

## Semana i 2024

Desafíos realizados como docente responsable en años anteriores.

Etapa: Concepción

Autor: Gabriela Gebauer

Publicación: Jueves 15 de Agosto de 2024 a las 12:52 PM



# Impacta en el bienestar de tu comunidad universitaria

Como comunidad universitaria es crucial contribuir al bienestar de nuestros estudiantes, asegurando su desarrollo integral para que puedan adquirir herramientas tanto personales como académicas que enriquezcan su aprendizaje y experiencia universitaria.

Según un estudio de la Fundación Aequalis y el Foro de Educación Superior (2022), tres de cada cuatro estudiantes en Chile experimentan ansiedad, estrés y desmotivación, enfrentándose a problemas como la falta de concentración, síntomas depresivos e insomnio. Estas condiciones afectan el desempeño de los alumnos a lo largo de su carrera.

Nuestro objetivo es que los estudiantes aprendan e investiguen sobre el bienestar y estilos de vida saludables y conozcan el impacto que estos tienen en la calidad de vida de los universitarios.

Al finalizar el desafío esperamos que puedan realizar una presentación, en la cual deberán incorporar una infografía o un reel que usaremos para promover el bienestar integral de los alumnos de la carrera de Ingeniería Civil Industrial.

Te invitamos a ser parte de esta iniciativa transformadora.

Juntos, podemos hacer una diferencia en el bienestar integral de nuestra comunidad universitaria.

**¡Inscríbete ahora y marca la diferencia!**

## DESCRIPCIÓN DEL DESAFÍO.

En esta sección se solicita ingresar toda la información que permitirá identificar, conocer y/o comprender el desafío propuesto.

### 1 Título del desafío en inglés

Impact on the well-being and self-care of your university community

### 2 Describa el problema o necesidad identificada que da origen al desafío. \*

Debe describir el problema y el contexto en que se desarrollará el desafío. Puede utilizar por ejemplo, información publicada en la prensa, en algún artículo científico, resultados de alguna encuesta, etcétera. (mínimo 500 y máximo 1300 caracteres).

Como comunidad universitaria es crucial contribuir al bienestar de nuestros estudiantes, asegurando su desarrollo integral para que puedan adquirir herramientas tanto personales como académicas que enriquezcan su aprendizaje y experiencia universitaria.

Según un estudio de la Fundación Aequalis y el Foro de Educación Superior (2022), tres de cada cuatro estudiantes en Chile experimentan ansiedad, estrés y desmotivación, enfrentándose a problemas como la falta de concentración, síntomas depresivos e insomnio. Estas condiciones afectan el desempeño de los alumnos a lo largo de su carrera.

Nuestro objetivo es que los alumnos aprendan e investiguen sobre el bienestar y los estilos de vida saludables y conozcan el impacto que estos tienen en la calidad de vida de las personas y especialmente en los universitarios.

Al finalizar el desafío esperamos que puedan realizar una presentación e infografía para promover el bienestar integral de los alumnos de la UDD.

### 3 Describa lo que se espera que los estudiantes aprendan desarrollando el desafío planteado.

\*

En esta parte puede, por ejemplo, describir las etapas del trabajo que espera que los estudiantes realicen durante los días que dura Semana i, modalidad de trabajo, recolección

de información, etcétera (mínimo 500 y máximo 1000 caracteres).

En este desafío se espera que los alumnos conozcan y tomen consciencia de la importancia de incorporar hábitos saludables en su actividad diaria, de tal forma puedan mejorar su calidad de vida y en consecuencia su desempeño académico.

Se espera que los alumnos que participen puedan promover este desafío a toda la comunidad universitaria a través de la creación de un afiche o un reel o short.

Para lograr lo anterior el desafío comenzará con una charla expositiva sobre el estado actual de la salud mental de los universitarios chilenos y con una exposición de los distintos estilos de vida saludables y el efecto de estos en los procesos cognitivos.

Además, se les entregará material actualizado para complementar la investigación que deberán llevar a cabo en un trabajo en grupo.

