

PROPUESTA DE SECUENCIA DIDÁCTICA VIRTUAL PARA LA GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER

ELENA JUDITH VARELA FLOREZ

KARLY VANESSA BAYONA GRANADOS

UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD VICE RECTORÍA ACADÉMICA
ESCUELA CENTRO PARA EL DESARROLLO DE LA DOCENCIA- CEDEDUIS
ESPECIALIZACIÓN EN DOCENCIA UNIVERSITARIA
BUCARAMANGA
2020

PROPUESTA DE SECUENCIA DIDÁCTICA VIRTUAL PARA LA GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER

ELENA JUDITH VARELA FLOREZ
KARLY VANESSA BAYONA GRANADOS

Trabajo de Grado para optar el Título de Especialista en Docencia Universitaria

Director:

Adriana Rocío Lizcano Dallos
Magister en Tecnologías de la Información aplicadas a la Educación

UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER
FACULTAD VICE RECTORÍA ACADÉMICA
ESCUELA CENTRO PARA EL DESARROLLO DE LA DOCENCIA- CEDEDUIS
ESPECIALIZACIÓN EN DOCENCIA UNIVERSITARIA
BUCARAMANGA
2020

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	7
1. CONTEXTO	9
2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA	13
3. OBJETIVOS.....	16
3.1 OBJETIVO GENERAL	16
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	16
4. ANTECEDENTES.....	17
5. DEFINICIÓN OPERACIONES.....	22
5.1 GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.....	22
5.2 DIMENSIONES DE LA GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.	23
5.3 FRACASO ACADÉMICO Y LA DESERCIÓN ESCOLAR.....	24
5.4. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES DIDÁCTICAS.....	25
6. ANÁLISIS.....	29
7. PROPUESTA.....	36
8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	45
8.1. CONCLUSIONES	45
8.2. RECOMENDACIONES.....	46
BIBLIOGRAFÍA.....	47

TABLA DE FIGURAS

Figura 1. Dimensiones de la gestión y administración del tiempo.....	23
Figura 2. Enfoques de las Estrategias Didácticas.....	26
Figura 3. Momentos Instruccionales y tipos de estrategias	26
Figura 4. Estrategias Didácticas según los Momentos Instruccionales.....	27
Figura 5. Fases de afiliación del estudiante universitario.....	31
Figura 6. Fases la Herramienta “Organiza Tu Tiempo” (forma resumida)	35

RESUMEN

TITULO: PROPUESTA DE SECUENCIA DIDÁCTICA VIRTUAL PARA LA GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE MEDICINA DE LA UNIVERSIDAD INDUSTRIAL DE SANTANDER *

AUTORES: ELENA JUDITH. VARELA FLOREZ y KARLY VANESSA BAYONA GRANADOS**

PALABRAS CLAVE: SECUENCIA DIDÁCTICA VIRTUAL, GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO, ÉXITO ACADÉMICO.

DESCRIPCIÓN:

El ingreso a la universidad supone cambios significativos en la rutina diaria de los estudiantes lo cual podría traducirse en estrés y desgaste emocional por la incapacidad para adecuarse y asimilar las transformaciones experimentadas en tan corto tiempo. Sobre todo, si existen debilidades ostensibles en cuanto a la gestión y administración del tiempo disponible, especialmente, en carreras que demandan dedicación exclusiva y largas jornadas de estudio y memorización, como el estudio de medicina. Entonces, el estudiante novel debe contar con las mejores herramientas y estrategias posibles para garantizar su éxito académico. Por ello, se propone crear una secuencia didáctica virtual que proporcione a los estudiantes de primer año de medicina de la Universidad Industrial de Santander, herramientas para la gestión y administración del tiempo, dentro de la Cátedra UIS. Para conseguirlo, se realizó una investigación monográfica documental que permitió identificar los métodos y herramientas más eficientes y sencillas para la gestión y administración del tiempo, así como un conjunto de estrategias y actividades didácticas que pudieran ser incorporadas a una secuencia didáctica virtual cuyo propósito es reducir la tasa de deserción de la Escuela de Medicina de la Universidad Industrial de Santander y facilitar el éxito académico. Esta secuencia se incorporaría a la Cátedra UIS.

* Trabajo de Grado

** Facultad Vice Rectoría Académica. Escuela Centro para el Desarrollo de la Docencia- CEDEDUIS. Director: Adriana Rocío Lizcano Dallos. Magister en Tecnologías de la Información aplicadas a la Educación

ABSTRACT

TITLE: PROPOSED VIRTUAL DIDACTIC SEQUENCE FOR THE MANAGEMENT AND ADMINISTRATION OF TIME AS A TOOL FOR ACADEMIC SUCCESS IN FIRST YEAR STUDENTS OF MEDICINE OF THE INDUSTRIAL UNIVERSITY OF SANTANDER*.

AUTHORS: ELENA JUDITH VARELA FLOREZ and KARLY VANESSA BAYONA GRANADOS**

KEY WORDS: VIRTUAL DIDACTIC SEQUENCE, TIME MANAGEMENT AND ADMINISTRATION, ACADEMIC SUCCESS.

DESCRIPTION:

The entrance to the university, supposes significant changes in the daily routine of the students which could translate into stress and emotional exhaustion due to the inability to adapt and assimilate the transformations experienced in such a short time. If there are obvious weaknesses in the management and administration of available time, especially in careers that demand exclusive dedication and long hours of study and memorization, such as studying medicine. Therefore, the novice student must have the best possible tools and strategies to guarantee their academic success. For this reason, it is proposed to create a virtual didactic sequence that provides first-year medical students at the Industrial University of Santander, tools for time management and administration, within the UIS Chair. To achieve this, a documentary monographic investigation was carried out that allowed identifying the most efficient and simple methods and tools for time management and administration, as well as a set of strategies and didactic activities that could be incorporated into a virtual didactic sequence whose purpose is to reduce the dropout rate from the School of Medicine of the Industrial University of Santander and facilitate academic success. This sequence would be incorporated into the UIS Chair.

* Specialist Thesis

** Academic Vice Rectory Faculty. Center School for the Development of Teaching- CEDEDUIS. Director: Adriana Rocío Lizcano Dallos. Master in Information Technologies applied to Education

INTRODUCCIÓN

El ingreso a la universidad supone cambios significativos en la rutina diaria de los estudiantes, marcado por la autonomía asociada a la escogencia y selección de horarios, profesores y cursos a tomar durante cada semestre. Asimismo, estos cambios, muchas veces están acompañados de la salida del hogar familiar e incluso de una mudanza de localidad, con la consecuente transformación de su círculo social. Todo lo cual, unido a la mayor demanda académica natural del proceso universitario, puede ejercer severas presiones sobre los estudiantes noveles, habida cuenta de la juventud e inexperiencia de los iniciados universitarios. Esta situación podría traducirse en estrés y desgaste emocional por la incapacidad para adecuarse y asimilar las transformaciones experimentadas en tan corto tiempo.

Ahora bien, cuantas mayores herramientas disponga el individuo para la autorregulación y adecuación a los cambios su transición será más exitosa; no obstante, una de las grandes debilidades de los estudiantes de nuevo ingreso es su incapacidad para gestionar y administrar el tiempo disponible para el estudio, ya que es una tarea que no han tenido que realizar nunca, pues durante el bachillerato no deben lidiar con este tipo de cuestiones, lo cual es particularmente significativo en carreras como medicina, que requiere de dedicación exclusiva y de largas jornadas de estudio y memorización. Entonces, quienes no hacen el mejor uso posible de su tiempo, lo vivirán como un proceso difícil y doloroso, donde siempre estarán cansados, estresados y desanimados, conduciéndoles irremisiblemente al fracaso académico y/o la deserción.

Sobre este particular Pritchard señala: *“Most university teaching includes lectures; lectures can be times of passive loss of interest. The learner must take steps to stay awake and be actively involved in the proceedings”*[†]. Por ello, el autor propone que *“The learner must take steps to stay awake and be actively involved in the*

[†] PRITCHARD, Alan. Studying and learning at university. Vital skills for success in your degree. London. 2008. SAGE. p. 1.

proceedings[‡]. En este contexto, el autor indica que el estudiante debe contar con las mejores herramientas y estrategias posibles para ser exitoso en la universidad lo cual “*can help those new to the arena to become active and receptive learners able to take full advantage of the opportunity for study at a higher level*”[§].

La panorámica descrita, conlleva a preguntar ¿Cuáles serían las características de una actividad instruccional destinada a orientar y facilitar a los estudiantes de primer semestre de Medicina, las herramientas que le permitan optimizar el uso y la gestión de su tiempo, integrada en la Cátedra UIS?

Para dar respuesta a esta interrogante, se realizó una revisión documental que permitió conocer la importancia de la gestión y administración del tiempo como habilidad genérica deseable en cualquier profesional y, especialmente, en los médicos. De esta investigación preliminar se derivó la necesidad de diseñar una actividad instruccional orientada a dotar al educando del primer semestre de Medicina de la Universidad Industrial de Santander, con herramientas de gestión y administración del tiempo, con miras a mejorar el rendimiento de sus estudiantes. Esta actividad formaría parte de la hoy denominada Cátedra UIS, sin embargo, en el plan de estudios de Medicina actualmente figura la Catedra Vida y cultura universitaria como encargada del proceso de inducción de los estudiantes a la Universidad.

Con la creación de esta actividad instruccional, se busca reducir la tasa de deserción de la Escuela de Medicina favoreciendo, por una parte, a los estudiantes quienes lograrían su meta de vida y, por la otra, a la comunidad, ya que la demanda de profesionales de la salud es creciente y constante.

[‡] Op cit. p. 1

[§] Ibíd. p. 1.

1. CONTEXTO

Los aspirantes a médicos ingresan a la escuela de medicina con una edad promedio de entre 17 y 21 años. Esto significa que son adolescentes sin estrategias claras para compartir su tiempo entre el estudio y la vida familiar/personal, haciendo de su experiencia de enseñanza aprendizaje un proceso doloroso y confuso. En este sentido, Toribio-Ferrer y Franco-Bárceñas**, señalan que uno de los factores más estresantes en el proceso de formación académica de enfermeros(as) de la universidad mexicana del Papaloapan es la sobrecarga académica, ya que un 79% de los estudiantes manifestó tener altas cargas académicas siempre o casi siempre.

Lo expuesto refleja que, si los estudiantes no disponen de un sistema de gestión y administración del tiempo, la fuerte carga académica que suponen los estudios puede derivar en la generación de estrés y, consecuentemente, en fracaso estudiantil. A este respecto, se puede señalar que “El ingreso a la universidad hace que el estudiante se enfrente a una serie de obstáculos, desafíos del desarrollo, situaciones nuevas y muchas veces desconocidas ante las cuales tiene poca o nula experiencia” ††.

Entre los múltiples factores que la autora refiere como estresores académicos, destaca la cantidad de tiempo que se dedica al estudio fuera de clases, pues ello redundará no solo en el éxito académico, sino que afectará sensiblemente el estilo de vida del estudiante. Esto quiere decir que, si el iniciado no es capaz de asimilar un método de estudio eficiente desde el principio de la carrera, se le hará muy difícil responder adecuadamente a las exigencias de la misma.

