

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

ESCUELA DE POSTGRADO

MAESTRIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR



HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DEL
INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO RICARDO
PALMA – CUSCO, 2011

**Tesis presentada por la Bachiller:
ROXANA CARMELA GARCIA SEGOVIA**

**Para optar el Grado Académico de
MAGÍSTER EN EDUCACIÓN SUPERIOR**

AREQUIPA - PERÚ

2016

*"Invertir esfuerzo en la lectura; tiene ganancia
asegurada, nulo riesgo y mucha
rentabilidad".*



Anónimo

*“Allin yuyaywan, ch’uya sunquwan, kallpanchista
mat’ipaspa, ch’ulla runa hinalla,
llaqtanchiskunata t’ikarichina”*

La Autora

A Dios todopoderoso. Por el don de vida que me dio, y a mis queridos padres Carmela y Nicolás por ser la luz orientadora en mi camino

A mi hijo Trisvert. Por ser mi orgullo y fortaleza para seguir adelante en el sendero de la vida, y a mis niños y niñas por darme la oportunidad de estar con ellos, y ser su guía y parte de su formación integral

ÍNDICE

DEDICATORIA
RESUMEN
ABSTRACT
INTRODUCCIÓN

	PÁG:
CAPITULO ÚNICO: RESULTADOS	
CUADROS Y GRÁFICOS DE INTERPRETACIÓN	15
DISCUSIÓN	33
CONCLUSIONES	36
SUGERENCIAS	37
PROPUESTA	38
BIBLIOGRAFÍA	108
ANEXOS	
ANEXO N° 1: PROYECTO DE TESIS	111
ANEXO N° 2: FORMATO DE PREGUNTAS	140
ANEXO N° 3: FOTOGRAFÍAS DE APLICACIÓN DEL FORMATO DE PREGUNTAS	173

RESUMEN

En la presente investigación los hábitos de estudio están definidos como las distintas acciones emprendidas por el estudiante para adquirir conocimientos a través de sus apuntes en clase, libros de texto, guías entregadas por el profesor, páginas de Internet o cualquier fuente consultada para este fin y así alcanzar una meta propuesta por él mismo.

Como objetivo general se ha propuesto: Comprobar la influencia de los hábitos de estudio en el aprendizaje de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco

Para lograr buenos hábitos de estudio se sugiere:

- Ambiente de Estudio: Ventilado, sin ruidos ni distractores
- Horario de estudio: Organización del tiempo
- Comportamiento durante las Clases: Estar atento, tomar notas, participar.
- Actitud en el desarrollo de trabajos académicos: Actitud positiva el área o curso así como ante la vida, incluso ante los problemas.
- Preparación para los Exámenes: Utilizar diferentes técnicas para estudiar
- Actitud frente al Estudio: Estudiar todos los días

Las principales conclusiones a las que se han arribado con la investigación realizada son las que a continuación se detallan:

PRIMERA: La falta de hábitos de estudio influye significativamente en el aprendizaje académico de los estudiantes del Instituto Superior Pedagógico “Ricardo Palma” del Cusco.

SEGUNDA: Está demostrado que, tener inadecuados hábitos de estudio conlleva a un nivel bajo de aprendizajes.

TERCERA: Factores como: El ambiente de estudio, comportamiento durante las clases, actitud frente al estudio y preparación para los exámenes de los estudiantes influyen significativamente en su aprendizaje.

Finalmente para afianzar y consolidar la aplicación de los resultados se alcanzan las siguientes recomendaciones:

PRIMERA: Se recomienda que el Instituto Superior Pedagógico” Ricardo Palma” del Cusco, desarrolle una reingeniería, con el desarrollo de un agresivo fortalecimiento de hábitos de estudio mediante la implementación de proyectos, programas, cursos y talleres para revertir esta situación preocupante.

SEGUNDA: Promover la mejora de hábitos de estudio desarrollando el trabajo en equipo, y un comportamiento responsable y autorregulado frente al estudio; para alcanzar altos niveles de aprendizaje.

TERCERA: Se recomienda que el Instituto Superior Pedagógico” Ricardo Palma” del Cusco mejorar ostensiblemente el ambiente de estudio, comportamiento durante las clases, actitud frente al estudio y preparación para los exámenes de los estudiantes, mediante el desarrollo de la propuesta planteada sobre técnicas de estudio.



ABSTRAC

In this research the study habits are defined as the various actions undertaken by the student to acquire knowledge through their notes in class, textbooks, guides delivered by professor, Web pages, or any source consulted for this purpose and so achieve a target proposed by the same.

As general objective has been proposed: Check the influence of the study habits in the learning of the students of the sixth and tenth semesters of the academic year 2011 of the Private Higher Educational Institute "Ricardo Palma" of the city of Cusco

To achieve good study habits are suggested:

Study Environment: Airy, without noise or distractors

Hours of study: Organization of the time

Behavior during classes: Be attentive, take notes, participate.

Attitude in the development of academic works: positive attitude the area or course as well as in life, even in the face of the problems.

Preparation for the examinations: Use different techniques to study

Attitude to the study: to study every day

The main conclusions that have been reached with the investigation are those that are listed below:

FIRST : The lack of study habits significantly influences the academic learning of the students of the Higher Educational Institute "Ricardo Palma" of Cusco.

SECOND: It has been demonstrated that have inadequate study habits leads to a low level of programming.

THIRD : Factors such as: The study environment, behavior during classes, attitude toward the study and preparation for the exams of the students significantly influence their learning.

Finally to strengthen and consolidate the application of the results are to be achieved the following recommendations:

FIRST: It is recommended that the Higher Educational Institute" Ricardo Palma" of Cusco, develop a reengineering, with the development of an aggressive strengthening study habits through the implementation of projects, programs, courses and workshops to reverse this disturbing situation.

SECOND: Promote the improvement of study habits develop teamwork, and a responsible behavior and self-regulated compared to study; to achieve high levels of learning.

THIRD: It is recommended that the Higher Educational Institute "Ricardo Palma" of Cusco significantly enhance the learning environment, behavior during classes, attitude toward the study and preparation for the exams of the students, through the development of the proposal raised on study techniques



INTRODUCCIÓN

Señor Director de la Escuela de Postgrado de la Universidad Católica de Santa María y señores miembros del jurado.

Conocedores del bajo nivel de aprendizaje en los estudiantes de los institutos superiores pedagógicos; causada por una serie de factores que intervienen en su formación académica: la capacidad general para el aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación, los hábitos de estudio y otros; descritas y explicadas ampliamente en el capítulo referido al problema de investigación; y estar informado que uno de los objetivos de la Educación Superior es la de formar integralmente al educando. Por tales motivos hemos decidido desarrollar el presente trabajo de investigación intitulada “Hábitos de Estudio en los Estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma – Cusco, 2011”; como una estrategia para mejorar el nivel académico de los estudiantes del Nivel Superior; cumpliendo con las disposiciones establecidas para Optar el Grado de Magíster en Educación Superior, el mismo que ponemos a vuestra respetable consideración.

Las diferentes estrategias del alumno (cómo estudiar, dónde estudiar, cuándo estudiar, etc), permite una buena calidad de rendimiento académico, esto quiere decir, un verdadero aprendizaje, el cual sólo se logrará mediante la comprensión de los conocimientos, previo análisis y reflexión de los mismos; para ello es necesario

que el estudiante tenga habilidades de estudio, es decir utilice buenos métodos, técnicas y estrategias de estudio.

Frente a lo expuesto, nuestra investigación tiene por finalidad determinar el grado de influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco.

Se han realizado una serie de estudios expuestos en investigaciones, artículos y libros sobre hábitos de estudio principalmente. Sin embargo, el presente estudio pretende dar la aplicación práctica de los hábitos de estudio en Educación Superior

La investigación de esta problemática social se realizó por el interés de conocer la importancia de los hábitos de estudio en el logro de aprendizajes. Por consiguiente el éxito en el estudio no sólo depende de la inteligencia y del esfuerzo, sino también de la eficiencia de los hábitos de estudio.

Profundizar la investigación desde la perspectiva pedagógica, fue un interés académico y profesional.

La investigación se realizó con una serie de entrevistas a estudiantes y docentes del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” del Cusco, es decir, a informantes clave. Un informante clave es una característica de la muestra no probabilística conocida como intencional. Este tipo de muestra fue el que empleamos

en la metodología para nuestro estudio. Una vez recolectado los datos, estos se sistematizarán estadísticamente para el análisis, interpretación y conclusiones finales.

La investigación realizada es de tipo aplicada, de nivel de investigación descriptiva comparativa; y de diseño transeccional correlacional.

El objetivo general de la investigación ha sido:

Comprobar la influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco.

La presente investigación presenta como capítulo único los resultados y estudio de información por variable e indicadores, propuestas de conclusiones y sugerencias. Finalmente bibliografía y anexos.

Sin duda los resultados de esta labor investigativa, además de permitir obtener el grado de Magíster, constituye una fuente de información, muy útil para resolver en gran medida el problema de bajo rendimiento académico en Educación Superior.

Finalmente, cabe indicar que para el desarrollo de la tesis se han empleado opiniones de especialistas de educación superior y magísteres de educación, las cuales han sido complementadas con apreciaciones del investigador, a fin de desarrollar cada uno de los puntos de la investigación de una manera clara y precisa.

