



**UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA**

**TS** Escuela de  
Tecnologías en Salud

# **Lineamientos generales para la docencia asistida por tecnología ante el COVID-19**

**Escuela de Tecnologías en Salud  
II-2020**

**Junio de 2020**

## Índice

<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>1. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ADMINISTRACIÓN DE LOS CURSOS</b>	<b>3</b>
1.1 Comunicación	3
1.2 Programas de cursos	3
1.3 Requisitos y correquisitos	3
1.4 Horario:	4
1.5 Materiales	4
1.6 Presencialidad	4
1.7 Horas asistente	5
1.8 Aspectos normativos	5
<b>2. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA EJECUCIÓN DE LOS CURSOS</b>	<b>5</b>
2.1 Tutoriales de METICS	5
2.2 Planificación	7
2.3 Ejecución del curso	8
<b>3. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA SALUD MENTAL DE DOCENTES Y ESTUDIANTES</b>	<b>9</b>
<b>CONCLUSIÓN</b>	<b>10</b>

## **INTRODUCCIÓN**

Ante la pandemia por el virus del COVID-19 que enfrenta el país y las transformaciones que esto ha suscitado a nivel institucional, la Escuela de Tecnologías en Salud pone a disposición de docentes y estudiantes un conjunto de lineamientos generales para la docencia asistida por tecnología susceptibles de ser utilizados durante el II ciclo del 2020.

### **1. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA ADMINISTRACIÓN DE LOS CURSOS**

#### **1.1 Comunicación**

De manera general, conviene poseer un mecanismo ágil y oportuno de comunicación. En ocasiones los correos electrónicos suelen tomar más tiempo para su elaboración y pueden producir un rezago en la atención de las situaciones particulares.

Uno de los mecanismos más exitosos en el I-2020 ha sido el uso de la plataforma de comunicación de WhatsApp. Para la adecuada utilización de esta o cualquier otra herramienta, se sugiere que exista una clara definición entre docentes y estudiantes al respecto de los días y horas en los que llevará a cabo el intercambio de comunicaciones.

Este aspecto deberá ser definido en el programa del curso.

#### **1.2 Programas de cursos**

Con el propósito de que los y las estudiantes puedan tomar decisiones informadas durante el proceso de prematrícula (17 al 21 de julio) y matrícula (27 al 30 de julio) del II-2020, los y las docentes procurarán la presentación anticipada de sus propuestas académicas para el desarrollo de los respectivos cursos a través de docencia asistida por tecnología. Dicha información, deberá ser remitida a las Direcciones de los Departamentos a más tardar el día 10 de julio. Esto con el fin de que la misma sea facilitada a las y los estudiantes a más tardar el día miércoles 15 de julio del año en curso.

Cabe indicar que los cursos deberán estar ingresados en la plataforma METICS (Mediada con Tecnologías de la Información y la Comunicación) de la Vicerrectoría de Docencia, según Resolución VD-9374-2016.

#### **1.3 Requisitos y correquisitos**

En aquellos casos en los que por diversas razones, los y las estudiantes posean un “IC” (Inconcluso) en alguno de los cursos del I-2020 y esto afecte sus posibilidades de matrícula durante el II-2020; se realizarán las gestiones correspondientes para el levantamiento de los requisitos y correquisitos respectivos.

Posteriormente, se comunicará el mecanismo para ejecutar el levantamiento descrito.

#### **1.4 Horario:**

Se solicita que las actividades que se llevan a cabo de forma sincrónica se ejecuten en el horario establecido para cada curso. Además, se recomienda que las sesiones sincrónicas se realicen siguiendo una lógica aproximada a 40-10-40 (40 minutos de lección, 10 minutos de receso, 40 minutos de lección).

Cabe indicar que extender las actividades sincrónicas más allá de los 90 minutos en una sola sesión, no resulta ser muy provechoso en términos académicos, dado el exceso de concentración que demanda la mediación virtual, tanto para docentes como para estudiantes. Asimismo, se estima que los tiempos de concentración exitosa en el aprendizaje de adultos ronda los 30 minutos aproximadamente.

Se les recuerda a las y a los estudiantes que, aunque el desarrollo de los cursos se dé mediante la modalidad virtual, deben mantener la disposición del tiempo en el horario lectivo respectivo, para su participación en las actividades docentes de las que se disponga en cada curso.

#### **1.5 Materiales**

Se sugiere que cada docente tenga previsto un mecanismo para poner a disposición de los y las estudiantes los materiales de la clase, ya que en varias ocasiones la conexión a internet impide el acceso a las sesiones sincrónicas.

#### **1.6 Presencialidad**

Tomando en consideración que:

-El traslado de los y las estudiantes se lleva a cabo predominantemente a través de transporte público, lo que compromete la integridad física y emocional ante las circunstancias del COVID-19.