Por otra parte, resulta recomendable que los hábitos de estudio se fomenten desde el inicio de la carrera, pues “...algunos autores señalan que existe mayor nivel de

** TORIBIO-FERRER, Claudia y FRANCO-BÁRCENAS, Silvia. Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiantes. En Salud y Administración. México. 2016. Vol.3. N° 7. p. 14-15.

†† MONROY-RIVA, Paola María Cristina. Estrés académico y manejo del tiempo en estudiantes universitarios de Lima, Perú. En Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología, con mención en Psicología Clínica. Lima. 2017. p.3.

estrés académico en el primer año de carrera”^{‡‡}. La referida autora señala que el éxito estudiantil (medido en términos de calificaciones) está asociado a la cantidad de tiempo que los estudiantes destinan al estudio fuera de las clases formales. La recomendación es que los estudiantes dediquen dos (2) horas de estudio semanales, por cada unidad de crédito cursada^{§§}.

Esto se traduce en que si un estudiante promedio cursa doce (12) créditos durante el periodo académico, deberá dedicar al estudio unas cinco (5) horas diarias al estudio fuera de la asistencia regular a clases. Entonces, la gestión y administración del tiempo resulta más que relevante para quienes cursan estudios universitarios.

Con referencia a lo anterior, Durán^{***} señala que la gestión del tiempo permite no solo lograr un desempeño exitoso durante los estudios sino que se convierte en un valor añadido para los profesionales, ya que ésta es una competencia altamente valorada entre los empleadores.

El presente estudio realiza una propuesta aplicable al contexto del primer semestre de la carrera de Medicina, de la Universidad Industrial de Santander, específicamente como una unidad didáctica dentro de la Cátedra UIS, anterior Vida y cultura universitaria que “pretende ser un espacio de reflexión-acción”^{†††}. En virtud de ello, fue diseñada bajo una modalidad de participación activa que permita a través de sus distintos módulos, que los educandos desarrollen competencias mediante la experiencia. Esta cátedra está planeada en módulos, cuyos contenidos varían cada semestre en función de la actualidad y las necesidades de los estudiantes, por lo que se considera el espacio ideal para incluir las actividades orientadas a la gestión y administración del tiempo.

‡‡ Ibíd. p.4.

§§ Ibíd. p. 6.

*** DURÁN-APONTE, Emilse. Competencia manejo del tiempo en la formación de profesionales de la administración. En Revista Venezolana de Gerencia. Venezuela. Universidad del Zulia. Vol. 17 N° 58. p. 293.

††† Universidad Industrial de Santander. Planes de Estudio. Disponible en: <https://www.uis.edu.co/webUIS/es/academia/facultades/salud/escuelas/medicina/programasAcademicos/medicina/planEstudios.html>

Ahora bien, bajo este panorama, se debe señalar que los profesores en el ejercicio de su rol como facilitadores del proceso de enseñanza aprendizaje y mediadores de conocimiento, tienen la responsabilidad de proveer a los estudiantes de conocimientos, competencias técnicas y profesionales, pero también deben dotarlos de un conjunto de herramientas que favorezcan su desarrollo cognitivo individual y la formación de hábitos de estudio saludables y eficientes.

El profesor, funge como un líder dentro del aula, por lo que es el responsable de modelar conductas entre sus estudiantes y para ello, debe mantener un comportamiento coherente entre su discurso y su comportamiento, ya que el mismo influye poderosamente sobre los estudiantes, quienes ávidos de conocimientos tienden a imitar la conducta de sus profesores.

El profesor universitario, debe tener un perfecto dominio académico y conceptual de los temas que imparte, aunado a una metodología de enseñanza que le permita transmitir asertivamente esos conocimientos a los alumnos y generar suficientes incentivos y estímulos que se traduzcan en desarrollo de la curiosidad científica y académica. Asimismo, debe mantenerse actualizado en cuanto a todas las innovaciones, investigaciones recientes y disertaciones académicas relacionadas con su área del saber.

En este sentido, Jara et al., indican que:

Es importante el papel que cumplen los docentes dentro de la formación médica, ya que, conociendo los factores que inciden en el rendimiento bajo, pueden tomar medidas correctivas que permitan a los alumnos superar algunas de sus deficiencias traídas desde la escuela y a obtener mejor rendimiento académico, evitando así el fracaso del alumnado. La educación moderna reconoce al alumno como el principal protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje, a diferencia del modelo educacional tradicional, quienes además carecieron de apoyo y comprensión en la búsqueda de mejores resultados en su rendimiento académico^{##}.

^{##} JARA, Delia, et al. Factores influyentes en el rendimiento académico de estudiantes de primer año de medicina. En Revista Anales de la Facultad de Medicina. Lima. 2008. Vol. 69. N° 3. p. 194.

Esto supone que el profesor universitario, debe disponer de una serie de habilidades y destrezas sociales que le permitan comunicarse y establecer vínculos académicos con sus estudiantes de manera de facilitar el proceso de enseñanza aprendizaje y, generar suficiente confianza entre el alumnado de manera que éstos, se sientan cómodos para formular preguntas que les permitan aclarar las dudas que pudieran surgir durante el proceso. Todo lo cual, se debe desarrollar dentro de un entorno de respeto y disciplina que garantice la adecuada formación profesional del aspirante.

2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Los estudiantes universitarios inician sus estudios superiores una vez han culminado el bachillerato, por lo cual cuentan con algunas herramientas académicas y metodológicas que les pueden ayudar a garantizar el éxito universitario. Sin embargo, el manejo y administración del tiempo no es una de ellas. En la mayoría de los casos, los estudiantes de primer año, no cuentan con la madurez suficiente para afrontar las largas jornadas de estudio y los altos niveles de demanda que suponen los estudios de medicina. Lo cual ha sido motivo de estudio e investigación en diversos foros académicos. A este respecto, Duran-Aponte y Pujol señalan que “los estudios sobre la adaptación y el uso de estrategias metacognitivas en los estudiantes que pasan del bachillerato a la universidad constituyen el eje central de muchas de las investigaciones recientes dentro del contexto educativo”¹².

En este sentido, Coulon¹³ señala que el reto que enfrentan los estudiantes universitarios no es el ingreso a la universidad sino la permanencia en ella, ya que según este autor, el 50% de los universitarios franceses abandonan durante el primer ciclo, lo cual ocurre tanto por incompetencia académica (no aprobar las asignaturas) como por la incapacidad de aprender lo que el autor denomina “el oficio de estudiante”. Este concepto, lo que intenta es describir la transición que un alumno debe experimentar para pasar de alumno a estudiante, lo cual supone la conciliación entre los nuevos contenidos y los hábitos de estudio del todavía alumno. Esto quiere decir que los jóvenes deberán “adaptarse a los códigos de enseñanza superior, aprender a utilizar sus instituciones y a asimilar sus rutinas”.¹⁴

Los índices de deserción y fracaso académico de las escuelas de medicina se han asociado a diversos factores, sin embargo, unos de los más relevantes es la falta

¹² DURAN-APONTE, Emilse y PUJOL, Lydia. Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. En Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Vol. 11. N° 1. Caracas, 2013. p. 94.

¹³ COULON, Alain. Etnometodología y educación. Barcelona. 1985. Paidós. p. 158 y ss.

¹⁴ *Ibíd.*, p. 159.

de manejo eficiente del tiempo. En este sentido Jara, et al.¹⁵, señalan que el bajo rendimiento de los estudiantes de medicina tiene un origen multifactorial, sin embargo los hábitos de estudio y especialmente el tiempo que dedican al estudio fuera de las lecciones, afecta significativamente su desempeño; así el 70% de los estudiantes de primer año de la Facultad de Medicina de San Fernando en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos en Lima, Perú, admitieron estudiar menos de 4 horas diarias, lo cual, contrasta con lo señalado, en cuanto al tiempo deseado de dedicación al estudio, pues se espera que en promedio, el alumno dedique al menos 5 horas diarias al estudio y preparación de las materias fuera del horario de clases, y si además, los estudiantes no hacen uso eficiente del tiempo, esas cinco horas diarias pudieran no ser suficientes.

La investigación referida, también señala que el 62% de los estudiantes hacen uso exclusivo de la memoria como método de estudio¹⁶, esto significa que no disponen de otros recursos para facilitar el proceso de aprendizaje. Por otra parte, el estudio realizado por Necochea, et al.,¹⁷ revela que el 53,3% de los estudiantes de medicina que abandonaron la carrera, lo hicieron por bajo rendimiento (haber perdido al menos una asignatura), lo cual está asociado a sus inadecuados hábitos de estudio y al mal manejo del tiempo.

De acuerdo con la cifras publicadas por la UIS¹⁸, la tasa de deserción promedio en la escuela de medicina para el periodo 2012-2016 fue de 39,09%. Esto significa, que un número importante de estudiantes que inician la carrera no está culminando sus estudios.

Lo expuesto, pone de manifiesto que los educandos, principalmente los que se inician en la vida universitaria, tienen deficiencias importantes en sus hábitos de

¹⁵ JARA, Op.cit. p. 195.

¹⁶ *Ibíd.* p. 195.

¹⁷ NECOCHEA, Yoselin, et al. Frecuencia y características del abandono en una escuela de medicina de Lambayeque, 2006-2014. En Revista Médica Herediana. Lima. Vol. 28. N° 3 p. 174

¹⁸ MONROY, Reinaldo, PRADA, Martha y MANTILLA, Carlos. UIS en cifras-2016. Presentación dinámica. Unidad de Información y Análisis Económico. Disponible en: www.uis.edu.co.

estudio, especialmente en el uso y gestión del tiempo de estudio, que se expresa en altos índices de fracaso académico, lo cual es especialmente dramático en la escuela de medicina, pues no solo limita la capacidad de los estudiantes para lograr sus objetivos académicos, sino que los condiciona a la frustración y la deserción.

A este particular, Marchena et al., afirman que “el buen rendimiento del estudiante universitario depende en gran medida de una adecuada gestión y organización del tiempo de estudio”¹⁹. A este respecto Duran refiere que según investigaciones recientes “una de las competencias genéricas más solicitadas por los empleadores para acceder a puestos de trabajo...es el manejo eficiente y eficaz del tiempo”²⁰.

La panorámica descrita, conlleva a preguntar ¿Cómo articular dentro de la Cátedra UIS de la carrera de medicina una secuencia didáctica destinada a orientar y facilitar a los estudiantes herramientas que permitan optimizar el uso y la gestión de su tiempo?

¹⁹ MARCHENA-CONSEJERO, E., et al. Autorregulación como gestión del tiempo: una herramienta informática. En IV Jornadas Internacionales de Mentoring & Coaching: Universidad-Empresa. Madrid. 2009. p. 81.

²⁰ DURÁN-APONTE, Op. Cit. p. 292.

