores, cuando son menos de 7 autores.

Autor, A. A. (Año de publicación). Título del trabajo. Localidad: Editorial.

Ejemplos:

Pozo, J. I. (1996). Aprendices y maestros. Madrid, España: Alianza.

Jiménez, G. F. (1990). Introducción al Psicodiagnóstico de Rorschach y láminas proyectivas. Salamanca: Amarú Ediciones.

Undurraga, C., Maureira, F., Santibañez, E y Zuleta, J. (1990). Investigación en educación popular. Santiago: CIDE.

Publicaciones periódicas (revistas)

Autor, A. A., Autor, B. B. y Autor C. C. (Año de publicación). Título del artículo. Título de la publicación, xx, xxx-xxx.

Ejemplo:

Islas, O. y Gutiérrez, F. (2002). Gobierno electrónico. Revista mexicana de comunicación, 77, 26-30.

Parte de una publicación no periódica (capítulos en libros)

Autor, A. A. y Autor B. B. (Año de publicación). Título del capítulo. En A. Editor, B. Editor y C. Editor (Eds.), Título del trabajo (pp. xxx-xxx). Localidad: Editorial.



Ejemplo:

Nosnik, A. (2000). Título del capítulo. En O. Islas y F. Gutiérrez (Eds.), Internet: el medio inteligente (pp. xxx-xxx). México, DF, México: CECSA

Artículos en revistas académicas (journals)

En revistas cuya numeración es progresiva en las diferentes ediciones que componen un volumen, se pone solamente el número de este último (en caracteres arábigos):

Ejemplo:

Biltreyst, D. (1992). Language and culture as ultimate barriers an analysis of the circulation, consumption and popularity of fiction in small European countries. *European Journal of Communication*, 7, 517-540.

En revistas cuya numeración inicia con la página 1 en cada uno de los números que componen un volumen, agregar el número del ejemplar entre paréntesis después de señalar el volumen:

Ejemplo:

Emery, M. (1989). An endangered species: the international newshole. *Gannett Center Journal*, 3 (4), 151-164.

En revistas donde no se señala el volumen, pero sí el número del ejemplar, poner éste entre paréntesis:

Ejemplo:

Pérez, M. (1997). El caso de los baltos cubanos desde la óptica del periódico El Norte de Monterrey. *Revista de Humanidades*, (2), 191-212.

En ediciones dobles de revistas sin volumen seguir el siguiente ejemplo:

Ejemplo:

Trejo Delarbre, R. (1995/96). Prensa y gobierno: las relaciones perversas. *Comunicación y Sociedad*, (25/26), 35-56.



Tesis

No publicada:

Ejemplo:

Byrd, A. (1996). Análisis de los factores que afectan la receptividad a la educación distribuida por tecnología en la carrera de comunicación en la UNAM. Disertación doctoral no publicada, Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey, Atizapán, Estado de México, México.

Revistas no académicas y de divulgación

A diferencia de las revistas académicas, para las que sólo se reporta el año de edición y no los meses, en las revistas comerciales o de divulgación se incluye el mes (en caso de periodicidad mensual) y el día (en caso de revistas quincenales, semanales o de periódicos diarios). En estas revistas el año equivale al volumen y se consigna de la misma manera ya vista. El número de la página o páginas se trata igual que en las referencias anteriores, excepto en el caso de diarios, donde se debe incluir las abreviaturas p. o pp. antes de la numeración (que a su vez incluye la letra en mayúscula de la sección en que se encuentra el artículo referenciado).

Si se señala el autor del artículo, seguir este ejemplo:

Ejemplo:

Carro, N. (1991, mayo). 1990: un año de cine. *Dicine*, 8, 2-5.

Cuando se omite el autor del artículo se inicia con el nombre del artículo:

Ejemplos:

Inversión Blockbuster. (1995, julio). *Adcebra*, 6, 10.

Se asocia Televisión Azteca con canal de Guatemala. (1997, octubre 15). *Excélsior*, pp. F7, F12.



Reseñas de libros y revistas

Ejemplos:

González, L. (1997). La teoría literaria a fin de siglo [Reseña del libro La teoría literaria contemporánea]. Revista de Humanidades, (2), 243-248.

Corliss, R. (1992, abril 13). Critic picks slick flick pic [Reseña de la película The player]. Time, 139, 70.

Mensajes de e-mail y grupos de discusión

Tratar igual que "Comunicación personal". Se cita sólo dentro del texto y no se pone en la bibliografía.

Ejemplo:

Existen actualmente alrededor de 130 escuelas de comunicación en el país (R. Fuentes, comunicación personal, 15 de febrero de 1998).

Artículos en una revista científica exclusiva de Internet

Autor, A. A., Autor, B. B. y Autor, C. C. (Año, día de mes de publicación). Título del artículo. Título de la publicación, xx. Recuperado día, mes y año, de fuente de sitio.

