



Estrategia HyFlex  
2021

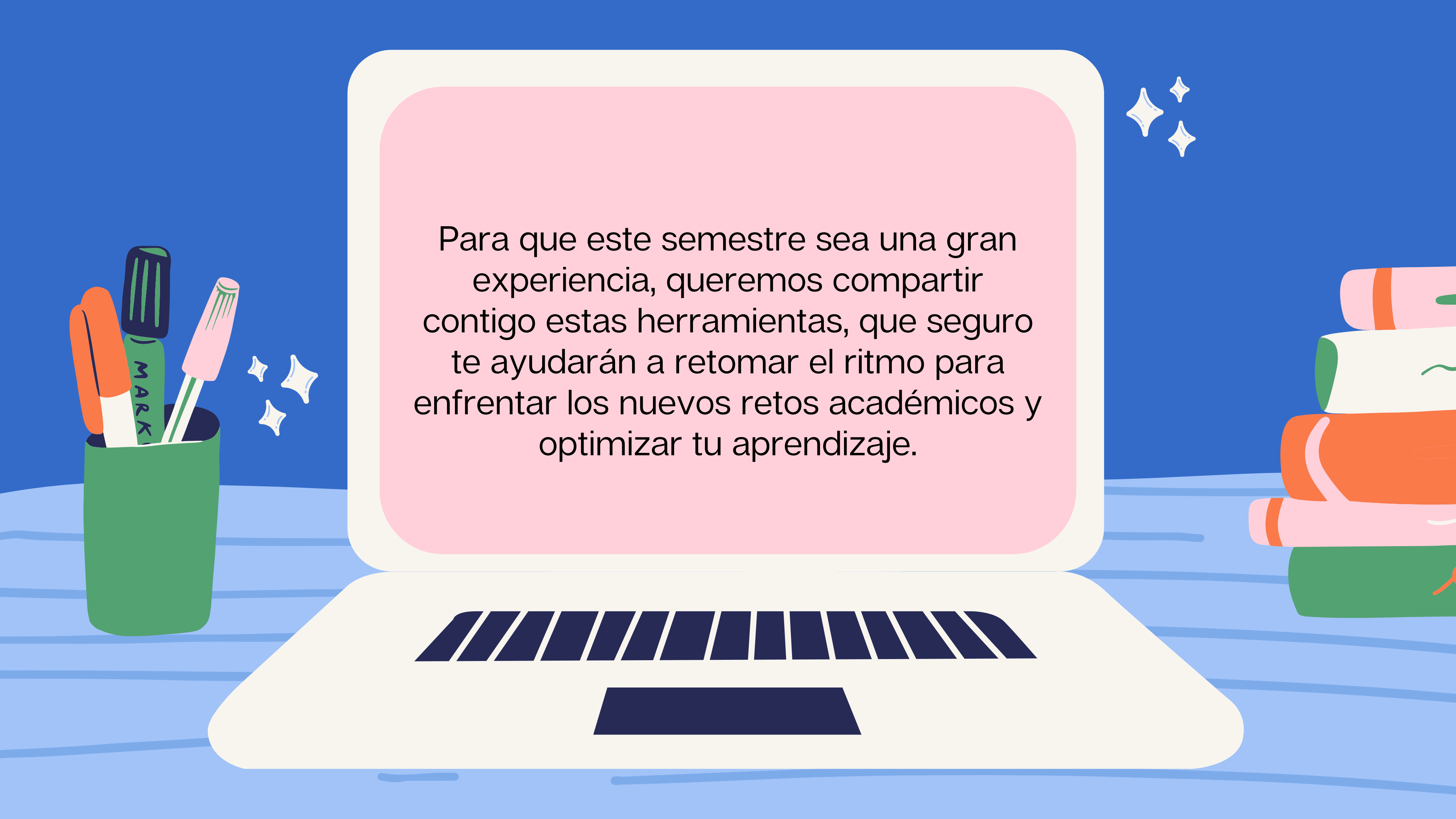
# Todo lo que necesitas saber para alcanzar el éxito en la U

Ten presentes las siguientes herramientas para aprender en la  
Universidad del Rosario y ser un estudiante exitoso.