Arequipa, agosto del 2015

La Autora



CAPÍTULO ÚNICO

RESULTADOS

ESTUDIO DE INFORMACIÓN POR VARIABLES E INDICADORES

**TEST; APLICADO A LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO SUPERIOR
PEDAGÓGICO RICARDO PALMA DEL CUSCO**

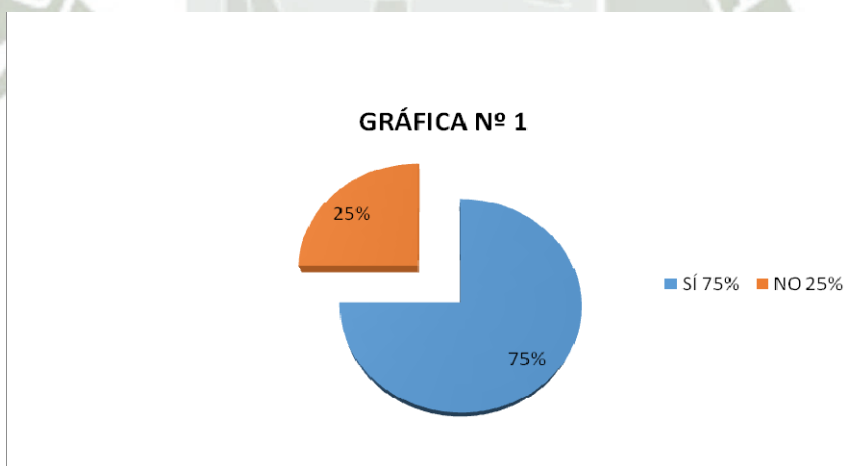
CUADRO N° 01

PREGUNTA 1. ¿CREES QUE ES IMPORTANTE SABER ESTUDIAR?

INDICADOR: ACTITUD FRENTE AL ESTUDIO

Categoría o criterio	Hi	Hi	Pi
SÍ	37	0.75	75%
NO	13	0.25	25%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 75% de los encuestados manifiestan la importancia de saber estudiar. El 25% no toma en cuenta la importancia de saber estudiar.

Resulta inadmisibles que existan estudiantes de nivel superior que no tomen en cuenta la importancia de saber estudiar que consideramos que pueda deberse a la falta de conocimientos acerca de los resultados de buenos hábitos de estudio.

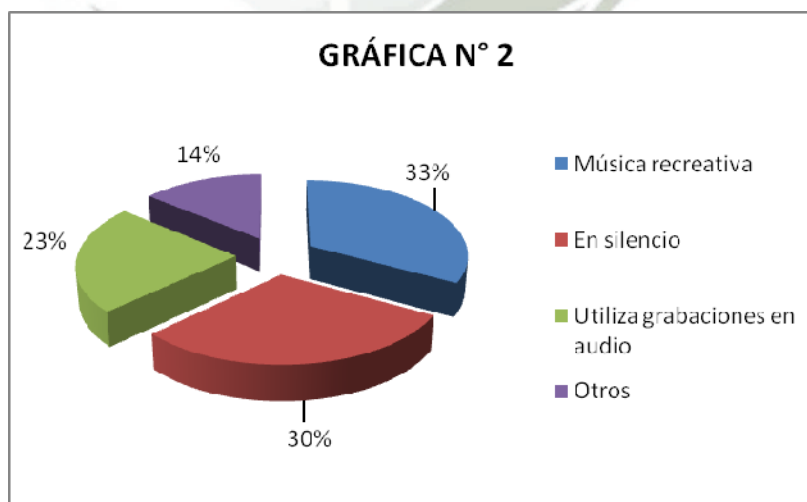
CUADRO N° 02

PREGUNTA: 2. ¿CÓMO ESTUDIA UD?

INDICADOR: AMBIENTE DE ESTUDIO

Categoría	Hi	hi	Pi
Música recreativa	16	0.33	33%
En silencio	15	0.3	30%
Utiliza grabaciones en audio	12	0.23	23%
Otros	7	0.14	14%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



Del total de encuestados un 33% prefiere la música recreativa durante su estudio. El 30% lo realiza en silencio; el 23% utiliza grabaciones de audio relativos al tema de estudio coadyuvando su aprendizaje; el 14% manifiesta estudiar de otra forma, sin buscar un ambiente o situación adecuada.

Frente a estos resultados podemos manifestar que no existe una sola forma de estudiar y que el alumno escoge a su manera una, que cree que es la mejor; sin embargo sería necesario que se realicen estudios sobre las bondades de cada uno de éstos para que sean parte de su hábito de estudio.



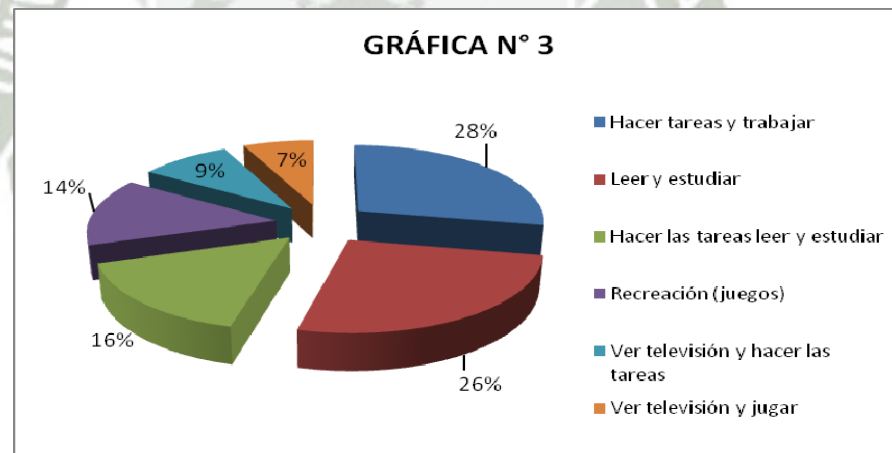
CUADRO N° 03

PREGUNTA: 3. EN LAS TARDES DESPUÉS DE ALMORZAR ¿A QUÉ TE DEDICAS?

INDICADOR: HORARIO DE ESTUDIOS

Categorías	Hi	hi	Pi
Hacer tareas y trabajar	14	0.28	28%
Leer y estudiar	13	0.26	26%
Hacer las tareas leer y estudiar	8	0.16	16%
Recreación (juegos)	7	0.14	14%
Ver televisión y hacer las tareas	5	0.09	09%
Ver televisión y jugar	3	0.07	07%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 28% de los estudiantes en Formación Profesional hacen tareas y trabajan por ser su principal fuente de ingreso para su sustento personal y profesional. El 26% lee y estudia durante la tarde, por ser el único tiempo y espacio disponible para cumplir dicha actividad. El 16% se dedica a hacer tareas, leer y estudiar en forma alternada. Un porcentaje menor se dedica a ver televisión y hacer tareas.

Los resultados nos demuestran, que es variable el comportamiento de los estudiantes en horas de la tarde; mientras que unos trabajan y otros estudian o hacen tareas; no existe un horario específico para el estudio que nosotros pudiéramos considerar como buenos hábitos de estudio.



CUADRO N° 04

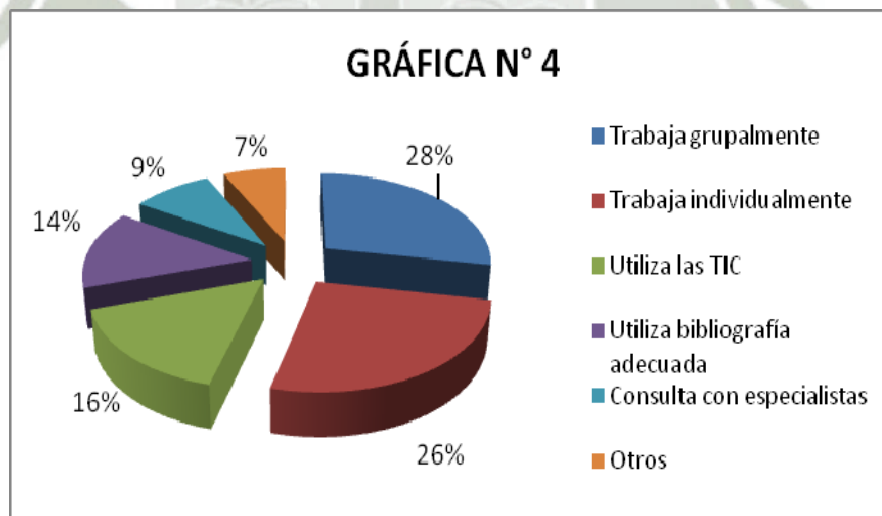
PREGUNTA: 4. ¿CÓMO HACE SUS TAREAS?

INDICADOR: ACTITUD EN EL DESARROLLO DE TRABAJOS

ACADÉMICOS

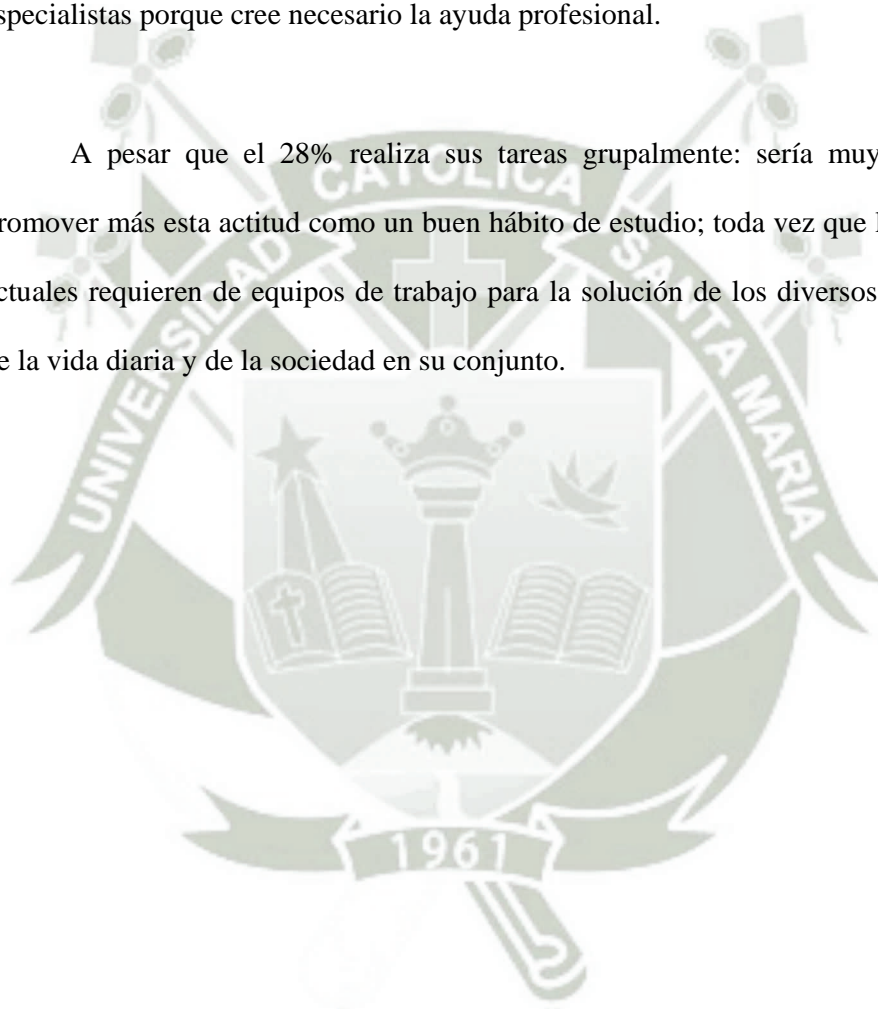
Categorías	Hi	hi	Pi
Trabaja grupalmente	14	0.28	28%
Trabaja individualmente	13	0.26	26%
Utiliza las TIC	8	0.16	16%
Utiliza bibliografía adecuada	7	0.14	14%
Consulta con especialistas	5	0.09	09%
Otros	3	0.07	07%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 28% realiza sus tareas grupalmente porque les permite socializar ideas trabajando en grupo logrando buenos resultados en sus aprendizajes, paralelamente un porcentaje similar trabaja individualmente por tener estrategias propias. El 16% utiliza las TICs para ampliar sus conocimientos frente a una determinada tarea. El 14% utiliza bibliografía adecuada para desarrollar sus tareas, solo el 9% consulta con especialistas porque cree necesario la ayuda profesional.