Ejemplo:

López, M. y Cordero, G. (2003, febrero-marzo). La experiencia de validar un instrumento para evaluar revistas académicas electrónicas en Internet. Razón y Palabra, 31. Recuperado el 25 de mayo de 2003, de <http://www.razonypalabra.org.mx/anteriores/n31/mlopez.html>

Sitios no académicos en la WWW sin autor

DIRECTV Questions y Answers (1997, octubre). Disponible en: <http://www.directv.com/>



Resúmenes (abstracts)

- Todos los artículos sometidos a consideración deberán incluir un resumen que:
- Sea breve (350 palabras máximo).
- Explique los objetivos principales del estudio.
- Describa la metodología empleada.
- Señale los principales resultados.
- Discuta la conclusión o conclusiones principales.

EJERCICIOS

En cada una de las siguientes referencias, encuentre los errores y corrijalos:

Aberastury, A. y Knobel, M. La adolescencia normal. Buenos Aires: Paidós (1971).

Apt, L. y Bellak, L. (1978). Psicología proyectiva. Paidós.

Bellak, (1990). TAT, CAT y SAT, uso clínico (2ª ed.). México: Ediciones Manual Moderno.

Bellak, L. et al. (1981). Test de Apercepción Infantil con Figuras Animales (CAT-A).

Blos, Peter. (1989). La transición adolescente. Buenos Aires: Amorrortu.

Bohm, E. (1988). Manual de psicodiagnóstico de Rorschach. Madrid.

Bourgés, S. Tests para el psicodiagnóstico infantil. Madrid: Cincel-Kapelusz.

Bravo, L. (1996). Psicología de las dificultades de aprendizaje escolar. Santiago: Editorial Universitaria.

Figari, P. y Levit, D. (1991). Descripción de cuentos de animales creados por niños escolares normales. Memoria para optar al título de psicólogo. Universidad Gabriela Mistral: Santiago.

Frank de Verthelyi, R., Celener de Nijamkin, G. y Fernández, N. E. (1976). Una aproximación normativa al test de Relaciones Objetales. En Frank, R., El Test de Relaciones Objetales de H. Phillipson. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

Isay, R. (1991). The second separation stage of adolescence. En The course of life. Vol. IV. Adolescence (pp. 453-467). Madison, CT: International Universities Press, Inc.

Latuf, V. y Slimming, C. (1995). Descripción y comparación de cuentos de animales en jóvenes normales y con patología psiquiátrica. Memoria no publicada, Universidad Gabriela Mistral, Santiago, Chile.



Noshpitz, J. (1991). Disturbances in early adolescent development. En S. Greenspan y G. Pollock (Eds.), (pp. 119-180). Madison, CT: International Universities Press, Inc.

Siquier de Ocampo, M. L., García Arzeno, M. E. y col. (1976). Las técnicas proyectivas y el proceso psicodiagnóstico. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.

Sklansky, M. (1991). The pubescent years: Eleven to fourteen. En S. Greenspan y G. Pollock (Eds.), The course of life. Vol. IV. Adolescence (pp. 63-97).

Cheng y Holyoak (1985). Pragmatic reasoning schemas. *Cognitive Psychology*, 17, 391-416.

Cosmides, L. y Tooby, J. (1992). Cognitive adaptations for social exchange. En Barkow, Cosmides y Tooby (Eds.), The adapted mind: Evolutionary psychology and the generation of culture (pp. 117-182). New York, NY: Oxford University Press.

Grice, H. P. (1975). Logic and conversation. En P. Cole y J. L. Morgan (Eds.), Syntax and semantics, Vol. III: Speech acts (pp. 41-58). New York, NY: Academic Press.

López, Alejandro. (1993). Categorías e inducción. Apuntes de Ingeniería, pp. 39-51.

López, A. y otros E. E. (1992). The development of category-based induction. *Child Development*, 63.

McDonald, J., Samuels, M. y Rispoli, J. A hypothesis-assessment model of categorical argument strength. *Cognition*, (1996), 59, 199-217.

Osherson, D., Smith, E. E., Wilkie, O., López, A. y Shafir, E. (1990). *Psychological Review*, 97, 185-200. Category-based induction.

Osherson, D. N., Stern, J., Wilkie, O., Stob, M. y Smith, E. E. (1991). Default probability. *Cognitive*

Smith, E. E., López, A. y Osherson, D. (1992). Category membership, similarity, and naive induction. En A. Healy, S. Kosslyn y R. Shiffrin (Eds.), Essays in honor of W. K. Estes, Vol. 2 (pp. 181-206).

Withers, G. y Russell, J. Educating for resilience: Prevention and intervention strategies for young people at risk. Melbourne: Australian Council for Educational Research. Extraído de ERIC.



Bibliografía

- Arias del Canal César, Avilés René Fabila y otros, Cuadernos del Ticor, Lecturas Básicas, UAM – X, 2000.
- Argudín Yolanda, Aprender a pensar leyendo bien, Habilidades de lectura a nivel superior, Edit. Plaza y Valdés, México, 1995.
- www.universidaddelfutbol.com
- www.worldbank.org/education/tertiary/lima.





