

SOBREVIVIR A LA UNIVERSIDAD

UNA GUÍA PARA SUPERAR TU PRIMER AÑO EN LA UNIVERSIDAD





¿ESTÁS LISTO?

¡Felicitaciones! Estás por terminar tu último año de la escuela secundaria o ya ingresaste a la universidad. Esto es un gran hito en tu vida y una época muy emocionante. ¿Estás listo? Veamos si es así.

La Agencia de Asistencia para la Educación Superior del estado de Kentucky (KHEAA, por sus siglas en inglés) ha creado esta guía para ayudarte a superar tu primer año en la universidad. No solo deseamos que sobrevivas a la universidad: queremos que te vaya bien y que tengas éxito.

Es probable que estés familiarizado con KHEAA porque gestionamos el programa de becas basado en el mérito Kentucky Educational Excellence Scholarship (KEES). KHEAA también gestiona otros programas estatales de ayuda para estudiantes, y nuestros orientadores de alcance comunitario visitan las escuelas de todo el estado para ayudar a estudiantes y padres a obtener información sobre admisiones y ayuda financiera.

Hablamos con estudiantes de primer año de la universidad para conocer los consejos que darían a los estudiantes del último grado de la escuela secundaria. Año tras año escuchamos las mismas cosas:

- No tenía idea de todo lo que iba a tener que leer y estudiar.
- Tuve que aprender a manejar mi tiempo.
- Mis profesores no me suelen recordar los trabajos que debo presentar, como lo hacían mis maestros en la escuela secundaria. Entregarlos depende enteramente de mí.
- Tuve que aprender a vivir solo sin depender de mis padres para todo.

Por supuesto, si vives en tu hogar y vas a una universidad cercana, puede que esto último no sea un gran problema para ti. Pero si vives en el campus, especialmente si la universidad está en otro estado o en el extranjero, esto ciertamente lo será.

Esperamos que esta guía te proporcione formas de afrontar estas y otras situaciones. Cuando llegues a la universidad, ya sea que vivas en el campus o en tu hogar, tendrás que adaptar nuestros consejos generales a tus circunstancias particulares.

PREPÁRATE

El Primer Año de la Universidad 4

- Dónde Comenzar
- Compra de Libros
- Abrirte Camino
- Mantente Saludable
- Cómo Manejar la Independencia
- La Añoranza del Hogar

Temas Académicos 10

- Plan de Estudios
- Inscripción a Clases
- Qué Esperar de los Cursos de la Universidad
- Asistencia y Calificaciones
- Plagio
- Consejos útiles para Escribir en la Universidad
- Estilos de Aprendizaje
- Habilidades de Estudio

Nociones financieras básicas 21

- Oficina de Ayuda Financiera
- Tu Paquete de Ayuda Financiera
- Establecer un Presupuesto
- Aprovechar el Plan de Comidas
- Actividades Bancarias

Vida en el Campus 25

- Vivir en el Dormitorio
- Reglas de Convivencia
- Lavar la Ropa
- Tu Tarjeta de Identificación (ID) de Estudiante
- Mantente Protegido en el Campus
- Participa en Actividades
- El Uso de Tus Recursos

Edificios del Campus que Debes Conocer 30

¿No te Adaptas? 32

Glosario 34



Escuela secundaria contra universidad

- Te dan organizado el horario de todo el día
- Asistencia obligatoria
- De 5 a 15 horas de estudio por semana
- Tus padres y maestros te recuerdan que hagas tus trabajos
- Conoces muchos estudiantes en tu escuela
- Horario flexible diseñado por ti
- Asistencia voluntaria
- De 30 a 40 horas de estudio por semana
- Tienes que hacer las tareas tú solo
- Población nueva y diversa

EL ABC DEL PRIMER AÑO DE LA UNIVERSIDAD

¿Recuerdas aquellos primeros comentarios de los estudiantes de primer año?

- No tenía idea de todo lo que iba a tener que leer y estudiar.
- Tuve que aprender a manejar mi tiempo.

Son un buen ejemplo de causa y efecto: cuanto más tengas que leer y estudiar, mejor debes manejar tu tiempo.

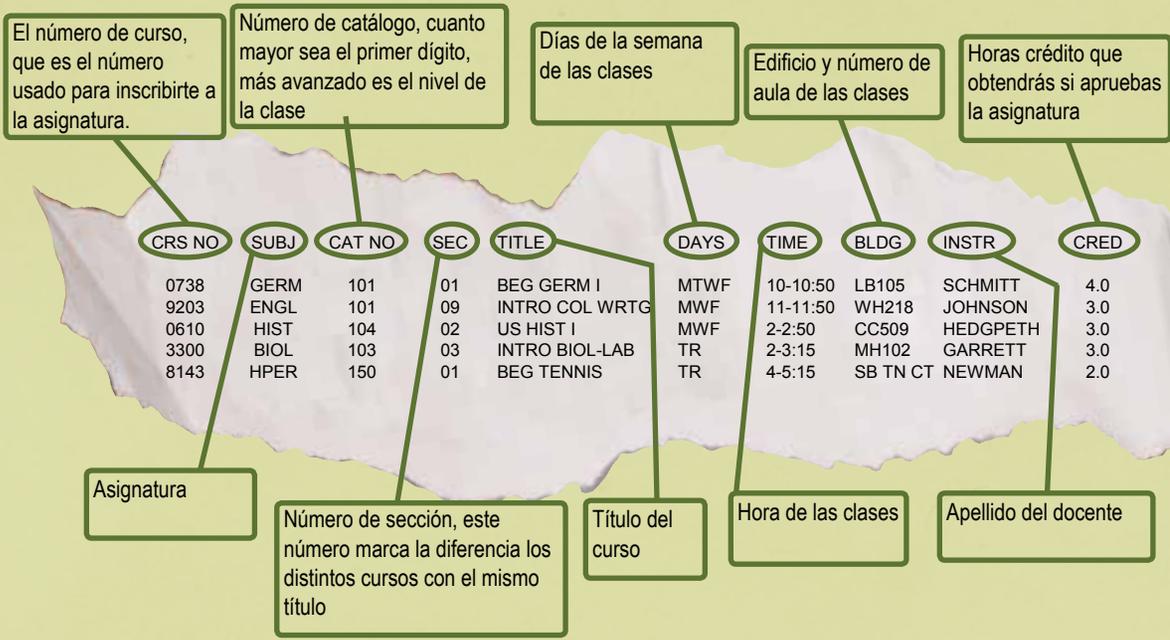
Tradicionalmente la regla general es que debes estudiar de dos a tres horas por cada hora que estás en clase. Supón que estudias el mínimo de dos horas y tienes 12 horas de clases, entonces serán 36 horas sentado en el aula o estudiando. Es como un trabajo de tiempo completo y, por eso, alguien que cursa 12 horas de clase se considera un estudiante de tiempo completo.

Tu primera tarea es priorizar, y eso se reduce básicamente a contestar una pregunta sencilla: ¿Estoy aquí para educarme o estoy aquí para socializar? Pero aunque respondas “para educarme”, eso no significa que no puedas tener una vida social. Puedes hacer ambas cosas si aprendes a manejar tu tiempo.

DÓNDE COMENZAR

Como estudiante de primer año, salvo que hayas logrado obtener muchos créditos dobles o créditos de curso de Nivel Avanzado (AP) o Bachillerato Internacional (IB), seguramente cursarás asignaturas básicas: inglés, estudios sociales, ciencia física, etc. Estas asignaturas son tus estudios generales, aunque algunas universidades pueden llamarlas de otra manera. Puesto que prácticamente todos los estudiantes deben cursarlas, generalmente hay bastantes secciones para elegir.