También se realizarán actividades de Integración, Mindfulness, manejo del estrés y Focusing.

---

**4 Identifique las competencias genéricas asociadas al desafío (Marque máximo 1). \***

Las competencias genéricas base de Semana i a las que tributan todos los desafíos son **Visión Global, el Emprendimiento y Liderazgo y la Innovación.**

Si su desafío además tributa a otra competencia, marque la competencia elegida:

Responsabilidad Pública.

---

**5 Vías temáticas o de interés del desafío. \***

Marque el área que mejor describe la temática que abordará su desafío.

[teal]\*Responsabilidad Pública:[/teal] Sustentabilidad, políticas públicas y ciudadanía, bienestar y calidad de vida, gestión de emergencia e inclusión.

---

**6 Para continuar la formulación del desafío ¿requiero apoyo para completar las preguntas asociadas a la evaluación e implementación del desafío? \***

No.

## EVALUACIÓN.

En Semana i la evaluación se vincula al desempeño del/la estudiante en relación al desafío y las competencias genéricas que éste aborda. El tipo de evaluación considera el desempeño diario (evaluación de proceso) y la propuesta de solución al desafío planteado (evaluación final). Como parte del proceso de evaluación se consideran también instancias de retroalimentación efectiva y oportuna, programados previamente.

Las instancias de coevaluación y autoevaluación serán de carácter formativo o sumativo y podrán ser consideradas dentro de las evaluaciones de proceso o en la evaluación final, con una ponderación no superior al 10% de la nota final del desafío.

### 7 Evaluación de proceso. \*

El desempeño diario corresponderá a un 60% de la nota final, divididos en las evaluaciones de proceso realizadas durante la jornada 1 y 2 de la actividad académica. Indique y describa brevemente para cada jornada las evaluaciones que realizará a los estudiantes, puede considerar evaluaciones individuales y/o grupales.

La evaluación del proceso corresponderá al 60% de la nota final, la cual se desglosará:

- 1) 25 % avance grupal y participación día 1
  - Se evaluará las consultas que realizan sobre las temáticas
  - El uso y búsqueda de material
- 2) 40% de avance en el producto a presentar
- 3) 25 % avance grupal y participación día 2
  - Se evaluará las consultas que realizan sobre las temáticas
  - Avance del producto a terminar, al menos un 80%
- 4) 5% Autoevaluación
- 5) 5% Coevaluación

### 8 Evaluación del resultado final. \*

La propuesta de solución al desafío (evaluación final) corresponderá al 40% restante de la calificación final. Indique y describa brevemente cuál será el producto a ser evaluado y los criterios e instrumentos que utilizará para ello.

20% de la presentación oral y ppt

Que el contenido de la PPT como la presentación sean claros, acotado y que permita un

proceso psicoeducativo entre todos los que participan del desafío.

20% la entrega del producto (infografía o reel)

Claridad de la Información

Diseño novedoso

Aplicabilidad de los conocimientos

## IMPLEMENTACIÓN: ACTIVIDADES DEL DESAFÍO.

Describa las principales actividades que se espera realicen los estudiantes para lograr resolver el Desafío propuesto. En esta etapa se deben calendarizar y planificar las acciones que los estudiantes realizarán durante los días de Semana i, ya sea de trabajo directo (bajo supervisión del docente) como de trabajo indirecto o autónomo. Debe considerar acciones de carga directa e indirecta, planificando al menos 5 módulos diarios. Es relevante establecer pausas activas entre las actividades y siempre resguardar el horario del almuerzo (13:50 a 15:00 hrs).

Debe definir el trabajo que realizarán los estudiantes para cada módulo, siendo monitoreados por el docente responsable, al menos, al inicio y término de cada jornada. El resto del día pueden estar acompañados, si es su caso, por el docente co-responsable. No es necesario la presencia directa del docente responsable durante toda la jornada planificada.

