



VICERRECTORÍA
ACADÉMICA

PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE
VALPARAÍSO

GUÍA PARA EL
NOVATO PUCV 2026

Buenas prácticas **PARA EL ESTUDIO UNIVERSITARIO**





¿QUÉ HACER DURANTE LAS PRIMERAS SEMANA DEL SEMESTRE?

Durante las primeras semanas del semestre los docentes dan a conocer el curso y entregan información relevante en relación a contenidos, metodologías de aprendizajes y evaluaciones. Junto con ello, los primeros días resultan ser un tiempo para la adaptación e inserción a la vida universitaria, especialmente para aquellos estudiantes novatos que ingresan por primera vez a la Educación Superior.

EL PROGRAMA DE CURSO O SYLLABUS

En las primeras clases es común recibir, de parte del profesor, el programa o Syllabus del curso: Programación de la asignatura que orienta la ruta de aprendizaje de los estudiantes.

El programa del curso es un documento fundamental que permite a los estudiantes conocer todos los aspectos de la asignatura que cursará, las actividades que deberá desarrollar y cómo será evaluado durante el periodo académico. Junto al panorama general del curso también se informa el calendario de las sesiones (Eberly, Newton, Wiggins, 2001).

A continuación te entregamos algunos contenidos del Syllabus que debes revisar y la importancia que tienen para tu aprendizaje:



Créditos del curso

El número estipula la carga académica que tiene el curso y los tiempos que el estudiante debe dedicar dentro como fuera de la sala de clases. En la PUCV un crédito equivale a 3 horas de trabajo a la semana (1 hora de trabajo = 35 minutos). Si una asignatura tiene 4 créditos, implica 12 horas de trabajo a la semana, lo cual involucra las clases presenciales más el estudio autónomo.



Objetivos de Aprendizaje, Resultados de Aprendizaje o Competencias

Lo que tú serás capaz de hacer o sabrás una vez finalizado el curso. Sirve para conocer qué es lo que se espera de ti al momento de las evaluaciones.



Evaluación

Informa los instrumentos y productos mediante los que serás evaluado. Entrega información sobre las ponderaciones y las condiciones de aprobación. Esta información te permitirá planificar tus sesiones de estudio durante el semestre y adelantar tu preparación para las evaluaciones.



Programación de actividades

Calendarización de actividades y evaluaciones de aprendizaje. Procura considerar cada una de ellas y programarlas en conjunto con todas las asignaturas del semestre.