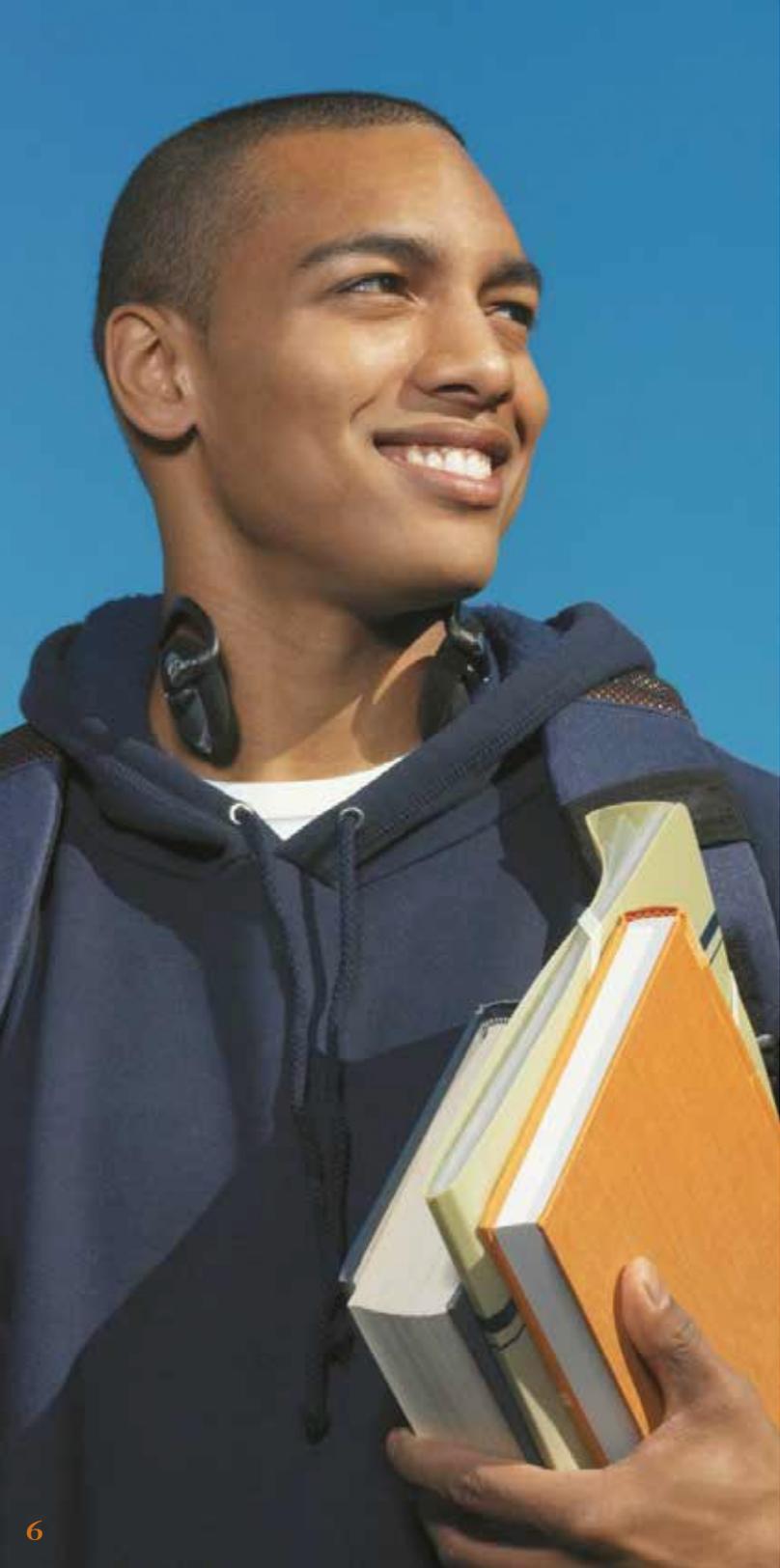
Veamos el horario de muestra presentado arriba. Estás cursando 15 horas semanales, pero 2 horas son de tenis. Probablemente no debes estudiar tanto para tenis como para tus otras asignaturas. Eso significa que tienes que acomodar 26 horas de estudio de tu tiempo fuera de clase para esas 13 horas crédito.

Fíjate en la tabla anterior. Muchas universidades tienen este tipo de tablas en sus sitios web. Completa tus clases y deja tiempo para el almuerzo. El resto muestra el tiempo libre que tienes entre las 9 a.m. y las 5 p.m. todos los días.

En este ejemplo hay más de 23 horas disponibles de tiempo de estudio durante el día por semana. Si usas ese tiempo y no postergas el estudio, tendrás libre la mayor parte de tu tiempo después de las 5 p.m. Y si necesitas más horas de estudio, puedes acomodarlas sin demasiado problema.

¡LA POSTERGACIÓN ES TU PEOR ENEMIGO!
 Dejar las cosas para más adelante puede impedir que manejes bien tu tiempo. ¡Organízate, ten una actitud positiva, planifica premiarte cuando hayas terminado una tarea y MANOS A LA OBRA!

	L	M	M	J	V
9					
10	Alemán 101	Alemán 101	Alemán 101		Alemán 101
11	Inglés 101		Inglés 101		Inglés 101
12	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo	Almuerzo
1					
2	Historia 104	Biología 103	Historia 104	Biología 103	Historia 104
3					
4			Tenis		Tenis



COMPRA DE LIBROS

Sin contar la matrícula, el alojamiento y la comida, uno de los gastos más grandes serán los libros de clase.

- Compra libros nuevos para las asignaturas del horario de muestra = \$450.
- Opta por libros usados para las asignaturas del horario de muestra = \$300.
- Alquila los libros = Puedes ahorrar hasta el 50 %
- Compra libros por internet. Asegúrate de adquirir la edición correcta. Estos son algunos sitios web que quizás quieras explorar:
 - ▶ chegg.com
 - ▶ ecampus.com
 - ▶ bigwords.com
 - ▶ campusbooks.com
 - ▶ textbooks.com
- Usa tiendas de intercambio de libros donde los estudiantes pueden comprar y vender a otros estudiantes.
- Divide el costo con un compañero de clase y compra un libro para los dos.

ABRIRTE CAMINO

Busca un mapa del campus, ya sea en línea o impreso, para usar hasta que conozcas el campus (consulta el mapa de muestra de la universidad en las páginas 30 y 31). Muchas universidades grandes tienen un servicio de autobús dentro del campus que te permitirá ahorrar valioso tiempo a la hora de desplazarte de un lugar a otro.

MANTENTE SALUDABLE

Una tradición universitaria que no querrás seguir son las 15 del primer año (Freshman 15). Se refiere a la cantidad de peso que aumentan los estudiantes universitarios durante su primer año en la universidad.

Estas son cinco maneras fáciles de evitar las 15 del primer año:

1. Haz ejercicio. Aprovecha los centros de entrenamiento gratuitos del campus, donde puedes usar una cinta caminadora, jugar a la pelota o hacer yoga. Si no puedes convencerte de ir al gimnasio, incorpóralo a tu horario. Toma una clase de gimnasia acuática o tenis a la que tengas que ir todas las semanas. Los programas intrauniversitarios son una buena manera de divertirte, conocer personas y mantenerte activo.

2. Reduce el estrés. Está demostrado que el estrés provoca aumento de peso y acostumbrarte a estar solo es, en sí mismo, un motivo de estrés. No añadas más. Organízate, no postergues las cosas y duerme lo suficiente.

3. Evita las calorías líquidas. El alcohol, las sodas y aguas saborizadas azucaradas y las bebidas con café están llenas de calorías vacías que se acumulan rápidamente para aumentar de peso. El agua sin sabor y la leche baja en grasa son tus mejores opciones.

4. Ten sólo snacks saludables en tu dormitorio. Reduce la posibilidad de atiborrarte de dulces y golosinas altos en sodio y mantente lo más lejos posible de ellos. La mantequilla de maní, las manzanas y los surtidos de frutos secos son buenas opciones para tener a mano.

5. Planifica tus comidas. Programa la hora de tus comidas y date tiempo suficiente para comer lentamente. Si sabes que vas a ir a la cafetería o a la plaza de comidas del campus, ten decidido qué es lo que vas a comer antes de ir. Si planificas comer una ensalada de pollo a la parrilla, es menos probable que comas una hamburguesa y papas fritas grasosas.



CONSEJOS PARA COMENZAR BIEN EL AÑO:

- *Ve a todas tus clases.*
- *Limita el tiempo que pasas en internet y el tiempo que pasas enviando mensajes de texto o hablando por teléfono con amigos.*
- *Fortalece tu cuerpo descansando lo suficiente y cuidándote de enfermedades.*
- *Procura no preocuparte por cosas que tú no puedes controlar.*
- *Haz las tareas de inmediato y estudia para las pruebas con anticipación.*
- *Mira poca TV o películas.*
- *Habla con un consejero, mentor o asesor cuando necesites ayuda.*

CÓMO MANEJAR LA INDEPENDENCIA

Ir a la universidad otorga a muchos estudiantes la oportunidad de ser independientes — o prácticamente independientes — por primera vez. Pero es fácil dejarse atrapar y olvidarse de las responsabilidades que conlleva la independencia.

Para que la transición de la rutina de la escuela secundaria a la libertad de la universidad sea exitosa tienes que responsabilizarte de tus propias acciones. Eso significa aprender a manejar tu tiempo y tus prioridades.

El programa del curso de cada asignatura te ayudará a priorizar. Por eso, es muy importante tener un calendario semanal y mensual. Te permite anticipar lo que viene, de modo que no te tome por sorpresa.

Quizás las cosas más importantes que debes recordar son usar sabiamente tu tiempo y cuidarte.





LA AÑORANZA DEL HOGAR

Un problema que muchos estudiantes universitarios de primer año tienen es la añoranza del hogar. Para muchos, es la primera vez que están lejos de casa por un período prolongado de tiempo y la adaptación es difícil.

Estas son algunas maneras de afrontar la añoranza:

- Mantente activo y haz amigos en el campus. Así, tendrás menos tiempo de extrañar tu hogar y te ayudará a crear un sistema de apoyo en la universidad.
- Mantente en contacto con tu familia y amigos por teléfono, mensajes de texto o correo electrónico. ¡Incluso puedes escribir una carta de tanto en tanto y echarla al correo!
- De vez en cuando, vuelve a tu hogar por un fin de semana. Pero no te excedas. Si vas a tu casa con mucha frecuencia, es posible que tu añoranza empeore.
- Escribe lo que sientes. Expresar tus emociones en un diario, poema o canción ayuda a afrontarlas.
- Habla con el consejero de tu residencia si vives en una vivienda en el campus. Los consejeros de residencia o RA (por sus siglas en inglés) están capacitados para tratar estas cuestiones.
- Habla de vez en cuando con tu consejero académico sobre temas no relacionados con las clases. La mayoría de los consejeros agradecerán la oportunidad de una charla informal.