A pesar que el 28% realiza sus tareas grupalmente: sería muy coherente promover más esta actitud como un buen hábito de estudio; toda vez que los tiempos actuales requieren de equipos de trabajo para la solución de los diversos problemas de la vida diaria y de la sociedad en su conjunto.



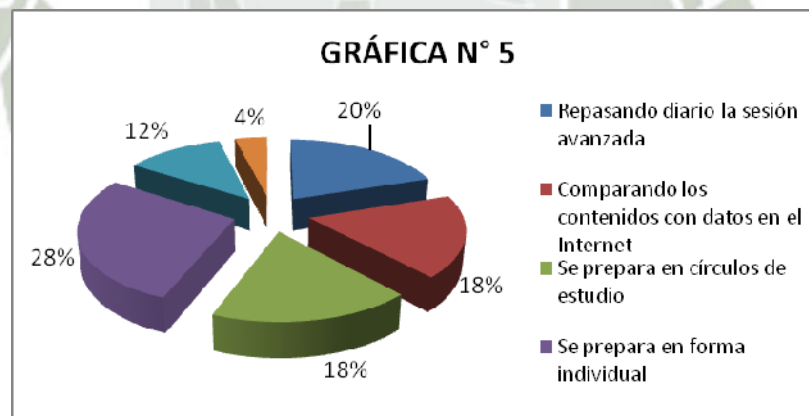
CUADRO N° 05

PREGUNTA 5. ¿CÓMO SE PREPARA PARA SUS EXÁMENES?

INDICADOR: PREPARACIÓN PARA LOS EXÁMENES

Categorías	Hi	hi	Pi
Repasando diario la sesión avanzada	10	0.2	20%
Comparando los contenidos con datos en el Internet	9	0.18	18%
Se prepara en círculos de estudio	9	0.18	18%
Se prepara en forma individual	14	0.28	28%
Consulta con especialistas	6	0.12	12%
Otros	2	0.04	04%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 20% prefiere repasar diariamente las sesiones avanzadas lo cual le facilita obtener buenos resultados en sus exámenes. El 18% compara contenidos con la información que le ofrece las TICs similar porcentaje participa en círculos de estudio para interactuar e intercambiar ideas frente al tema de estudio. El 28% manifiesta que

la mejor forma de preparación para un examen es la preparación individual, solo el 4% acude a un especialista en el tema, quien les permite deslindar conceptos e ideas.

En el cuadro se puede notar que existe una diversidad de maneras de prepararse para los exámenes, observándose que sólo el 20% repasa a diario las sesiones avanzadas lo que nos parece muy preocupante lo que nos motiva a realizar capacitación a los estudiantes del nivel superior en buenos hábitos de estudio.



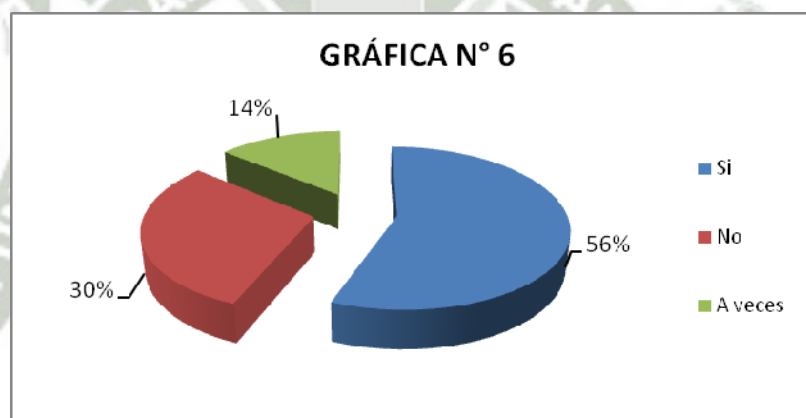
CUADRO N° 06

PREGUNTA: 6. ¿LLEGAS TEMPRANO A CLASES?

INDICADOR: HORARIO DE ESTUDIO

Categorías	Hi	hi	Pi
Si	28	0.56	56%
No	15	0.30	30%
A veces	7	0.14	14%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 56% manifiesta asistir temprano,. El 30 % no llega temprano a su Centro de Estudios. El 14% a veces llega temprano por priorizar otras actividades de trabajo y / o recreativas.

A pesar que el 56% de estudiantes llega temprano a sus labores es necesario que se mejore el nivel de puntualidad porque es parte de su formación y futuro ejercicio profesional.

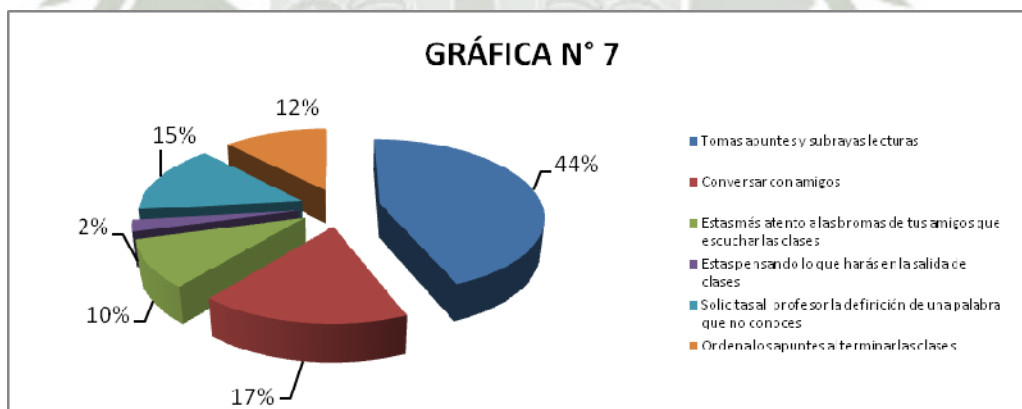
CUADRO 07

PREGUNTA 7.- ¿CÓMO ES TU ACTITUD DURANTE LAS CLASES?

INDICADOR: COMPORTAMIENTO DURANTE LAS CLASES

Categorías	Hi	hi	Pi
Tomas apuntes y subrayas lecturas	18	0.36	36%
Conversar con amigos	7	0.14	14%
Estas más atento a las bromas de tus amigos que escuchar las clases	4	0.08	8%
Estas pensando lo que harás en la salida de clases	10	0.2	2%
Solicitas al profesor la definición de una palabra que no conoces	6	0.12	12%
Ordena los apuntes al terminar las clases	5	0.1	10%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP – 2011



El 36% toma apuntes y otros datos. El 14% conversa con sus amigos durante sus clases no toma interés durante el desarrollo de un tema. El 12% muestra interés frente a un tema o palabra desconocida pidiendo ser aclarada por el docente. El 10% ordena apuntes al terminar las clases y así facilitar su aprendizaje. El 8% prioriza la

vida social durante el dictado de clases. El 2% está pensando en la que hará luego de la salida de clases.

En los resultados de la encuesta se observa que un buen porcentaje se preocupa en conversar o estar atento a las bromas de su amigo y otros; y sólo el 36 % está abocado a tomar apuntes, subrayar, etc. Es decir estar atento a las explicaciones del Profesor. Esto significa que es necesaria una reingeniería en los hábitos de estudio para revertir esta situación preocupante.



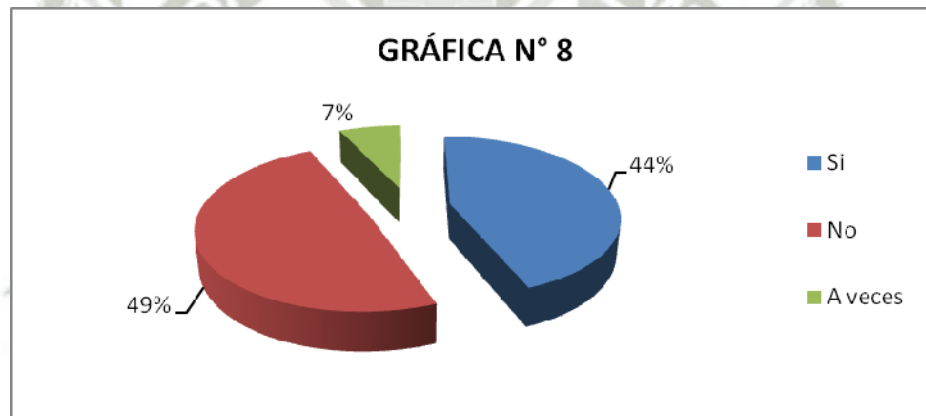
CUADRO 08

PREGUNTA 8. ¿CREES QUE TENIENDO HÁBITOS DE ESTUDIO EN LAS ÁREAS DE APRENDIZAJE SE APRENDE DE MEJOR MANERA?

