



UNIVERSIDAD
SAN SEBASTIAN

VICERRECTORÍA DE
DESARROLLO ESTUDIANTIL



Actividades extracurriculares y Experiencia Universitaria: ¿Por qué debemos potenciarlas?

¿Qué son las actividades extracurriculares?

Son instancias o eventos en que los/as estudiantes participan y que no forman parte de su malla curricular, aun cuando pueden ocurrir al alero de la Universidad. Algunas de estas actividades pueden estar estrechamente relacionadas a las carreras que los/as alumnos/as estudian, permitiéndoles trabajar talentos, intereses y habilidades sociales de manera complementaria a sus programas. Ejemplos de actividades extracurriculares son la participación en agrupaciones sociales, deportes, actividades científicas, religiosas o culturales y voluntariados o trabajo pagado, entre otros (Thompson, 2013; Buckley y Lee, 2018). La USS reconoce el valor de las actividades extracurriculares, por lo que registra las más significativas y verificables en el curriculum de vida universitaria, que luego permite a los estudiantes certificar estas experiencias.

¿Cuál es el valor de las actividades extracurriculares?

La experiencia en Educación Superior no solo considera la adquisición de conocimientos técnicos, sino además el desarrollo de habilidades y actitudes para que los/as estudiantes puedan desenvolverse activamente en el dinamismo mercado laboral y la vida social (Buckley, 2018). Las actividades extracurriculares representan conocimiento práctico en forma experiencial; se reconocen como aprendizaje significativo e informal que potencia las competencias de los/as alumnos, impactando positivamente en su experiencia universitaria y vida laboral (Jackson, 2011; Barnett, 2010).

¿Cómo impactan las actividades extra-curriculares en la Experiencia Universitaria?

La evidencia indica un impacto positivo de las actividades extracurriculares en el desempeño académico y psicosocial del/la estudiante. Desde una perspectiva académica, estas instancias

permiten a los/as alumnos/as poner en práctica los conocimientos adquiridos en el aula, generando un escenario propicio para preguntarse por su desarrollo profesional, afinar sus intereses y orientar sus expectativas laborales (Thompson, 2013).

Asimismo, tras su participación en ellas, los/as estudiantes desarrollan habilidades y actitudes que complementan su desarrollo académico, tales como: manejo del tiempo, capacidad de organización, trabajo en equipo y liderazgo, entre otros (Larson et al., 2006). En este marco, incluso existe evidencia de un aumento en los niveles de autoconfianza académica tras participar en instancias extracurriculares, ya que en estos espacios los/as estudiantes ponen en evidencia sus habilidades y talentos frente a pares.

Desde lo psicosocial, las actividades extracurriculares contribuyen al desarrollo de una mayor capacidad de resiliencia de los/as alumnos/as y al fortalecimiento de su salud mental (Chan, 2016), además de favorecer la definición de su identidad como adultos, potenciar sus posibilidades de construir redes de amistad y su capacidad de ajustarse a distintos escenarios, normas y expectativas (Stuart et al., 2011). Al mismo tiempo, promueven un mayor sentido de pertenencia hacia la Universidad porque permiten a los/as estudiantes integrarse de mejor forma a la comunidad y vida universitaria (Tieu et al., 2010; Shaulskiy, 2016).

La adquisición de estas habilidades facilita la integración de los/as estudiantes en los momentos de transición hacia la universidad y mercado laboral (Stuart, 2011). En cuanto a este último aspecto, estas instancias permiten desarrollar competencias para la empleabilidad altamente demandadas por el mercado laboral, tales como: resolución de problemas, comunicación asertiva, jerarquización de necesidades, capacidad de influir en otros, trabajo en equipo y autogestión en general (Huang y Chang, 2004; Thompson, 2013).

Planificación del Desarrollo Personal (PDP): una estrategia para potenciar los efectos de las actividades extracurriculares en la Experiencia Universitaria.