Plan de estudios para la Licenciatura en Historia¹

Área de Estudios Generales	Horas
Matemáticas	3
Comunicación escrita	6
Comunicación oral	3
Ciencias sociales	9
Ciencias naturales (con una de laboratorio)	7
Artes y Humanidades	6
Diversidad	3
Idioma extranjero	16
Total	53
Pre-Especialización	Horas
HIS 101 Historia mundial hasta el año 1500	3
HIS 102 Historia mundial después del año 1500	3
HIS 201 Historia de los EE.UU. hasta el año 1877	3
HIS 202 Historia de los EE.UU. después del año 1877	3
Total	12
Especialización	Horas
HIS 401 Metodología de la historia	3
300+ Historia antigua/medieval	3
300+ Historia no occidental	3
300+ Historia europea moderna	3
300+ Historia de los EE.UU.	3
300+ Optativas de Historia	15
300+ Otras Optativas de Ciencias Sociales	12
Total	42
Optativas libres	13
Total general	120²

¹ Para el título de asociado, de dos años de duración aproximadamente, se podría requerir 24 horas de estudios generales, y de 36 a 45 horas en tu especialización.

² 120 horas crédito es el mínimo requerido para obtener un título de licenciado.

TEMAS ACADÉMICOS

PLAN DE ESTUDIOS

Si estás estudiando para obtener un título de asociado universitario (título universitario de dos años) o de licenciado (título universitario de cuatro años), tendrás que cumplir con un plan de estudios, como el modelo que presentamos a continuación, que indica las asignaturas que debes cursar. El plan de estudios incluye estudios generales que todos los estudiantes deben realizar y asignaturas específicas de la especialización (major) que hayas elegido. Cada especialización tiene un plan de estudios distinto, así que revisa el tuyo con atención y reúnete a menudo con tu consejero para asegurarte de que estás cumpliendo con todos los requisitos.

Nociones básicas sobre los créditos

- Una asignatura vale en promedio 3 horas crédito
- Algunas asignaturas podrían tener prerrequisitos
- La aprobación de exámenes de Nivel Avanzado (AP) y Bachillerato Internacional (IB) podrían contabilizarse como créditos
- También podrían contabilizarse como créditos las puntuaciones del Programa de Exámenes de Nivel Universitario (CLEP, por sus siglas en inglés).

Niveles de los cursos

- Curso de Recuperación – Asignaturas que debes cursar y por las que tienes que pagar para prepararte para el nivel de trabajo en la universidad en materias básicas, pero que NO CUENTAN PARA TU TÍTULO. Procura evitarlos.
- Cursos de Nivel 100 – 200: Asignaturas introductorias y de nociones generales
- Cursos de Nivel 300 + : Cursos de nivel superior que se centran en un tema particular

Explora y diviértete

Usa tus optativas libres para conocer cosas que no sean de tu especialización pero que te interesen o para ampliar tus conocimientos en tu campo preferido.



Cuando llegue el momento de inscribirte a las clases, recuerda:

- Los requisitos de estudios generales.
- Los requisitos de tu especialización.
- Cuánta atención individual deseas o necesitas.
- Tiempo para ir de una clase a otra.
- Tus demás obligaciones, como tareas, atletismo o banda musical.

INSCRIPCIÓN A CLASES

Sin importar tu especialización, un buen plan consiste en quitarte de encima los estudios generales requeridos durante los primeros dos años. Si comienzas en un instituto terciario (community college), la mayoría de las asignaturas que tomes contarán como estudios generales si te transfieres a una institución de cuatro años.

Ten en cuenta tu especialización

Si has elegido una especialización, presta mucha atención a todos los requisitos que puedas necesitar. Un prerrequisito es una asignatura que ya debes haber aprobado para cursar otra. Algunas especializaciones ofrecen cursos de nivel básico diseñados especialmente para sus estudiantes. Por ejemplo, si eres un estudiante de pre-especialización en medicina, es probable que necesites cursar una clase de química para principiantes distinta que un estudiante que se especializa en artes. Asegúrate de inscribirte en el número de curso correcto.

Tamaño de las clases

Es posible que las instituciones pequeñas ofrezcan menor variedad de clases, pero también es más probable que tengan clases de tamaño reducido. Eso, a menudo, significa que el docente puede brindar más atención individual.

Si vas a una universidad grande, tendrás más opciones con respecto a los horarios. Por ejemplo, la mayoría de las universidades exigen algún tipo de curso de nociones generales de literatura. Muchos estudiantes se inscribirán a los cursos habituales: Literatura americana, Literatura del mundo occidental o Literatura británica. En una universidad grande, la clase podría tener 50 estudiantes o más. Es fácil perderse en una clase tan grande. Pero generalmente esas no son tus únicas opciones. Quizás puedas cumplir con el requisito de literatura cursando Literatura afroamericana, Literatura española o Literatura de Oriente Medio. De ser así, la clase probablemente será más pequeña.



Recuerda: cuantos menos créditos courses en un semestre, más tiempo te llevará graduarte y mayor será el costo de tu educación.

Horarios

Una vez que hayas elegido tus asignaturas, usa un mapa del campus para asegurarte de que tienes el tiempo necesario para ir de una clase a otra. Si no lo tienes, elige un horario distinto o cursa otra asignatura.

Cuando programes tu horario, ten presente la cantidad de horas crédito a la que te vas a inscribir. Cursar menos de 12 horas te convertirá en un estudiante a tiempo parcial, lo cual podría afectar tu ayuda financiera.

Las asignaturas generalmente valen entre 1 y 4 horas crédito. Algunas asignaturas de 3 horas crédito podrían requerir que te inscribas a 1 hora de laboratorio por separado. Si te inscribes a cursos de medio semestre o cursos acelerados, es posible que te exijan más tiempo de estudio que otras asignaturas.

Si participas de actividades extracurriculares, es posible que no desees cursar 18 horas crédito por semestre. Debes encontrar un equilibrio: si no estás seguro de cuántas asignaturas cursar, háblalo con tus padres o con tu consejero.

Cuándo inscribirte

Reúnete siempre con tu consejero antes de programar tus clases. Tu consejero puede responder cualquier pregunta que tengas y aconsejarte qué asignaturas deberías cursar.

La forma de inscripción varía de una universidad a otra. Si tu universidad ofrece orientación para estudiantes de primer año durante el verano, es probable que te inscribas para los cursos en ese momento. En las instituciones más pequeñas, incluyendo los institutos terciarios, es posible que puedas inscribirte el día que comienzan las clases. Debes averiguar en la Oficina de Admisiones cómo se manejan las inscripciones en tu institución.

Una vez en la universidad, generalmente te inscribirás por internet. De ese modo, los estudiantes de años superiores tienen primero la posibilidad de inscribirse a sus asignaturas. Si te transfieres a una nueva institución, debes preguntar los detalles en la Oficina de Admisiones.

QUÉ ESPERAR DE LOS CURSOS DE LA UNIVERSIDAD

Asistencia

Las normas de asistencia varían tanto que no es fácil generalizar. Lee atentamente el programa del curso de cada asignatura porque muchos profesores explican allí los reglamentos. Esto es lo que indica el programa de un curso:

“Debido a la importancia de las actividades en el aula, ningún estudiante aprobará el curso si ha estado ausente 4 clases o más, sin importar el motivo. Un docente puede dar de baja a un estudiante por exceso de ausencias. Nota especial: Me reservo el derecho de subir o bajar la calificación de un estudiante en base a su asistencia/ética de trabajo.”

La mejor estrategia es llegar en hora a cada clase, en la medida de lo posible. Si sabes que vas a tener que faltar a una clase o llegar tarde, avisa a tu profesor. Si llegas tarde, hazlo sin importunar ni hacer ruido.

Calificaciones

A continuación encontrarás la escala de calificaciones que usan la mayoría de las universidades.

Algunas universidades también brindan a los docentes la opción de usar A + , B- , etc. Es probable que adviertas que los profesores no redondean. **Eso significa que si obtienes 89.8 seguirá siendo una B, y no una A, puesto que no llega a 90 o más.**

Además de las calificaciones, tu universidad generalmente tendrá otros códigos como:

- **Incompleto.** Eso significa que no terminaste todas tus tareas, pero aún tienes tiempo de hacerlo. Si no las terminas, generalmente se convertirá en una F.
- Baja (**Withdrawal o W**) antes del plazo.
- **WF** significa que te diste de baja después del plazo o que te diste de baja con una calificación de reprobado. Podría contabilizarse como F en tu promedio de calificaciones (GPA, por sus siglas en inglés).

College Grading Scale

A = 90-100 D = 60-69
B = 80-89 F = menos de 60
C = 70-79

I = Incompleto
W = Baja (Withdrawal o W)
WF = baja con una calificación de reprobado



Tareas

Los estudios universitarios te preparan para una carrera profesional. Por lo tanto, espera que las tareas te exijan que hagas lo que debas para analizar y resolver problemas, a menudo por ti mismo. En la universidad, el problema podría ser un ensayo o un experimento en el laboratorio.

Esto significa investigar. La investigación que necesitas puede ser simple, como leer un poema y escribir lo que crees que significa. Pero podría ser más compleja y solicitarte que proporciones una cierta cantidad de fuentes que respalden tu argumento o que realices una cantidad mínima de experimentos. Para la mayoría de las tareas te darán instrucciones bastante detalladas sobre lo que debes hacer.

