

CHACRAS DE CORIA, 31 DE JULIO DE 2025.-

VISTO:

El **EXPEDIENTE N° 19824/2025**, en el cual la **Secretaría Académica** de esta Facultad, eleva el **PROGRAMA ANALÍTICO** del Espacio Curricular Electivo **RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SALUD MENTAL Y FÍSICA**, Área Responsable Servicio de Apoyo Pedagógico y Orientación al Estudiante (SAPOE), correspondiente a las Carreras de **INGENIERÍA AGRONÓMICA, INGENIERÍA EN RECURSOS NATURALES RENOVABLES, BROMATOLOGÍA, LICENCIATURA EN BROMATOLOGÍA y TECNICATURA UNIVERSITARIA EN ENOLOGÍA Y VITICULTURA** de esta Facultad, y

CONSIDERANDO:

Que la carga horaria del citado Espacio Curricular Electivo corresponde a lo aprobado oportunamente.

Que la Comisión de Docencia, sugiere avalar la propuesta del programa presentado.

Que, tratado por el Consejo Directivo, en sesión extraordinaria del día 29 de julio de 2025, resolvió, por unanimidad, favorablemente al respecto.

Por ello y en uso de sus atribuciones,

**EL CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS AGRARIAS
RESUELVE:**

ARTÍCULO 1º.- Aprobar y poner en vigencia el PROGRAMA ANALÍTICO del Espacio Curricular Electivo **RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SALUD MENTAL Y FÍSICA**, Área Responsable Servicio de Apoyo Pedagógico y Orientación al Estudiante (SAPOE), correspondiente a las Carreras de **INGENIERÍA AGRONÓMICA, INGENIERÍA EN RECURSOS NATURALES RENOVABLES, BROMATOLOGÍA, LICENCIATURA EN BROMATOLOGÍA y TECNICATURA UNIVERSITARIA EN ENOLOGÍA Y VITICULTURA** de esta Facultad, que como **ANEXO I** forma parte de la presente resolución.

ARTÍCULO 2º.- Comuníquese e insértese en el libro de resoluciones.

RESOLUCIÓN N° **184**



Prof. Dr. Ing. Agr. Rodrigo J. LÓPEZ PLANTEY
SECRETARIO ACADÉMICO
FACULTAD DE CIENCIAS AGRARIAS
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO



Dra. Ing. Agr. María Flavia FILIPPINI
DECANA
FACULTAD DE CIENCIAS AGRARIAS
UNIVERSIDAD NACIONAL DE CUYO

ANEXO I**Programa 2025****"RENDIMIENTO ACADÉMICO Y SALUD MENTAL Y FÍSICA"****1. Datos de la Asignatura**

Carreras: Ingeniería Agronómica - Ingeniería en Recursos Naturales Renovables – Bromatología – Licenciatura en Bromatología - Tecnicatura Universitaria en Enología y Viticultura

Área Responsable: Servicio de Apoyo Pedagógico y Orientación al Estudiante (SAPOE)

Nombre del Espacio Curricular: Rendimiento Académico y Salud Mental y Física

Formato curricular: Asignatura

Espacio curricular: Electiva

Correlativas para cursar y para rendir: (ser estudiante de la Fac. Ciencias Agrarias UNCUIYO)

Carga horaria: 20 horas

Enlace Campus FCA: <https://campus.fca.uncu.edu.ar/course/index.php?categoryid=33>

2. Equipo Docente

Prof. Responsable del espacio: Dra. Analía Montenegro. amontenegro@fca.uncu.edu.ar

Prof. Adjunto: Lic. Esp. Gladys Dip. gdip@fca.uncu.edu.ar

Jefe de Trabajos Prácticos: Prof. Mariano Ortíz. maortiz@fca.uncu.edu.ar

3. Fundamentación del espacio curricular

El espacio está enfocado en desarrollar otras dimensiones de la formación de las/os estudiantes como persona, ciudadano y profesionales comprometidos con la comunidad.