-Existe un grupo importante de estudiantes que habitan fuera de la Gran Área Metropolitana y que la ejecución de su proceso académico comprende a su vez, la asignación de los diversos apoyos que brinda la Oficina de Becas y Atención Socioeconómica (residencia, alimentación, etc.).

-Los intervalos de presencialidad podrían significar gastos económicos en circunstancias en las que muchas familias han visto comprometidos sus ingresos.

-Los espacios físicos donde eventualmente se llevarían a cabo las actividades presenciales poseen una capacidad instalada disminuida (dadas las directrices del Ministerio de Salud), lo que implicaría trabajar de forma repetida en varios subgrupos de estudiantes.

La Escuela de Tecnologías en Salud privilegiará el desarrollo de cursos a través de docencia asistida por tecnologías.

## **1.7 Horas asistente**

La Dirección de la Escuela de Tecnologías en Salud realizará las gestiones administrativas necesarias para que existan horas asistente en algunos de los cursos de las carreras. Mientras esta iniciativa se concreta, se podrán generar algunas iniciativas de mutuo acuerdo entre docentes y estudiantes destacados para la colaboración en los cursos.

## **1.8 Aspectos normativos**

Si bien es cierto los aspectos normativos, tanto para docentes como para estudiantes, se encuentran definidos previo a la situación COVID-19, es importante que ambas poblaciones tengan presente que en las actividades de docencia asistida por tecnología debe prestarse especial atención a los aspectos disciplinarios.

En el caso de los y las docentes, la Dirección de la Escuela de Tecnologías en Salud les solicita, muy respetuosamente, revisar lo contenido en:

Reglamento de Régimen Disciplinario del Personal Académico

Enlace: [https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/regimen\\_disciplinario\\_docente.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/regimen_disciplinario_docente.pdf).

Reglamento de Orden y Disciplina de los Estudiantes de la Universidad de Costa Rica

Enlace: [https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/orden\\_y\\_disciplina.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/normativ/orden_y_disciplina.pdf)

## **2. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA EJECUCIÓN DE LOS CURSOS**

### **2.1 Tutoriales de METICS**

A continuación se presentan un conjunto de materiales cuyo objetivo principal es orientar a los y las docentes en la utilización de los distintos recursos que posee la plataforma METICS. Para mayores detalles pueden acceder al respectivo canal en Youtube.

- 7 pasos para Usar Mediación Virtual 3.5  
Enlace: <https://youtu.be/ktjILkFZO8k>
- Funcionalidades de Mediación Virtual 3.5  
Enlace: <https://youtu.be/-7W5zlx5HHs>
- ¿Cómo insertar actividades y recursos en Mediación Virtual 3.5?  
Enlace: <https://youtu.be/GFfNHmm7CFY>
- ¿Cómo subir un archivo a Mediación Virtual?  
Enlace: <https://youtu.be/7koFNcKA1PM>
- ¿Cómo configurar una tarea?  
Enlace: [https://youtu.be/\\_4FIBK\\_HBo4](https://youtu.be/_4FIBK_HBo4)

- ¿Cómo se configura el Libro de calificaciones en Mediación Virtual?  
Enlace: [https://youtu.be/XLB8M\\_2ZfMM](https://youtu.be/XLB8M_2ZfMM)
- ¿Cómo configuro la nota de una tarea para el libro de calificaciones?  
Enlace: <https://youtu.be/yR3TzqtSvYU>
- ¿Cómo crear grupos en Mediación Virtual 3.5?  
Enlace: <https://youtu.be/iZngQ0hjllk>
- ¿Cómo configuro mi banco de preguntas en Mediación Virtual?  
Enlace: [https://youtu.be/L25Npo4\\_bIQ](https://youtu.be/L25Npo4_bIQ)
- ¿Cómo agregar un cuestionario en Mediación Virtual?  
Enlace: <https://youtu.be/fy77rdsQk5Q>
- Prueba en línea-Herramienta Examen  
Enlace: <https://youtu.be/qjSH3T3Ho2w>
- Hagamos un examen en Mediación Virtual paso a paso.  
Enlace: [https://youtu.be/\\_F0FpiBTvbs](https://youtu.be/_F0FpiBTvbs)
- ¿Cómo cambio la nota de una pregunta en el examen?  
Enlace: <https://youtu.be/GU9BMufLu1w>
- ¿Cómo agregar preguntas aleatorias a un examen?  
Enlace: <https://youtu.be/vGTO6U7Fkil>
- ¿Cómo integrar juegos en Mediación Virtual?  
Enlace: <https://youtu.be/bG1f384ziP8>
- ¿Cómo insertar vídeos de YouTube en Mediación Virtual?  
Enlace: [https://youtu.be/6k\\_fXe\\_RQ\\_M](https://youtu.be/6k_fXe_RQ_M)