Es probable que en la universidad tengas menos tareas con calificación que en la escuela secundaria. Algunos cursos solo tienen tres exámenes para todo el semestre y ninguna otra tarea. Eso significa que no puedes permitirte que te vaya mal en ninguno.

En la universidad raramente tendrás oportunidad de hacer trabajos de recuperación o créditos extra. Si tienes un profesor que lo permite, agrádeclo, pero no esperes lo mismo de todos los profesores.



PLAGIO

La palabra plagio proviene de una palabra latina que significa “secuestrador”. Significa que estás secuestrando las palabras o ideas de otra persona y haciéndolas pasar como si fueran tuyas.

ADVERTENCIA

Si te descubren cometiendo plagio en la universidad, tu carrera académica corre peligro. En realidad, podría ser el fin de tu carrera académica.

Las posibles sanciones varían según la universidad a la que vayas, la gravedad de la infracción y si es la primera vez que cometes una. Como mínimo, puedes estar seguro de que reprobarás la tarea o el examen. Algunas instituciones permiten que el docente decida si repruebas la tarea o todo el curso. Otras instituciones tienen una política de tolerancia cero: si haces trampa o cometes plagio, te expulsan.

Cometer plagio es mucho más fácil para ti de lo que era para tus padres o abuelos. Tú tienes internet. No lleva mucho tiempo navegar por internet, realizar una búsqueda y copiar y pegar, o incluso comprar un trabajo de investigación.

Pero tampoco le lleva mucho tiempo al profesor navegar por internet, realizar una búsqueda y descubrir lo que has hecho. Algunas universidades incluso brindan un servicio en línea a los profesores para que puedan hacer esto rápidamente. Si cursas una asignatura que requiere escribir mucho, la mayoría de los profesores conocerán tu estilo de escritura lo suficiente como para detectar si tú escribiste un texto o no.





CONSEJOS ÚTILES PARA ESCRIBIR EN LA UNIVERSIDAD

- ◆ Asegúrate de comprender la tarea y entregar todo lo que el profesor desea. Si tienes que incluir las páginas citadas de una obra, asegúrate de hacerlo.
- ◆ Piensa en una idea principal y asegúrate de dejar clara esa idea en todo lo que escribes.
- ◆ Ofrece ejemplos para respaldar tu idea principal. Si estás analizando un personaje de un libro, usa ejemplos del libro para respaldar tu argumento.
- ◆ Organiza lo que escribes. Si tienes tiempo, escribe un esquema de los puntos que quieres presentar. Si es una pregunta tipo ensayo en un examen, tómate un momento para organizar tus ideas antes de comenzar a escribir.
- ◆ Aborda solo una idea por vez en cada párrafo.
- ◆ Usa correctamente la gramática, la puntuación y la ortografía. Una coma que omitas o coloques en el lugar equivocado puede cambiar todo el significado de lo que escribiste. Usa el corrector ortográfico, pero recuerda que no te dirá “qué” tienes que hacer donde se supone “que” lo tienes que hacer.
- ◆ ¡Revisa, revisa y revisa! Generalmente eso marca la diferencia entre una mala calificación, una calificación aceptable y una excelente calificación.
- ◆ Entrega los trabajos con puntualidad. Muchos profesores te bajarán la calificación por entregar tarde un trabajo. Otros no aceptan trabajos después del plazo. Simplemente te pondrán un cero.
- ◆ Tu profesor tiene que leer muchos ensayos. Asegúrate de que tu trabajo despierte su interés.
- ◆ Si te resulta difícil escribir, muchas universidades cuentan con un laboratorio de escritura en el campus con docentes que pueden ayudarte a perfeccionar tus habilidades.

ESTILOS DE APRENDIZAJE

Al comenzar la universidad resulta útil que conozcas tu estilo primario de aprendizaje: la forma en la que te resulta más cómodo aprender.

Existen muchos tipos de evaluación de estilos de aprendizaje, pero uno de los más usados es el modelo visual-auditivo-kinestésico.

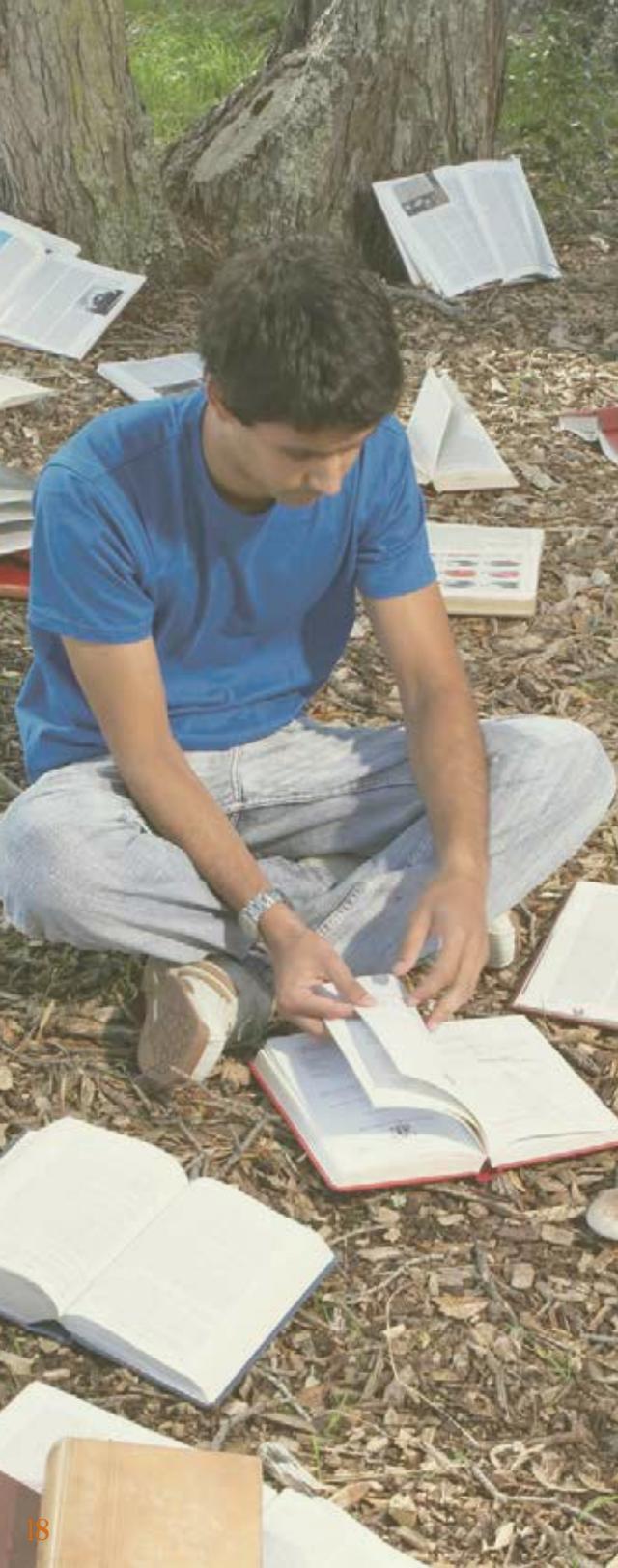
- Los alumnos visuales suelen tomar notas detalladas, encuentran algo que mirar si están aburridos y les gusta ver lo que están aprendiendo.
- Los alumnos auditivos prefieren aprender escuchando o leyendo en voz alta. Tararean o hablan consigo mismos o con otros si están aburridos.
- Los alumnos kinestésicos aprenden mediante el tacto y juegan con algo o se mueven cuando están aburridos.

Puedes encontrar breves pruebas gratuitas en internet que te ayudarán a determinar tu estilo de aprendizaje. Quizás uses distintos estilos de aprendizaje en distintas situaciones, pero probablemente tengas un estilo primario de aprendizaje con el que te resulte más cómodo aprender.

Un buen docente usará técnicas adecuadas para abarcar todos los estilos de aprendizaje a fin de motivar a todos los estudiantes de la clase. Los estudiantes se sentirán más cómodos con actividades orientadas hacia sus estilos primarios de aprendizaje y al usar otros estilos comenzarán a sentirse más cómodos con ellos.

¿Por qué es importante conocer tu estilo de aprendizaje? Porque podría no ser compatible con el estilo primario de enseñanza de un profesor. Si conoces tu estilo y el estilo de tu profesor, podrás adaptar mejor tu estudio para que te vaya bien en todas las clases.





HABILIDADES DE ESTUDIO

Una antigua tradición universitaria es pasar toda la noche encerrado estudiando antes de un examen. Pero es innecesario, malo para tu salud y, con demasiada frecuencia, malo para tus calificaciones. La mejor forma de evitar las noches enteras de estudio es desarrollar habilidades de estudio que permitan mantenerte al día durante el desarrollo del curso.

Lo primero que hay que hacer es **LEER EL PROGRAMA DEL CURSO**. El programa del curso enumera los textos, tareas, fechas de las pruebas e información que tu profesor estima importante. Algunos son largos y detallados, otros son breves.

Esta es una selección de un programa del curso de inglés para el segundo semestre del primer año:

Semana 6

Tarea de Lectura: Poesía (“Di toda la verdad mas dila de soslayo” de Dickinson y dos poemas más elegidos por el estudiante)

Resultados de valoración de poesía

Entrada # 6 al diario: comparar/contrastar los poetas

Tarea de escritura: Un poema original

¿Qué se supone que debes hacer?