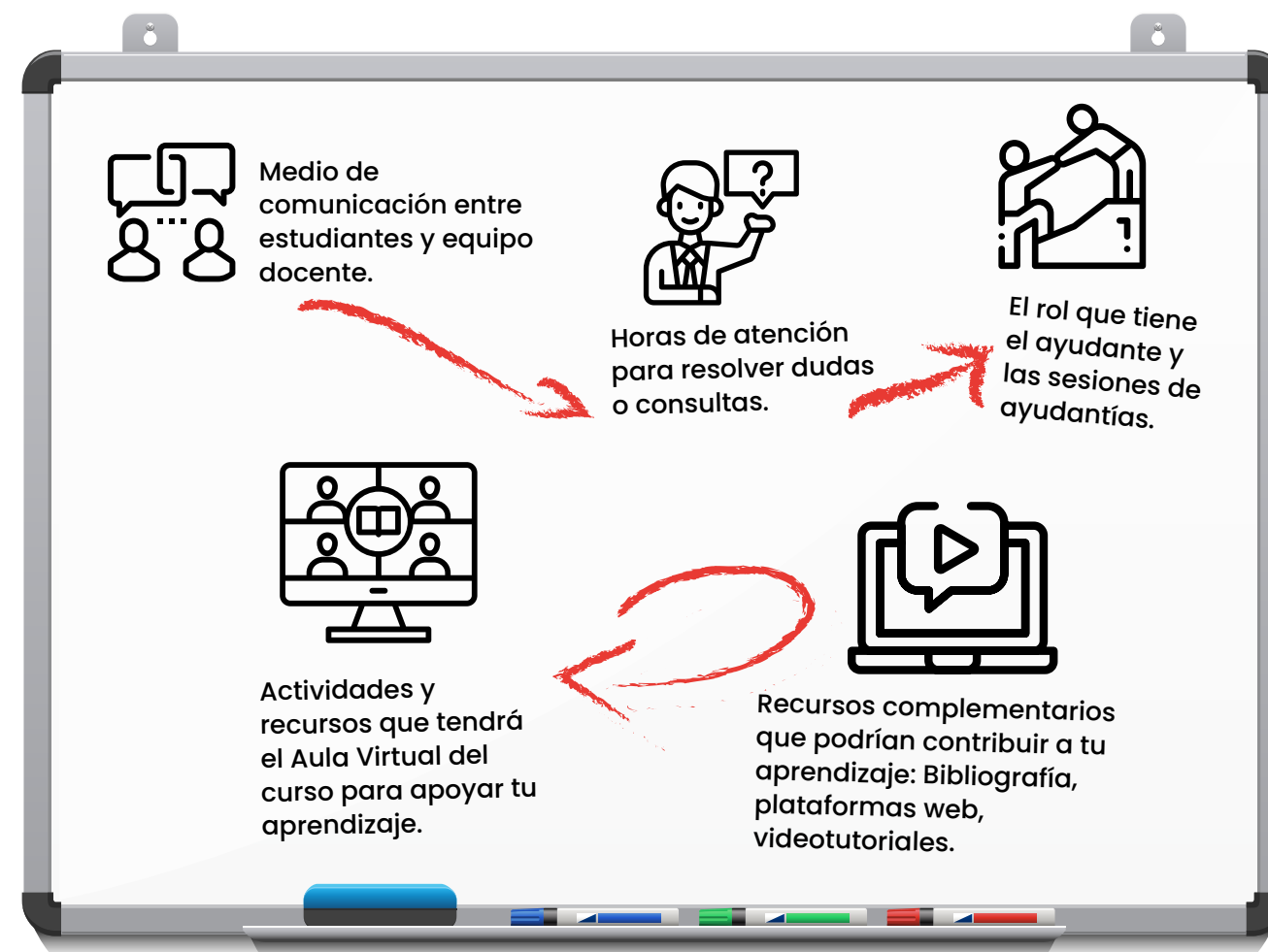
Bibliografía obligatoria y complementaria

Recursos para complementar los contenidos de la clase. Pueden ayudarte a estudiar y/o a complejizar los aprendizajes obtenidos durante la sesión presencial.



PRIMERA CLASE

En la primera sesión el docente se presenta y entrega el programa o Syllabus del curso. Debes considerar que en este momento se obtiene la mayor información de la asignatura y en las siguientes sesiones se revisarán los contenidos. Es fundamental que durante esta primera clase puedas informarte sobre:



Una vez te hayas informado sobre los programas de la totalidad de los cursos inscritos en el semestre, te recomendamos armar un **calendario con todas las actividades** que contempla el semestre, especialmente debes considerar las evaluaciones que debes rendir. Con este **calendario** podrás identificar cuáles serán las semanas de mayor carga académica, permitiendo que te prepares con anticipación para esos momentos académicos más exigentes.



¿QUÉ HACER DURANTE LAS CLASES?

Durante el semestre, tendrás una serie de sesiones presenciales que componen la calendarización del curso. Es importante tener un comportamiento acorde a ese contexto de enseñanza. Un buen ambiente en el aula potencia los aprendizajes de los estudiantes en la Universidad. Junto con lo anterior, te recomendamos prepararte para cada una de las sesiones.

A continuación, te sugerimos una serie de acciones que debes tener presente antes de cada clase:

ANTES DE LA CLASE

Recuerda y revisa Syllabus del curso para conocer cuáles serán los contenidos que se abarcarán en las sesiones.

- ✓ Repasa los contenidos de clases anteriores para aplicarlos en los nuevos conocimientos de la clase. Puedes revisar bibliografía complementaria indicada por el docente del curso.
- ✓ En caso que corresponda, aplicar los aprendizajes de la sesiones a ejercicios prácticos (Análisis de casos, aplicación de ejercicios, realizar procedimientos). Solicita apoyo al docente con ese tipo de recursos.
- ✓ En caso de inasistencia, retoma y revisa los contenidos basándote en la bibliografía y con apoyo del ayudante, de un compañero o compañera.
- ✓ Registra dudas que puedan aparecer en el repaso para manifestarlas en la sesión presencial o en la ayudantía.