Adicional a los videos, existen diversos manuales que se encuentran disponibles a través del siguiente enlace: <https://metics.ucr.ac.cr/manuales/>

- Manuales para realizar los ajustes iniciales del entorno
  - Manual Ingreso a la plataforma
  - Manual Activar Edición
  - Manual Autogestión
  - Manual Editar ajustes
  - Manual Encabezado en el entorno virtual
  - Manual formato Grid o rejilla
  - Manual formato tópicos colapsados
  - Manual Importación
  - Manual Inscripción y desinscripción de usuarios
  - Manual Consulta contraseña
  - Grupos, agrupamientos y restricciones

- Manuales sobre recursos para compartir materiales
  - Manual Archivos en Mediación Virtual
  - Manual Carpetas en Mediación Virtual
  - Manual Libro
  - Manual URL en el entorno virtual
  - Manual Mensajes
  
- Manuales para hacer actividades colaborativas y de construcción de conocimiento
  - Manual Foros
  - Manual Glosario
  - Manual Wiki en el entorno virtual
  - Manual Videocomunicación
  - Elección
  
- Manuales para hacer evaluaciones y recibir entregas
  - Manual de Evaluación
  - Manual Tareas
  - Manual Turnitin
  - Manual Calificaciones
  - Manual Banco de preguntas
  - Manual Cuestionario
  - Manual Escalas
  - Manual Rúbricas
  - Examen como prueba en línea
  - Juego: Ahorcado
  - Juego: Crucigrama
  - Juego: Millonario
  
- Manuales para trasladar cursos de otras plataformas a Mediación Virtual
  - Manual Restaurar
  - Manual reinicio entorno virtual
  - Manual Reporte de actividad
  - Manual Copia de Seguridad
  
- Manuales para producir recursos audiovisuales
  - Principios básicos de producción audiovisual
  - Guía de edición de audio
  - Guía de edición de video
  - Guía de edición de video con celular
  - Criterios para la validación y producción de recursos multimedia para los cursos universitarios

## **2.2 Planificación**

La mayoría de vivencias experimentadas en el I-2020 señalan que el éxito de las estrategias didácticas en el escenario virtual se encuentran particularmente ligadas al proceso de planificación del mismo. En virtud de lo anterior, es importante señalar que este proceso para la

docencia asistida por tecnología usualmente requiere más tiempo que la docencia presencial, por lo que los y las docentes deben tomar las previsiones del caso en relación con el tiempo y la carga académica disponible para cada curso.

Resulta fundamental que exista una **adecuada dosificación** de la carga académica que supone el desarrollo de los cursos, teniendo en cuenta que generalmente los y las estudiantes realizan matrícula de más de dos cursos por ciclo, los cuales representan importantes períodos de tiempo para el cumplimiento de todas las actividades docentes.

### **2.3 Ejecución del curso**

Según lo descrito por los y las estudiantes, es importante que el personal docente logre un balance entre estrategias didácticas sincrónicas y asincrónicas para el desarrollo del curso, que posea un cronograma bien definido y se ejecute adecuadamente, que se hagan pruebas de las evaluaciones antes de “ser liberadas” en la plataforma, que los materiales de respaldo (grabaciones, audios, documentos escritos) estén disponibles prontamente, entre otras.

Como se observa nuevamente, es importante que los y las docentes tomen las previsiones del caso en relación con el tiempo y la carga académica disponible para cada curso, así como del creditaje que posee el mismo; en términos de lo que se le solicita de cumplimiento al estudiante.

El Programa de Tecnologías Educativas para el Aprendizaje (PROTEA) de la Facultad de Educación UCR propone cinco elementos claves para mantener una buena dinámica durante el proceso de la virtualidad

**Creación:** Las actividades para garantizar la participación y apropiación de los nuevos conocimientos requieren de una dedicada exploración, creación, adaptación y evaluación.

**Motivación:** Si bien los entornos virtuales persisten a pesar de la distancia, esta misma puede provocar que se conviertan en espacios solitarios y fríos. Es necesario mantener la motivación de quienes participan con evidentes muestras de interés desde la docencia.

**Conciliación:** El trabajo colaborativo y en red es garantía de una participación activa y consciente en el entorno virtual, por lo que la persona docente debe invitar en todo momento a la reflexión, crítica y discusión.

**Observación participante:** El entorno virtual le permite al docente conocer y estudiar las reacciones en el grupo, por lo que es necesario que evalúe, retroalimente y acompañe al estudiantado.

**Organización:** El éxito en un entorno virtual es equivalente a la organización de quien lo gesta, conlleva una planificación exhaustiva que incluye el momento previo a la apertura del entorno (selección de materiales y actividades), durante el entorno (facilitar la reflexión y discusión, contestar a preguntas o comentarios) y al finalizar el mismo (entregar una evaluación y en la medida que permita el entorno, un material para el grupo).