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Diseñar una secuencia didáctica en modalidad virtual, dentro de la Cátedra UIS del primer semestre de Medicina de la Universidad Industrial de Santander, orientada a dotar al educando con herramientas de gestión y administración del tiempo.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar mediante revisión documental un conjunto de métodos para la gestión y administración del tiempo, orientados a una población de estudiantes universitarios, aplicables al primer semestre de Medicina de la Universidad Industrial de Santander.
- Identificar un conjunto de estrategias y actividades didácticas que puedan ser incorporadas a una secuencia didáctica virtual orientada a dotar al educando con herramientas de gestión y administración del tiempo.
- Elaborar una secuencia didáctica como parte de la Cátedra UIS de la carrera de Medicina de la Universidad Industrial de Santander, que permita a los estudiantes adquirir herramientas o habilidades para la gestión y administración del tiempo.

4. ANTECEDENTES

La gestión y administración del tiempo ha sido materia de estudio en diversos foros académicos, debido a su importancia como habilidad genérica de cualquier profesión, por lo que cada día los centros académicos hacen esfuerzos por incorporar dentro de sus programas de estudio dicha habilidad. En este mismo sentido, se han realizado estudios en muchos países que establecen que existe una relación entre el éxito académico y el manejo eficiente del tiempo. En el presente apartado se hará referencia, a cinco (5) de estos estudios, los cuales fueron realizados en distintos lugares de Iberoamérica, Colombia incluida.

La primera investigación a la que hacer referencia es el estudio de campo ex post facto, realizado con una muestra de 494 estudiantes de dos universidades bogotanas (El Bosque y Uniempresarial) por parte de Garzón y Gil²¹, el eje central del estudio es conocer la relación entre la gestión del tiempo y el rendimiento académico, para ello, asumen la hipótesis que los estudiantes con alto nivel de habilidades en gestión del tiempo obtienen mejores resultados del aprendizaje. Aplicaron el cuestionario de comportamiento de gestión del tiempo (*Time Management Behavior Questionnaire (TMBQ)*), en la versión española desarrollada por García-Ros y Pérez-González, que contiene 34 ítems. Para medir el rendimiento académico se utilizaron las calificaciones promedio semestrales de los estudiantes miembros de la muestra. La investigación se complementó con la realización de grupos focales de estudiantes con bajo y alto nivel de rendimiento.

Identificaron que existe una relación estadísticamente significativa, aunque de baja intensidad, entre la gestión del tiempo y el rendimiento académico. Asimismo, se pudo saber que los estudiantes con mejores calificaciones organizan sus actividades y planifican el tiempo, mientras que los estudiantes de menores calificaciones no acostumbran a planificar sus tareas o distribuir su tiempo

²¹ GARZÓN-UMERENKOVA, Angélica y GIL-FLORES, Javier. Gestión del Tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. En Revista Educação e Pesquisa. Vol. 44. p. 1.

eficientemente. De acuerdo con los resultados descritos, los autores recomiendan realizar algún tipo de entrenamiento en gestión del tiempo, dirigido a los educandos universitarios de primer año.

...es necesario entrenar al alumnado en el uso de una variedad de herramientas para la planificación del tiempo académico y para su seguimiento. Este ámbito ha resultado ser el más deficitario en el conjunto de estudiantes, con un menor desarrollado entre el alumnado de bajo rendimiento²².

La investigación referida, es importante pues estableció de manera rigurosa que existe una correlación positiva entre la gestión del tiempo y el rendimiento académico de los estudiantes colombianos, y sugiere la incorporación de algún tipo de actividad instruccional durante el primer año de formación que facilite herramientas para la gestión y administración del tiempo, lo cual es consistente con la presente investigación.

Otra investigación realizada en Colombia, es la titulada El caso de la administración de tiempo de los estudiantes de la universidad ICESI: Una guía a través de una investigación cualitativa²³. Este estudio, a diferencia del anterior y tal como expresa su título, se apoyó exclusivamente en datos cualitativos, los cuales se obtuvieron a través de entrevistas de profundidad con expertos y mediante grupos focales integrados por los participantes del taller de administración del tiempo dictado por la unidad de bienestar estudiantil de la universidad, cuya asistencia es voluntaria. Este estudio permitió identificar que la impuntualidad es un rasgo característico y definitorio de quienes tienen problemas con la gestión y administración del tiempo. También, pudieron entender que, al ser un taller voluntario y no parte del plan de estudios, no supone un compromiso real para los estudiantes, por lo que la asimilación de los contenidos queda a la discreción del alumnado. Esta

²² GARZÓN-UMERENKOVA y GIL-FLORES. Op. cit. p. 13.

²³ ARBOLEDA-ARANGO, Ana María; ENRÍQUEZ-RODRÍGUEZ, Diego Gabriel y GONZÁLEZ-DELGADO, Alexandra. El caso de la administración de tiempo de los estudiantes de la Universidad ICESI: Una guía a través de una investigación cualitativa. En Revista de Estudios Gerenciales. Cali. 2010. Vol. 26. N° 114. p. 191 y ss.

investigación es un gran aporte pues, indica la conveniencia de incorporar al plan de estudios aspectos vinculados al manejo y administración del tiempo.

En el ámbito internacional, también se han realizado varios estudios significativos, como lo son los siguientes:

Durante 2017, se presentó el estudio peruano llamado Frecuencia y características del abandono estudiantil en la escuela de medicina de la universidad de Lambayeque, 2006-2014, el cual tenía como objetivo “determinar la frecuencia del abandono estudiantil y explorar las causa más frecuentes en la escuela de medicina humana de Lambayeque-Perú” ²⁴, durante el periodo 2006-2014, para ello realizaron una investigación en dos fases. La primera, documental mediante la revisión de los registros académicos de los estudiantes de medicina durante el periodo de referencia y la segunda, una investigación de campo mediante la aplicación de una encuesta a los estudiantes que abandonaron la carrera.

El estudio concluyó, que el 53,3% de los estudiantes que abandona la escuela de medicina lo hace por fracaso académico, el cual es explicado en gran medida, por la mala distribución de tiempo que hacen los estudiantes con respecto a la carga académica. Esta investigación es relevante pues sus resultados evidencian el alto índice de fracaso y deserción estudiantil en una escuela de medicina humana latinoamericana. Los resultados obtenidos pudieran ser consistentes con el comportamiento de las escuelas de medicina de Colombia. Asimismo, la investigación establece la necesidad de incorporar la dotación de herramientas para la gestión y administración del tiempo y el establecimiento de hábitos de estudio, dentro del plan de estudios.

En Cuba, se realizó un estudio similar cuyo objetivo era caracterizar los factores asociados al fracaso escolar en estudiantes de medicina del policlínico de la Facultad Vicente Ponce Carrasco de la Universidad de Jagüey Grande²⁵. Para ello, realizaron un estudio cuali/cuantitativo que permitió identificar múltiples factores en

²⁴ NECOCHEA, et al., Op. cit. p. 172.

²⁵ SANTOS-TRETO, et al. Op. cit. p. 2.

el fracaso académico de la población estudiada. Entre los factores identificados, el insuficiente tiempo dedicado al estudio independiente y el uso de la lectura y memorización como única técnica de estudio, figuran como causas externas del fracaso estudiantil. Así, por ejemplo, el 100% de los estudiantes aplazados, admitieron que utilizaron como única técnica de estudio la memorización y que no le dedicaron suficiente tiempo al estudio. Esta investigación es relevante porque pone de manifiesto la importancia de la gestión y administración del tiempo en los estudiantes de medicina para garantizar su éxito académico.

Conviene resaltar, también el estudio realizado por García–Ros, et al., el cual tenía como objetivo central, conocer los principales estresores académicos de los estudiantes de nueva incorporación a la universidad y la relación de éstos con el rendimiento académico. Para ello, realizaron un estudio de campo con la participación de 199 estudiantes noveles de la Universidad de Valencia, durante el periodo 2007-2008, mediante la aplicación de un instrumento de 21 preguntas cerradas con escala *Likert*; elaborado a partir del Inventario de Estrés Académico (IEA). Entre los resultados obtenidos se pudo conocer que el 82% de los estudiantes experimentó mucho estrés en al menos dos situaciones, mientras que el 100% de la muestra, señaló haber sufrido bastante estrés en una situación. Cabe señalar que las situaciones que resultaron más estresantes fueron: “Falta de tiempo para poder cumplir con las actividades académicas”, la “Exposición de trabajos en clase”, la “Sobrecarga académica” y la “Realización de Exámenes”²⁶.

De acuerdo con los autores, estos resultados significan que las evaluaciones académicas en sí mismas no suponen estrés para los estudiantes, sino la combinación de excesiva carga académica y el reducido tiempo para su realización. A los efectos, de la presente investigación, estos resultados apoyan la idea de la

²⁶ GARCÍA-ROS, Rafael et al. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. En revista latinoamericana de Psicología. Bogotá. 2012. Vol. 44. N° 2. p. 150.

necesidad de mejorar la gestión y administración del tiempo, para mejorar los resultados académicos.

Finamente, se hace mención al objetivo “describir el perfil de manejo del tiempo en jóvenes de Venezuela de reciente ingreso a la Universidad Simón Bolívar”²⁷, dentro del estudio realizado por Durán, y Pujol en 2010. El cual fue medido a través del cuestionario de comportamiento de gestión del tiempo (*Time Management Behavior Questionnaire (TMBQ)*), en la versión española desarrollada por García-Ros y Pérez-González, pero ajustada a 32 ítems en cuatro (4) dimensiones. Con respecto a este objetivo, el estudio concluyó que quienes no recuerdan haber recibido algún tipo de formación con respecto al manejo del tiempo, tienden a tener preferencia por la desorganización, lo cual hace pensar que incluir actividades de formación que favorezcan el desarrollo de competencias en la gestión y administración del tiempo puede ser favorable, pues:

Un estudiante que maneja el tiempo de forma adecuada tendrá mayores capacidades para autorregular su conducta, mayores posibilidades de asumir con éxito la transición del sistema educativo secundario al universitario, lo que contribuirá con la prosecución y culminación de sus estudios con éxito²⁸.

Lo expuesto se traduce en que la incorporación de asignaciones cuyo contenido incluya la gestión y administración del tiempo, así como el manejo de hábitos de estudio eficientes, puede contribuir de manera significativa a mejorar el rendimiento académico, disminuir la deserción y consecuentemente a garantizar el éxito académico, lo cual es coherente con el propósito de la presente investigación.

²⁷ DURÁN-APONTE Y PUJOL, Op. cit. p.97.

²⁸ *Ibíd.* p. 105.

5. DEFINICIÓN OPERACIONES

La presente investigación, considera una serie de conceptos básicos que son relevantes para el diseño de una actividad instruccional orientada a la dotación de herramientas que faciliten la gestión y administración del tiempo a los estudiantes de primer año de medicina de la Universidad Industrial de Santander. Estos son:

5.1 GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.

De acuerdo con Mengual, et al.²⁹, los individuos disponen de muchos recursos para ejecutar sus tareas y lograr sus metas, sin embargo, el tiempo constituye el más importante, pues aunque se haga un uso eficiente del resto de los recursos si no se logra en el tiempo disponible, no se consigue el mejor aprovechamiento de ninguno.