DURANTE LA CLASE

La sesión presencial es el espacio más importante de encuentro entre el docente y los estudiantes del curso. Es el lugar donde se desarrollan los aprendizajes de la asignatura. Debido a esto, es muy importante mantener un comportamiento adecuado para fomentar un buen **Ambiente de Aprendizaje**.

También es importante que tengas un rol activo en tu aprendizaje, participando constantemente en las actividades que plantea el docente.

Para mantener un buen **Ambiente de Aprendizaje**:

-  **Llega puntualmente al inicio de la clase.** De esta forma no habrá interrupciones en la entrega de los contenidos.
-  **Mantén en silencio tus dispositivos móviles.**
-  **Evita desconcentrarte durante la clase.** Debes prestar la mayor atención durante la entrega de los contenidos y en las actividades de aprendizaje.
-  **En la sala de clases mantén una actitud y comportamiento adecuado** y de respeto hacia los demás.

Recomendaciones para ejecutar **Buenos Apuntes** durante las clases:



- Registra las ideas claves y contenidos que el docente entrega.
- Para el registro te recomendamos escribir dos columnas. En la primera registra ideas y contenidos claves. En la segunda escribe ideas, reflexiones o dudas personales.
- Registra en tu cuaderno esquemas de ideas o mapas conceptuales.
- Después de cada clase, revisa tus apuntes y ordena las ideas.

En la universidad tú eres el mayor responsable de tus procesos de aprendizaje. Siempre debes tener un **Rol Activo** que te permita obtener el máximo beneficio de las clases. El docente podrá guiarte en el aprendizaje de los contenidos.

Te recomendamos considerar las siguientes acciones para mantener un **Rol Activo** en clases.

- Formula las consultas o interrogantes que tengas en relación a los contenidos. No esperes la evaluación para plantear tus dudas.
- Participa activamente de las actividades de aprendizaje que el docente programa. En ese momento podrás aplicar y verificar los aprendizajes de la clase.
- Valora y participa activamente de las sesiones de ayudantía, pues te permitirán complementar aprendizajes y reforzar contenidos.
- Consulta y solicita al profesor material complementario adicional que te permita estudiar y aplicar los contenidos de las clases.



¿QUÉ HACER DURANTE EL ESTUDIO?

Diversos factores influyen en el proceso del aprendizaje: **La motivación, la ansiedad, la actitud, el tiempo, las técnicas y las estrategias de estudio (Woolfolk, 2010)**. El estudiante siempre debe ser capaz de identificar los factores que están influyendo en su aprendizaje y cómo abordarlos. Al reconocer las técnicas de estudio que más te acomodan, lograrás un aprendizaje autorregulado, eficiente y mayormente significativo.

Cada estudiante debe establecer metas y una planificación para lograr objetivos de aprendizaje (Torrano y González, 2004).

Dado que no todos los contenidos se abordan de la misma manera, es necesario conocer diversas técnicas de estudio.

A continuación te entregamos algunas **técnicas efectivas y que puedes utilizar cuando estudies**. Más adelante te explicaremos cómo planificar tu tiempo de estudio y puedas generar aprendizaje autoregulado.





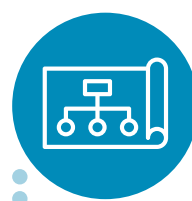
RESÚMENES

Escribes textos breves sobre las ideas principales de los contenidos.



PREGUNTAS AL TEXTO

En cada párrafo que lees, escribes una o más preguntas que den pistas sobre lo que se explica en esa parte del texto. Esto permite recoger las ideas principales.



MAPAS CONCEPTUALES

Representa gráficamente conceptos y la relación que tienen en una temática. Estas formas permiten retener constructos teóricos y/o procesos.



MAPAS MENTALES

Dibujas diagramas que representen ideas a partir de un concepto central. Estas formas tienen un diseño más flexible que los mapas conceptuales.



EJERCITACIÓN

Aplicas conocimientos a partir de ejercicios, casos o actividades que te permitan autoevaluar lo que has aprendido.



ASOCIACIÓN DE IMÁGENES Y GRÁFICOS

Complementas tu estudio asociando imágenes, gráficos o esquemas que te permitan retener con mayor facilidad los contenidos.