Se supone que tienes que leer el poema de Emily Dickinson y dos poemas más antes de ir a clase. También se supone que tienes que escribir tú mismo un poema antes de ir a clase. Los “resultados de valoración de poesía” son el puntaje de 1 (mejor) a 10 (peor) que cada estudiante dio a diez poemas de distintos estilos que se entregaron durante la Semana 5. La entrada al diario también se escribe antes de la clase, para la cual los estudiantes tienen que comparar y contrastar a Dickinson con otros poetas en la tarea de lectura. Acostúmbrate a “comparar y contrastar” si todavía no lo estás. Este tipo de tareas te pide que indiques la similitud entre cosas (“comparar”) y que, ADEMÁS, indiques las diferencias entre ellas (“contrastar”). Es el tipo preferido de tarea de muchos profesores.

¿Cómo se estudia para esto?

Si eres un alumno visual, es buena idea que busques un lugar tranquilo para leer en silencio y tomar notas mientras lees. Los alumnos auditivos se sentirán más cómodos en un lugar donde puedan leer los poemas en voz alta y hacer comentarios a sí mismos sobre su impresión de los poemas. Los alumnos kinestésicos, desafortunadamente, tendrán que adaptarse al estilo de aprendizaje visual o auditivo.

Los estudiantes de primer año de la universidad a menudo nos dicen que no tenían idea de cuánto debían leer y escribir en la universidad. Esas son las dos actividades principales que se espera que hagas fuera de clase, aunque podrías también tener que ir a un espectáculo o asistir a un evento literario. Pero incluso entonces se te pedirá que escribas sobre tu experiencia.

Presta atención a este mensaje importante:
¡No todos los profesores impartirán su clase en base al libro de texto requerido! La lectura complementará la presentación del profesor y leer anticipadamente te ayudará a entender la clase.

Modelo de horario de estudio

Veamos el horario de muestra. Tienes una hora de estudio todas las mañanas antes de la clase de alemán. Es un buen momento para revisar para la clase de las 10 o para ir al laboratorio de idiomas.

También tienes tiempo libre entre el almuerzo y las clases de historia y biología todos los días. De nuevo, tienes tiempo para leer para la clase siguiente o de revisar lo que dieron en la clase de inglés, lo que necesites trabajar más. En realidad, repasar lo que recién escuchaste en clase te ayuda a retenerlo.

Planifica. Repasa el programa del curso de cada asignatura para tener claro lo que tienes que hacer y cuándo. Un planificador semanal te ayudará muchísimo. Puedes usar uno electrónico, en papel o de ambos tipos.

	Lunes	Martes	Mericoles	Jueves	Viernes
9	Leer la lección de hoy	Laboritorio de idiomas	Revisar el vocabulario	Estudiar para la prueba de vocabulario	Estudiar para la prueba de vocabulario
10	Alemán	Alemán	Alemán		Alemán prueba de vocabulario
11	Inglés Capítulo 3	Laboritorio de idiomas	Inglés Capítulo 3		Inglés Entrega del ensayo
12	Leer historia, Cap. 6 Mesopotamia	Leer tenis	Revisar apuntes de historia, leer Cap. 6	Leer capítulo 5 de tenis	Repasar para la prueba de historia
1		Leer biología Cap. 7, revisar anatomía ranas		Revisar anatomía ranas	
2	Historia 104, Cap. 6 Mesopotamia	Biología 103	Historia 104, Egipto Antiguo	Biología 103, Lab: disecar rana	Historia 104, La prueba de historia
3	Escribir primer borrador del ensayo de Inglés		Repasar los apuntes de clase de Egipto		
4		Tenis para principiantes Practicar saques	Revisar y corregir el ensayo de inglés	Tenis Cap. 5 Más saques	

Reglas de oro para tomar apuntes:

1. Si es lo suficientemente importante para que el profesor lo escriba en la pizarra, es lo suficientemente importante para anotarlo y recordarlo.
2. Si tu profesor menciona números o fechas, anótalo.



¿Qué deberías estudiar para una prueba?

Para la primera prueba, quizás no puedas saberlo. Algunos profesores examinarán principalmente lo que dieron en sus clases. Otros examinarán más lo que se supone que leíste en el libro de texto. Y algunos otros lograrán un equilibrio entre ambas cosas. Algunos profesores lo dirán y, quizás, hasta haya una sesión de repaso para la prueba. Presta atención y haz preguntas.

- **Toma apuntes en todas las clases.** Tendrás que encontrar un sistema que te sirva. Si intentas anotar palabra por palabra, es inevitable que te pierdas. Asegúrate de apuntar lo suficiente para recordar lo que se dijo. Después, podrás ampliar sobre la base de esas ideas.
- **Lee en etapas.** Primero, lee el resumen del capítulo o lee rápidamente los encabezados para tener una idea del contenido del capítulo. Luego, lee el capítulo y, mientras lo haces, toma notas o subraya las ideas importantes. Anota cualquier pregunta que tengas. También puedes escribir preguntas de autoevaluación que te ayudarán cuando llegue el momento de la prueba. Las tarjetas didácticas son útiles para algunas personas.
- **Combina la lectura y los apuntes de clase** mientras tienes la clase fresca en la memoria.
- **Reúnete a estudiar con otros estudiantes.** Hablar sobre lo que podrían preguntar en la prueba podría ayudarte a concentrarte en las ideas importantes.
- **Repasa tus apuntes el día de la prueba.** No te excedas. Cuanto más tiempo pases con un tema, más se agotará tu concentración. Dos horas son lo máximo que debes pasar con un tema por vez.

Adapta estas reglas para acomodarlas a tu estilo de aprendizaje. De esa forma, no tendrás que pasarte toda la noche estudiando y estarás descansado y preparado cuando tengas la hoja del examen en tu mano.

NOCIONES FINANCIERAS BÁSICAS

OFICINA DE AYUDA FINANCIERA

Todas las universidades tienen una oficina de ayuda financiera y puedes pedir ayuda al personal para el pago de la universidad. El personal armará tu paquete de ayuda financiera y también les explicará el proceso a ti y a tus padres, responderá las preguntas que tengas y te mantendrá informado sobre todo lo que necesites hacer. En algunos campus, la oficina de ayuda financiera te ayudará a encontrar un empleo de trabajo-estudio y manejará tu hoja de registro de asistencia para que te paguen. Vale la pena mantenerse en contacto con el personal de ayuda financiera para evitar cualquier sorpresa.

TU PAQUETE DE AYUDA FINANCIERA

Cada universidad que te acepte como estudiante preparará un paquete de ayuda financiera que muestra el costo total de asistencia (COA, por sus siglas en inglés), el aporte familiar previsto (EFC, por sus siglas en inglés) y el monto de ayuda financiera que te ofrece la institución.

No tienes que aceptar todo en el paquete. Puedes aceptar las adjudicaciones que sean más convenientes para ti. Aprovecha primero toda la ayuda financiera gratuita que puedes obtener, es decir, las subvenciones y las becas.

Si aún necesitas ayuda, acepta los préstamos, pero adquiere los préstamos que sean absolutamente necesarios. No querrás tener que pagar más dinero del necesario. Puesto que tienes la obligación legal de pagar los préstamos para estudiantes que adquieras, haz un archivo y guarda toda la correspondencia que recibas sobre los préstamos — después de haberla leído.

Los programas estatales y federales generalmente tienen límites con respecto a la ayuda que puedes recibir, pero muchas universidades tienen sus propios fondos. Si realmente deseas ir a una institución en particular pero el paquete de ayuda financiera no es exactamente el que deseas, habla con alguien en la oficina de ayuda financiera para ver si puedes reunir los requisitos para obtener más ayuda.

Recordatorio:
Debes volver a presentar tu FAFSA lo antes posible después del 1 de octubre todos los años para reunir los requisitos para recibir ayuda federal, estatal e institucional. Para volver a presentarla, ve a fafsa.ed.gov.



Modelo de carta de adjudicación

Costo total de asistencia: \$32,641

Adjudicación de ayuda financiera	Otoño	Primavera	Total	Aceptar	Rechazar
Programa Pell de subvención	\$1,800	\$1,800	\$3,600		
Subvención estatal	\$2,432	\$2,432	\$4,864		
Becas académicas	\$750	\$750	\$1,500		
Ayuda institucional	\$5,000	\$5,000	\$10,000		
Préstamo subsidiado	\$1,750	\$1,750	\$3,500		
Préstamo no subsidiado	\$1,000	\$1,000	\$2,000		
Adjudicación total	\$12,732	\$12,732	\$25,464		

Diferencia

\$7,177

Si aceptaste toda la ayuda, tú y tu familia deberán pagar \$7,177 de su bolsillo para el año y tendrás \$5,500 en préstamos para estudiantes que deberás pagar más adelante con intereses.



ESTABLECER UN PRESUPUESTO

Algo imprescindible para tus años en la universidad es un presupuesto que te indique cuánto tienes para gastar y en qué lo vas a gastar.

Algunos grandes gastos de la universidad son fáciles de cuantificar. Sabes cuánto costará tu matrícula y las cuotas y sabes cuánto costará el alojamiento y la comida si vives en el campus.

Otros no son tan simples. Realmente no sabes con exactitud cuánto gastarás en libros de texto, útiles, transporte y artículos personales. Pero el COA de tu institución te indicará lo que se espera que gastes. Es un punto de partida.