INDICADOR: ACTITUD FRENTE AL ESTUDIO

Categorías	Hi	hi	Pi
Si	22	0.44	44%
No	24	0.49	49%
A veces	4	0.07	07%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 49% manifiesta que los hábitos de estudios no son importantes para obtener un mejor aprendizaje; sin embargo, un 44% si le da valor a la importancia de los hábitos de estudio. El 7% manifiesta que los hábitos de estudio son medianamente importantes.

Al realizar el análisis del cuadro se observa la preocupante realidad de que sólo el 44% expresa que se mejorarían los aprendizajes con los hábitos de estudio. Por lo que es de suma importancia impulsar las estrategias de buenos hábitos de estudio para la mejora de aprendizajes de calidad que contribuyan a la buena formación profesional de los estudiantes de educación superior

CUADRO N° 09

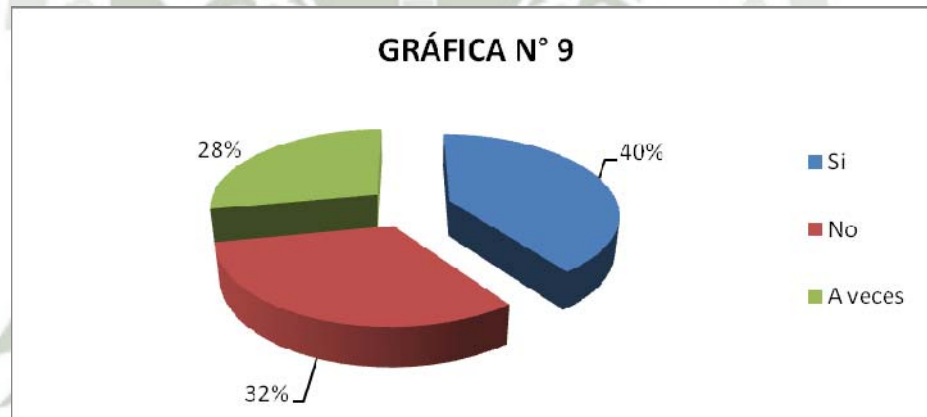
PREGUNTA 9. ¿AVERIGUA LAS PALABRAS QUE NO CONOCE?

INDICADOR: ACTITUD EN EL DESARROLLO DE TRABAJOS

ACADÉMICOS

Categorías	Hi	hi	Pi
Si	20	0.4	40%
No	16	0.32	32%
A veces	14	0.28	28%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 40% prioriza averiguar las palabras nuevas y/o desconocidas para contextualizar ideas y tener una mejor comprensión de los textos leídos. El 32% no cree necesario averiguar las palabras desconocidas, demostrando así la poca comprensión de los textos leídos. El 28% lo hace cuando cree necesario no así por afianzar su aprendizaje.

A la luz de los resultados de la encuesta se demuestra que menos del 50% de estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma del Cusco averigua sobre el significado de las palabras que no conoce; lo que evidencia una vez más el bajo nivel de conocimiento y práctica de los hábitos de estudio

CUADRO N° 10

**PREGUNTA: 10. ¿TU COMPORTAMIENTO EN TU CENTRO DE ESTUDIO
ES IGUAL QUE EN TU CASA?**

INDICADOR: COMPORTAMIENTO DURANTE LAS CLASES

Categorías	Hi	hi	Pi
Si	22	0.44	44%
No	22	0.44	44%
A veces	8	0.12	12%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 44% manifiesta que su comportamiento es igual, indicando que mantiene su personalidad en ambos lugares. El mismo porcentaje opina lo contrario. El 12 % trata de mostrarse distinto de acuerdo a las circunstancias.

Los resultados del presente cuadro nos llevan a concluir que los estudiantes, en un 44% tienen comportamiento diferente en su centro de estudios solo por cumplimiento a los reglamentos, lo que parece inaudito; toda vez que el comportamiento es parte de la personalidad de un individuo que debería ser el mismo sea dentro o fuera de una Institución educativa; por lo que será necesario afianzar y consolidar estrategias de comportamiento adecuado.

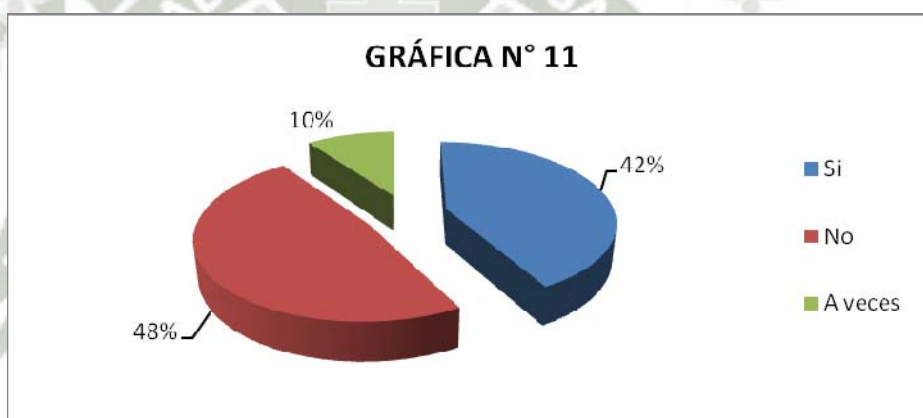
CUADRO N° 11

PREGUNTA 11. ¿REVISAS SUS APUNTES EL MISMO DÍA DE EXÁMENES?

INDICADOR: PREPARACIÓN PARA LOS EXÁMENES

Categorías	Hi	hi	Pi
Si	21	0.42	42%
No	24	0.48	48%
A veces	5	0.1	10%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 48% no revisa sus apuntes, mientras que el 42% revisa sus apuntes para fortalecer sus saberes. Un 10% revisa sus apuntes cuando cree que es necesario.

En el cuadro se observa que el 42% de estudiantes revisa sus apuntes el mismo día de los exámenes, lo que no debería ser, demostrando así la poca responsabilidad en sus estudios; quedando pendiente un agresivo fortalecimiento de hábitos de estudio.

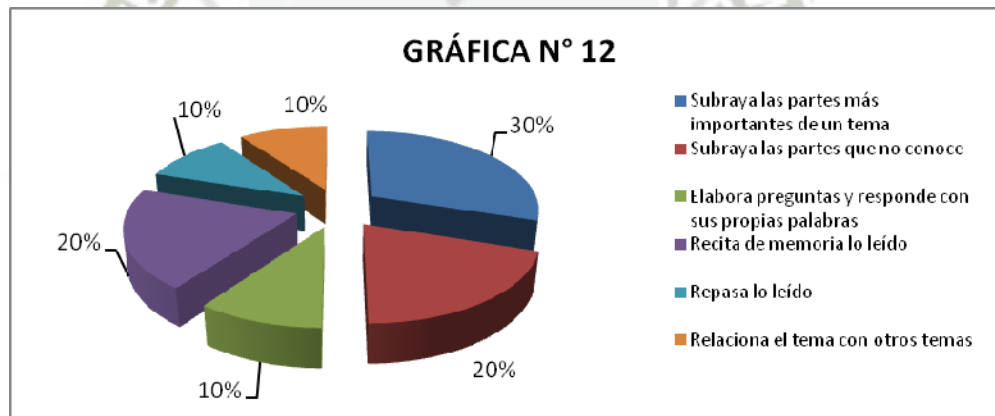
CUADRO N° 12

PREGUNTA 12. ¿QUÉ ESTRATEGIA UTILIZA EN EL ESTUDIO?

INDICADOR: ACTITUD FRENTE AL ESTUDIO

Categorías	Hi	hi	Pi
Subraya las partes más importantes de un tema	15	0.3	30%
Subraya las partes que no conoce	10	0.2	20%
Elabora preguntas y responde con sus propias palabras	5	0.1	10%
Recita de memoria lo leído	10	0.2	20%
Repasa lo leído	5	0.1	10%
Relaciona el tema con otros temas	5	0.1	10%
Total	50	1.00	100%

FUENTE : HABISP - 2011



El 30% subraya las partes más importantes de un texto leído, para facilitar su aprendizaje. El 20% subraya las partes que no conoce; paralelamente un 20% recita de memoria lo leído. Un 10% repasa lo leído y otros 10% relaciona el tema con otros temas.

Al observar los resultados del cuadro estadístico se evidencia que existe diferentes estrategias de estudio de parte de los estudiantes; pero lo que llama la

atención es que solo un 10% elabora preguntas y responde con sus propias palabras. Y solo otros 10% repasa lo leído y relaciona el tema con otros temas siendo estas estrategias que favorecen al aprendizaje significativo.

Con los resultados de los diferentes ítems de la encuesta queda demostrado que los hábitos de estudio influyen en el rendimiento académico de los estudiantes del instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma del Cusco; por lo que será necesario implementar una investigación cuasiexperimental de la significatividad de los buenos hábitos de estudio.



DISCUSIÓN

LOS HÁBITOS DE ESTUDIO

El 75% de los encuestados manifiestan la importancia de saber estudiar. El 25% no toma en cuenta la importancia de saber estudiar. Resulta inadmisibles que existan estudiantes de nivel superior que no tomen en cuenta la importancia de saber estudiar que consideramos que pueda deberse a la falta de conocimientos acerca de los resultados de buenos hábitos de estudio.