MNEMOTECNIA

Crea oraciones o siglas que te permitan retener una información.

Ej: Técnicas Efectivas Para el Aprendizaje = TEPA



COMPLEMENTA CON VIDEOS

Indagas y buscas tutoriales en la web que expliquen lo que estás estudiando (es muy importante validar el recurso con el docente).

Para lograrlo, se deben seguir las siguientes reglas:

ETAPA 0

Revisa el programa de la asignatura o Syllabus para anticipar con un tiempo prudente las evaluaciones y planificar las sesiones de estudio. Considera en esta planificación inicial todos los cursos del semestre.

ETAPA 1

Revisa los contenidos que se abordarán en la evaluación e identifica particularmente cada uno de ellos.

ETAPA 2

Asigna a cada contenido una o varias técnicas de estudio, según pienses sea la más idónea para aprender.

ETAPA 3

Establece un objetivo de aprendizaje para cada uno de los contenidos y sus estrategias. Es decir: ¿Qué es lo que debería aprender una vez ocurrida la aplicación de la técnica?

ETAPA 4

Estimar el tiempo que demorarás en el estudio de los contenidos y ajustar a tus tiempos personales disponibles.

ETAPA 5

Aplicar tu planificación.

ETAPA 6

Evaluar si es que se cumplió el objetivo y el tiempo asignado.

Después de reconocer cuáles son las técnicas que mejor te pueden ayudar a aprender un contenido específico, llega el momento de planificar las sesiones de estudio. Es importante que este proceso sea distribuido durante los días previos a la evaluación y no en el último momento. La ansiedad y el tiempo siempre juegan en contra.

Debes planificar tu estudio, decidir qué técnicas son las más oportunas y autoevaluar si estás alcanzando los objetivos de aprendizaje.



TIPS PARA ORGANIZARTE

VER VIDEOS



AQUÍ



TECNOLOGÍAS PARA EL APRENDIZAJE

Para fortalecer y optimizar tu proceso de aprendizaje, puedes utilizar diversas herramientas digitales que facilitan la aplicación de técnicas de estudio de forma más dinámica, interactiva y eficiente. A continuación, se presentan algunas opciones recomendadas que contribuyen al desarrollo de hábitos de estudio más efectivos y al mejoramiento del rendimiento académico.



Organización del tiempo



Google Calendar

Te permite organizar tu agenda académica, registrar clases, evaluaciones y plazos de entrega, programar recordatorios y acceder a tu calendario desde distintos dispositivos.



Forest

Te permite gestionar tu tiempo de estudio, reducir distracciones del teléfono, mantener la concentración y visualizar tu progreso mediante sesiones de trabajo planificadas.

Comprensión y organización del conocimiento



Miro

Te permite organizar ideas visualmente, crear mapas conceptuales y diagramas colaborativos, trabajar en equipo en tiempo real y estructurar proyectos académicos de manera clara.



Notebook LM

Te permite crear cuadernos para trabajar con tus documentos de estudio, formular preguntas, aclarar conceptos y generar resúmenes en formato escrito, audio o video, facilitando una comprensión más profunda de los contenidos de cada asignatura.



Organización y gestión de apuntes académicos



OneNote

Te permite organizar tus apuntes por temáticas en cuadernos estructurados por secciones y páginas, integrar textos e imágenes y tomar notas durante las clases. Además, facilita la colaboración en tiempo real y el acceso desde distintos dispositivos como tablets, smartphones y computadores.