Los estudiantes pueden cursar a lo largo de su trayectoria académica ya que se tiene como finalidad la revisión y/o incorporación de hábitos saludables (psicopedagógicos, nutricionales y deportivos-recreativos) que le permitan transitar de manera más asertiva y resiliente sus estudios de educación superior.

Además de abordar el cuidado personal, los estudiantes lograrán entender la importancia que tiene la calidad de alimentos y la elección adecuada para fomentar la salud y el bienestar emocional.

4. Resultados de aprendizaje

- Aplica estrategias para lograr buenos hábitos de estudio y tener un aprendizaje eficaz.
- Comprende hábitos alimentarios para incorporar los nutrientes necesarios y la importancia de la actividad física para tener un buen estado de salud.

///...



///...

Otros resultados de aprendizaje específicos:

- Reflexiona sobre aspectos cognitivos-emocionales personales.
- Socializa estilos de aprendizaje para el trabajo en equipo de pares.
- Concientiza sobre la importancia que tiene el consumo alimentario saludable para la calidad de vida de las personas.
- Concientiza sobre el consumo problemático de bebidas alcohólicas y los riesgos para la salud de jóvenes y adultos.

5. Desarrollo de unidades temáticas

UNIDAD 1:

Motivación para el estudio universitario. Actitud positiva para un estudio eficaz.
Disponibilidad y buenos hábitos alimentarios. Situación Alimentaria de Argentina. Guías Alimentarias Argentinas. Lectura del Rotulado Nutricional.

UNIDAD 2:

Hábitos de estudio. Estrategias de aprendizaje universitario
Distribución horaria de comidas. Ayunos prolongados y efectos en la salud. Enfermedades ocasionadas por carencia y excesos alimentarios.

UNIDAD 3:

Autogestión de las emociones. Estrés académico y ansiedad ante exámenes. Consumo de alcohol y efectos sobre la salud.

UNIDAD 4:

Automonitoreo de lo aprendido en la vida personal.
Recordatorio de la alimentación de una semana. Elaboración alimentaria saludable.

UNIDAD 5:

Presentación del espacio. La condición física y salud. Los beneficios de la actividad física.
Cómo influye la actividad física en el estudiante.
Identificación de ejercitación con o sin elementos para evitar lesiones.
Aplicación de los test de fuerza y de acortamiento de miembro superior e inferior.
Evaluación aplicando los test de fuerza y acortamiento de miembros superior e inferior.
Reconocimiento y utilización del gimnasio con sus elementos y máquinas.
Aplicación y ejecución controlando la buena postura para evitar lesiones durante los ejercicios.
Ejecución y aplicación de trabajos para la musculatura: Fuerza, Hipertrofia y Resistencia.

LISTADO DE TRABAJOS PRÁCTICOS:

- Práctico de Inventario de actitudes, hábitos y estrategias de estudio.
- Práctico de emociones
- Práctico de niveles de ansiedad

///...



///...

- Práctico lectura e interpretación del rotulado nutricional
- Práctico mi alimentación comparada con las Guías Alimentarias Argentinas.
- Práctico Conteo de alcohol de las bebidas que se consumen habitualmente y su nivel de peligro sobre la salud.
- Práctica planilla de recordatorio alimentario y medidas de mejora.
- Práctico Test de fuerza de miembro superior e inferior.
- Práctico Test de flexibilidad, acortamiento y debilidad del miembro superior e inferior.

6. Metodología de Enseñanza - Aprendizaje

La Asignatura Electiva es presencial, teniendo como opción un complemento virtual de hasta el 29% (Resolución N°133/2021-CS). En este sentido, se organizan a través de la hoja de ruta de los espacios curriculares instancias de trabajo asincrónicas dentro de la carga horaria total del módulo teniendo en cuenta las pautas y criterios pedagógicos-didácticos establecidos en la resolución. La Hoja de Ruta es publicada al inicio del cursado en el aula virtual (plataforma Moodle), que constituye el sitio oficial de comunicación con los estudiantes. En ella se presentan los materiales de estudio, horarios de consultas, fechas de exámenes, contactos de los integrantes del equipo docentes, programa del módulo, entre otros.