El problema de la gestión del tiempo no es la disponibilidad, sino el uso que se hace de él; para los autores citados la gestión y administración de tiempo significa “dominar el propio tiempo y trabajo, en lugar de ser dominado por ellos... se trata de disponer plenamente del tiempo... evitando en lo posible toda interrupción que no aporte a los objetivos establecidos”³⁰.

La gestión del tiempo requiere planificación, para dar respuesta a la pregunta “¿Cuál es la mejor manera de usar el tiempo en este momento?”³¹. Para Durán y Pujol³² la gestión del tiempo también supone la incorporación de la autorregulación, en el sentido que el individuo debe ser capaz de introducir ajustes cuando lo considere oportuno. Para estas autoras, haciendo parafraseo de García-Ros et al., “el manejo del tiempo es un proceso donde se establecen metas claras, se tienen en cuenta el tiempo disponible y se verifica el uso que se le da al tiempo con relación al estudio”³³. En consecuencia, para la presente investigación, se asumirá la gestión y administración del tiempo como un mecanismo mediante el cual el estudiante regula

²⁹ MENGUAL, Ana, et al. La gestión del tiempo como habilidad directiva. En Revista 3 Ciencias, editada por Área de Innovación y Desarrollo, S.L, p.3.

³⁰ *Ibíd.* p. 4.

³¹ *Ibíd.*, p. 4.

³² DURÁN y PUJOL. Op. Cit., p.95.

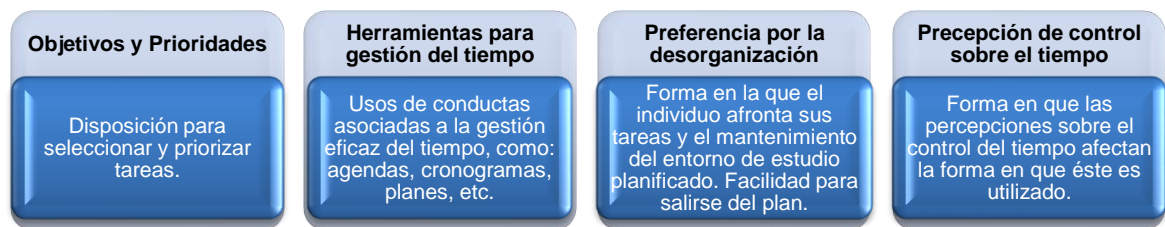
³³ *Ibíd.* p. 95.

asertivamente el uso del tiempo disponible para el estudio y poder así facilitar el logro de sus metas académicas.

5.2 DIMENSIONES DE LA GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO.

En la literatura reciente existen muchas maneras de abordar la gestión y administración del tiempo, sin embargo, en esta investigación se asumirá el modelo propuesto por Durán y Pujol, el cual no es más que una interpretación libre del modelo de García-Ros y Pérez-González.

Figura 1. Dimensiones de la gestión y administración del tiempo



Fuente: DURÁN y PUJOL. Op. cit. p. 96

En primer lugar, el estudiante debe ser capaz de establecer y priorizar claramente los objetivos dentro del tiempo disponible, lo cual significa seleccionar y clasificar las tareas a realizar de acuerdo con criterios como: el grado de dificultad, dominio de los contenidos y recursos disponibles para abordar cada tarea. El estudiante también debe disponer de herramientas de organización del tiempo como lo son el uso de calendarios, agendas, planificadores o cronogramas que le permitan establecer un mapa temporal en que cada tarea cuente con una ubicación precisa y, le permita al estudiante visualizar en todo momento, en qué lugar se encuentra para realizar ajustes oportunamente de ser necesario.

Un aspecto relevante en la gestión y administración de tiempo, es la preferencia por la desorganización, lo cual está asociado a la tendencia natural del individuo hacia el caos, por ello, es importante que el estudiante limite las posibilidades de salirse del plan a través del establecimiento de mecanismos de auto regulación como:

apagar los teléfonos celulares mientras estudia, escoger un lugar apartado para realizar las tareas, contar con compañeros de estudio centrados y comprometidos.

Finalmente, es importante que el estudiante mantenga una percepción clara sobre sus posibilidades de controlar el tiempo y no que el tiempo lo controla a él, pero manteniendo una postura objetiva al respecto.

5.3 FRACASO ACADÉMICO Y LA DESERCIÓN ESCOLAR.

El fracaso académico puede ser entendido como como la incapacidad sistemática del estudiante de alcanzar sus metas, lo cual es medido por su rendimiento académico (calificaciones). Para Jara, et al., “el rendimiento académico es la capacidad de respuesta que tiene un individuo a estímulos, objetivos y propósitos educativos previamente establecidos o también es la expresión que permite conocer la existencia de calidad en la educación a cualquier nivel”³⁴.

Para estos autores, un mal rendimiento académico significa que los estudiantes no cuentan con suficientes instrumentos y destrezas para afrontar los deberes académicos y ello se traduce en fracaso estudiantil. En este sentido, Santos-Treto, et al., definen el fracaso estudiantil como “...aquella situación en la que el sujeto no alcanza las metas esperables para su nivel de inteligencia... y depende de aspectos como bajas calificaciones y reprobación de asignaturas”³⁵.

Ahora bien, el fracaso estudiantil muchas veces se traduce en deserción escolar la cual puede ser entendida como “el abandono definitivo de la escuela de medicina por parte del estudiante por cualquier razón”³⁶, con los consecuentes efectos sociales y personales. Los primeros representados por la disminución de recurso humano formado y los segundos, por la baja autoestima y el deterioro del auto concepto del individuo. Para esta investigación, la deserción estudiantil será entendida como el abandono de la Escuela de Medicina de la Universidad Industrial

³⁴ JARA, et al, Op cit. p. 194.

³⁵ SANTOS-TRETO, Yoel, et al. Factores asociados al fracaso escolar en estudiantes de medicina del policlínico.

³⁶ NECOCHEA, et al. Op. cit. p. 172.

de Santander, por fracaso escolar (bajo rendimiento académico), motivado por la inadecuada gestión y administración del tiempo.

5.4. ESTRATEGIAS Y ACTIVIDADES DIDÁCTICAS.

Todo proceso de enseñanza-aprendizaje conlleva una planificación por parte del docente, ya que como responsable del suministro de prácticas y saberes en la comunidad estudiantil, el profesor hace las veces de líder por lo que debe presentarse ante los alumnos con un plan claro y definido que le permita alcanzar los objetivos de la manera más eficaz.

Dentro de esta planificación, las estrategias y actividades didácticas ocupan una parte importante, pues son las acciones que los profesores llevan a cabo para lograr sus objetivos de enseñanza aprendizaje³⁷. Una definición más rigurosa la ofrece la UNED al referirse a las estrategias didácticas como:

Acciones planificadas por el docente con el objetivo de que el estudiante logre la construcción del aprendizaje y se alcancen los objetivos planteados. Una estrategia didáctica es, en un sentido estricto, un procedimiento organizado, formalizado y orientado a la obtención de una meta claramente establecida. Su aplicación en la práctica diaria requiere del perfeccionamiento de procedimientos y de técnicas cuya elección detallada y diseño son responsabilidad del docente³⁸.

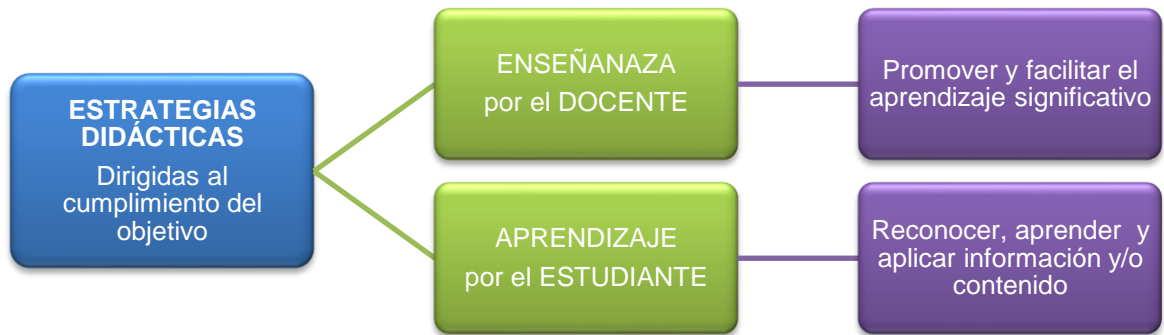
A este respecto, se puede señalar que las estrategias didácticas son el compendio de herramientas que utiliza el profesor para que el estudiante adquiera nuevos constructos y significados de manera consciente. En este sentido, de acuerdo con Flores y otros³⁹ señalan que las estrategias didácticas pueden ser abordadas desde dos perspectivas, tal como muestra la figura 2.

³⁷ ROVIRA, Isabel. Estrategias didácticas: definición, características y aplicación. En Psicología y Mente. Disponible en: <https://psicologiaymente.com/desarrollo/estrategias-didacticas>

³⁸ UNED. ¿Qué son las estrategias didácticas? En: Universidad Estatal a Distancia. Disponible en: https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/contenidos_curso_2013.pdf

³⁹ FLORES-FLORES, Jael; ÁVILA-ÁVILA, Jorge; ROJAS-JARA, Constanza; SÁEZ-GONZÁLEZ, Fernando; ACOSTA-TRUJILLO, Robinson y DÍAZ-LARENAS, Claudio. Estrategias didácticas para el aprendizaje significativo en contextos universitarios. Dirección de Docencia de la Universidad de Concepción, Concepción Chile. 2017.

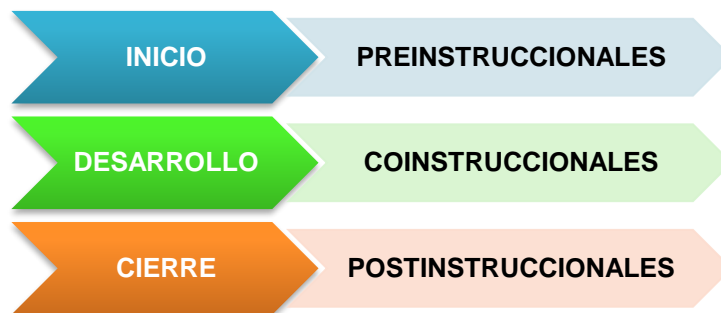
Figura 2. Enfoques de las Estrategias Didácticas



Fuente: FLORES et. al., ob. cit. p. 13.

Sin embargo, en este contexto el enfoque está orientado a las estrategias de enseñanza, bajo la premisa que facilitarán el desarrollo de competencias en los alumnos. Entonces, el docente debe decidir cuáles estrategias va a utilizar en cada uno de los momentos instruccionales: inicio o apertura, desarrollo y cierre.

