

GUÍA GENERAL DEL Curso ECEAD

“ENTRENAMIENTO EN COMPETENCIAS PARA EL ESTUDIO AUTORREGULADO A DISTANCIA”

4ª Edición
COIE - IUED

1. INTRODUCCIÓN

El curso de **Entrenamiento en Competencias para el Estudio Autorregulado a Distancia** está organizado por el *Centro de Orientación Información y Empleo (COIE)* y el *Instituto Universitario de Educación a Distancia (IUED)*. Constituye una iniciativa institucional enmarcada en el *Plan de Acogida para nuevos estudiantes de la UNED*, en el objetivo de facilitar la adaptación de los estudiantes a la metodología de enseñanza a distancia para potenciar su rendimiento.

Su finalidad es ayudaros a desarrollar vuestras competencias para el estudio a distancia, de una forma planificada y autorregulada, a fin de rentabilizar y racionalizar al máximo vuestro esfuerzo para lograr el éxito académico.

A través del mismo, podréis aprender a utilizar un amplio abanico de técnicas y estrategias que favorecen, en buena medida, el desarrollo de las competencias genéricas asociadas al trabajo intelectual:

| <i>Instrumentales</i> | <i>Personales</i> | <i>Sistémicas</i> |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Capacidad de análisis y síntesis• Capacidad de organización y planificación• Comunicación oral y escrita• Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio• Capacidad de gestión de la información• Resolución de problemas• Toma de decisiones | <ul style="list-style-type: none">• Trabajo en equipo• Trabajo en un equipo de carácter interdisciplinar• Habilidades en las relaciones interpersonales• Reconocimiento a la diversidad y la multiculturalidad• Razonamiento crítico• Compromiso ético | <ul style="list-style-type: none">• Aprendizaje autónomo• Adaptación a nuevas situaciones• Creatividad• Liderazgo• Conocimiento de otras culturas y costumbres• Iniciativa y espíritu emprendedor• Motivación por la calidad |

El curso tiene un carácter modular y se ajusta a los nuevos requisitos del Espacio Europeo de Educación Superior, articulándose en torno a:

- Competencias a entrenar por el estudiante
- Horas de trabajo del estudiante (ECTS)
- Empleo de una metodología activa con actividades a lo largo del curso
- Tutoría personalizada y seguimiento en grupos reducidos
- Evaluación continua

Las claves que se manejan son, básicamente, la planificación inteligente del estudio, la organización del tiempo y del esfuerzo, la aplicación de las estrategias de aprendizaje y de las técnicas de estudio que mejor se adaptan a cada persona y el máximo aprovechamiento de las

propias capacidades y de los diversos recursos que la UNED pone a su alcance potenciados por el uso de las tecnologías de la información y la comunicación al servicio del aprendizaje.

2. FINALIDAD Y OBJETIVOS

Se pretende que el estudiante desarrolle a lo largo del curso aquellas competencias y actitudes positivas hacia el proceso de aprendizaje que le sean más provechosas en el contexto de la UNED, permitiéndole anticiparse a las posibles dificultades, y afrontar con éxito los retos que les plantea la realización de estudios superiores a distancia.

De modo más concreto, se pretende que el estudiante consiga los siguientes objetivos:

- Familiarizarse con la metodología propia de la UNED y saber utilizar, en el marco del curso, los distintos recursos a su alcance.
- Identificar y conocer el propio estilo de aprendizaje, así como el tipo de estrategias de aprendizaje habituales que la persona desarrolla y su grado de utilidad para un aprendizaje eficaz.
- Conocer y entrenar las distintas fases que comporta un aprendizaje autorregulado (planificación, estrategias de aprendizaje, monitorización y autoevaluación) y su aplicación en la UNED.
- Conocer y dominar las distintas técnicas de estudio, y adoptar aquellas que más se adapten a su estilo de aprendizaje.
- Desarrollar las competencias genéricas asociadas al trabajo intelectual, tanto instrumentales, como personales y sistémicas.
- Conocer el sistema de evaluación en la UNED y entrenarse en los distintos tipos de pruebas presenciales y a distancia

3. NUMERO DE CRÉDITOS

Tras la superación del curso, se reconocerán 6 créditos L.C. de los actuales planes de estudio (equivalente a 3 créditos ECTS), con 75 horas de dedicación por parte del estudiante.