Con respecto a los ingresos, sabes cuánta ayuda financiera recibirás. También deberías tener una idea de lo que tus padres pueden aportar. Si tienes un empleo, incluye ese ingreso.

Con esa información, puedes elaborar un presupuesto, como el modelo a continuación.

APROVECHAR EL PLAN DE COMIDAS

Muchas instituciones exigen que los estudiantes de primer año tengan un plan de comidas, en particular si viven en el campus. Los planes de comidas varían de una universidad a otra, pero la mayoría te brindará una determinada cantidad de comidas en el comedor por semana y la opción de agregar dinero extra para usar en la plaza de comidas del campus o en otros lugares.

GASTOS

GASTOS FIJOS

Pago del automóvil \$ _____

Seguro del automóvil \$ _____

Teléfono celular \$ _____

GASTOS VARIABLES

Alimentación \$ _____

Combustible \$ _____

Vestimenta \$ _____

Entretenimiento \$ _____

Artículos personales \$ _____

Regalos/Donaciones \$ _____

Estacionamiento \$ _____

Gastos médicos \$ _____

Útiles \$ _____

INGRESOS

Ingreso neto de todos los trabajos \$ _____

Dinero restante de la ayuda financiera \$ _____

Aporte de tu familia \$ _____

INGRESO TOTAL \$ _____

GASTOS TOTALES \$ _____

CALCULA EL PRESUPUESTO QUE TIENES PARA TUS GASTOS VARIABLES DE MODO QUE TUS GASTOS TOTALES SEAN MENORES A TU INGRESO TOTAL!

Generalmente, cuanto más grande es la institución, mayor flexibilidad tienes. Debes estudiar las opciones con atención, porque quizás puedas recortar algunos costos de tu educación al elegir el plan más conveniente para ti.

Con frecuencia, tu plan de comidas sale de tu ayuda financiera (o del dinero de tus padres si ellos se están encargando de los gastos). El plan se cargará en una tarjeta que podrás usar en las cafeterías y restaurantes del campus. **Generalmente, el dinero en la tarjeta vence al final de cada semestre, así que debes usarlo o lo perderás.**

Puedes gastar mucho dinero si comes fuera del campus y si pagas con tarjeta de crédito puedes acumular una deuda innecesaria. Tu plan de comidas cubre la mayoría de tus comidas en el campus, así que, siempre que puedas, come en el campus.

ACTIVIDADES BANCARIAS

Podría resultarte útil abrir una cuenta bancaria donde se encuentra la universidad. Pero investiga un poco antes de elegir tu banco.

Averigua las opciones que ofrece el banco para cuentas corrientes y de ahorro. Presta atención al cargo por sobregiro que te cobrará el banco si no tienes suficiente dinero en tu cuenta para cubrir una compra, retirar dinero del cajero automático o debitar un cargo. Los bancos pueden exigir que tengas un saldo fijo o que tus depósitos devengan intereses para no cobrar el cargo de mantenimiento de la cuenta.

Los cargos pueden acumularse rápidamente, por lo tanto, elegir el banco y el tipo de cuenta puede marcar la diferencia.





CONSEJOS PARA TARJETAS DE CRÉDITO

Si tienes menos de 21 años, quizás puedas obtener una tarjeta de crédito si tienes un cosignatario que reúna los requisitos o si puedes demostrar que puedes abonar los pagos requeridos.

- **Compara las ofertas de tarjetas de crédito.** Algunas cobran un cargo anual, mientras que otras requieren un depósito igual al monto del crédito que tendrás disponible, lo cual no es una mala idea, ya que no puedes excederte de ese límite. Es fácil quedar sumergido en cuentas que no puedes pagar al usar tu tarjeta.
- Antes de usar tu tarjeta, **pregúntate si REALMENTE puedes pagarlo.** Quizás creas que el plástico no es dinero de verdad. Pero si no pagas aunque sea el saldo mínimo, o peor aún, si no pagas la cuenta durante un par de meses, tu crédito se verá perjudicado.
- Una vez que hayas calculado cuánto puedes cargar con responsabilidad a tus tarjetas, **lleva la cuenta de lo que gastas** de la misma forma en que lo haces para tu cuenta corriente o de débito.
- Cuando los fondos de tu crédito para ese mes hayan llegado a cero, **DEJA DE USAR tu tarjeta.**
- Lo que cargues hoy puede perjudicar tu futuro financiero por muchos años. Los bancos analizan el informe de crédito para otorgar préstamos para comprar automóviles y casas, y para determinar las tasas de interés de dichos préstamos. **No pagar la cuenta de tu tarjeta de crédito, dejará una mancha negra en tu informe de crédito hasta por siete años.**

Para obtener más ayuda sobre cómo manejar tu dinero, lee It's Money, Baby (Hablemos de dinero) y otros materiales sobre finanzas en kheaa.com.

VIDA EN EL CAMPUS

VIVIR EN EL DORMITORIO

Quizás vivir en un dormitorio sea tu primera experiencia en compartir un espacio pequeño con otra persona, así que espera tener que adaptarte.

Esto es cierto incluso si estás conviviendo con un amigo de toda la vida. Aunque es triste decirlo, a veces las amistades no resisten la tensión de compartir un dormitorio.

Antes de llegar al campus, habla con tu futuro compañero de habitación para decidir cuáles de los artículos grandes llevará cada uno: refrigerador, microondas, etc. Si solo tienen uno, tendrán más espacio libre en la habitación.

Lee la página sobre alojamiento en el sitio web de tu universidad para ver otras recomendaciones y averiguar qué es lo que no está permitido llevar o hacer. Las universidades no permiten volver a pintar las paredes o colocar empapelados, por ejemplo. Podría haber también restricciones con respecto al tamaño de los refrigeradores y seguramente no puedas llevar sartenes eléctricas, lámparas halógenas y otros artículos.

Qué llevar:

- Organizador para la ducha, bata y chonquetas
- Laptop, impresora, mini refrigerador, microondas y TV
- Artículos de limpieza: escoba, esponjas, jabón para vajilla
- Artículos para lavar ropa: cesto, quitomanchas, detergente
- despertador, lámpara de escritorio, lámpara de noche
- Pequeña caja de herramientas con martillo y destornillador
- Botiquín de primeros auxilios: vendas, analgésicos, termómetro
- Contenedores para guardar cosas debajo de la cama
- Alargadores de cables y zapoquillas
- Útiles escolares: mochila, engrapadora, cuadernos
- Ropa de cama para cama individual XL, almohada y colchón
- Abrelatas, platos y utensilios
- Pizarra, cortelero y alfileres
- Cubo de basura y bolsas
- Tarjeta de seguro médico
- Paraguas y chubasquero





REGLAS DE CONVIVENCIA

La regla número uno para que los compañeros de habitación se lleven bien puede resumirse así: Respétense uno a otro y respeten el espacio del otro.

Habla con tu compañero de habitación sobre las expectativas: horario de estudio, visitantes, etc. Estas son algunas cosas para conversar con tu compañero de habitación:

- Invitados que se quedan a pasar la noche
- Invitados del sexo opuesto
- Uso de teléfono celular (horario, en la habitación, en el hall, etc.)
- Música (tipos, volumen, auriculares)
- Uso de la TV
- Horario de estudio
- Tomar prestado ropa y otras pertenencias (DVD, CD, etc.)
- Compartir (o no compartir) alimentos
- Hora de acostarse
- Configuración del despertador (¿cuántas veces puedes apretar el botón de repetición?)
- Cerrar la puerta con llave
- Usar las cosas del otro (computadora, equipo de música, etc.)

Cada universidad tiene su propio reglamento de visitas, en especial cuando se trata de visitas del género opuesto. A veces los reglamentos son diferentes para dormitorios distintos en el mismo campus. Establecer algunas reglas básicas cuando recién te mudas puede evitar discusiones y situaciones incómodas.

Si tú y tu compañero de habitación tienen problemas, trata de hablar sobre ello primero. Si no lo pueden resolver después de hablar, habla con el consejero de tu residencia (RA, por sus siglas en inglés). Los RA están capacitados para ayudar en este tipo de situaciones. Podría suceder que finalmente la única solución sea cambiar de compañero de habitación. situations.

LAVAR LA ROPA

Si tienes suerte, ya sabes cómo lavar la ropa. Si no sabes, haz un curso rápido antes de llegar al campus.

La mayoría de los dormitorios tienen lavaderos. Para algunas máquinas necesitarás monedas de 25 centavos, mientras que otras solo aceptarán tu tarjeta de débito del campus. Para ahorrar dinero, lleva tu propio detergente, blanqueador, suavizante y todos los demás artículos que necesites de tu casa. Las perchas y las bolsas o canastas de ropa son imprescindibles, también.

CARE INSTRUCTIONS

Nunca dejes tu ropa sin atender en la lavadora o la secadora. ¡A menos que quieras ver a otra persona en el campus luciendo tus jeans o tu camiseta favorita!

TU TARJETA DE IDENTIFICACIÓN (ID) DE ESTUDIANTE

Probablemente te entregarán una tarjeta de identificación de estudiante cuando llegues a la universidad. La mayoría de las universidades exige que los estudiantes lleven siempre consigo sus tarjetas de identificación en el campus.