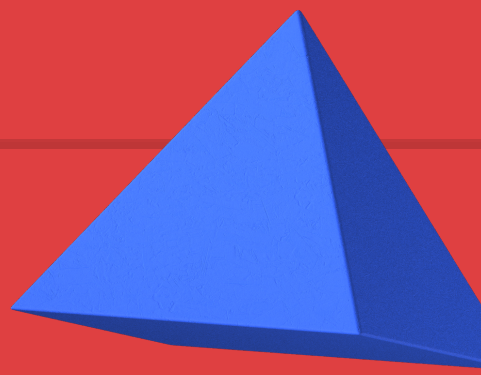
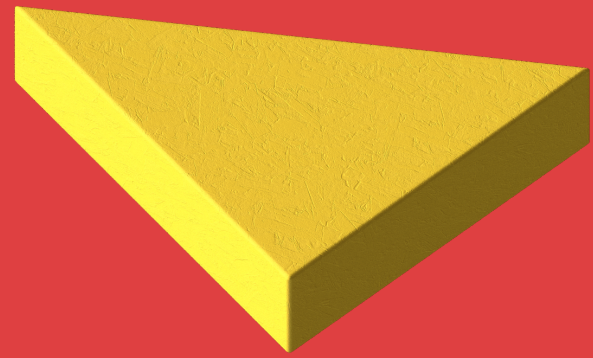


Universidad del  
**Rosario**

Dirección de  
Estudiantes

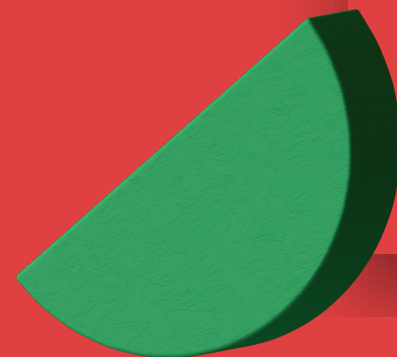
The image features a central white laptop with a pink screen. On the left, a green pen holder contains an orange pen, a green pen with 'MARK' written on it, and a pink pen. On the right, there is a stack of four books in orange, white, orange, and green. The background is blue with horizontal lines and white starburst icons. The text on the screen is centered and reads:

Para que este semestre sea una gran experiencia, queremos compartir contigo estas herramientas, que seguro te ayudarán a retomar el ritmo para enfrentar los nuevos retos académicos y optimizar tu aprendizaje.



## Paso 1

# Regulariza tu hábitos



- Crea y sigue horarios para tus actividades cotidianas.

---

- Levántate a una hora fija

---

- Inicia tu jornada con una ducha y tu desayuno, esto ayudará a aumentar los niveles de energía necesarios para aprender.

---

- Asegúrate de iniciar la jornada con la disposición adecuada (ropa cómoda pero presentable).

---

- En lo posible, no tomes tus clases en la cama. (Mas adelante te daremos algunos tips para organizar tu espacio de trabajo)

---

- Al finalizar la jornada, es importante que incorpores elementos de higiene de sueño que te ayuden a descansar mejor.

## Paso 2

# La organización es la clave



Revisa el horario que inscribiste, identifica los bloques de estudio y las actividades académicas que no puedes perder de vista



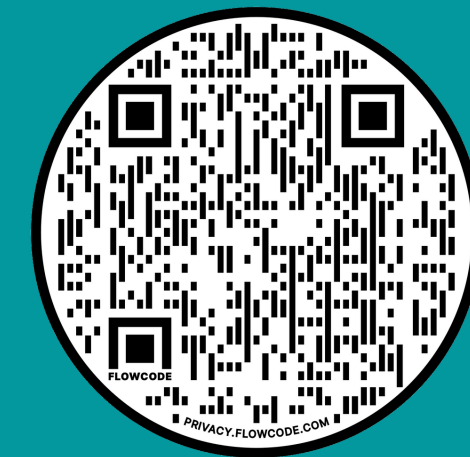
Abre SIAR para buscar tu horario

Diseña un horario que puedas poner en un lugar visible donde incluyas las actividades académicas, personales, sociales y familiares. **NO OLVIDES INCLUIR TIEMPO PARA DESCANSAR**



Abre el planeador de PACTO

Adecúa tu espacio para aprender. Ten a la mano las cosas que necesitas, verifica tu conexión a internet, recursos para tomar notas, etc