Figura 3. Momentos Instruccionales y tipos de estrategias

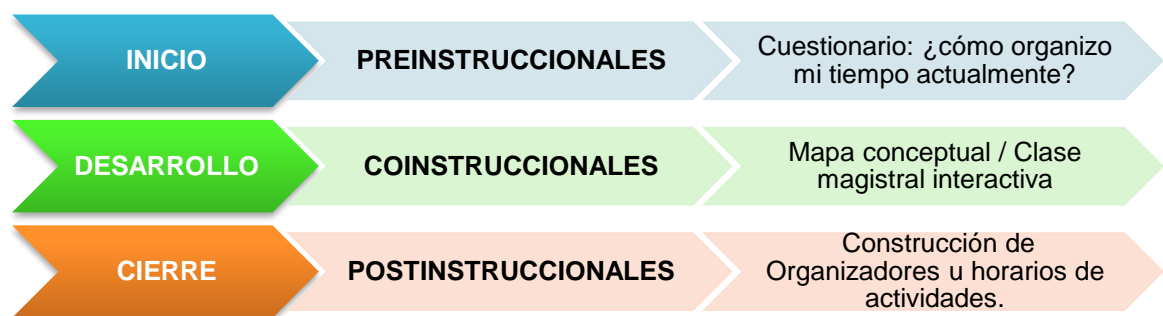


Fuente: Elaborado por las autoras inspirado por el Modelo de Díaz y Hernández citado por FLORES et. al., ob. cit. p. 15.

Con respecto a la gestión y administración del tiempo la línea estratégica está orientada hacia la construcción de organizadores gráficos y horario de actividades

como mecanismos para el uso eficiente del tiempo. En este sentido, la selección de las estrategias abarca todos los momentos de la actividad instruccional. En consecuencia, para lograr el desarrollo de la competencia de gestión y administración del tiempo la Figura 4, refleja las seleccionadas en cada uno de los momentos.

Figura 4. Estrategias Didácticas según los Momentos Instruccionales.



Fuente: Elaboración propia.

Esto significa que el profesor en su rol de líder de la actividad guiará a los estudiantes hacia la construcción de un significado propio de la gestión del tiempo como herramienta fundamental para alcanzar el éxito académico, mediante el uso de estrategias participativas y vivenciales, conforme a los principios básicos de la cátedra dentro de la cual se ubica la actividad.

Los videos de apoyo son una herramienta audio visual que presenta de forma divertida una pequeña representación sobre el tema en cuestión. La clase magistral interactiva y participativa ofrece la oportunidad para que el facilitador y participantes interactúen de manera abierta para presentar ideas, proporcionar instrucciones y aclarar dudas, lo cual es viable en cualquier contexto académico, pero especialmente deseable en la universidad cuando los estudiantes disponen de autonomía suficiente para emitir opiniones fundamentadas.

Por otra parte, el uso de mapas conceptuales permite desarrollar las habilidades de organización y estructuración de los contenidos, facilitando la incorporación de los nuevos significados a las actividades académicas, conforme estos se van construyendo. El uso del cuestionario diagnóstico, por su parte, permite al estudiante identificar por sí mismo las debilidades y fortalezas de su sistema de manejo del tiempo, para que de forma eficiente, pueda introducir cambios conforme va conociendo, utilizando y aprendiendo las herramientas suministradas durante el desarrollo de la unidad didáctica, de manera que al término de la misma sea capaz de gestionar y administrar su tiempo de forma óptima.

En síntesis, mediante la construcción de los organizadores gráficos y horarios de actividades, los estudiantes tienen la oportunidad de aplicar los conocimientos adquiridos a través de autorregulación, ya que podrán ir ajustando dichos instrumentos conforme van apropiándose de las herramientas expuestas en clase y bajo la guía y orientación del facilitador.

6. ANÁLISIS

Como se ha venido describiendo, la transición entre la secundaria y la universidad puede ser un proceso difícil, para aquellos estudiantes que no dispongan de suficientes herramientas cognitivas, académicas, motivacionales y de gestión y administración del tiempo. En este caso, el eje central está enfocado en estas últimas, pues sobre ellas se puede ejercer algún tipo de control externo que las modifique o mejore, de manera que se ayude al estudiante a alcanzar sus metas.

De acuerdo con Gómez-Moliné⁴⁰, el alumno exitoso es aquel que demuestra un alto grado de compromiso a través de su asistencia, puntualidad y comportamiento en el aula, la presentación oportuna y satisfactoria de sus deberes académicos y la activa participación en clase mediante la toma de apuntes, respuesta a los cuestionamientos y la formulación de preguntas, por destacar algunos de los rasgos más significativos.

No obstante, se puede observar que en esta consideración el denominador común del estudiante exitoso es que posea una adecuada gestión y administración del tiempo. Aunque cabe señalar, que en opinión de Durán y Pujol⁴¹, los estudiantes pueden disminuir sus niveles de motivación y autorregulación luego del primer semestre por lo que es recomendable que la universidad brinde apoyo para reducir esta tendencia.

Esto significa, que aun cuando el estudiante haga buen uso del tiempo y tenga buenos hábitos de estudio, ellos podrían debilitarse por las presiones propias de la demanda académica inherente al sistema universitario. En este sentido, los estudiantes de nuevo ingreso, son particularmente sensibles a ello, pues no solo deben lidiar con los nuevos contenidos, sino con la transición a un nuevo sistema educativo. Entonces, se requiere que el estudiante cuente con las capacidades

⁴⁰ GÓMEZ-MOLINÉ, Margarita. Algunos factores que influyen el éxito académico de los estudiantes universitarios en el área de química. Tesis para optar al grado de doctor por la Universidad Autónoma de Barcelona. Bellaterra. 2013. p. 4.

⁴¹ DURÁN-APONTE y PUJOL. Op. Cit., p.94.

cognitivas necesarias, la motivación y el tiempo necesario, lo cual no siempre sucede, pues el estudiante debe distribuir su tiempo entre múltiples tareas.

Para Durán y Pujol la conducta esperada de los universitarios es que sean críticos, comprometidos y autónomos, donde la autonomía depende de la gestión del tiempo académico. A este particular Marchena et al.⁴², menciona que aquel estudiante que desde el inicio del semestre dedica al menos 2 o 3 horas al estudio, irá asimilando y dominando las asignaturas progresivamente, y podrá enfrentar los exámenes bien preparado. Para estos autores, estudiar una materia supone su comprensión a profundidad y una vez aprendida se debería repasar periódicamente.

Por otra parte, estudios del Reino Unido demuestran que la persistencia de los alumnos es “el resultado de una compleja combinación entre las características del estudiante, las presiones externas e institucionales y la satisfacción y expectativas del sujeto”⁴³. Se pudo identificar que las principales dificultades a las que se enfrentan los estudiantes noveles de medicina son: poca capacidad de autoaprendizaje, insuficientes conocimientos básicos o elementales de la ciencia, abuso del estudio memorístico en detrimento del análisis y la síntesis, limitando la formación del pensamiento crítico y reflexivo⁴⁴.

En síntesis, los primeros semestres de estudio son de gran dificultad para todos los aspirantes, aun para aquellos mejor preparados. El ingreso a la universidad supone grandes cambios y la adaptación no siempre es fácil. Por lo tanto, contar con el apoyo de la universidad en cuanto a la dotación de herramientas que faciliten el proceso de aprendizaje es algo deseable.

La experiencia francesa indica que el inicio de la vida universitaria supone una transformación para el individuo quien pasará de alumno a estudiante⁴⁵. En este sentido, Coulon indica que ese tránsito requiere de una iniciación, la cual denomina

⁴² MARCHENA, et al., Op. Cit. p. 2.

⁴³ DURÁN-APONTE y PUJOL. Op. Cit., p.94.

⁴⁴ JARA, et al., Op. cit. p. 194.

⁴⁵ COULON, Alain. Op. Cit. 159.

afiliación y “consiste en descubrir y asimilar la información tácita y las rutinas ocultas en las prácticas de la enseñanza.”⁴⁶ Asimismo, el autor señala que existe una serie de fases por las que el nuevo estudiante debe pasar para lograrlo:

Figura 5. Fases de afiliación del estudiante universitario.



Fuente: Coulon, Op. Cit., p. 159.

La afiliación descrita por el autor, indica que el estudiante de nuevo ingreso debe sortear un proceso de adecuación que no siempre va a resultar exitoso, sin embargo, según el autor, si este proceso se cumple a satisfacción las posibilidades de éxito del estudiante son mayores que si no se cumple ese proceso de ajuste.

Si al proceso descrito se apareja la demanda académica y la asimilación de nuevos conocimientos, el estudiante se enfrenta a una dura tarea que podría llevarlo al fracaso y a la deserción; sin embargo, Pérez-González y García-Ros indican que una forma de potencializar el éxito de los estudiantes universitarios de nuevo ingreso es a través del manejo del tiempo para el estudio. Los autores, señalan que “El éxito académico depende, en gran medida de la gestión efectiva del tiempo”⁴⁷,

⁴⁶ *Ibíd.*, p. 159.

⁴⁷ PÉREZ-GONZALEZ, Francisco y GARCÍA-ROS, Rafael. Gestión del Tiempo para estudiantes: pon el tiempo en su sitio. Valencia. 2012. p. 2.

por lo que los estudiantes deben disponer de herramientas para la gestión y administración del tiempo, así como para el establecimiento de objetivos y metas.

En esta misma línea de pensamiento Rugg, Gerrard y Hooper, opinan que la planificación del tiempo es una forma de mantenerse relajado y controlado en medio de las situaciones estresantes a las que se enfrentan los estudiantes, pues para los autores:

Los cronogramas y la planificación son formas muy efectivas de estar a gusto y en calma... ellos también le ayudarán a pasar el tiempo de manera más efectiva. Hay un efecto llamado Distribución de Pareto, en la cual el 20 por ciento de una cosa le da el 80 por ciento de otra cosa. Por ejemplo, el 20 por ciento del tiempo que dedica a un ensayo normalmente producirá el 80 por ciento del texto, el 20 por ciento restante del texto serán fragmentos complicados que toman el 80 por ciento del tiempo⁴⁸.

Para estos autores, la administración del tiempo puede ser un catalizador para disminuir los niveles de estrés, pues en realidad, para realizar una tarea se debe emplear mucho menos tiempo del que realmente se piensa, siempre que se tengan claros los objetivos y se esté organizado. El desorden y el caos son los que conducen a la pérdida de tiempo y al estrés. En consecuencia, si un estudiante se pone a estudiar sin ningún tipo de programación, corre el riesgo de gastar todo su tiempo y no logre concluir ninguna tarea, en cambio sí estructura su horario, es mucho más probable que utilice el tiempo de manera más efectiva. El problema según estos autores es tener claros y definidos los objetivos, porque al tener la vista puesta en la meta se es más capaz de soportar el estrés, y, además, se es menos proclive a admitir interrupciones o distracciones del objetivo.