El 28% de los estudiantes en Formación Profesional hacen tareas y trabajan por ser su principal fuente de ingreso para su sustento personal y profesional. El 26% lee y estudia durante la tarde, por ser el único tiempo y espacio disponible para cumplir dicha actividad. El 16% se dedica a hacer tareas, leer y estudiar en forma alternada. Los resultados nos demuestran, que es variable el comportamiento de los estudiantes en horas de la tarde; mientras que unos trabajan y otros estudian o hacen tareas; no existe un horario específico para el estudio que nosotros pudiéramos considerar como buenos hábitos de estudio.

El 20% prefiere repasar diariamente las sesiones avanzadas lo cual le facilita obtener buenos resultados en sus exámenes. El 18% compara contenidos con la información que le ofrece las TICs similar porcentaje participa en círculos de estudio para interactuar e intercambiar ideas frente al tema de estudio. El 28% manifiesta que la mejor forma de preparación para un examen es la preparación individual, solo el 4% acude a un especialista en el tema, quien les permite deslindar conceptos e ideas.

Se puede notar que existe una diversidad de maneras de prepararse para los exámenes, observándose que sólo el 20% repasa a diario las sesiones avanzadas lo que nos parece muy preocupante lo que nos motiva a realizar capacitación a los estudiantes del nivel superior en buenos hábitos de estudio.

El 49% manifiesta que los hábitos de estudios no son importantes para obtener un mejor aprendizaje; sin embargo, un 44% si le da valor a la importancia de los hábitos de estudio. El 7% manifiesta que los hábitos de estudio son medianamente importantes. Al realizar el análisis, se observa la preocupante realidad de que sólo el 44% expresa que se mejorarían los aprendizajes con los hábitos de estudio. Por lo que es de suma importancia impulsar las estrategias de buenos hábitos de estudio para la mejora de aprendizajes de calidad que contribuyan a la buena formación profesional de los estudiantes de educación superior.

Los resultados obtenidos en la investigación (la correlación y los porcentajes) respecto a los hábitos de estudio y el rendimiento académico evidencian una relación significativa entre las dos variables, puesto que los estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Ricardo Palma del Cusco muestran inadecuados hábitos de estudio.

Nuestros resultados son apoyados por investigadores como: Inés Belaunde, Enrique Quevedo, Aduna Mondragón, Ausin Zorrilla y otros, quienes plantean que los hábitos de estudio tienen una fuerte relación con la formación inicial para ellos los estudiantes que no tienen buenos hábitos de estudio no podrán aprovechar al

máximo sus potencialidades intelectuales, por lo tanto sus calificaciones serán bajas, ya que sus logros académicos son deficientes.

Según Fabio Hernández se presenta el fracaso escolar cuando el estudiante no organiza su tiempo, no elabora planes de estudio y no cuenta con la metodología y técnica adecuada de estudio.

Por consiguiente el éxito en el estudio no sólo depende de la inteligencia y el esfuerzo sino también de la eficacia de los hábitos de estudio, pues el desarrollo de habilidades académicas conlleva a un verdadero aprendizaje y a obtener calificaciones sobresalientes ya que permiten economizar tiempo y energía.

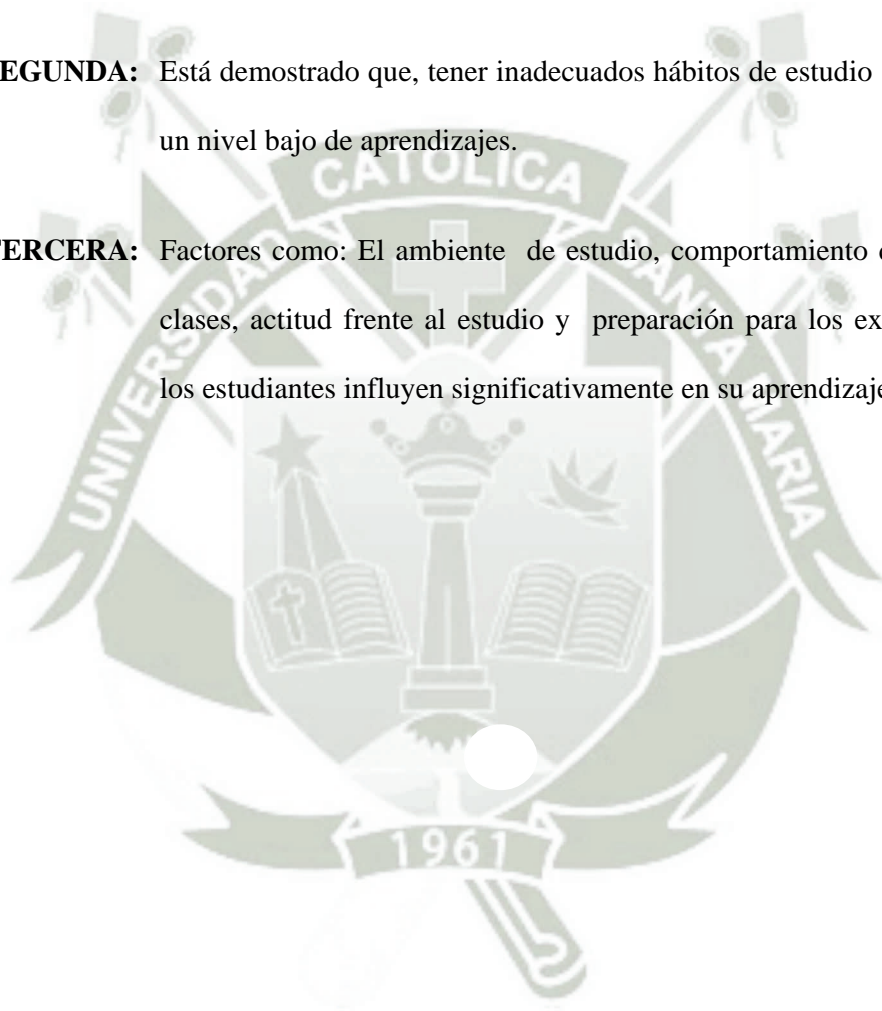


CONCLUSIONES

PRIMERA: La falta de hábitos de estudio influye significativamente en el aprendizaje académico de los estudiantes del Instituto Superior Pedagógico “Ricardo Palma” del Cusco.

SEGUNDA: Está demostrado que, tener inadecuados hábitos de estudio conlleva a un nivel bajo de aprendizajes.

TERCERA: Factores como: El ambiente de estudio, comportamiento durante las clases, actitud frente al estudio y preparación para los exámenes de los estudiantes influyen significativamente en su aprendizaje.



SUGERENCIAS

PRIMERA: Se recomienda que el Instituto Superior Pedagógico” Ricardo Palma” del Cusco, desarrolle una reingeniería, con el desarrollo de un agresivo fortalecimiento de hábitos de estudio mediante la implementación de proyectos, programas, cursos y talleres para revertir esta situación preocupante.

SEGUNDA: Promover la mejora de hábitos de estudio desarrollando el trabajo en equipo, y un comportamiento responsable y autorregulado frente al estudio; para alcanzar altos niveles de aprendizaje.

TERCERA: Se recomienda que el Instituto Superior Pedagógico” Ricardo Palma” del Cusco mejorar ostensiblemente el ambiente de estudio, comportamiento durante las clases, actitud frente al estudio y preparación para los exámenes de los estudiantes, mediante el desarrollo de la propuesta planteada sobre técnicas de estudio.

PROPUESTA

1. TALLER DE TÉCNICAS DE ESTUDIO

1.1. PRESENTACIÓN

En todo proceso de construcción de conocimiento son imprescindibles las habilidades y destrezas que implican el aprender a hacer en cada disciplina; que constituyen el conjunto de estrategias, reglas, pautas, modos de aproximación, métodos, etc. Para que el sujeto que aprende pueda ser capaz de utilizarlos en diversas situaciones y de diferentes maneras con el fin de resolver problemas planteados y alcanzar las metas fijadas.

Conocer y saber usar las herramientas para estudiar, dará mayor seguridad en el estudio y posibilitará la adquisición de nuevos hábitos de estudio.

Trabajar en forma paralela a los procedimientos, las actitudes que implica el estudio en el Nivel Superior: motivación, dedicación y esfuerzo para enfrentar situaciones con responsabilidad para ir construyendo el propio perfil profesional.

El eje de los talleres serán los contenidos procedimentales, para ir formando una manera de estudiar.

Los Talleres se desarrollarán teniendo en cuenta el contexto y la realidad individual o grupal en cuanto a sus necesidades específicas en relación con los hábitos de estudio de los destinatarios ya que su objetivo es el acompañamiento en un espacio que tiene como punto de partida sus saberes previos.

1.2. OBJETIVOS

1.2.1. General

Que los estudiantes construyan su propia metodología de estudio.

1.2.2. Específicos

Acompañar al alumno a:

- Realizar un autodiagnóstico de sus hábitos de estudio.
- Hacer que tomen conciencia de su propia metodología de estudio.
- Detectar dificultades en la práctica.
- Trabajar sus capacidades y procedimientos para estudiar.
- Conocer las Técnicas de estudio de Redacción y las esquemáticas o gráficas.
- Aplicar las diferentes técnicas de estudio según las características del texto.
- Construir su propia metodología para estudiar mediante el ejercicio.

1.2.3. Contenidos

Diversos métodos, estrategias y técnicas de estudio.

- Lugar de estudio
- Planificación
- Apuntes
- Lectura de un texto
- Subrayado
- Memoria
- Resumen
- Subrayado
- El esquema
- Cuadro comparativo
- Mapa semántico:
- Mapa conceptual
- Red conceptual
- Línea de tiempo
-

1.3. PERSONAL RESPONSABLE

Asesores de los semestres correspondientes, responsables académicos.

1.4. DESTINATARIOS: Estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco.

1.5. METODOLOGÍA:

Taller: Modalidad Teórico-práctica: Explicación a cada una de las técnicas de estudio, trabajo individual o en pequeños grupos donde cada alumno podrá:

- Reflexionar acerca de la metodología de estudio, pero en la práctica misma.
- Ejercitar diversas técnicas de estudio a su material bibliográfico.
- Trabajo interpersonal con el profesor y con sus pares.
- Aplicar técnicas de estudio teniendo en cuenta las características propias de los textos.