Abre el horario PACTO



# TIPS PARA ORGANIZAR TU ESPACIO DE ESTUDIO

Queremos compartir contigo algunas herramientas que te ayudarán a adecuar un espacio para estudiar en el que minimices las distracciones y maximices tu desempeño

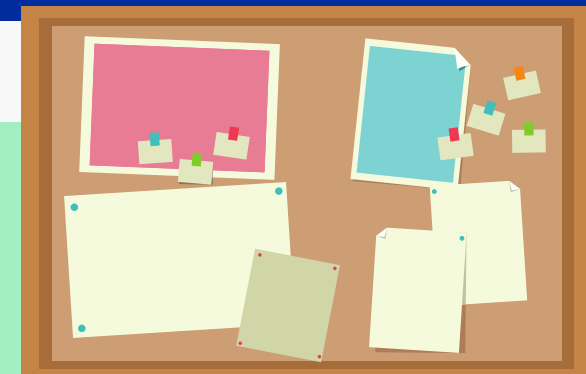
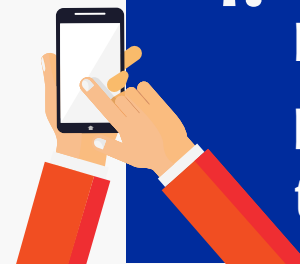
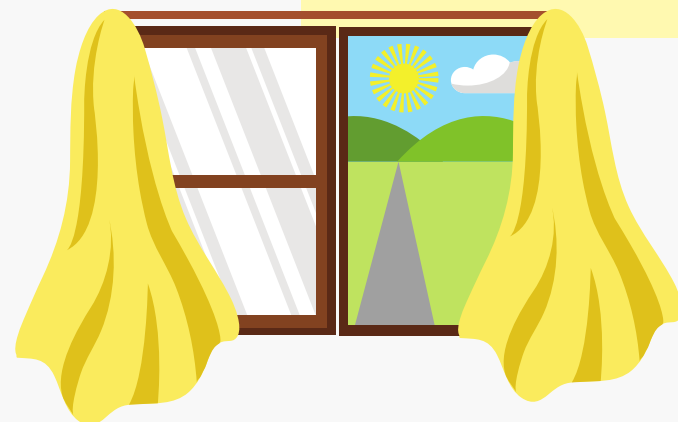
1. Para que la sesión de estudio fluya adecuadamente, es importante que siempre tengas el mismo espacio y que esté organizado con todo lo que necesitas a la mano (computador, libros, cuaderno para tomar notas, etc). Esto potenciará tu concentración y fortalecerá tus hábitos de estudio.

3. El lugar debe ser lo suficientemente **iluminado** como para permitir ver y leer bien a cualquier hora del día, bien sea con luz natural o bombillo. Además es importante que sea **ventilado** para respirar con tranquilidad.

2. Para estudiar necesitas estar cómodo, En lo posible, dispón de una mesa y una silla con espaldar. **!Evita que la cama sea tu lugar de estudio!**

4. Mantén tu lugar de estudio libre de distracciones. Regula el uso del celular mientras estudias, si es posible apágalo o explora algunas aplicaciones que te ayudarán en esta misión.

5. Un corcho o un tablero te ayudarán a tener información importante a la vista, para planificar y focalizar tus actividades.



# Paso 3

## Activa las redes para aprender



- Retoma el contacto con tus compañeros de clase. El saludo, la cordialidad y la empatía siempre te abrirán puertas.
- Aprovecha los espacios de la Universidad para ampliar tus redes de contacto y de apoyo: voluntariados, grupos de participación estudiantil, tutorías, entre otros.
- Revisa el perfil de los profesores con los que tomarás tus clases. [Haz click aquí para ir al directorio.](#)
- Conoce el Programa de Acompañamiento para Todos (PACTO) y mantente en contacto con tu Gestor de Permanencia para definir los apoyos que necesites para alcanzar el éxito en la U.





**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**HELVY**  
*Sienna*

**Gestor de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta experiencia Rosarista.

Helvy Giovanni Sierra Vargas

helvy.sierra@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

322 2754887



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia Facultad de Economía



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**ISABEL**  
*Flórez*

**Gestora de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta **experiencia Rosarista.**

Isabel Cristina Flórez Flórez

isabel.florez@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

322 2754893



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia

# Escuela de Administración



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**JOHANNA**  
*Huérfino*

**Gestora de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta experiencia Rosarista.

Johanna Huérfano Herrera

aura.huertano@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

322 2754881



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia

## Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud.