4. DESTINATARIOS

Los destinatarios del curso son los estudiantes de la UNED en cualquiera de sus cursos y carreras, especialmente del Curso de Acceso Directo para mayores de 25 años y alumnos de primeros cursos de carrera. Si bien se encuentra abierto, dependiendo de la demanda, a futuros estudiantes u otras personas interesadas en realizarlo.

5. METODOLOGÍA

La metodología se orienta hacia la gestión de la autonomía del estudiante, insertando en muchos casos las actividades propuestas en el contexto real de los estudios en los que se encuentra matriculado el estudiante. Propiciando la actividad reflexiva y metacognitiva del alumno, y orientado a la construcción de un repertorio de actitudes y estrategias para lograr un estudio eficiente.

En este sentido, la metodología del curso se plantea en base a los siguientes aspectos:

- El curso se desarrollará en la **modalidad a distancia y virtual**, con materiales, actividades y tutoría en línea.
- Una **participación activa del estudiante** en el análisis de los contenidos del curso, buscando como referencia sus propias experiencias de estudio.
- La reflexión y el **trabajo grupal y/o por pares** acerca de las implicaciones que conlleva el dominio de habilidades y estrategias.

- El **entrenamiento metacognitivo** para el desarrollo de competencias y habilidades implicadas en el proceso de estudio y en un aprendizaje de calidad adaptado a la metodología específica de la UNED.
- La elaboración de **mapas conceptuales** sobre estrategias de estudio y aprovechamiento de los recursos disponibles para el alumno de la UNED.
- La **aplicación práctica** de las distintas estrategias y técnicas a los contextos actuales de estudio de cada estudiante.
- La **tutoría y el seguimiento** permanentes por parte del profesorado, tanto individual como grupal, a través de la plataforma virtual. Cada estudiante tendrá asignado un tutor/a quien realizará una tarea de seguimiento, dinamización y estímulo en la realización de las distintas actividades, respetando el ritmo de cada estudiante.
Este apoyo al aprendizaje a distancia por parte del tutor se hará a tres niveles:
 - Envío y recepción de actividades y trabajos del curso.
 - Seguimiento individual y grupal.
 - Evaluación formativa y procesual a lo largo del curso.
- A lo largo del curso el estudiante realizará, de manera individual y/o grupal, **trabajos y actividades** encaminados a:
 - Evaluar su estilo y estrategias de aprendizaje previas, detectando fortalezas y debilidades individuales que le permitan hacer una estimación de su grado de preparación inicial para el estudio a distancia.
 - Practicar las distintas técnicas de estudio.
 - Entrenar las principales competencias genéricas para la educación superior a distancia.

6. CONTENIDOS DEL CURSO

El contenido del curso permitirá el aprendizaje en línea por parte de los estudiantes participantes, y la adquisición de competencias genéricas y específicas relativas al estudio en la educación superior a distancia.

Los contenidos se distribuyen en un módulo inicial (Módulo 0) de incorporación al espacio de la comunidad virtual de aprendizaje y 5 módulos de contenido (Módulo 1, 2, 3, 4 y 5). Cada módulo está integrado por diversas unidades y diversas actividades prácticas que habrá de enviar al tutor según las indicaciones de cada módulo.

A continuación, le mostramos el detalle y secuencia de contenidos que trabajará en el curso. La estimación de tiempo que debe dedicar el estudiante para superarlos viene indicada en la Guía de cada módulo.

Contenido de los Módulos

MÓDULO 0. Familiarización con las comunidades virtuales de aprendizaje

- Qué es una comunidad de aprendizaje
 - o Aprender en una comunidad virtual
 - o Estoy preparado para participar en una comunidad virtual
- ¿Cómo participar en esta Comunidad?
 - o Creando comunidad
 - o Cómo planificarme bien
 - o Cómo hacer uso eficaz de los materiales y recursos
 - o Cómo comunicarme dentro de la comunidad virtual

MÓDULO 1. Metodología y recursos del estudio a distancia

- ¿Qué es Educación a Distancia?
- ¿Cómo es tu Universidad?: Estructura y organización de la UNED
- Metodología y recursos para el aprendizaje autónomo
 - o Principios del aprendizaje autónomo
 - o Metodología y principales recursos para el estudio autónomo en la UNED: Descripción y guía para su utilización.
- ¿Por dónde empiezo?