Ahora bien, en la escuela de Medicina de la Universidad Industrial de Santander, la asignatura que busca facilitar la transición bachillerato-universidad en los estudiantes de nuevo ingreso es la Cátedra UIS, anteriormente denominada Vida y

⁴⁸ RUGG, Gordon, GERRARD, Sue y HOOPER, Susie. The stress-free guide to studying at university. Gran Bretaña: SAGA, 2008. p. 26.

cultura universitaria la cual, a través de un contenido variable, fomenta y estimula vivencialmente en los estudiantes el apego a la vida universitaria y los insta a desenvolverse con naturalidad en el ambiente universitario. Asimismo, les instruye sobre las bondades, actividades y servicios que ofrece la universidad. No obstante, no se encontró documentación de que se haya abordado el tópico de gestión del tiempo. Conviene señalar que esta cátedra es obligatoria dentro del plan del estudio pero no tiene peso curricular, es decir no tiene carga de crédito académico por lo que su evaluación es de tipo cualitativa.

A tenor de lo expuesto, ha quedado claro que la gestión y administración del tiempo es una competencia deseable no solo para el éxito académico, sino que es muy valorada en el ámbito profesional, por ello, la incorporación de este contenido supondrá un avance significativo para la Cátedra UIS.

A este respecto, como se ha señalado son muchos los estudios que se han realizado con respecto a la importancia de la gestión del tiempo y su relación con el éxito académico de los estudiantes universitarios; sin embargo, no se han registrado, hasta ahora, investigaciones orientadas hacia el desarrollo de secuencias didácticas para desarrollar la competencia. No obstante, se debe mencionar que, en Europa, específicamente en España, se han adelantado algunos esfuerzos para mejorar dicha habilidad en los estudiantes universitarios. Tales esfuerzos se ven reflejados de tres maneras principalmente: creación y mantenimiento de portales web, creación de blogs especializados y publicación de herramientas orientativas como libros y demás bibliografía.

Para ilustrar el primer caso se puede hacer referencia al sitio **educaweb**, el cual es un portal web dedicado a la educación y formación que ha reservado una sus secciones al tema de la gestión y administración del tiempo, cuyo nombre es “Gestión del Tiempo, la clave para triunfar en los estudios” y tiene a grandes rasgos

el siguiente contenido: Importancia de la gestión de tiempo, Cómo gestionar el tiempo y consejos para una buena gestión del tiempo⁴⁹.

En esta línea también están los portales de la Residencia Universitaria La Buhaira⁵⁰ y de Fundación Universia⁵¹, los cuales presentan objetivos análogos y contenido similar al presentado por educaweb. La universidad de La Sabana, en las Islas Canarias en cambio, considera que la mejor manera de desarrollar la competencia de gestión del tiempo en los estudiantes es a través de la formación de los profesores y asesores académicos de los estudiantes, por ello han publicado material bibliográfico cuyo objeto es dotar a los profesores de los elementos necesarios para estimular en sus estudiantes el desarrollo de la capacidad⁵².

No obstante, merece especial consideración la experiencia de la Universidad de Cádiz, la cual cansada de aplicar pruebas y procedimientos convencionales a través del Servicio de Atención Psicológica y Psicopedagógica, decidió en 2008, incorporar el uso de una herramienta *on line*, llamada “Organiza tu Tiempo”, la cual funciona como una guía práctica para “conocer la gestión del tiempo de estudio y las posibilidades de mejora de cara a optimizar el rendimiento del trabajo en época de exámenes”⁵³. Esta aplicación web hace la intervención en tres fases (Ver Figura 6).

⁴⁹ EDUCAWEB. Orientación Académica. 2020. Disponible en: <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/gestion-tiempo-clave-triunfar-estudios/>

⁵⁰ RESIDENCIA UNIVERSITARIA LA BUHAIRA. Gestión del tiempo de estudios: 7 Consejos para universitarios. 2017. Disponible en: <https://residenciauniversitalabuhaira.com/gestion-del-tiempo-de-estudio/>

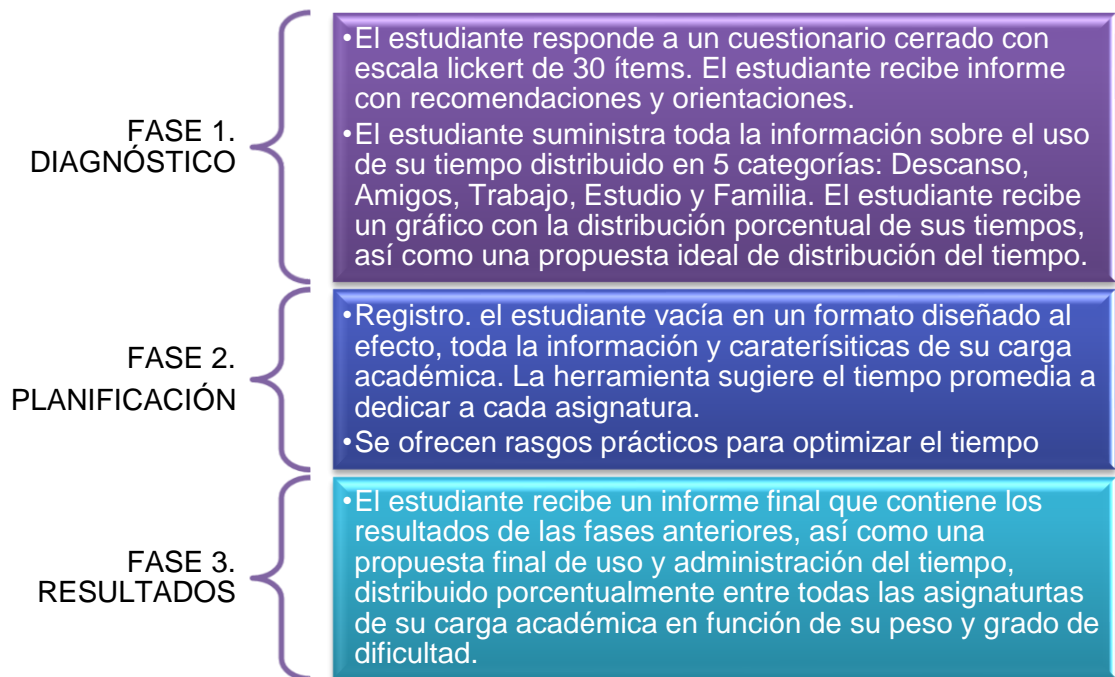
⁵¹ UNIVERSIA.es. Orientación académica: 8 Consejos para administrar el tiempo. 2020. Disponible en: <https://www.universia.net/es/actualidad/orientacion-academica/8-consejos-administrar-tiempo-universidad-1128525.html>

⁵² ALVARADO-RODRÍGUEZ, Héctor Andrés. Manejo Efectivo del tiempo. 2010. España. Universidad de La Sabana.

⁵³ MARCHENA-CONSEJERO, et. al., Op. Cit. p. 83

Esta intervención busca, por una parte, que el alumno conozca cómo es su gestión del tiempo y por la otra, que mediante autorregulación logre optimizar el uso de su tiempo de estudio, de manera que obtenga mejores resultados académicos.

Figura 6. Fases la Herramienta “Organiza Tu Tiempo” (forma resumida)



Fuente: MARCHENA-CONSEJERO, et. al. Op. Cit., pp. 83-84

7. PROPUESTA

Para mejorar el resultado académico de los estudiantes presenciales de la Escuela de Medicina de la Universidad Industrial de Santander, se propone incorporar una secuencia didáctica que proporcione herramientas para la gestión y administración del tiempo dentro de la Cátedra UIS, actualmente denominándose Vida y cultura universitaria en el plan de estudios del primer semestre del programa de Medicina con cero (0) créditos y una hora teórica.

De acuerdo con la UIS Vida y cultura universitaria “busca convertirse en una experiencia formativa de carácter vivencial, demandando para ello la participación activa de los Estudiantes matriculados”⁵⁴. La descripción de la cátedra, así como su estrategia de enseñanza aprendizaje, la hace el asidero ideal para articular contenidos relacionados con la gestión y administración del tiempo, ya que esta cátedra no dispone de un temario cerrado, sino por el contrario, está abierta a la incorporación de contenido conforme a las necesidades y demandas de la facultad.

La unidad remplazaría una de las conferencias previstas por la cátedra durante el semestre y abriría el lugar a la presentación de los informes correspondientes a través del desarrollo de las tareas y actividades guiadas que llevará a cabo el estudiante; lo cual dará cuenta de manera escrita, de la participación del alumno en la actividad y sobre todo de los aprendizajes adquiridos. La siguiente tabla muestra la secuencia didáctica propuesta.

⁵⁴ Universidad Industrial de Santander. Planes de Estudio. Disponible en: <https://www.uis.edu.co/webUIS/es/academia/facultades/salud/escuelas/medicina/programasAcademicos/medicina/planEstudios.html>

LA GESTIÓN Y MANEJO DEL TIEMPO COMO HERRAMIENTA PARA EL ÉXITO ACADÉMICO	
Nivel educativo	Educación superior
Institución educativa	Universidad Industrial de Santander
Grado / semestre	1er. Semestre
Asignatura	Cátedra UIS (Vida y Cultura Universitaria).
Número de estudiantes	
Tiempo total estimado	4 horas de acompañamiento docente y 2 horas de trabajo independiente, para un total de 6 horas.
Número de sesiones de clase / Duración de cada sesión	2 clases. Con 2 horas de acompañamiento docente y una hora de trabajo independiente, cada clase
Problema / situación	La ineficiente gestión y administración del tiempo dificulta que los estudiantes aborden el proceso de enseñanza aprendizaje de una manera organizada y centrada, lo cual frena el rendimiento académico
Contenidos temáticos a abordar	<ol style="list-style-type: none"> 1. Principios de planificación. <ol style="list-style-type: none"> 1.1. El plan y la planificación. 1.2. Diario / Horario de actividades diarias. 1.3. Cuándo y Cómo planificar. 2. La gestión y administración del tiempo. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Identificación de tareas: objetivos y metas. 2.2. Estableciendo prioridades: lo importante vs. lo urgente. 2.3. Estrategias o técnicas de planificación u organización del tiempo. 2.4. El ciclo de gestión del tiempo.
Competencias a desarrollar	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar métodos aplicados a la gestión y administración del tiempo, con el fin de optimizar la utilización de los recursos limitados para ejecutar tareas con la mayor eficiencia y eficacia; mediante el uso eficiente del tiempo disponible, la jerarquización y organización de las tareas.