## Programas: Medicina, Psicología y Enfermería



## Facultad de Ciencias Naturales



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**KATHERIN**  
*León*

**Gestora de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta **experiencia Rosarista.**

Katherin León Cortés

katherin.leon@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

312 5814583



UR Family



UR Social



UR Social

## Conoce a tu Gestor de Permanencia

# Facultad de Estudios Internacionales, Políticos y Urbanos



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**LUISA F.**  
*González*  
Gestora de Permanencia

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta experiencia Rosarista.

Luisa Fernanda González Nieto

luisaf.gonzalez@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

322 2754886



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia

## Facultad de Jurisprudencia



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**MARÍA DEL MAR**  
*Pulido*

**Gestora de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta **experiencia Rosarista.**

María del Mar Pulido Suárez  
mariad.pulido@urosario.edu.co  
7:00 a.m. a 4:00 p.m.  
322 2754894



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia

## Facultad de Creación



## Programas de Posgrado UR



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**MAYRA**  
*Novoa*

Gestora de Permanencia

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta experiencia Rosarista.

Mayra Alexandra Novoa Perilla

mayra.novoa@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

310 7624847



UR Family



UR Social



UR Social

# Conoce a tu Gestor de Permanencia

## Escuela de Ciencias Humanas



## Escuela de Ingeniería, Ciencia y Tecnología



[Haz click para ver el video](#)



**Ya eres Rosarista**  
y estás a punto de empezar a  
**Conquistar tu futuro**



A PARTIR DE ESTE MOMENTO,

**MÓNICA**  
*Vargas*

**Gestora de Permanencia**

Estará a tu disposición para resolver las inquietudes que tengas y para guiarte en esta experiencia Rosarista.

Mónica Vargas Rivera

monicaal.vargas@urosario.edu.co

7:00 a.m. a 4:00 p.m.

322 2754897



UR Family



UR Social



UR Social

## Conoce a tu Gestor de Permanencia

### Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud

### Programas: Fisioterapia, Fonoaudiología, Terapia Ocupacional e Ingeniería Biomédica



[Haz click para ver el video](#)

# Paso 4

## Reconoce tu experiencia para aprender en modo remoto

Recuerda que tu gestor de permanencia puede apoyarte en este proceso



Sabemos que ya has puesto en marcha diferentes estrategias para aprender en acceso remoto, así que tu experiencia será fundamental para mejorar este semestre.

Te compartimos una herramienta en la que podrás identificar:

- ✓ Estrategias que funcionaron para aprender en modalidad remota o mixta
- ✓ Elementos que puedes fortalecer para mejorar tu experiencia de aprendizaje.