MÓDULO 2. Ser estudiante a distancia: Diferencias individuales y aprendizaje autónomo

- Ser estudiante a distancia
 - o Razones para estudiar a distancia
 - o Motivos para la elección de estudios en la UNED
 - o Características sociodemográficas del estudiante de la UNED
- Diferencias individuales relevantes para el aprendizaje autónomo
 - o Estilos de aprendizaje
 - o Biorritmos y aprendizaje
 - o El estudiante autorregulado

MÓDULO 3. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado I: La motivación, automotivación y la planificación en el estudio

- Motivación
- La automotivación
- Planificación

MÓDULO 4. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado II: Estrategias de aprendizaje

- Hábitos de estudio
 - o Lugar y horario de estudio
 - o Condiciones físicas
- Técnicas de estudio
 - o Técnicas de Lectura (lectura y prelectura)
 - Comprensión lectora
 - Leer con rapidez (Velocidad lectora)
 - o Técnicas de análisis y síntesis
 - Apuntes
 - Subrayado
 - Resumen.
 - Esquemas
 - Mapas conceptuales
 - Fichas de contenido
 - o Técnicas de memorización
 - o Técnicas de repaso
 - o Técnicas para desarrollar la capacidad crítica y valoración
 - o Técnicas de trabajo colaborativo
 - o Monitorización del aprendizaje

MÓDULO 5. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado III: ¿Cómo preparar la evaluación?

- Pruebas a distancia: cuadernillos y prácticas
- Pruebas presenciales:
 - o ¿Dónde puedo examinarme?
 - o ¿Qué debo hacer durante la realización de los exámenes?
 - o Tipos de exámenes
 - Exámenes de desarrollo
 - Preguntas cortas
 - Exámenes tipo test
 - Comentarios de texto
 - Ejercicios prácticos y problemas
 - o ¿Cómo conozco mis calificaciones?
- Últimos repastos
- Expresión escrita
- Control de estrés ante los exámenes.
- Exámenes en condiciones especiales: la Unidad de Atención a la Discapacidad

7. CRONOGRAMA DEL CURSO

El curso se realizará entre el 11 de octubre y el 19 de diciembre.

Los módulos se tutorizarán con la secuencia que aparece en la tabla. Aquellos estudiantes que lleven el curso al día, recibirán la evaluación del tutor el 14 de diciembre finalizando así el curso. Sin embargo, aquellos que tengan actividades pendientes de entrega, podrán entregarlas a lo largo de los días siguientes (13 al 19 de mayo).

| Módulos | Fechas |
|---|--|
| Módulo 0. Familiarización con las comunidades virtuales de aprendizaje | 1ª y 2ª semana: 11 – 24 octubre |
| Módulo 1. Metodología de estudio en la UNED y recursos disponibles | 3ª semana: 25 – 31 octubre |
| Módulo 2. Ser estudiante a distancia: Diferencias individuales y aprendizaje autónomo | 4ª semana: 1 – 7 noviembre |
| Módulo 3. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado I: La motivación, automotivación y la planificación en el estudio | 5ª semana: 8 – 14 noviembre |
| Módulo 4. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado II: Estrategias de aprendizaje | 6ª, 7ª y 8ª semana: 15 noviembre– 5 diciembre |
| Módulo 5. Entrenamiento del aprendizaje autorregulado III: ¿Cómo preparar la evaluación? | 9ª semana: 6 – 12 diciembre |
| <i>Finalización del curso:</i> Entrega de actividades pendientes, recuperación y evaluación final del tutor | 13 – 19 diciembre |

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL CURSO

Los **criterios de evaluación generales del curso** son:

- La *entrega correcta de todas las actividades obligatorias* siguiendo las instrucciones correspondientes, en los lugares y en los plazos indicados por el tutor. El tutor las evaluará de acuerdo a los criterios de evaluación específicos de cada actividad mencionados en la Guía de cada Módulo. Si no es posible entregarlo en plazo, el estudiante debe acordar una nueva fecha de entrega con el tutor.
- La *participación activa y significativa en el foro* de su grupo y en los chats que establezca el tutor.
- La *valoración que haga el tutor del todo el conjunto* de todas las actividades.