### 3. ASPECTOS RELACIONADOS CON LA SALUD MENTAL DE DOCENTES Y ESTUDIANTES

Según la Dra. Mónica Salazar Villanea en el artículo realizado para la Vicerrectoría de Investigación, se proponen algunas recomendaciones para proteger la salud mental:

- Mantenga sus vínculos seguros: el distanciamiento físico no implica desconexión emocional ni aislamiento social.
- Protéjase de la sobre exposición: decida informarse 2 ó 3 veces al día y elija conscientemente, buscando la información en sitios oficiales.
- Ajuste las expectativas y las prioridades a lo que es realmente posible.
- Al trabajar en casa programe actividades y rutinas que le brinden seguridad.
- Reconozca sus emociones: validemos nuestras emociones y al expresarlas, será más sencillo elaborarlas.
- Practique la prudencia: evite centrarse en la crítica de las decisiones de las autoridades, así como realizar predicciones alarmistas.
- Todo es transitorio, todo es temporal: la cuarentena es transitoria y las medidas que ahora tomamos para cuidarnos ayudarán a que este momento pase más pronto.

Adicional a lo anterior, el Departamento de Orientación y Psicología del Instituto Tecnológico de Costa Rica, brinda las siguientes recomendaciones:

- Realice los tiempos de comida regulares y sanamente.
- Dedique espacios para hacer ejercicio en casa, colaborar en su hogar y realizar actividades de ocio que le sean gratificantes y propicien su bienestar.
- Trate de ser empático o empática con las personas que están a su alrededor, porque algunas manejan temores, ansiedad y preocupaciones de forma diferente.

Por su parte, la Oficina de Bienestar y Salud de la Universidad de Costa Rica, en busca de un bienestar docente, administrativo y estudiantil ha implementado el programa *Cuarentena sin tanta pena*, de manera que estudiantes, docentes y administrativos pueden aprovechar diversos recursos virtuales en el momento que lo consideren oportuno, con gran cantidad de contenidos muy variados que tienen como propósito brindar herramientas en materia de salud y bienestar para las poblaciones.

Así mismo, se les recuerda a docentes y estudiantes que ante la necesidad de contar con soporte y atención relacionadas con la salud mental, nuestra universidad cuenta con diferentes instancias que ofrecen estrategias de atención. Dentro de ellas podemos encontrar el Centro de Asesoría Estudiantil (CASE), el cual tiene una oficina específicamente para el área de salud.

El Centro de Asesoría Estudiantil del Área de Ciencias de la Salud (CASE) dispone de los siguientes canales de comunicación para solicitar asesoría y seguimiento: [salud.case@ucr.ac.cr](mailto:salud.case@ucr.ac.cr) , 2511-8360, 2511-8361 y 2511-8240.

La Escuela de Psicología de la Universidad de Costa Rica cuenta con el Centro de Atención Psicológica (CAP) que tiene como fin brindar atención psicológica a personas con distintas necesidades psicosociales, cuyos recursos económicos son limitados. El correo y los números telefónicos para la coordinación de atención son los siguientes: [cap.ep@ucr.ac.cr](mailto:cap.ep@ucr.ac.cr) , 2511-5776 / 2511-5982

La Oficina de Bienestar y Salud (OBS) tiene habilitado el siguiente correo para la atención de consultas de salud [medicina.obs@ucr.ac.cr](mailto:medicina.obs@ucr.ac.cr), además de poner a disposición del estudiantado una serie de materiales informativos.

<https://obs.ucr.ac.cr/forma-efectiva-y-adecuada-de-realizar-un-aislamiento-en-casa/>

<https://obs.ucr.ac.cr/manejo-de-emociones-y-sentimientos/>

<https://obs.ucr.ac.cr/aislamiento-ludico-un-vistazo-al-mundo-de-los-juegos-de-mesa/>

<https://youtu.be/oUo9AOqNe0M>

## **CONCLUSIÓN**

Tanto la Dirección de la Unidad Académica como las Direcciones de los respectivos Departamentos somos conscientes de la incertidumbre y transformaciones que ha generado para nuestro colectivo docente, administrativo y estudiantil; la pandemia por el virus del COVID-19. En este escenario particular, hemos procurado continuar desarrollando las actividades académicas al mismo tiempo que valoramos lo posible, lo viable y por encima de ello; el bienestar material y emocional de todas y todos nosotros.

Lograr este delicado equilibrio de factores requiere de diálogo, empatía, comprensión y muchos otros valores que también se cultivan en el escenario académico. Estos lineamientos que enunciamos constituyen una orientación básica para nuestro quehacer, ya que adicional a lo que se describe en este documento, deberán consolidarse y fortalecerse los canales de diálogo que hemos venido construyendo desde el inicio de este proceso.