El propósito fundamental de la enseñanza apunta a que las/os estudiantes desarrollen las competencias necesarias para asumir los desafíos del mundo laboral y participar como ciudadanos activos en sociedades democráticas. La definición del formato curricular adoptado, se define por su sentido pedagógico-didáctico, por la relación teoría-práctica y por los contextos en los que pueden desempeñarse, siendo así una propuesta situada que considera la práctica como eje transversal.

7. Evaluación

Se adopta un enfoque por competencias; con una estructura cuyo objetivo es que la flexibilidad del currículum promueve trayectorias fluidas, continuas y autónomas. En este sentido, se propone una evaluación formativa, organizada en sistemas de evaluación orientados a la acreditación de saberes por promoción.

El sistema de evaluación se define como una propuesta programática integral diseñada por el equipo docente para toda la electiva, que busca adecuar el proceso de evaluación a los resultados de aprendizaje garantizando la confiabilidad. En este sentido, las diversas instancias se integran en un recorrido en el que a cada una se le asigna un valor para construir la acreditación final. Teniendo en cuenta el enfoque por competencias, se incorporan como estrategias la evaluación de procedimientos, por tanto, las instancias pueden adquirir versatilidad en función de las características de los saberes a evaluar (trabajos prácticos, evaluación integradora, elaboración de informes por resolución de problemas, observación directa con lista de cotejo, rúbrica, portafolios, etc.). Se requiere el 75% de asistencia y participación en las actividades propuestas en las clases. Quien no logre esta condición, podrá recurrar.

///...



///...

8. Bibliografía**Bibliografía obligatoria**

- Casari, L. M., Anglada, J., & Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. Revista de psicología (PUCP), 32(2), 243-269.
- Manual Guías Alimentarias para la población argentina
- Manual Rotulado Nutricional Frontal. Aplicación de la Ley N°27642 y el Decreto N°151/22
- Palma-Delgado, G. M., & Barcia-Briones, M. F. (2020). El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador. Dominio de las Ciencias, 6 (2), 72-100.
- Torres, T., & Eliana, L. (2008). Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios, con y sin riesgo académico.

Bibliografía de consulta o complementaria

- Cano, A. "La metodología de taller en los procesos de educación popular". Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales, 2, página 22 a 61. Memoria Académica. 2012.
- De Vicenzi, A. "La práctica educativa en el marco del aula taller". Revista de Educación y Desarrollo. Secretaria pedagógica de la Univ. Abierta Interamericana. Argentina 2009.
- Encuesta Nacional de Nutrición 2019.
- Estarellas, J. y otros: "Preparación y Evaluación de objetivos para enseñanza". Salamanca. Editorial Anaya. 1971
- UNESCO. Introducción: el concepto de "Taller de Trabajo". En Guía para Talleres de Formación de Formadores de Personal Docente. Parte A. París 1981.
- Willmore, Jack; y otro: "Fisiología del Esfuerzo y del Deporte". Badalona, Paidotribo. 1994 Ordenanza 75/2016-R. de la UNCuyo <https://www.paho.org/es/temas/alcohol>

9. Actividades de internacionalización

- Se posibilita la incorporación de estudiantes de intercambios nacionales e internacionales.
- Se utilizan materiales didácticos de alcance internacional (escalas, clasificaciones, resultados de investigaciones, etc.).
- La formulación de los resultados de aprendizaje considera perspectivas regionales, globales o interculturales.
- Algunos profesores del espacio curricular tienen acceso y/o son miembros de organismos o asociaciones profesionales o académicas regionales o internacionales en su campo de especialidad.
- Los docentes participan en eventos académicos interculturales, y/o en proyectos con pares de otras regiones y culturas.
- El equipo docente cuenta con miembros que presentan sus trabajos en eventos especializados y en los medios de comunicación académica de proyección internacional.

///...



///...

- Algunos docentes participan en actividades de posgrado, dictando clases o formando parte de comités académicos.

10. Instrumentos complementarios

Para mayor detalle, pueden consultarse los instrumentos de actualización anual: Hoja de ruta y Reglamento Interno.