Es una tarjeta muy útil, ya que con ella puedes ingresar a eventos de atletismo, obras de teatro y otras actividades dentro del campus, que con frecuencia son gratuitas. Podrías también necesitarla para ingresar a bibliotecas, laboratorios, centros de pruebas, centros de salud del campus, instalaciones deportivas y dormitorios.

Además, muchos comercios en las ciudades universitarias te ofrecerán un descuento si presentas una tarjeta válida de identificación de estudiante, así que podrás ahorrar algo de dinero por aquí y por allá.





MANTENTE PROTEGIDO EN EL CAMPUS

En cualquier lugar donde haya cientos o miles de personas, hallarás unas pocas que no son dignas de confianza. También pueden ocurrir otras situaciones peligrosas, como incendios. El sentido común indica que tomes precauciones para protegerte a ti mismo, y también a tus pertenencias y tu identidad.

Una de las primeras cosas que debes hacer es **averiguar dónde se encuentran las salidas de emergencia**, no solo en tu dormitorio o apartamento sino también en los edificios donde tengas clases o pases algún tiempo, como la biblioteca. Tampoco es mala idea averiguar dónde se encuentran los refugios en caso de tornados.

Cada universidad debe proporcionar un **informe de delitos en el campus** si se le solicita. Muchas publican semanalmente estos informes y los delitos registrados en sus sitios web, para que sepas contra qué tienes que protegerte.

Lo primero que debes hacer, por supuesto, es **cerrar con llave tu habitación cuando no estés allí**, incluso si estás a unos pasos. No te alejes, ni por unos segundos, y dejes tus cosas abandonadas en un aula o en la biblioteca. Alguien puede pasar y llevárselas mientras no estás mirando.

La violencia en el campus no es frecuente, pero ocurre. Si tienes que caminar por el campus después del anochecer, procura estar con al menos otra persona y no te alejes de zonas bien iluminadas y concurridas. En muchos campus hay oficiales de policía o estudiantes voluntarios que acompañan a los estudiantes en el campus que no se sienten seguros.

Consejos para prevenir el robo de identidad

- **Protege tu PIN.** Nunca escribas un PIN en una tarjeta de crédito o débito o en un papel guardado en tu cartera o en tu escritorio.
- **Ten cuidado de los que miran por encima de tu hombro.** Usa tu mano libre para tapar el teclado cuando uses un cajero automático.
- **Recoge tu correspondencia sin demora.** Pide a la oficina postal que guarde tu correspondencia cuando te vayas por más de un día o dos.
- **Presta atención a los ciclos de tus facturas.** Si una factura o estado de cuenta no llega a tiempo, comunícate con el remitente.
- **Guarda tus recibos.** Pide copias y talones de errores de cargos también. Compara enseguida los recibos con los estados de cuenta. Presta atención a las transacciones no autorizadas.
- **Al menos una vez al año revisa tu informe de crédito en AnnualCreditReport.com.** Revísalo con mayor frecuencia si sospechas que alguien ha accedido a la información de tu cuenta.

PARTICIPA EN ACTIVIDADES

La universidad no debería ser solo clases y estudio. Aprovecha las muchas oportunidades que te da la universidad para probar actividades. Casi todas las universidades tienen organizaciones estudiantiles a las que te puedes incorporar: desde organizaciones de gobierno estudiantil, a publicaciones para estudiantes, teatro y mucho más. Participar en actividades es una buena forma de hacer amistades, conocer qué te interesa y qué no, y canalizar tu lado creativo.

Muchas universidades tienen equipos intrauniversitarios de deportes en los que puedes competir con otros atletas no becados. Algunas universidades tienen equipos de clubes que compiten con equipos de otras universidades. Los jugadores de clubes no son atletas becados, simplemente son personas a las que les gusta practicar un deporte en particular.

De modo que, cuando llegues al campus, o incluso antes, averigua cuáles son estas oportunidades. Un buen lugar para comenzar es el centro de estudiantes en el campus, donde hay carteles y folletos de grupos que buscan participantes.

EL USO DE TUS RECURSOS

Además de los clubes y organizaciones estudiantiles, los campus universitarios ofrecen muchísimos recursos que debes aprovechar mientras eres estudiante. Desde centros profesionales que pueden ayudarte a buscar empleo hasta redes filantrópicas que brindan oportunidades de voluntariado y oficinas de estudios en el extranjero: estás rodeado de personas que desean ayudarte a descubrir quién eres y cuáles son tus intereses. Mira el modelo de mapa en las siguientes dos páginas para obtener una idea de lo que tu campus podría ofrecerte.

¿TE QUIERES UNIR A UNA FRATERNIDAD?

VENTAJAS

- Oportunidades de liderazgo y redes de contacto
- Filantropía y compromiso con la comunidad
- Conocer personas y hacer nuevos amigos
- Calendario social activo

DESVENTAJAS

- Costoso
- Consume mucho tiempo
- Puede ser exclusivista



1 Edificio de Servicios Estudiantiles

Ayuda financiera – Solicita ayuda financiera y averigua cuándo te llegará tu cheque de ayuda para estudiantes.

Tesorería – Efectúa un pago

Secretaría – Inscríbete a asignaturas, infórmate de tus horarios, accede a tus expedientes y solicita expedientes académicos

Centro profesional – Obtén ayuda para buscar un empleo, escribir tu hoja de vida y prepararte para las entrevistas de trabajo

Centro de asesoramiento – Asesórate sobre el avance de tus estudios y de los requisitos de graduación

Servicios de tarjetas de identificación

2 Centro de Informática/Escritura

Usa una computadora si no tienes una propia y obtén ayuda para las tareas de escritura.

3 Policía del campus

4 Centro estudiantil

Librería del campus – Compra libros y prendas de vestir de la universidad

Programas estudiantiles – Asociación del Gobierno Estudiantil, Oficina de Fraternidades, Estudios en el Extranjero, etc.

Servicios de comedor – Cafetería o plaza de comidas dependiendo del tamaño de tu universidad

Oficina postal – Envía paquetes y recoge el correo en tu casilla postal



EDIFICIOS DEL CAMPUS QUE DEBES CONOCER



5 Residencia para estudiantes

6 Biblioteca

7 Centro de Salud y Bienestar

Consultorio médico y servicios de asesoramiento

8 Edificios académicos

9 Centro recreativo para estudiantes

Salas de ejercicio, gimnasio y piscina para mantenerte en forma

10 Estadio de fútbol

¿NO TE ADAPTAS?

TRANSFERENCIAS

Muchos estudiantes universitarios terminan transfiriéndose de una institución educativa a otra. Algunos lo tienen planificado de ese modo: ir a una institución de carreras de dos años para completar los estudios básicos y, luego, terminar en una institución de carreras de cuatro años. Otros descubren que la institución educativa que eligieron realmente no es la más adecuada para ellos, o quizás su situación familiar haya cambiado. Ten en cuenta que no todos tus créditos y calificaciones se transfieren necesariamente de una institución a otra. Si tienes más preguntas, todas las universidades tienen una persona de contacto que puede responder tus preguntas sobre transferencias.

TRANSFERENCIAS

Estas herramientas pueden responder sus preguntas sobre la transferencia de una institución a otra:

- **The Transfer Handbook (Manual de transferencias)** en knowhow2goky.org/transfer/transfer_handbook.pdf.
- **The General Education Transfer Policy (Norma general de transferencias educativas)** en cpe.ky.gov/policies/academicinit/Transfer/.
- **The Kentucky Virtual Campus (campus virtual de Kentucky)** en www.kyvc.org.

Si tiene más preguntas, todas las universidades tienen una persona de contacto que puede responder sus preguntas sobre transferencias.



ABANDONAR LOS ESTUDIOS

En algún momento de sus carreras universitarias, muchos estudiantes piensan en abandonar la universidad. Los motivos pueden variar: no están preparados para el trabajo universitario, añoran su hogar, están mentalmente agotados, están siempre de fiesta, no tienen quién les aconseje, les resulta muy costoso, no pueden encontrar un equilibrio entre el trabajo y la universidad.

Pero existen personas que pueden aconsejarte. Debes tener un consejero. Si no lo tienes, quizás haya un profesor que realmente te guste. Si vives en el campus, habla con tu RA. Regresa a tu casa y habla con tus padres, habla con tu consejero o con tu profesor favorito de la escuela secundaria. Cualquiera cosa que decidas, no lo hagas solo.

Si, después de hablar con alguien de tu confianza, decides que abandonar la universidad es la única solución, date de baja inmediatamente. Habla con la oficina de ayuda financiera para averiguar si debes devolver la ayuda que has recibido y asegúrate de que la secretaría sepa que te has dado oficialmente de baja.

Procura hacerlo al final del semestre de modo de recibir los créditos de las asignaturas que hayas cursado. Así no tendrás que volver a cursar esas asignaturas si decides regresar a la universidad.

¿NECESITAS MÁS CONSEJOS?

¡Esperamos que esta guía te haya resultado útil! Podría ser una buena idea llevarla contigo cuando vayas al campus.

¡Buena suerte en tu carrera universitaria! Si necesitas más ayuda, visita el sitio web de tu universidad o llama al **Equipo de Acceso a la Universidad de KHEAA al 800.928.8926** o consulta nuestro sitio web, **kheaa.com**.