1.6. TEMPORALIZACIÓN

El taller de Técnicas de Estudio está pensado para poder ser impartido en periodo de dos meses.

Impartiéndose los fines de semana al inicio del año académico.

1.7. EVALUACIÓN: Abarcará las tres formas:

- Diagnóstica: al comienzo del taller.
- En proceso: durante el desarrollo del Taller.
- Final: Al finalizar el Taller.

1.8. METACOGNICION

Los procesos metacognitivos deben evaluarse a través de una reflexión que cada uno de los estudiantes debe hacer respecto a sus propios procesos de aprendizaje.

La metacognición se evalúa a partir de autoreflexión. Por ejemplo, supongamos que un estudiante universitario tenga que exponer, para lo que previamente deberá internalizar las estrategias de enseñanza para dar un contenido específico dentro de un aula, entonces planifica los contenidos que va a desarrollar, estudia la manera y las estrategias que va a utilizar y luego realiza un análisis respecto de su experiencia. La evaluación de la metacognición requiere de una reflexión antes, durante y después de lo que uno intenta aplicar, de la acción que va a desarrollar, en el caso del ejemplo citado de una práctica de enseñanza. Es a partir de esa reflexión donde yo puedo percibir si estoy haciendo las cosas de la manera adecuada y si algo falló, de qué manera puedo mejorarlo.

2. CONTENIDOS TEÓRICOS

2.1. LUGAR DE ESTUDIO

Con referencia al lugar de estudio se debe tomar en cuenta las siguientes consideraciones:

- El lugar de estudio debe ser lo más cómodo posible, de forma que uno se pueda concentrar completamente en el trabajo.

- Debe ser una habitación suficientemente silenciosa: cualquier ruido distrae y dificulta la concentración.
- Es preferible estudiar en silencio, sin música, o en todo caso con una música tranquila (preferiblemente música clásica) a bajo volumen.
- No se debe estudiar viendo la tele (al final ni se estudia bien ni se ve la tele bien). El estudiante se engaña a sí mismo: como ha estado mucho tiempo con los libros considera que ha trabajado duro, pero realmente lo único que he hecho ha sido perder el tiempo.
- Hay que cuidar la luz y la temperatura de la habitación.
- La habitación debe estar suficientemente (no excesivamente) iluminada, preferiblemente con luz natural.
- Si se trata de luz artificial es preferible combinar una luz indirecta que ilumine toda la habitación y un foco centrado en la mesa (preferiblemente con bombilla azul).
- El estudiante no debe tener sensación de frío ni de calor.
- Lo ideal es una temperatura entre 18 y 22 grados.
- La habitación se debe ventilar regularmente; se pueden utilizar los breves descansos intermedios de 5 minutos para abrir las ventanas.
- El rendimiento del cerebro es muy sensible al nivel de oxígeno, por ello hay que procurar ir renovando regularmente el aire de la habitación.
- La mesa de trabajo debe ser amplia y la silla cómoda.
- Hay que estudiar sentado delante de una mesa y no retumbado en un sofá o recostado en la cama, ya que ello dificulta la concentración. Aunque pueda

resultar una forma de trabajar más relajada y placentera, al final no es sino una pérdida de tiempo que habrá que recuperar.

- El estudiante debe trabajar siempre en el mismo lugar, a ser posible en su habitación y con la puerta cerrada, lo que le permite generar una rutina que le facilita la concentración.
- Se debe evitar ir a casa de un amigo/a a estudiar, ya que aunque se pase un rato muy agradable y divertido, normalmente se estudia poco, el tiempo apenas cunde. Esto obliga a recuperar más tarde el tiempo perdido.
- El estudiante debe evitar horas de estudio "cómodas" o "entretenidas" porque en el fondo suelen esconder un desaprovechamiento del tiempo.
- El estudio exige sobre todo persistencia y planificación.
- Hay que estudiar desde el primer día.
- Estudiar un día mucho y los dos siguientes no hacer nada no es una buena estrategia. Sería equiparable al deportista que un día se entrena fuerte y los siguientes absolutamente nada; no sería la forma más eficaz de preparar una competición.
- Por otra parte, la mejor manera de ir asimilando las asignaturas es trabajarlas con continuidad.
- De nada sirve un gran esfuerzo final para intentar aprobar un examen cuando no se ha hecho nada durante el curso. Con suerte se podría llegar a aprobar, aunque hay muchas probabilidades de que no sea así. Además, el nivel de asimilación de la materia sería muy bajo y en pocos días se habría olvidado.
- Si uno tiene que realizar diferentes tareas es bueno comenzar por una que tenga una dificultad media (para entrar en calor), seguir por la que más cuesta

(cuando se rinde más) y terminar por la más fácil (cuando uno está ya cansado).

- Al estudiar es conveniente establecer periodos regulares de descanso. Es una manera de despejar la mente y de tomar nuevos bríos para seguir adelante.
- Los descansos deben ser breves, unos 5 minutos cada hora de estudio. Descansos de mayor duración no son necesarios y además alargarían el tiempo estudio (estudio efectivo + descanso).
- Se debe estudiar siempre durante el día, cuando la mente está más despejada.
- No es lógico estudiar por la noche (salvo que no haya más remedio). La mente rinde menos, además al día siguiente estará uno agotado. No tiene sentido habituar a la mente a rendir más por la noche y a estar relajada durante el día.
- Por ejemplo, hay que evitar que sea inmediatamente después de comer (es conveniente un breve reposo), ni muy tarde (uno puede estar ya cansado).
- Es conveniente planificar también el fin de semana: el sábado puede ser el mejor día para trabajar, dejando el viernes para descansar (tras una semana de estudio) y el domingo para estar más relajado.
- Hay que evitar lo que suele ser muy habitual: llegar al domingo por la noche agobiados tratando de hacer a última hora lo que no se ha hecho antes.

2.1.1. Algunos consejos que pueden ayudar a una mejor Gestión del Tiempo

- No retrasar el comienzo del estudio. Hay que estudiar desde el primer día de curso.
- La planificación diaria hay que cumplirla con rigurosidad: si uno ha establecido comenzar a estudiar a las 4,30 de la tarde debe ponerse con los libros justo a esa hora y no media hora más tarde. Mientras antes se empiece antes se termina.
- Anticipar el estudio. Por ejemplo, si el lunes el profesor envía deberes para el jueves es conveniente tratar de hacerlos el mismo lunes, cuando la materia aún está fresca. Además, permite contar con cierto margen por si hubiera que resolver alguna duda. Evita los agobios de última hora, que es precisamente cuando menos se rinde ya que los nervios bloquean la mente.
- Aprovechar los ratos muertos: Por ejemplo, en el autobús, en la parada del metro, etc. Estos momentos se pueden aprovechar repasando la lección, avanzando con los deberes, etc.
- Fijarse objetivos diarios: No se trata de estar todos los días un número determinado de horas delante de los libros, sino de que esas horas cundan. Para ello es importante fijarse unas metas. Por ejemplo, voy a hacer los deberes de inglés, voy a repasar la lección 3ª de historia y voy a estudiar una lección de lengua. Finalizado el tiempo de estudio valorar el resultado obtenido: Todos los días, una vez se ha terminado de trabajar, hacer una

rápida valoración de si el tiempo ha cundido y en caso negativo tratar de determinar las causas.

- Reservar para después del estudio alguna actividad agradable: Por ejemplo, una vez finalizado el estudio prepararse una buena merienda.
- Por último, insistir en que cuando se hace una planificación hay que esforzarse en cumplirla, si bien admitiendo ciertos márgenes de flexibilidad (no puede llegar a esclavizar).

Como conclusión:

El estudiante debe procurar que el tiempo dedicado al estudio sea lo más provechoso posible.

No se trata de estudiar muchas horas, sino de aprovechar al máximo las horas de estudio.

2.2. PLANIFICACIÓN

El éxito en los estudios depende en gran medida de una buena planificación.

Los estudiantes que destacan no son habitualmente los más inteligentes, sino aquellos que saben planificar su trabajo, aplican un buen método de estudio, están motivados y tienen mucha confianza en si mismo.

La planificación del estudio permite obtener mejores resultados y hacer más llevaderos los estudios, evitando en gran medida los temidos momentos de agobio.

No es lo mismo llevar al día las asignaturas y en época de exámenes dedicarse a repasar, que perder el tiempo durante el curso y cuando llegan los exámenes tratar de hacer lo que no se ha hecho antes, con jornadas de estudio maratonianas, agotadoras, con una enorme ansiedad y con muchas probabilidades de que esa gran "paliza" final no sirva para nada (ni para aprobar, ni por supuesto para aprender).

Planificar el estudio es sencillamente organización y para ello el estudiante debe responder a las siguientes preguntas:

¿Qué material hay que dominar perfectamente de cara a los exámenes?

¿Qué esfuerzo hay que realizar para lograr este nivel de conocimiento?

¿De cuánto tiempo se dispone?

Y en función de las respuestas a las preguntas anteriores:

¿Qué esfuerzo diario hay que realizar para llegar a los exámenes bien preparado? Con ello se trata de determinar el ritmo de estudio diario ("velocidad de crucero") que hay que establecer desde el primer día de curso (y no desde el segundo).

A principios de curso es preferible ser precavido y establecer un ritmo diario de estudio más duro. A medida que va avanzando este ritmo se irá ajustando, aumentándolo o disminuyéndolo según proceda. Si en alguna

asignatura uno se va quedando retrasado pueden utilizar los fines de semanas para darles un "empujón" y ponerlas al día.

El estudiante que consigue desde el primer día imprimir una velocidad de 2 - 3 horas diarias de estudio (salvo en determinadas carreras que exigirán más) irá asimilando y dominando las asignaturas de forma gradual, sin grandes agobios finales, y podrá llegar a los exámenes con un elevado nivel de preparación.