Descárgala, imprímela y pégala en un lugar visible en tu sitio de estudio



## Paso 5

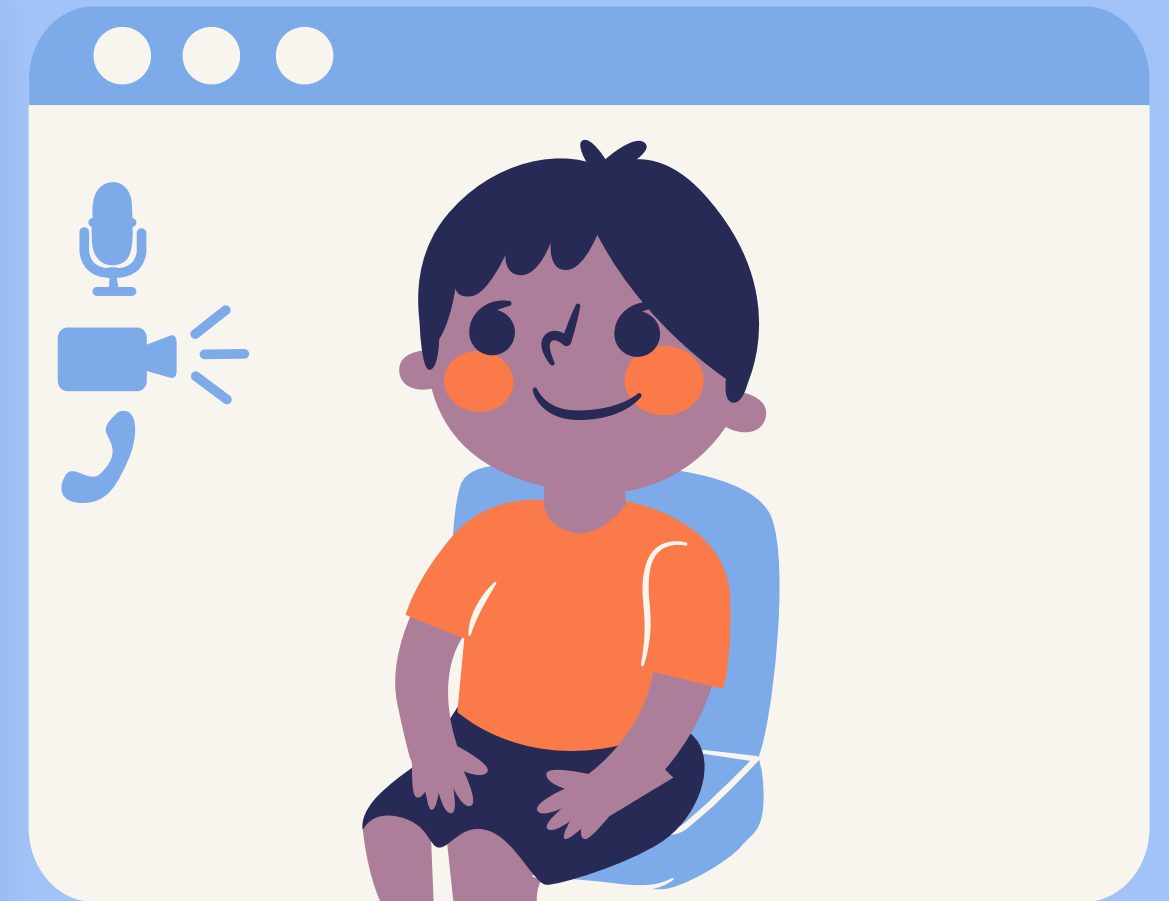
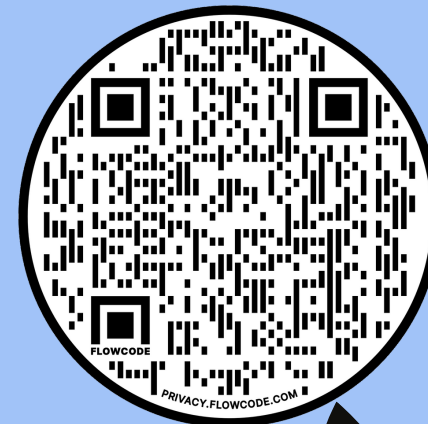
# Sin participación, no hay aprendizaje significativo

- **Enciende tu cámara**, esto facilitará la interacción y la cercanía con profesores y compañeros.

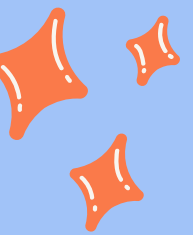
- **Consulta las grabaciones** de las clases que se encuentran alojadas en **Panopto**, sin embargo, ten en cuenta que este es un recurso que podrás usar para reforzar lo aprendido pero no sustituye tu asistencia. Siempre será mejor que puedas conectarte o asistir a las sesiones.

- **Involúcrate** en las actividades de clase que proponen tus profesores, esta es la mejor manera de apropiarse el conocimiento.

- Participa en los espacios de **diálogo formativo** con tus profesores, para que tus puntos de vista sean tenidos en cuenta en los planes de mejoramiento de tus clases.



**ingresa a Panopto**





## Paso 5

# Ten presentes las reglas del juego

El **reglamento académico** guía tus pasos en tu tránsito por la Universidad. Es muy importante que lo conozcas y lo apropiés.

Te compartimos los puntos que no puedes perder de vista.



Universidad del  
**Rosario**

Dirección  
de Estudiantes



# ¿Tienes alguna pregunta?



[estudiantes@urosario.edu.co](mailto:estudiantes@urosario.edu.co)



[@destudiantesur](https://www.instagram.com/destudiantesur)



Universidad del  
**Rosario**

Dirección  
de Estudiantes