GLOSARIO

Acreditación (Accreditation): Proceso de revisión llevado a cabo por un organismo externo para determinar si una universidad o un programa en particular dentro de una universidad brinda un nivel aceptable de educación y preparación para sus estudiantes.

Acuerdo de reciprocidad (Reciprocity agreement): Acuerdo que permite a los estudiantes de ciertas áreas de un estado asistir a la universidad en un estado fronterizo con una matrícula reducida o igual a la de los residentes del estado.

Agregar/Dar de baja (Add/drop): Proceso mediante el cual puedes inscribirte para un curso adicional o darte de baja a un curso al que estás inscrito. También recibe el nombre de “Drop/Add”.

Asignaturas comunes (Core classes): Asignaturas básicas en áreas generales de estudio (matemáticas y lógica, estudios sociales, ciencias naturales, artes y humanidades, inglés, etc.) que los estudiantes están obligados a cursar a fin de tener una educación completa. Es posible que tu universidad las llame por otro nombre, por ejemplo, estudios generales.

Asistir como oyente (Audit): Cursar una asignatura sin recibir créditos por ella.

Asociado universitario - Título universitario de dos años (Associate's degree): Programa que consiste en cursar 64 horas crédito o más, con una duración de dos a tres años. Algunos preparan a los estudiantes para entrar al mercado laboral y otros preparan a los estudiantes para continuar estudiando para obtener el título de licenciado (bachelor's degree - título universitario de cuatro años).

Convalidación (Articulation): Transferencia de créditos de una universidad a otra. La mayoría de los estados tienen acuerdos de convalidación entre universidades públicas.

Consejero (Advisor): Integrante del plantel docente que te ayudará a decidir qué asignaturas cursar para obtener tu título. En general, la

universidad o el departamento correspondiente asignan un consejero a cada estudiante.

Consejero de Residencia (Resident advisor o RA): Persona que vive en el dormitorio para asegurar el cumplimiento de las reglas y aconsejar a los residentes de los dormitorios que tienen problemas para adaptarse a la vida universitaria.

Curso de desarrollo (Developmental course): Curso que pueden exigirte si la universidad cree que necesitas más preparación en lectura, escritura o matemáticas antes de cursar las asignaturas universitarias regulares. Tienes que pagar por estos cursos pero no obtienes créditos por ellos. También llamados cursos de recuperación.

Especialización (Major): Tu campo principal de estudio.

Estudiante de tiempo completo (Full-time student): Para un estudiante de grado, generalmente son 12 o más horas crédito.

Estudiante de tiempo parcial (Part-time student): En el caso de estudiantes de grado, normalmente se trata de un estudiante que cursa menos de 12 horas crédito.

Estudiante no residente (Nonresident student): A fines de matriculación, significa que no eres considerado residente del estado en el que se encuentra la universidad. En el caso de las universidades públicas, esto normalmente implica que tienes que pagar una tasa más alta de matrícula que un estudiante residente.

Estudiante residente (Resident student): A fines de matriculación, un estudiante que reside en el estado donde se encuentra la universidad. Ver también acuerdo de reciprocidad.

Estudios generales (General studies): Ver Asignaturas comunes.

Hora crédito (Credit hour): Unidad de medida que corresponde al número aproximado de horas que pasas en clase cada semana. La

asignatura para un curso de tres horas generalmente tendrá tres horas de clase por semana.

Inscripción continua (Continuous enrollment): Permanecer inscrito sin dejar de asistir a clases. En una universidad con un sistema de semestres, estás inscrito de continuo incluso si no asistes a clase durante el verano.

Licenciatura - Título universitario de cuatro años (Bachelor's degree): Programa que requiere 120 horas crédito o más y generalmente lleva entre cuatro y cinco años.

Optativas (Electives): Asignaturas que no tienes que cursar para cumplir con las asignaturas comunes, o los requisitos de la especialización (major) o sub-especialización (minor).

Plan de estudios (Degree program): Lista de cursos necesarios para obtener tu título.

Prerrequisito (Prerequisite): Asignatura que debes cursar y aprobar antes de poder inscribirte a otra.

Probatoria académica (Academic probation): Si tu GPA no alcanza el estándar de tu universidad, podrías pasar a probatoria académica. Generalmente, esto significa que tendrás que subir tus calificaciones en el próximo semestre o trimestre.

Programa de Certificación (Certificate program): Programa que generalmente consiste en 10 - 40 horas crédito que te prepara para trabajar en un campo específico.

Programa de diplomado (Diploma program): Programa más largo que el programa de certificación pero más corto que la carrera de asociado universitario.

Programa del curso (Syllabus): Guía escrita de una asignatura que generalmente incluye las fechas especiales (pruebas, trabajos y proyectos) y explica la filosofía de calificaciones del docente.

Receso académico (Intersession): Breve período entre semestres o entre el final del semestre de primavera y el comienzo del trimestre de verano.

Recuperación (Remediation): Ver curso de desarrollo.

Rendimiento académico satisfactorio (Satisfactory academic progress): Avanzar hacia la obtención de un título. Cada universidad establece sus propios criterios de rendimiento académico satisfactorio. Normalmente se exige cumplir con esos criterios para continuar recibiendo ayuda financiera o para seguir inscrito.

Secretaría (Registrar): La oficina en el campus responsable de todos los expedientes de los estudiantes relacionados con la inscripción, culminación de la carrera, honores de estudiantes y expedientes académicos.

Semestre (Semester): Probablemente la forma más común de división del año lectivo. Las universidades generalmente tienen un semestre de otoño y un semestre de primavera y, a menudo, un período de verano entre ellos.

Sistema cuatrimestral (Trimester): Sistema menos común de división del año lectivo en tres períodos.

Solicitud gratuita de ayuda federal para estudiantes (FAFSA): La Solicitud gratuita de ayuda federal para estudiantes o FAFSA se usa para solicitar ayuda financiera federal y estatal. Debes presentar la solicitud todos los años.

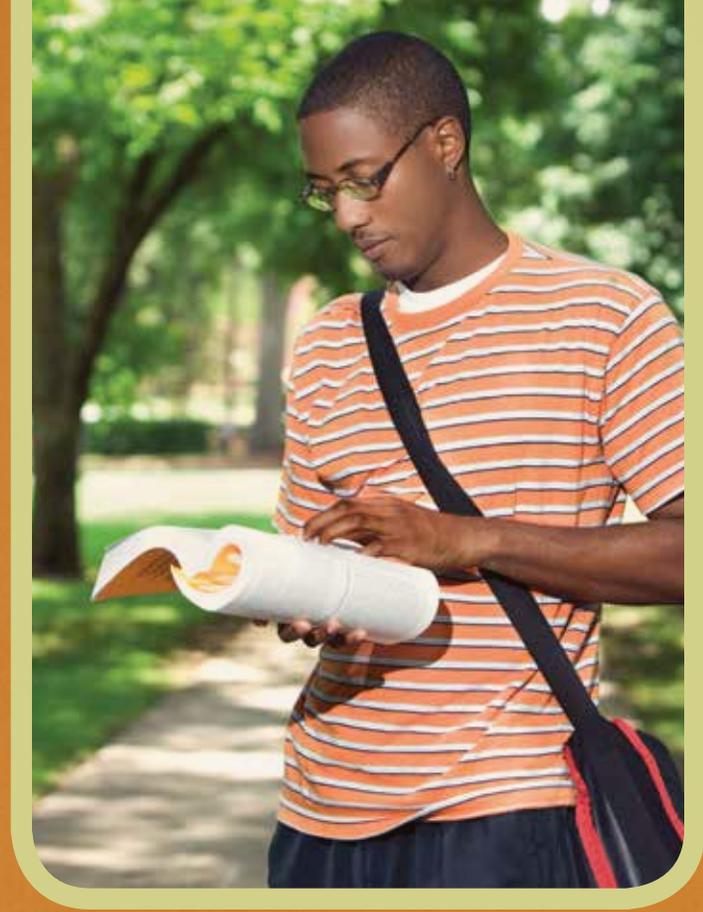
Sub-especialización (Minor): Tu campo secundario de estudio.

Suspensión académica (Academic suspension): Si no subes tus calificaciones estando en probatoria académica, podrías pasar a suspensión académica. Generalmente, se te exigirá que no participes durante un semestre o trimestre.

Tesorería (Bursar): Oficina en el campus que maneja los asuntos financieros, lo que incluye facturación, cobro de matrículas y cuotas, alojamiento y comida y otros cargos.

Trimestre (Quarter): Otro sistema bastante común de cursos. La mayoría de las universidades con sistema trimestral dividen el año lectivo en cuatro períodos: trimestre de otoño, invierno, primavera y verano.

Verificación (Verification): Proceso mediante el cual la información brindada por ti y tus padres en la solicitud FAFSA es confirmada para asegurar que sea correcta.



KHEAA puede ayudarte con tu planificación para la universidad y la ayuda financiera. Pregúntanos cómo.

www.kheaa.com
800.928.8926

El contenido de este libro fue desarrollado con una subvención del Departamento de Educación. No obstante, dicho contenido no refleja necesariamente la política del Departamento de Educación y no se debe asumir que fueron aprobados por el Gobierno Federal. Copyright © 2013 de KHEAA. Todos los derechos reservados. KHEAA es un empleador que garantiza la Igualdad de Oportunidades de Empleo (EEO). Impreso 9/13.

Abaníquenosen Facebook:
<http://bit.ly/KHEAAfacebook>