En el caso de que en determinados horarios los docentes tengan otras actividades académicas comprometidas, se sugiere considerar en estos módulos trabajo autónomo (por ejemplo, búsqueda o recolección de datos) y que posteriormente el docente podrá evaluar y retroalimentar.

Debe considerar el uso de la plataforma Canvas como apoyo y/o complemento en la realización de su desafío.

En el botón de ayuda correspondiente a cada día, encontrará sugerencias para cada jornada en particular.

### 9 Seleccione espacio físico y describa las actividades a desarrollar el día 1. \*

Planifique 5 módulos de trabajo diarios para el estudiante. No olvide vincular los contenidos y actividades, con las competencias genéricas UDD seleccionadas, con el propósito de contribuir al desarrollo de estas a través de la implementación del desafío.

	Módulo	Tipo de Espacio	Requerimientos para Operaciones	Descripción de Actividades a Realizar
1	H1   8:30	3: Sala de	5: Audiovisuales (data; audio;	Dinámica de presentación y

	- 9:40	clases. Tipo de Espacio	micrófono; cable MAC). Requerimientos para Operaciones	presentación semana i Descripción de Actividades a Realizar
2	H2   9:50 - 11:00	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Charla de experto
3	H3   11:10 - 12:20	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Mindfulness
4	H4   12:30 - 13:40	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Trabajo grupal autónomo y selección del tema a trabajar
5	H6   15:10 - 16:20	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Trabajo grupal autónomo y cierre

10 Seleccione espacio físico y describa las actividades a desarrollar el día 2. \*

	Módulo	Tipo de Espacio	Requerimientos para Operaciones	Descripción de Actividades a Realizar
1	H1   8:30 - 9:40	3: Sala de clases.	0: Sin requerimientos.	Actividad Focusing
2	H2   9:50 - 11:00	3: Sala de clases.	0: Sin requerimientos.	Trabajo grupal autónomo
3	H3   11:10 - 12:20	3: Sala de clases.	0: Sin requerimientos.	Trabajo grupal autónomo
4	H4   12:30 - 13:40	3: Sala de clases.	0: Sin requerimientos.	Trabajo grupal autónomo



<b>5</b>	<b>H6   15:10 - 16:20</b> <b>Módulo</b>	<b>3: Sala de clases.</b> <b>Tipo de Espacio</b>	<b>Requerimientos para Operaciones</b> <b>0: Sin requerimientos.</b>	<b>Revisión del avance, actividad vivencial y cierre del día</b> <b>Descripción de Actividades a Realizar</b>
----------	--	---	---	--

**11** Seleccione espacio físico y describa las actividades a desarrollar el día 3. \*

	<b>Módulo</b>	<b>Tipo de Espacio</b>	<b>Requerimientos para Operaciones</b>	<b>Descripción de Actividades a Realizar</b>
<b>1</b>	H1   8:30 - 9:40	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Actividad de manejo de la ansiedad e inicio de las presentaciones
<b>2</b>	H2   9:50 - 11:00	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Presentaciones
<b>3</b>	H3   11:10 - 12:20	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Presentaciones
<b>4</b>	H4   12:30 - 13:40	3: Sala de clases.	5: Audiovisuales (data; audio; micrófono; cable MAC).	Presentaciones
<b>5</b>	H5   13:50 - 15:00	0: Sin tipo de espacio.	0: Sin requerimientos.	Almuerzo

## REQUERIMIENTOS.

Para efectos de la implementación del desafío, sólo se considerarán los requerimientos indicados por el docente en el presente apartado y deberán ser aprobados por el equipo de Semana i. Requerimientos posteriores no podrán ser considerados.

### 12 Librería, Fotocopias e Impresiones.

Señale los requerimientos de que el desafío tendrá de acuerdo a las actividades propuestas. En la tabla, no incluya lo que deberán asumir los estudiantes. Presione el botón "agregar" cada vez que quiera ingresar un nuevo requerimiento.