Por tanto, los **criterios de calificación del curso** serán: APTO / NO APTO

- APTO: obtendrán la calificación de APTO aquellos estudiantes que:
 - Entreguen todas las actividades obligatorias del curso y el tutor las valore como APTO.
 - Participen en los foros estimulando a los compañeros y contribuciones interesantes (enlaces sobre eventos importantes relacionados con el módulo, sobre bibliografía y webgrafía de interés, sobre imágenes, videos, etc.) y asistencia a los chats que organice el tutor.
- NO APTO: obtendrán la calificación de NO APTO aquellos estudiantes que:
 - Les falte alguna actividad obligatoria por entregar. Una actividad obligatoria sin entregar supone no superar el Módulo y un Módulo no superado, supone no superar el Curso.
 - No hayan participado en los foros ni en los chats.

9. FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES DEL TUTOR Y DEL TAR

Una vez presentado el contenido del curso, queremos precisar las funciones y responsabilidades del tutor y del TAR con el objetivo de: a) ajustar lo más posible tanto las expectativas como el nivel de exigencia del curso; y, b) canalizar adecuadamente las consultas y dudas que podáis tener.

- *Tutor:*
 - Organizar el trabajo (calendario, tareas, actividades, etc.)
 - *Crear un clima adecuado para el aprendizaje y el trabajo colaborativo.*
 - *Apoyar, orientar, motivar y guiar a los alumnos en su aprendizaje.*
 - *Tutorizar y hacer el seguimiento del proceso formativo del estudiante.*
 - *Evaluar y facilitar al estudiante un feedback adecuado de su progreso y las orientaciones oportunas para su mejora.*
 - *Promover el planteamiento de cuestiones o reflexiones.*
 - *Resolver las dudas y dificultades que vayan surgiendo en el estudiante.*
 - *Impulsar la participación de los estudiantes.*
- *TAR (Tutor de apoyo en red):* Estará con nosotros hasta que finalice el curso y responderá a las consultas técnicas y de informática de los alumnos (excepto las de contenido, que las atiende el tutor) de acuerdo a las funciones que tiene encomendadas.

10. FOROS DE COMUNICACIÓN

El alumno/a tiene a su disposición diversos foros para comunicarse, según sea el destinatario y/o el contenido de su mensaje. Es importante que ubique correctamente los mensajes en los foros adecuados:

- *Tablón de noticias:* se utilizará para comunicaros las noticias o aspectos generales del curso.
- *Consultas al TAR:* es el foro indicado para consultar las dudas técnicas, de informática, etc. que puedan surgir. Lo atenderá Marcos Román que será nuestro Tutor de Apoyo en Red (TAR).
- *Cafetería de alumnos:* es el foro destinado a la comunicación entre los alumnos. No es un foro moderado, lo que significa que el tutor/a no intervendrá en este espacio.
- *Grupo de trabajo del tutor/a:* es el foro de comunicación entre el tutor/a y su grupo de estudiantes asignado. Cualquier duda sobre el contenido, sobre cómo realizar alguna actividad, etc. debéis enviarlo aquí.

11. EQUIPO DE TRABAJO

Dirección: Ana Martín Cuadrado

Codirección: Ángeles Sánchez Elvira

Coordinación académica: Nuria Manzano Soto

Tutores/as:

- Teresa Acevedo
- M^a Antonia Cano Ramos
- Feliciano Carrasco Fernández
- Paula Ferrer-Sama González Nicolás
- Mónica García
- Dolor Niño Mejías
- Laura Mesa López
- José Luis Morales Ortega
- Patricia Otero Balboa
- Jorge Solano
- Encarnación Villalba Vílchez

TAR (Tutor de Apoyo en Red): Marcos Román