Para llevar una asignatura convenientemente preparada para un examen hay que estudiarla en profundidad y una vez aprendida mantener esos conocimientos frescos mediante repaos periódicos. Esta primera preparación se realiza lección a lección, a medida que avanza el profesor en su explicación.

Antes de comenzar a preparar una nueva lección es conveniente darle un rápido repaso a la anterior y para ello pueden ser muy útiles los esquemas-resúmenes elaborados de cada una de ellas.

Una vez realizado este trabajo inicial (el más duro), el estudiante debe planificar los repaos. Habitualmente con tres repaos puede ser suficiente, si bien no hay que tomarlo como un número exacto.

El primer repaso se realizará una vez visto la mitad del temario (o un tercio, si la asignatura es extensa). En el se revisarán todas las lecciones vistas

hasta el momento, tratando de conseguir un nivel de preparación similar al logrado el día en que se preparó cada lección individualmente. Este mismo repaso habrá que realizarlo con la segunda mitad de la asignatura (o con el segundo y el tercer tercio).

El segundo repaso se debe comenzar unos 10 días antes del examen y en el se abarcará todo el temario que entra en el mismo.

El tercer repaso se realizará en los 2 días previos al examen. Es conveniente llevar una agenda en la que ir anotando todos estos repasos y al mismo tiempo ir controlando que se van cumpliendo los plazos previstos en el plan de estudio.

Este trabajo hay que hacerlo con cada una de las asignaturas. A comienzos de cada trimestre el estudiante debe tomar un calendario y señalar las fechas estimadas de los exámenes (las irá precisando más adelante). En función de dichos días fijará las fechas orientativas para el comienzo de cada uno de los repasos de cada una de las asignaturas. Se trata de una planificación preliminar que irá perfilando a medida que avance el curso y vaya conociendo con mayor precisión el ritmo de cada asignatura, su nivel de dificultad, los días definitivos de los exámenes, etc. Con esta planificación el estudiante podrá llegar a las fechas de los exámenes con todas las asignaturas convenientemente preparadas, pendientes únicamente de un repaso final. Hay que ser muy rigurosos con el cumplimiento de estos plazos.

Si uno se queda atrás tendrá que acelerar, en cambio, si va por delante es preferible mantener dicha delantera ya que le permitirá estar más tranquilo en los días finales. Por último, señalar que agobiarse no es malo, siempre y cuando se cuente con tiempo suficiente para reaccionar. Agobiarse a principios del trimestre al ver que el temario es muy extenso puede ser hasta beneficioso ya que hará que uno imprima un ritmo de estudio más intenso. El problema es agobiarse demasiado tarde, cuando ya no hay posibilidad de reaccionar.

2.3. APUNTES

El estudiante debe ir a clase diariamente y tomar sus propios apuntes. Con ello tendrá adelantado gran parte del trabajo que tendría que realizar posteriormente en casa.

La retención de lo que explica el profesor es notablemente mayor cuando uno anota lo que dice que cuando se limita a escuchar.

En relación con los apuntes los alumnos suelen cometer los siguientes errores:

1. Copiar de forma literal todo lo que dice el profesor. La rapidez que esto exige se traduce normalmente en una letra ilegible, pérdida del hilo

conductor y que se recojan ideas incompletas, sin sentido, pérdidas de datos de interés, etc.

2. No repasar los apuntes después de clase o esa misma tarde para ver si se entienden y están completos, corrigiendo las posibles deficiencias. Los apuntes quedan aparcados y cuando semanas más tardes se vuelve sobre ellos resulta que la letra no se entiende, que los conceptos no están claros, se echan en falta ciertas ideas que explicó el profesor, etc. Esto genera entonces una importante pérdida de tiempo justo cuando el tiempo apremia: hay que quedar con un compañero, chequear apuntes, hacer fotocopias, tratar de descifrarlos, etc.
3. Otro error muy grave es prescindir de tomar apuntes propios (a veces faltando a clase) y limitarse a fotocopiar los de algún compañero. Además de ser poco ético, ya que uno se aprovecha del trabajo de un compañero, conlleva serios inconvenientes: a veces no se entiende la letra o las abreviaciones, muchas veces no resultan claros (el compañero que ha asistido a clase puede que no anote ciertas explicaciones del profesor que le resulten evidentes, mientras que la persona que no ha asistido a clase no dispone de esa información). La utilidad de los apuntes es tanto mayor cuantos más personales son.
4. El estudiante debe ser consciente de la importancia de tomar buenos apuntes:
5. Existe una correlación significativa entre saber tomar buenos apuntes y capacidad de aprendizaje.
6. A la hora de tomar apuntes es conveniente:

- a) Llevar el material necesario: un par de bolígrafos azules o negro (por si uno falla), otro bolígrafo rojo, papel suficiente y cualquier otro material que pueda necesitar (lápiz, goma...).
- b) Escuchar con atención al profesor: antes de escribir hay que oír al profesor, comprender lo que dice, y sólo entonces anotar las ideas esenciales, describiéndolas con las propias palabras. Esto exige prestar mucha atención. Los apuntes deben ser concisos pero comprensibles, recogiendo todas las ideas relevantes y los detalles significativos.
- c) Enumerar las hojas: facilita el tenerlas ordenadas, que no se traspapelen. En la esquina superior se indicará la materia de la que se trata y la fecha.
- d) Cada tema debe comenzar en un nuevo folio: esto permite añadir al final de cada lección información adicional.
- e) Dejar márgenes laterales amplios: permite posteriormente completar los apuntes con información de otras fuentes.
- f) Títulos y subtítulos: hay que estar atentos a la exposición del profesor y anotar las cabeceras de los nuevos apartados o subapartados, escribiéndolas con bolígrafo rojo. Una estructura clara de los apuntes facilita posteriormente su lectura y estudio. También es conveniente utilizar en los apuntes flechas, señales, diagramas, etc.; todo aquello que facilite su comprensión.
- g) Usar clasificadores de anillas: permite posteriormente intercalar hojas adicionales con información complementaria. No se deben

tener los apuntes en hojas sueltas, amontonadas, ya que se pueden traspapelar o perder, además de arrugarse con facilidad. Unas hojas apiladas transmiten cierta imagen de desorden que no invita a la concentración.

Hay que tratar de mejorar la velocidad de escritura:

- Utilizando abreviaciones: información (inf.), ejemplo (ej.), extraordinario (extr.)
- Eliminando algunas vocales: Tengo un examen el próximo jueves Teng exmn prox. Jvs
- Sustituyendo terminaciones habituales por signos o números: fácilmente (fácil-) separados (separa2), entre (en3)
- Sustituyendo palabras por símbolos o por letras: por (x), mas (+), mayor (>), menor (<), menos (-) que (q)

Cada día por la tarde el estudiante debe releer los apuntes tomados ese día, con vistas a:

- a) Tratar de comprenderlos y familiarizarse con ellos (es más fácil ahora que todavía están "frescos").
- b) Comprobar si están completos y en caso contrario contactar con algún compañero para corregirlos.
- c) Completarlos con información del libro de texto o de

Algún otro libro de consulta. Este trabajo que hagas ahora te facilitará enormemente el estudio posterior de la lección ya que la información resultará más familiar.

2.4. LECTURA DE UN TEXTO

La lectura y los hábitos lectores figuran entre los pilares más importantes para el estudio. Además es fundamental para la formación intelectual. La mayor parte de la información, es transmitida por medio de la letra impresa. De ahí radica la importancia y la necesidad de alcanzar una buena competencia lectora.

Lo primero es hacer una rápida revisión de todo el libro para obtener una idea global sobre lo que trata. Ver su organización, fijándose en los títulos de los capítulos y sus secciones, en las referencias bibliográficas, figuras, resúmenes y otras ayudas metodológicas que el autor haya incluido, a fin de ayudar a la comprensión y retención de los contenidos o materias. Leer el prefacio para conocer el propósito principal del autor al escribir el libro o sus propios puntos de vista sobre el tema.

Efectuar la lectura en forma silenciosa, pues permite concentrar la atención y descartar la lectura "en voz alta" que tiene como objetivo primordial el memorizar, es decir, un almacenamiento de datos sin fijación de conceptos; aparte que es mucho más lenta que la lectura en silencio. Al leer cada capítulo, pregúntese constantemente qué es lo que está tratando de decir el autor, descarte los detalles y concéntrese en las ideas principales. Anote en forma breve las ideas

principales de la sección que leyó para que al iniciarla nuevamente sirva como punto de partida y apoyo. Buscar en el diccionario las palabras no comprendidas.

2.5. CÓMO MEJORAR TU VELOCIDAD EN LA LECTURA:

- a) Evita fijarte en cada palabra, mira grupos de dos a tres palabras. Cuando lees palabra por palabra difícilmente captas el sentido de la frase y te demoras más en entender el texto.
- b) Mejora tu vocabulario. Familiarízate con las nuevas palabras para que no pierdas tiempo la próxima vez que la leas.
- c) Si notas que mueves los labios mientras lees, esfuérzate por leer más rápido siguiendo el paso N° 1 para evitar moverlos.
- d) Determina tu propósito antes de leer. Si necesitas solo las ideas principales, revisa rápidamente el material. No pienses que debes leer todas las palabras.
- e) Lee con intención de mejorar tu velocidad, porque una lectura rápida necesita mayor atención y concentración: así evitamos la interferencia de estímulos internos y externos.
- f) Formúlate el propósito de lograr una lectura rápida (200 palabras por minuto) y un gran nivel comprensivo.
- g) Si tienes pobre concentración al leer, practica la lectura por sólo 5 a 10 minutos por vez y gradualmente incrementa el tiempo.
- h) La mejor manera de aumentar las habilidades para la lectura es leer, leer y leer. 15 minutos diarios de lectura de una novela de más o menos páginas, hacen 18 libros en un año a una velocidad promedio de lectura. Por eso

consideramos fundamental llevar a cabo en forma óptima la Lectura Silenciosa Sostenida de nuestro colegio y conservar ese hábito los fines de semana y durante las vacaciones.