Google Workspace

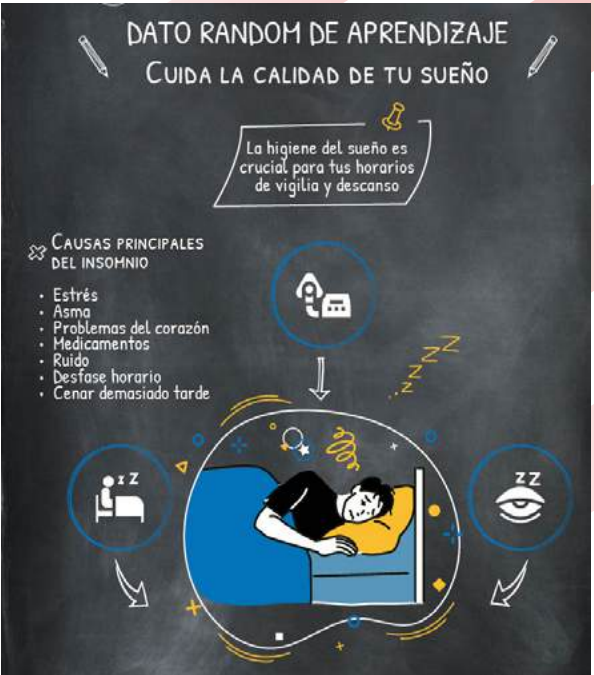
Google Workspace

Te permite trabajar con herramientas como Documentos, Hojas de cálculo, Presentaciones, Videoconferencias, Nube en línea (Drive) y Guardado, facilitando la creación de contenidos, la organización de información, la gestión de videoconferencias y el almacenamiento de archivos y enlaces de manera colaborativa y accesible desde cualquier dispositivo.



AMBIENTE DE APRENDIZAJE

Un proceso tan complejo como el aprendizaje puede verse afectado por distintos factores externos que, finalmente, pueden incidir en tus resultados. Aquí vemos una serie de factores que mejoran el rendimiento en tus sesiones de estudio.



¿QUÉ HACER ANTES Y DURANTE UNA EVALUACIÓN?

Para algunos estudiantes las actividades evaluativas resultan complejas. La razón no se debe necesariamente a un desconocimiento de los contenidos o a una mala preparación, sino más bien a reacciones emocionales que provocan este tipo de situaciones.

Si has tomado en consideración las recomendaciones de las páginas anteriores y has realizado un estudio sistemático, desarrollarás autoconfianza y evitarás los estados ansiosos.

Recomendaciones para prepararte y abordar las actividades evaluativas:

Un día antes de la evaluación

- **Come balanceada y saludablemente.** La noche anterior no te alimentes en exceso, de esta forma dormirás mejor. Evita el consumo de alcohol, el cigarro y el café. Tener hábitos alimenticios saludables en la etapa universitaria es muy importante, pues te mantienen bien física y psicológicamente (Cervera, Serrano, Vico, Mila & García, 2013).
- **Realiza un repaso rápido de los contenidos.** Dado que te has preparado y has estudiado con antelación y de forma sistemática, en el último día es importante retomar ideas claves, evitando la presión y la sobrecarga de último momento.
- **Practica alguna actividad al aire libre.** Camina o realiza algún ejercicio leve.
- **Descansa de las redes sociales.** No te sobrecargues de información externa o de lo que están haciendo otros compañeros al momento del estudio.
- **La noche previa descansa lo mejor que puedas** y duerme entre siete y ocho horas.



El día de la evaluación

- **Si planificaste tu estudio y lo ejecutaste con anticipación no abordes nuevos contenidos.** Sólo retoma aquellos que ya revisaste.
- **Evita hablar de la evaluación con tus compañeros.** Los rumores y consejos pueden aumentar tu ansiedad.
- **Toma desayuno y almuerza ingiriendo alimentos saludables** que te aporten vitaminas y energía.

Durante la evaluación

- **Lee todas las preguntas al iniciar la evaluación.**
- **Empieza respondiendo a las preguntas más sencillas.** Así afrontarás con mayor seguridad las que consideres más difíciles.
- **Nunca estés pendientes de tus compañeros.** Hazlo a tu tiempo, independiente de cuánto demoren ellos.
- **Ordena tus ideas antes de escribir.** Puedes hacer un esquema o un dibujo en otra hoja con los conceptos claves de tu respuesta.



¿QUÉ HACER AL MOMENTO DE RECIBIR LOS RESULTADOS DE UNA EVALUACIÓN?

Las evaluaciones son instancias en las que el docente conoce cuáles fueron los aprendizajes que alcanzaste durante el proceso formativo (Palomba & Tanta, 1999).

Estos aprendizajes pueden ser de carácter formativo (donde el estudiante recibe retroalimentación de sus resultados sin obtener una nota) o sumarios (se obtiene una calificación por el rendimiento demostrado).

Sin importar cuál sea el tipo de evaluación, es fundamental saber cuáles fueron los aprendizajes y los aspectos a mejorar. Esto permite entender la evaluación como una instancia de aprendizaje.