ANEXO 1

NORMAS BÁSICAS PARA LA ELABORACIÓN DE UN ESCRITO

CUALIDADES GENERALES DE LA REDACCIÓN

1. Claridad. Consiste en expresar de manera que se comprendan sin dificultad. Para lograr la claridad que se requiere:
 - Un orden lógico y sintáctico en la expresión.
 - No utilizar frases o párrafos demasiado largos.
 - Evitar las frases superfluas o rebuscadas.
2. Concreción. Consiste en consignar en un escrito, exclusivamente las ideas esenciales, es decir, evitar las palabras y expresiones de relleno.
3. Precisión. Se logra la precisión, expresando las ideas completas, sin omitir los detalles que hagan falta para la comprensión cabal de un texto.
4. Propiedad. Consiste en utilizar los vocablos en su sentido exacto, cuidando que las palabras empleadas no deformen la idea que quiere expresarse. Es común cometer errores de impropiedad cuando se utilizan los sinónimos indiscriminadamente o cuando se maneja un vocabulario reducido.
5. Sencillez. Consiste en expresar las ideas con naturalidad. Es recomendable huir de frases rebuscadas o artificiosas que en poco o en nada ayudan a la claridad y corrección de un escrito.

PALABRAS Y FRASES DE ENLACE: EJEMPLOS

PARA EMPEZAR LA COMUNICACIÓN (Indicativo)

Para empezar, me gustaría (quisiera) señalar que...

Antes que (de) nada, me gustaría..

En primer lugar, debo decir que..

Quisiera empezar señalando que...

Me gustaría empezar haciendo un análisis de...

Permítanme empezar expresando mi malestar por...



PARA AGREGAR O AÑADIR (Indicativo)

Además, hay que considerar que...

Asimismo, es necesario recordar que...

Por otro lado, no hay que olvidar que...

Por otra parte, debemos tener en cuenta que...

Debo/Hay que/agregar (añadir) que...

Sería conveniente señalar también que...

PARA EXPRESAR PROPÓSITO (Subjuntivo - Infinitivo)

He señalado esto para que comprendan la gravedad...

PARA EXPRESAR CONCLUSIÓN (Indicativo)

Por último, quiero hacer un llamado a todos para...

Finalmente, le ruego que me informe si será posible...

En conclusión, el país merece nuestro apoyo.

En resumen, los recursos se agotan rápidamente.

En suma, la situación es lamentable.

Para finalizar, quiero expresar mi gratitud a...

Para concluir, deseo hacer hincapié en...

Quisiera concluir subrayando la importancia de...



PARA LIMITAR O CONTRADECIR (Ind/Sub/Inf)

Aunque hay fondos, no existe buena voluntad para...

Aunque haya fondos, no creo que podamos realizar...

Aun cuando hay consenso, faltan medidas concretas.

Aun cuando haya consenso, quedan otros obstáculos.

Aún si tuviéramos apoyo, no podríamos...

A pesar de que tenemos apoyo, resulta difícil...

PARA RESUMIR

En fin

En resumen

Finalmente

En conclusión

Por último



UNIONES Y CONJUNCIONES

Y, Pero

O, Ni

Tampoco, Aun (Incluso)

Aún (Todavía)

PARA AÑADIR INFORMACIÓN

Además, Con relación a

En relación con, Otra vez

También, Asimismo

Igualmente, Conjuntamente



PARA DEMOSTRAR VARIAS OPCIONES

En estas circunstancias

En un principio, De ser así
Aunque, A pesar de
Aun si, Si

En primer lugar

Al inicio, Antes
Al principio, En aquel momento
En este momento
Previamente, Primeramente
Anteriormente, Preliminarmente

PARA CAMBIAR DE TEMA (Gerundio)

Cambiando de tema, quisiera hablar ahora de...

Pasando a otro punto, me gustaría señalar también que...

PARA INDICAR LO QUE ALGUIEN O ALGO DICE (Indic)

Según los investigadores, el virus causa graves daños.

De acuerdo con la encuesta, hay insatisfacción laboral.

En opinión de los médicos, hay que operarlo.

Para los científicos, la investigación es imprescindible.

PARA EXPRESAR TEMPORALIDAD FUTURA (Subjuntivo)

Te llamaré cuando tenga tiempo.

Le avisaré en cuanto sepa algo.



PARA CONTRASTAR Y COMPARAR

En contraste,	Sin embargo,
No obstante,	Antes bien,
Excepto,	En vez de
Pero o Mas,	Por el contrario
Por otro lado	En comparación
De la misma manera	Asimismo,
También,	Similarmente,
Paralelamente,	Correspondientemente
Comparablemente	

PARA EXPLICAR Y DAR RAZONES

En estos momentos,	Según Fulano de Tal
Ciertamente,	Por ejemplo
De cierto modo,	En realidad
En verdad,	Verdaderamente
Realmente,	Evidentemente
Esto es,	Es decir
Obviamente,	Indudablemente



PARA DEMOSTRAR CONVICCIÓN

Ciertamente,	Evidentemente
Indudablemente,	Positivamente
Sin lugar a dudas,	Quizá
Previsiblemente,	Presumiblemente
Posiblemente,	Probablemente
Presuntamente,	Al menos
Aparentemente,	

PARA DEMOSTRAR CONCESIÓN

De cualquier forma,	Obviamente
Seguramente,	Todavía.