	<ul style="list-style-type: none"> Planear el uso de estrategias y técnicas de gestión y administración del tiempo con la finalidad de hacer el uso más conveniente del tiempo disponible; favoreciendo así la posibilidad de alcanzar mejores resultados académicos.
Estrategias y actividades didácticas	<p>Clase Magistral Interactiva y Participativa: permite exponer de manera resumida los contenidos y objetivos de la unidad instruccional, asimismo permite aclarar las dudas y preguntas de los estudiantes. Es el punto de inicio para todas las actividades que se van a desarrollar.</p> <p>Videos de apoyo: permite presentar de manera resumida y gráfica el contenido a desarrollar durante la actividad.</p> <p>Mapa Conceptual: se trata de construir una estructura que represente los nuevos conocimientos otorgándoles significado y estableciendo conexiones entre los elementos que los componen. Permite que el estudiante jerarquice y categorice los elementos de un concepto.</p> <p>Uso de las TIC: todas las actividades y sesiones se realizarán virtualmente mediante video conferencias, video presentación; las tareas y demás información estarán en el aula virtual de aprendizaje.</p>
Recursos didácticos	Computador, tableta y/o teléfono inteligente, acceso a internet
Bibliografía	<p>PÉREZ-GONZÁLEZ, Francisco y Rafael GARCÍA-ROS. Gestión del tiempo para estudiantes: Pon el tiempo en si sitio. Valencia: Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia, 2012.</p> <p>PRITCHARD, Alan: Studying and learning at university: Vital skills for success in your degree. Gran Bretaña: SAGE, 2008.</p> <p>RUGG, Gordon, Sue GERRARD y Susie HOOPER. The stress-free guide to studying at university. Gran Bretaña: SAGE, 2008.</p>
SECCIONES DE ENSEÑANZA	
SESIÓN I	
Fecha	
Hora	
TAD / (TI)	<p>Tiempo de acompañamiento Docente: 2 hora</p> <p>Tiempo de trabajo Independiente: 1 hora</p>

Competencia(s) a desarrollar	Identificar métodos aplicados a la gestión y administración del tiempo, con el fin de optimizar el uso de los recursos limitados para ejecutar tareas con la mayor eficiencia y eficacia; mediante la utilización eficiente del tiempo disponible, la jerarquización y organización de las tareas.	
Contenidos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Principios de planificación. <ol style="list-style-type: none"> 1.1. El plan y la planificación. 1.2. Diario / Horario de actividades diarias. 1.3. Cuándo y Cómo planificar. 	
Momentos de aprendizaje (TAD)	<p>Actividades de apertura (35 Minutos) 10 minutos: Saludo y bienvenida a la unidad 15 minutos: <i>El profesor vía conferencia virtual, explica brevemente el propósito de la unidad, así como el contenido específico a desarrollar en esta sesión.</i> 10 minutos: <i>Clase magistral interactiva - El Plan y planificación</i></p> <p>Actividades de desarrollo (65 Minutos) 10 minutos: <i>Se facilita cuestionario a resolver previo a la puesta en marcha de la unidad.</i> 20 minutos: <i>Visualizar video proporcionado por el docente, cuyo contenido está en relación con el tema horario de actividades.</i> 15 minutos: <i>Desarrollo de las actividades - ¿Actualmente cómo gestiono mí tiempo?</i> - <i>Diario de actividades</i> - <i>Distribución porcentual de actividades</i> 10 minutos: <i>Socialización. Se brinda sugerencias de organización, medios virtuales para realización de horarios de tarea personalizados, etc.</i></p>	<p>EVALUACIÓN</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Evidencia de Aprendizaje: Mapa Conceptual</i> 2. <i>Indicadores de Aprendizaje: (Ver rúbrica).</i> 3. <i>Equivalencia cuantitativa: 20%</i> 4. <i>Actividades para generar procesos de Metacognición en los estudiantes:</i> <ul style="list-style-type: none"> • <i>¿Qué se dice de la planificación para el estudio?</i> • <i>¿Qué pienso yo sobre la planificación del estudio?</i> • <i>A modo de conclusión, ¿Por qué es importante la planificación para el estudio?</i>

	<p>10 minutos: <i>Ejercicio. Dificultades en la gestión del tiempo / Estrategias de afrontamiento.</i></p> <p>Actividades de cierre (20 Minutos)</p> <p>15 minutos: <i>El profesor mediante video conferencia cierra la actividad, aclarando dudas.</i></p> <p>5 minutos: <i>Asigna actividad para trabajo independiente.</i></p>																										
Momentos de aprendizaje (TI)	<p>ACTIVIDAD INDEPENDIENTE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El estudiante deberá realizar un mapa conceptual con los contenidos desarrollados durante la clase basado en la rúbrica suministrada. 2. El estudiante presentará el horario actual de sus actividades diarias en forma de plan, esta tarea será el complemento de la tarea final. 																										
Recursos	<p>RÚBRICA PARA EL MAPA CONCEPTUAL⁵⁵</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="3">DIMENSIÓN</th> <th colspan="4">NIVELES</th> </tr> <tr> <th>EXCELENTE</th> <th>BUENO</th> <th>REGULAR</th> <th>DEBE MEJORAR</th> </tr> <tr> <th>4</th> <th>3</th> <th>2</th> <th>1</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>TITULO</td> <td>Se refleja visiblemente el tema central</td> <td>Se refleja en parte, el tema central</td> <td>Se refleja remotamente el tema central</td> <td>No se refleja el tema central</td> </tr> <tr> <td>TEMA PRINCIPAL</td> <td>Identifica claramente la planificación como una herramienta para organizar</td> <td>Señala claramente algunos aspectos de la planificación como</td> <td>Se expresan algunas ideas generales sobre la planificación como herramienta</td> <td>No se vincula la planificación como herramienta para organizar el tiempo.</td> </tr> </tbody> </table>				DIMENSIÓN	NIVELES				EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEBE MEJORAR	4	3	2	1	TITULO	Se refleja visiblemente el tema central	Se refleja en parte, el tema central	Se refleja remotamente el tema central	No se refleja el tema central	TEMA PRINCIPAL	Identifica claramente la planificación como una herramienta para organizar	Señala claramente algunos aspectos de la planificación como	Se expresan algunas ideas generales sobre la planificación como herramienta	No se vincula la planificación como herramienta para organizar el tiempo.
DIMENSIÓN	NIVELES																										
	EXCELENTE	BUENO	REGULAR	DEBE MEJORAR																							
	4	3	2	1																							
TITULO	Se refleja visiblemente el tema central	Se refleja en parte, el tema central	Se refleja remotamente el tema central	No se refleja el tema central																							
TEMA PRINCIPAL	Identifica claramente la planificación como una herramienta para organizar	Señala claramente algunos aspectos de la planificación como	Se expresan algunas ideas generales sobre la planificación como herramienta	No se vincula la planificación como herramienta para organizar el tiempo.																							

⁵⁵ FLORES, et. al. ob. cit. p. 38.

		el tiempo, cubriendo todos los aspectos del tema.	herramienta para organizar el tiempo.	para organizar el tiempo.	
	CONTENIDO	El plan, el diario, los horarios y el cómo y cuándo planificar se definen con claridad y se complementan con elementos adicionales para ampliar las ideas.	Solo se definen los conceptos del plan, el diario, los horarios y el cómo y cuándo planificar.	Se definen algunos de los conceptos vinculados con el plan, el diario, los horarios y el cómo y cuándo planificar.	No se vinculan los conceptos del plan, el diario, los horarios y el cómo y cuándo planificar.
	ORGANIZACIÓN	La información se presenta de forma en que fácilmente se visualiza la jerarquía de los conceptos	La mayoría de los conceptos están organizados jerárquicamente.	Algunos conceptos están organizados jerárquicamente	No se visualiza el orden de los conceptos
	ORTOGRAFÍA	No hay errores ortográficos	Tiene Un (1) error ortográfico	Tiene dos (2) errores ortográficos	Tiene más de dos (2) errores ortográficos
<p>Recursos tecnológicos: Computador y acceso a internet. Recursos de consulta: https://www.youtube.com/watch?v=RSH1Uao0Rzo Como crear tu horario de actividades.</p>					

Bibliografía	<p>MARCHENA, E, HERVIAS, F., GALO, C y RAPP, C. Organiza tu tiempo de Forma Eficaz. Universidad de Cádiz. 2011</p> <p>PÉREZ-GONZÁLEZ, Francisco y Rafael GARCÍA-ROS. Gestión del tiempo para estudiantes: Pon el tiempo en si sitio. Valencia: Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia, 2012.</p> <p>PRITCHARD, Alan: Studying and learning at university: Vital skills for success in your degree. Gran Bretaña: SAGE, 2008.</p>	
SESIÓN II		
Fecha		
Hora		
TAD / (TI)	Tiempo de acompañamiento Docente: 2 hora Tiempo de trabajo Independiente: 1 hora	
Competencia(s) a desarrollar	Planear el uso de estrategias y técnicas de gestión y administración del tiempo con la finalidad de hacer el uso más conveniente del tiempo disponible; favoreciendo así la posibilidad de alcanzar mejores resultados académicos.	
Contenidos	2. La gestión y administración del tiempo. 2.1. Identificación de tareas: objetivos y metas. 2.2. Estrategias o técnicas de planificación u organización del tiempo. 2.3. Estableciendo prioridades: lo importante vs. lo urgente. 2.4. El ciclo de gestión del tiempo.	
Momentos de aprendizaje (TAD)	<p>Actividades de apertura (30 Minutos) 5 minutos: Saludo y bienvenida 10 minutos: Discusión de resultados de tarea y reflexiones. 15 minutos: <i>El profesor vía conferencia virtual, explica brevemente el propósito del tema, así como el contenido a desarrollar.</i></p> <p>Actividades de desarrollo (65 Minutos) 15 minutos: <i>Actividad. - Escribe tus objetivos y metas a mediano y corto plazo.</i></p>	<p style="text-align: center;">EVALUACIÓN</p> <p>5. <i>Evidencia de Aprendizaje: Organizador gráfico, conclusión.</i></p> <p>6. <i>Indicadores de Aprendizaje: Cuestionario final</i></p> <p>7. <i>Equivalencia cuantitativa: 40%</i></p> <p>8. <i>Actividades para generar procesos de Metacognición en los estudiantes:</i></p>

	<p>15 minutos: Actividad - El tiempo y mis necesidades (lo importante vs lo urgente). 15 minutos: Visualizar videos de técnicas de gestión del tiempo. 20 minutos: Clase magistral interactiva sobre el Ciclo de la gestión del tiempo y Consejos para el buen uso del tiempo</p> <p>Actividades de cierre (20 Minutos) 10 minutos: El profesor mediante video conferencia cierra la actividad, aclarando dudas. 10 minutos: Cuestionario final 5 minutos: Asigna actividad de trabajo independiente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué se dice de la gestión y administración del tiempo? • ¿Qué pienso sobre la gestión y administración del tiempo? • A modo de conclusión, ¿Por qué es importante la gestión y administración del tiempo?
<p>Momentos de aprendizaje (TI)</p>	<p>ACTIVIDAD INDEPENDIENTE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. El estudiante corregirá y complementará el diario/horario de actividades (plan) basándose en la nueva información y las herramientas recibidas (Auto regulación). Deberá adjuntar el anterior. 2. Realizar una conclusión acerca de su gestión del tiempo antes y después de participar en la presente unidad, a manera de autoevaluación. 	
<p>Recursos</p>	<p>Computador y acceso a internet. https://www.youtube.com/watch?v=70H3_FZ5EN4 Método Pomodoro https://www.youtube.com/watch?v=hFaiO-8Hun8 Método Eisenhower</p>	
<p>Bibliografía</p>	<p>MARCHENA, E, HERVIAS, F., GALO, C y RAPP, C. Organiza tu tiempo de Forma Eficaz. Universidad de Cádiz. 2011. PÉREZ-GONZÁLEZ, Francisco y GARCÍA-ROS, Rafael. Gestión del tiempo para estudiantes: Pon el tiempo en si sitio. Valencia: Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia, 2012.</p>	

	PRITCHARD, Alan: Studying and learning at university: Vital skills for success in your degree. Gran Bretaña: SAGE, 2008.
Evaluación de la unidad	<p>La evaluación de la Cátedra UIS es de carácter cualitativo. Es decir, al término de la misma, el estudiante se considera apto o no apto, de acuerdo al desempeño y asistencia a las actividades. No obstante, de manera orientativa, con respecto al logro de los objetivos de enseñanza aprendizaje, la unida será evaluada de acuerdo a los siguientes porcentajes:</p> <p>20% Mapa conceptual</p> <p>40% Diario de actividades</p> <p>30% Actividades de aula</p> <p>10% Participación</p>

8. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

8.1. CONCLUSIONES

El uso y manejo del tiempo es una herramienta importante para tener éxito académico, pues la mera asistencia regular a las clases no es suficiente para aprobar las asignaturas y sobre todo para incluir nuevos conocimientos y, relacionarlos con los previos. En este sentido, Marchena-Consejero et al.⁵⁶ señala que el éxito del estudiante está asociado a la cantidad de tiempo que dedica al estudio fuera de las clases formales.