Cada vez que seas evaluado, te invitamos a tener en consideración las siguientes acciones:



Reconoce los aspectos más destacados y descendidos de tu evaluación.



Identifica las causas de los resultados obtenidos más descendidos. Puedes pedir ayuda al docente o al ayudante del curso.



Haz un registro de los aprendizajes logrados a partir de la identificación de los errores. Te podrían servir para una próxima prueba o examen.



Revisa la pauta de corrección de la evaluación y reconoce cuáles eran las respuestas esperadas que respondiste erróneamente.

INFORMACIÓN RELEVANTE DEL PROGRAMA DE INGLÉS PUCV

Para obtener mayor información acerca del programa de inglés PUCV, puedes revisar el siguiente link presentado a continuación.



PROGRAMAS DE ACOMPAÑAMIENTO Y APOYO ACADÉMICO

Promueven la trayectoria formativa con acompañamiento académico directo para favorecer aprobación de asignaturas y estrategias de aprendizaje que potencien autonomía y eficiencia en el estudio sistemático universitario.

PARA MÁS INFORMACIÓN REVISAL "PROGRAMA DE APOYO AL APRENDIZAJE"

PROGRAMA DE FORMACIÓN UNIVERSITARIA Y GÉNERO

Esta presentación tiene por objeto sensibilizar al estudiantado que ingresa a la PUCV en torno a al consentimiento, la violencia de género y equidad de género en el contexto institucional universitario PUCV, así como socializar conceptos claves para conformar una comunidad inclusiva, valorar el aporte de las diferentes disciplinas en la inclusión y educar en cierta medida para derribar mitos.

PARA MÁS INFORMACIÓN REVISAL "INTRODUCCIÓN A LA PERSPECTIVA DE GÉNERO"



REVISAL SIGUIENTES ACCIONES

APOYO AL APRENDIZAJE DE LOS ESTUDIANTES EN LA PUCV

La Dirección de Asuntos Estudiantiles (DAE), perteneciente a la Vicerrectoría Académica de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso cuenta con distintos programas y acciones de apoyo al aprendizaje de los estudiantes.

Estas estrategias que buscan mejorar los resultados académicos de los alumnos se ofrecen de forma gratuita todos los semestres a través de la Unidad de Apoyo al Aprendizaje de la DAE.



TUTORÍAS ACADÉMICAS

Programa que tiene por objetivo fortalecer las competencias académicas necesarias para desempeñarse adecuadamente en las distintas asignaturas programadas. También apoya el proceso de inserción a la vida universitaria de los nuevos alumnos. Los tutores son alumnos aventajados de cursos superiores, con alto rendimiento académico y que se capacitan en materias que les permiten desarrollar adecuadamente la tutoría. En las sesiones de tutorías se refuerzan los contenidos de las asignaturas que cursan los estudiantes novatos.

La Universidad dispone de un Modelo de Atención Psicoeducativa cuyo objetivo es acompañar y fortalecer el aprendizaje del estudiante a través del desarrollo de habilidades y rasgos psicoeducativos, autoestima académica, aprendizaje estratégico y motivación. El equipo de apoyo psicoeducativo está conformado por psicólogos, psiquiatras, orientadores vocacionales y educadores diferenciales, quienes atienden a los estudiantes tras una entrevista de ingreso que tiene por objetivo identificar la pertinencia de la intervención.