Cualquier iniciativa que busque promover la participación de estudiantes en actividades extracurriculares debe considerar un sistema de seguimiento para fomentar una participación estratégica de los/as alumnos/as en estas instancias, considerando el tipo de actividad a desarrollar y la inversión de tiempo en ella (Buckley, 2018). En este sentido, la evidencia sugiere que la calidad de la participación es más relevante que la cantidad (Wolf-Wendel, Ward y Kinzie, 2009). Es decir, es deseable un equilibrio entre actividades curriculares y extracurriculares.

La PDP se plantea como un método de orientación que permite a los/as estudiantes reflexionar sobre su trayectoria formativa en la universidad. Su objetivo es que los/as alumnos/as consideren cómo las actividades curriculares y extracurriculares desarrolladas, y las habilidades y actitudes desplegadas en estos espacios, se vinculan a sus intereses, objetivos y carrera profesional (Quality Assurance Agency (QAA), 2009).

Dentro de los principales beneficios de este método se encuentra el potenciar la motivación de los estudiantes con sus proyectos profesionales y fortalecer la transición a la vida laboral (Monks et al., 2006). Por otro lado, permite a la Universidad detectar quiénes de sus alumnos/as no participan de estas instancias para generar un mecanismo de incentivo y apoyo. Esto último es fundamental, considerando que como USS nos planteamos la tarea de entregar oportunidades a todos/as nuestros estudiantes para potenciar su experiencia universitaria.

Referencias

- Barnett, R. (2010). *Life-wide education: A new and transformative concept for higher education? In: E-proceeding: Enabling a more complete education. Encouraging, recognising and valuing life-wide learning in higher education, April 2010, University of Surrey, UK.*
- Buckley, P., Lee, P. (2018). *The impact of extra-curricular activity on the student experience. Active Learning in Higher Education.*
- Chan Y-K. (2016). *Investigating the relationship among extracurricular activities, learning approach and academic outcomes: A case study. Active Learning in Higher Education 17(3): 223–233.*
- Huang, Y.-R., Chang, S.-M. (2004). *Academic and co-curricular involvement: Their relationship and the best combinations for student growth. Journal of College Student Development, 45(4), 391–406.*
- Jackson, N. (2011). *Recognising a more complete education through a Life-wide Learning Award. Higher Education, Skills and Work-Based Learning 1(3): 247–61.*
- Larson R.W., Hansen D.M., Moneta, G. (2006). *Differing profiles of developmental experiences across types of organized youth activities. Developmental Psychology 42(5): 849–863*
- Monks, K., Conway, E., Ni Dhuineain, M. (2006). *Integrating personal development and career planning. The outcomes for first year undergraduate learning. Active Learning in Higher Education 7(1): 73–86.*
- Quality Assurance Agency (QAA). (2009). *Personal Development Planning: Guidance for institutional policy and practice in Higher Education. Gloucester: The Quality Assurance Agency for Higher Education.*
- Stuart, M., Lido, C., Morgan, J., Solomon, L., & May, S. (2011). *The impact of engagement with extracurricular activities on the student experience and graduate outcomes for widening participation populations. Active Learning in Higher Education, 12(3), 203-215.*
- Shaulskiy, S. L. (2016). *Belonging Beyond the Classroom: Examining the Importance of College Students' Sense of Belonging to Student Organizations for Student Success. Ohio University*
- Thompson, L. J., Clark, G., Walker, M., Whyatt, J. D. (2013). *'It's just like an extra string to your bow': Exploring higher education students' perceptions and experiences of extracurricular activity and employability. Active Learning in Higher Education, 14(2), 135-147.*
- Tieu, T., Pancer, S., Pratt, M. (2010). *Helping out or hanging out: The features of involvement and how it relates to university adjustment. Higher Education 60: 343–55*
- Wolf-Wendel, L., Ward, K., & Kinzie, J. (2009). *A tangled web of terms: The overlap and unique contribution of involvement, engagement, and integration to understanding college student success. Journal of College Student Development, 50(4), 407-428.*