La dotación de herramientas para la gestión de tiempo puede ser un elemento que apoye a los estudiantes y que contribuya a reducir las tasas de deserción universitaria que se observan en carreras como medicina, con la consecuente pérdida de recursos que ello conlleva, lo cual se corresponde con lo señalado por Jara et al.⁵⁷, quienes afirman que el inadecuado uso y manejo del tiempo es una de las causas de deserción de la escuela de medicina.

La articulación de estrategias didácticas alternativas a las clases magistrales, fomenta la mayor participación de los estudiantes y consecuentemente una mayor fijación de los conocimientos. La idea es que los estudiantes aprendan a través de experiencias vivenciales y reveladores que les demuestren la importancia de la adopción de los nuevos conocimientos y que, además, éstos sean utilizados en todos los ámbitos académicos y por qué no, de vida. Tal como señala Duran y Pujol⁵⁸ la autorregulación permite al individuo incorporar ajustes cuando lo considere oportuno. Asimismo, la estrategia didáctica es usada por los profesores para que

⁵⁶ MARCHENA-CONSEJERO, et al. Op. Cit.

⁵⁷ JARA, et al., Op. cit.

⁵⁸ DURAN Y PUJOL, Op. Cit.

los alumnos adquieran constructos de forma consciente⁵⁹, por lo que guiará a los estudiantes hacia la construcción de significado⁶⁰.

8.2. RECOMENDACIONES

Todas las carreras deberían contemplar en sus contenidos programáticos, ya sea a través de una asignatura o de una unidad instruccional e incluso una unidad temática, elementos que busquen el desarrollo de la competencia de gestión y administración del tiempo, considerando la importancia que tiene este componente en la adecuación del estudiante a la vida universitaria.

Las secuencias didácticas deben contener estrategias alternativas a las clases magistrales, dirigiéndose hacia una enseñanza universitaria más participativa, en la que los profesores sean verdaderos facilitadores del proceso. Para ello, los educadores deben modernizarse y adquirir habilidades en el manejo de las nuevas tecnologías incluyéndolas favorablemente en sus clases, apoyándose en las aulas virtuales y en elementos interactivos.

Otro factor que deben considerar los profesores es la adición de herramientas de evaluación alternativa a los exámenes, pues existen otros recursos que permiten la verificación del aprendizaje y en sí mismo una forma de aprender como son los organizadores gráficos, resúmenes analíticos, etc., cuya incorporación puede dinamizar la actividad en el aula.

Esta monografía puede ser la base para futuras investigaciones sobre el uso, manejo y administración del tiempo en estudiantes universitarios, de conformidad con la respuesta que se obtenga de los estudiantes, ante la incorporación de esta nueva Unidad basada en una secuencia didáctica apoyada en la autoregulación del estudiante, articulada en la Cátedra UIS.

⁵⁹ UNED, Op. Cit.

⁶⁰ JARA, et al., Op. Cit.

BIBLIOGRAFÍA

ALVARADO-RODRÍGUEZ, Héctor Andrés. *Manejo efectivo del tiempo*. España : Universidad de La Sabana, 2010.

ARBOLEDA-ARANGO, Ana María, ENRÍQUEZ-RODRÍGUEZ, Diego Gabriel y GONZÁLEZ-DELGADO, Alexandra. El caso de la administración del tiempo de los estudiantes de la Universidad ICESI: Una guía a través de la investigación cualitativa. *Revista de Estudios Gerenciales*. 2010. Vol. 26, 114, págs. 191-209.

COULON, Alain. *Etnometodología y Educación*. Barcelona : Paidós, 1985.

DURAN-APONTE, Emilse. Competencia manejo del tiempo en la formación de profesionales de la administración. *Revista Venezolana de Gerencia*. 2012. Vol. 17, 58, págs. 291-306.

DURAN-APONTE, Emilse y PUJOL, Lydia. Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*. 2013. Vol. 11, 1, págs. 93-108.

EDUCAWEB,. Orientación Académica. [En línea] 2020. <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/gestion-tiempo-clave-triunfar-estudios/>.

FLORES-FORES, Jael, y otros. *Estrategias didácticas para el aprendizaje significativo en contextos universitarios*. Concepción-Chile : Dirección de Docencia Universidad de Concepción, 2017.

GARCÍA-ROS, Rafael, et al. Evaluación del estrés académico en estudiantes de nueva incorporación a la universidad. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2012. Vol. 44, 2, págs. 143-154.

GARZÓN- UMERENKOVA, Angélica y GIL-FLORES, Javier. Gestión del tiempo en alumnado universitarios con diferentes niveles académicos. *Educao e Pesquisa*. 2017. Vol. 44, págs. 1-16.

GÓMEZ-MOLINÉ, Margarita. Algunos factores que influyen en el éxito académico de los estudiantes universitarios en el área de química. *Tesis para optar al grado de doctor por la Universidad Autónoma de Barcelona*. Bellaterra : Universida Autónoma de Barcelona, 2003.

JARA, Delia. Factores influyentes en el rendimiento académico de estudiantes de primer año de medicina. *Revista Anales de la Facultad de Medicina*. 2008. Vol. 69, 3, págs. 193-197.

MARCEN, Miriam y MARTÍNEZ-CARABALLO, Noemí. Gestión eficiente del Tiempo de los iniversitarios evidencias para estudiantes de primer curso de la Universidad de Zaragiza. *Revistas Innovar Journal*. 2012. Vol. 22, 43, págs. 117-130.

MARCHENA-CONSEJERO, E., y otros. Autorregulación como gestión del tiempo: Una herramienta informática. *IV Jornadas Internacionales de Mentoring & Coaching: Universidad-Empresa*. Madrid : JIMCUE, 2009. págs. 80-94.

MENGUAL-RECUERDA, Ana. La gestión del tiempo como habilidad directiva. [ed.] Área de Innovación y Desarrollo. S.L. *Revista 3Ciencias*. 2012. págs. 1-25.

MONDRAGÓN-ALBARRÁN, Carmen, CARDOSO-JIMÉNEZ, Daniel y BOBADILLA-BELTRAN, Salvador. Hábitos de estudio y rendimiento académico: Caso de estudiante de licenciatura en administración de la Unidad Académica Profesional de Tejuplico. *Revista Iberoamericana para Investigación y Desarrollo Educativo*. 2017. Vol. 8, 15, págs. 1-25.

MONROY, Reinaldo, PRADA, Martha y MANTILLA, Carlos. UIS En cifras-2016. Presentación Dinamica. *Universidad Industrial de Santander*. [En línea] 2020. [Citado el: 12 de marzo de 2020.] www.uis.edu.co.

MONROY-RIVA, Paola María Cristina. Estrés académico y manejo del tiempo en estudiantes universitarios de Lima, Perú. *Tesis para optar al título de Licenciada en Psicología con mención en psicología clínica*. s.l. : Pontificia Universidad Católica del Perú, 2017.

NECOCHEA, Yoselin, et al. Frecuencia y características del abandono en una escuela de medicina de Lambayeque. 2006-2014. *Revista de Medicina Herediana*. 2017. Vol. 28, 3, págs. 171-177.

PÉREZ-GONZÁLEZ, Franciasco y GARCÍA-ROS, Rafael. *Gestión del tiempo para estudiante: pon el tiempo en su sitio*. Valencia : Facultad de Psicología de la Universidad de Valencia, 2012.

PILLARES-HUALLPA, Robert. Gestión del tiempo y rendimiento académico de los estudiante de economía: Caso Universidad Andina de Cusco. *Tesis presentada para optar al título profesional de economista*. s.l. : Universidad Andina de Cusco, 2017.

PRITCHARD, Alan. 2008. *Studying and learning at university: vital skills for success in your degree*. Gran Bretaña : SAGA, 2008.

RESIDENCIA UNIVERSITARIA, LA BUHAIRA. Gestión del tiempo de estudio: 7 Consejos para Universitarios,. [En línea] 2017. <https://residenciauniversitariabuhaira.com/gestion-del-tiempo-de-estudio/>.

ROJO-VERA, Deissy Ruth. Usos del tiempo libre y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios en la UNT-Sede Huamachuco. *Revista Peruana Enfermería, Investigación y Desarrollo*. 2014. Vol. 13, 1, págs. 45-68.

ROVIRA-SALVADOR, Isabel. Estrategias didacticas: definición, características y aplicación. *Psicología y Mente*. [En línea] 2020. <https://psicologiymente.com/desarrollo/estrategias-didacticas>.

RUGG, Gordon, GERRARD, Sue y HOOPER, Susie. *The estress-free guide to studying at university*. Gran Bretaña : SAGA, 2008.

SANTOS-TRETO, Yoel, et al. Factores asociados al fracaso escolar en estudiantes de medicina del Policlínico. *Revista Médica Electrónica*. 2010. Vol. 32, 2.

TORIBIO-FERRER, Claudia y FRANCO-BÁRCENAS, Silvia. Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Revista Salud y Administración*. 2016. Vol. 3, 7, págs. 11-18.

UIS.Universidad Industrial de Santander. [En línea] 2020. <https://www.uis.edu.co/webUIS/es/academia/facultades/salud/escuelas/medicina/programasAcademicos/medicina/planEstudios.html>.

UNED.¿Qué son las estrategias didacticas? *Universidad Estatal a Distancia*. [En línea] 2013. https://www.uned.ac.cr/academica/images/ceced/docs/Estaticos/contenidos_curso_2013.pdf.

UNIVERSIA.es,. Orientación Académica. [En línea] 2020. <https://www.universia.net/es/actualidad/orientacion-academica/8-consejos-administrar-tiempo-universidad-1128525.html>.