APOYO PSICOEDUCATIVO

PREFIS

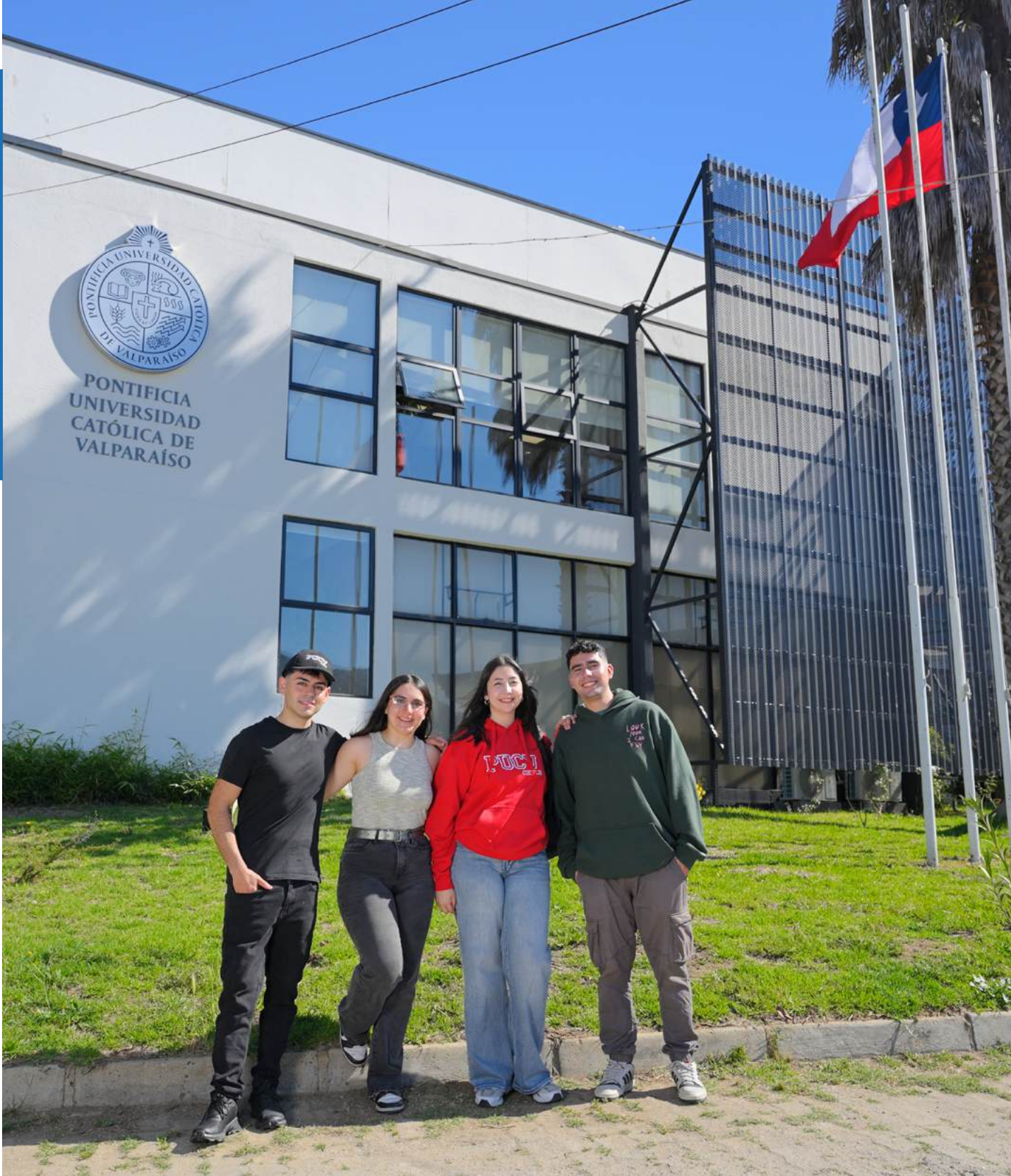
Espacio de apoyo académico en el cual los estudiantes de primer año refuerzan contenidos, se ejercitan y resuelven dudas en asignaturas del área de física.

PREMATE

Instancia de apoyo académico para estudiantes de primer año en donde pueden resolver dudas, ejercitar y recibir apoyo personalizado en asignaturas matemáticas.

TALLERES EDUCATIVOS

Taleres de características activo-participativas que tienen como objetivo que el estudiante practique técnicas procedimentales específicas para abordar el estudio universitario, la comprensión de textos escritos, las relaciones interpersonales, el manejo de ansiedad y las estrategias de aprendizaje.



VICERRECTORÍA
ACADÉMICA



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE
VALPARAÍSO

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALPARAÍSO


Comisión Nacional
de Acreditación
CNA-Chile

7
AÑOS

UNIVERSIDAD ACREDITADA
NIVEL DE EXCELENCIA
DOCENCIA DE PREGRADO
GESTIÓN INSTITUCIONAL
DOCENCIA DE POSTGRADO
INVESTIGACIÓN
VINCULACIÓN CON EL MEDIO
HASTA ENERO 2029