



NOSOTROS

SECCIONES

CENTRALES

AGENDA FACMED

NÚMERO ACTUAL

CONTACTO

Ene 4, 2021 | Academia

DECÁLOGO DE BUENAS PRÁCTICAS

PROGRAMA PARA EL REFORZAMIENTO DEL APRENDIZAJE

PROGRAMA PARA EL REFORZAMIENTO DEL APRENDIZAJE

La vida universitaria implica desafíos que en ocasiones pueden ser difíciles de afrontar. El éxito o fracaso en el rendimiento académico de los estudiantes de medicina depende de múltiples factores, algunos de estos referentes al estilo de aprendizaje y estilo personal de estudio. El **Programa de Reforzamiento Académico (PRA)** se ofrece como una estrategia integral de apoyo para que los estudiantes que se encuentran en situación de artículo 22 y 33 puedan avanzar en su formación



BUSCAR ...

CATEGORÍAS

#UnGoyaPara

+ Salud FacMed

Academia

Centrales

Comunidad FacMed

Consejo Técnico

Convocatorias

Cultura

académica. En función de ello, se ofrecen las siguientes buenas prácticas del PRA.

- 1 COMPROMÉTETE CONTIGO MISMO PARA DAR TU MEJOR ESFUERZO**
 - El compromiso es el punto de partida del éxito.
 - Tu éxito redundará en tu beneficio.
 - Identifica tus fortalezas y áreas de dificultad en la sesión introductoria del PRA.
 - Ten curiosidad, busca, consulta y pregunta por nuevas herramientas que te brinden apoyo en el proceso de aprendizaje de la(s) asignatura(s) que desees acreditar.
- 2 MOTÍVATE PARA SUPERARTE**
 - La motivación es muy importante en los procesos de aprendizaje.
 - Disponte a estudiar.
 - Persevera en tu esfuerzo, lo verás reflejado en tus logros académicos.
- 3 PLANIFICA TU TIEMPO**
 - Realiza una tabla en la que anotes, día a día, la cantidad de tiempo que dedicas a actividades cotidianas como dormir, comer, estar en redes sociales, estudiar, actividades de ocio, trabajar, chatear, hacer ejercicio, entre otras.
 - Esto te permitirá determinar cuáles son tus fortalezas y áreas de oportunidad en las cuales puedas optimizar el tiempo.
 - Define el tiempo que dedicarás diariamente a estudiar cada asignatura.
- 4 ACUDE PUNTUALMENTE Y PARTICIPA EN LAS ACTIVIDADES DEL PRA**
 - Asesorías Académicas de los Departamentos Académicos.
 - Tutorías del Programa de Tutoría Integral de la Facultad de Medicina.
 - Los diagnósticos y citas con la Clínica de Salud Mental del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental.
- 5 ESTUDIA DE MANERA SISTEMÁTICA**
 - Cada asignatura requiere dedicación, tiempo de trabajo y tiempo de estudio.
 - Toma apuntes de manera eficiente, comprende la información y resuelve tus dudas con las asesorías académicas.
 - Puedes apoyarte en la herramienta Apuntes Eficientes: Supernotas, Método Cornell y Mapas Mentales de la página Ponte en Línea de la Facultad de Medicina <http://ponteonline.facmed.unam.mx/#>

- 6 UTILIZA LAS HERRAMIENTAS DIGITALES QUE EL PRA TE OFRECE**
 - Consulta constantemente o activa las notificaciones del correo electrónico institucional, ya que éste es el único medio de comunicación oficial del PRA con los estudiantes.
 - Consulta los recursos digitales para estudiantes en situación de artículo 22 y 33 (Aulas virtuales, material educativo de consulta, recursos digitales de la SUAyED, entre otros).
 - Accede y consulta la Biblioteca Médica Digital.
- 7 REALIZA EXÁMENES DE PRÁCTICA**
 - Los exámenes de práctica te servirán para determinar tus fortalezas y tus áreas de oportunidad en ciertos temas.
 - Presenta los exámenes ordinarios como ejercicio de autoevaluación en un turno posterior a la aplicación curricular ("Turno final"). Recuerda que estos exámenes no tienen validez académica.
 - Reúnete con otro(s) compañero(s), ambos realicen preguntas a modo de examen y respóndalas de manera individual. A continuación, cada uno puede hacer retroalimentación de las respuestas del otro.
- 8 CUIDA LOS ESTÍMULOS DISTRACTORES**
 - En ocasiones aplazamos el tiempo de estudio y nos dedicamos a actividades distractoras (Redes sociales, chats, series, películas, videos de ocio, entre otros). Usa estas actividades como recompensa después de una robusta sesión de estudio.
- 9 ESTABLECE COMUNICACIÓN CONSTANTE CON EL PRA**
 - Es indispensable que respondas los correos electrónicos del Programa y que informes de tus necesidades particulares para el reforzamiento del aprendizaje.
 - Permítenos saber cómo estás y de qué manera podemos apoyarte.
 - Recuerda que también puedes apoyarte de tus representantes para externar tus inquietudes, dudas y necesidades para agilizar los canales de comunicación con la Coordinación del PRA.
- 10 DUERME Y ALIMÉNTATE BIEN**
 - Intenta adquirir buenas prácticas para descansar y comer, un cerebro bien alimentado y descansado tiende a tener mejores resultados en los procesos de aprendizaje que aquellos que no lo hacen.
 - Este cambio puede potencializar tus niveles de energía y de concentración.

Deportes

Estudiantes de Medicina

Investigación

Reconocimientos

Salud Pública

Sin categoría

COMPARTIR:

ANTERIOR

Acciones de la Facultad de Medicina durante la pandemia por COVID-19

SIGUIENTE

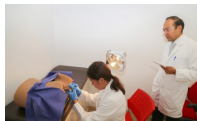
La ciencia ciudadana en México

ARTÍCULOS RELACIONADOS



Confiar en la vacunación beneficia a la sociedad

21 mayo, 2018



Se realizan los primeros exámenes en el CECCOMS

20 junio, 2019



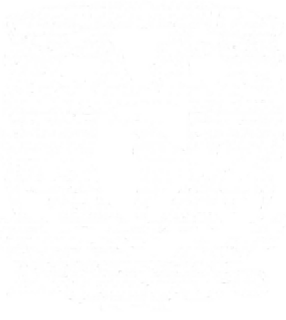
Dignidad humana y violencia obstétrica

12 marzo, 2020



Se capacitan profesores de Anatomía en el manejo de la plataforma SECTRA

29 marzo, 2022



Facultad de Medicina



COORDINACIÓN DE
COMUNICACIÓN SOCIAL