	Descripción	Cantidad (total)	Justificación
1	Impresión de infografía, doble carta	9	Los alumnos deben entregar una infografía o afiche como producto final del desafío, por lo cual solicitamos que puedan imprimir en coplan 1 afiche doble carta por grupo

### 13 Fondos por rendir.

Señale los otros requerimientos que el desafío tendrá de acuerdo a las actividades propuestas. Recuerde que todo requerimiento está sujeto a aprobación por parte del Comité de Finanzas. En la tabla, no incluya lo que deberán asumir los estudiantes.

	Descripción	Cantidad (total)	Costo aproximado	Justificación
1	Botellas de agua y quequitos	25	20.000	Nos interesa poder tener una bienvenida amena para los alumnos, es una muestra de bienestar para los alumnos, lo que acorde al desafío.

---

**14 Traslados.**

Debe incluir sólo los trayectos lejanos a la UDD. Traslados dentro de la comuna de Santiago o Concepción o hacia las comunas colindantes a ella debe incluirlos en los requerimientos que deberán asumir los alumnos (los asistentes consideran a docentes).

	Origen (indicar campus)	Destino	Día de salida	Hora de salida (desde UDD)	Hora de regreso (a UDD)	N° de asistentes
1	No especificado	No especificado	No especificado	No especificado	No especificado	No especificado

---

**15 Requerimientos para la realización del desafío que deberán asumir los estudiantes.**

Seleccione y/ o agregue en “otros”, lo que deben aportar los estudiantes para el logro del desafío (por ejemplo, tijeras, cuaderno, herramientas de construcción, gestionar la donación de alimentos u otros, etc).

Computador personal.

Dispositivo móvil con acceso a internet.

Alimentación de cada día.

---

**16 Indique otros requerimientos. \***

No contesta

## CO-RESPONSABLES, COLABORADORES E INSTITUCIONES.

### 17 ¿Tiene profesor Co-Responsable del desafío? \*

Profesor que está con usted desde el diseño hasta la ejecución del desafío, siendo su participación clave en el desarrollo de éste (este rol será susceptible a pago de honorarios).

Sí.

### 18 Datos del profesor Co-Responsable. \*

	Nombre	Apellidos	Correo	Rut (sin puntos, con guion)	Vinculación con UDD
1	María Valesca	Muñoz Espinoza	mvmunoz@udd.cl	14.062.710-0	Colaborador Planta

### 19 ¿Tiene profesor Colaborador del desafío? \*

Profesor que colabora en aspectos específicos del desafío. Su participación consiste en intervenciones puntuales durante el desarrollo de éste (este rol no será susceptible a pago de honorarios).

No.

### 20 Datos del profesor Colaborador. \*

Puede incorporar más de uno.

	Nombre	Apellidos	Correo	Rut (sin puntos, con guion)
1	No especificado	No especificado	No especificado	No especificado

---

**21** Respecto a su desafío y su vinculación con el medio, indique: \*

El desafío propuesto no se vincula con una organización externa.

---

**22** Señale el nombre de la organización con la que se vincula el desafío. \*

No contesta

---

**23** Datos Institución. \*

	Respuesta
Nombre	No especificado
Rubro	No especificado
Sitio Web	No especificado
Opcional: Instagram	No especificado

---

**24** Datos Representante Institución. \*

	Respuesta
Nombre	No especificado
Apellidos	No especificado
Correo	No especificado

Rut (sin puntos, con guión)	No especificado	Respuesta

**25 Imagen Representativa.**

Sugerimos utilizar una imagen que haga referencia a su Desafío. No es obligatoria.



[Imagen desafío i.png](#)

165.83 KB

## PRÓXIMOS PASOS.

Una vez que haya completado el formulario, haga click en el botón «enviar a corrección» y uno de los integrantes del equipo de evaluación lo contactará para revisar detalles o sugerencias y dejarlo listo para ser publicado. ¡Muchas gracias por sus ganas de ser parte de Semana i!

Cualquier duda o consulta, puede escribir a [semanai.scl@udd.cl](mailto:semanai.scl@udd.cl) o [semanai.ccp@udd.cl](mailto:semanai.ccp@udd.cl)