- i) Es importante saber que la velocidad y comprensión lectoras pueden mejorarse hasta un 50% y más, con el ejercicio.

Cuando leemos solemos incurrir de forma inconsciente en ciertos vicios que ralentizan considerablemente nuestra velocidad de lectura. Estos vicios son:

- a) Leer palabra por palabra: Es la forma que aprendimos de pequeño. Lo leemos todo, sustantivos, verbos, adjetivos, y también artículos, conjunciones y preposiciones, con independencia de que algunas de estas palabras apenas aporten información. Por ejemplo: "El colegio de mi hermana está cerca de mi casa" Al leer esta frase iremos leyendo todas sus palabras.
- b) Subvocalización: Al leer tendemos a ir pronunciando las palabras, ya sea moviendo los labios o mentalmente.
- c) Regresión: También tendemos continuamente a dirigir la vista atrás, sobre lo que ya hemos leído, para asegurarnos de que entendemos lo que estamos leyendo.

Frente a esta lectura lenta, el estudiante debe tratar de leer rápido ya que esto le reporta las siguientes ventajas:

- a) Ahorro de tiempo en la lectura: Tiempo que podrá dedicar a avanzar en el estudio o simplemente a descansar.

- b) Mayor concentración: La lectura rápida predispone a prestar más atención, haciendo que sea un tiempo de estudio más provechoso.

Hay que tratar de aproximar la velocidad de lectura a la velocidad del pensamiento (la velocidad del pensamiento suele ser entre 3 y 5 veces más rápida que la de lectura). El estudiante debe comenzar midiendo su velocidad de lectura. Debe leer un texto durante 5 minutos y calcular el número de palabras leídas. Para ello realizará un cálculo aproximado: cuenta el número de palabras que hay en un renglón estándar y el número de renglones leídos. Multiplicando estas dos cifras obtiene una aproximación del número de palabras leídas. Esta cifra se divide por 5 y se obtiene una medida de la velocidad de lectura (N° de palabras por minuto).

2.6. SUGERENCIAS PARA LEER RÁPIDO.

- a) Evitar la vocalización, tanto oral como mental. Intentar no mover los labios, manteniendo la boca relajada. El pronunciar mientras se lee puede reducir la velocidad de lectura hasta en un 50%. Hay que aprender a reconocer la palabra por su aspecto y no por su pronunciación.
- b) Evitar releer. No se debe volver la vista atrás bajo ningún concepto, aunque pensemos que algo se nos ha podido escapar. Con la práctica nos habituaremos a poner la máxima atención en la lectura, evitando de este modo perder información. Si no se comprende bien el texto es preferible darle una segunda lectura completa que ir constantemente releendo. Se

puede utilizar un lápiz para señalar por donde va uno leyendo y evitar de este modo saltos de línea.

- c) Reducir las fijaciones de los ojos. Aunque no nos demos cuenta, cuando leemos vamos fijando (parando) los ojos en cada palabra, y dentro de ella en cada letra. Hay que tratar de ir ampliando el campo de visión: de una letra pasar a varias letras, luego a una palabra, y después a varias palabras. Con una fijación de la vista se puede llegar a leer hasta tres palabras a la vez. Los ojos deben realizar un movimiento suave, continuo, y no una sucesión de breves paradas. Es un aprendizaje complicado pero que con la práctica se consigue.
- d) Centrar la atención en las palabras que aporten significado. Hay que fijarse en los sustantivos, verbos, adjetivos y adverbios, desechando artículos, preposiciones y conjunciones. Por ejemplo: "El colegio de mi hermana está cerca de mi casa". Quedaría reducido a: "colegio hermana cerca casa"
- e) Al final de la lectura se buscarán en el diccionario las palabras que no se hayan entendido. En lugar de ir interrumpiendo la lectura cada vez que aparece una palabra que no se entiende, es preferible anotarlas en un papel y al final de la lectura buscarlas en un diccionario.

2.7. CONSIDERACIONES A TOMAR EN CUENTA PARA UNA LECTURA RÁPIDA:

- a) Localizar dentro de un texto una palabra preseleccionada previamente.
Por ejemplo: en un artículo deportivo sobre fútbol tratar de localizar la

palabra "delantero". Hay que hacerlo rápidamente y luego chequear que se han localizado todas.

- b) Localizar informaciones específicas dentro de un texto. Por ejemplo, en un artículo periodístico sobre política localizar rápidamente los nombres de todos los partidos políticos mencionados. Luego chequear el resultado.
- c) Ampliar gradualmente el campo de fijación del ojo. Tomar una hoja de un periódico estructurada por columnas relativamente estrechas (por ejemplo, 5 columnas por hoja). Seleccionar una columna y trazar una línea vertical por el medio. Leer la columna bajando los ojos por la línea vertical, sin apartarse de ella. Comprobar si se ha captado toda la información.

En definitiva, el estudiante debe tratar de mejorar su velocidad de lectura pero sin comprometer una buena comprensión del texto (puede perder algún detalle, pero nunca información esencial).

2.8. SUBRAYADO

El subrayado trata de resaltar las ideas principales del texto, facilitando su estudio y memorización y posteriormente su repaso. Un buen subrayado, acompañado de notas a los márgenes, puede ahorrar mucho tiempo de estudio (y mucho esfuerzo), mientras que un mal subrayado no sólo no ayuda sino que puede ser contraproducente.

A veces se subraya prácticamente todo el texto lo que induce posteriormente a una memorización literal, mecánica, sin distinguir cuales son las ideas principales. El subrayado exige concentración ya que hay que diferenciar lo fundamental de lo accesorio. Se debe subrayar una cantidad reducida de información (palabras o frases claves) que permita posteriormente con un simple vistazo recordar de que trata el texto. No obstante, la extensión del subrayado dependerá de lo novedoso que a uno le pueda resultar el texto.

Si es una materia que se domina el subrayado podrá ser muy escueto, mientras que si la materia es nueva se subrayará bastante más.

2.8.1. Reglas para el Subrayado:

- a) Sólo se comenzará a subrayar tras una primera lectura comprensiva del texto y una vez que éste se ha entendido. Es un error muy típico del estudiante comenzar a subrayar en la primera lectura.
- b) Es conveniente ir subrayando párrafo a párrafo. Primero se lee el párrafo y a continuación se subraya la idea principal.
- c) Se subrayan únicamente palabras claves y no frases enteras. Por ejemplo "Los resultados de las elecciones en Italia han estado muy reñidos"
- d) Se pueden utilizar un par de colores, uno de ellos para destacar lo más relevante. No es conveniente emplear múltiples colores: primero,

porque ralentiza el subrayado; y segundo, porque posteriormente puede resultar difícil interpretar por qué se utilizó un color u otro. Se puede emplear también un único color, utilizando dos tipos de trazo para diferenciar: línea recta como subrayado normal y línea ondulada para destacar las ideas principales.

- e) El subrayado no debe limitarse a la línea sino que puede incluir otros tipos de señales: flechas relacionando ideas, diagramas, pequeños esquemas, signos de interrogación, llamadas de atención, etc. Todo aquello que sirva para llamar la atención.

2.9. MEMORIA

Se distinguen básicamente dos tipos de memoria:

- 1) Memoria a corto plazo
- 2) Memoria a largo plazo

Cuando recibimos una información ésta se almacena automáticamente en nuestra memoria a corto plazo donde puede mantenerse unos segundos. Si no se le presta atención al cabo de unos 30 segundos se pierde. La memoria a corto plazo tiene una capacidad muy limitada, tanto en volumen de almacenamiento como en tiempo de permanencia. La información se puede mantener en la memoria a corto plazo mediante la repetición. Por ejemplo, cuando nos dicen un número de teléfono y lo vamos repitiendo hasta encontrar un papel donde apuntarlo. Si uno presta atención a esta información

y la elabora (analiza, comprende, relaciona con otras ideas) puede pasar de la memoria a corto plazo a la memoria a largo plazo.

La memoria a largo plazo es prácticamente ilimitada tanto en capacidad como en duración. El proceso de memorización implica tres fases: registrar, retener y recuperar a) Registro Mientras mejor registremos la información, más fácil nos resultará su memorización, la retendremos por más tiempo y la recuperaremos mejor cuando la necesitemos. Es fundamental trabajar bien la información: ser conscientes de lo que estamos haciendo, prestar la máxima atención, evitar interferencias (otras informaciones que estamos recibiendo al mismo tiempo, por ejemplo ruidos del ambiente, imágenes, sensaciones corporales, etc.) que distraen nuestra atención. En la fase de registro influyen diversos factores: atención, motivación, capacidad de análisis, creatividad, pensamiento lógico, dominio de las emociones, relajación, etc.

La imagen se recuerda mejor que la palabra, de esta manera registra por partida doble la información que está memorizando. Utiliza simultáneamente la capacidad de ambos hemisferios cerebrales: la capacidad lógica (memoria verbal) situada en el hemisferio izquierdo y la capacidad creativa (memoria visual) situada en el hemisferio derecho. Este es el motivo por el que en los libros de texto suele haber muchos dibujos, esquemas o fotos, ya que ayuda a su memorización. Por ejemplo, en los libros de idiomas al lado de la palabra suele haber un dibujo (por ejemplo; "car" y al lado el dibujo de un coche). Así, resulta muy útil destacar con un color las

ideas principales del texto. De esta manera se registra al mismo tiempo la palabra que lee (el concepto) a través de la memoria verbal y el color (imagen) a través de la memoria visual.

Si se estudia un tema de historia uno puede cerrar los ojos y tratar de trasladarse mentalmente a esa época, imaginando con el máximo detalle el escenario en el que se desarrollan los acontecimientos. Crearía una película mental cuyo argumento es aquello que está estudiando. Iría viendo la película al mismo tiempo que repite la lección.

Si una palabra que hay que memorizar además de leerla se escribe en un papel se estarían utilizando dos canales de información, aumentando las probabilidades de que la misma quede registrada. Siempre que se pueda hay que tratar de asociar una imagen a la palabra.

La memoria visual se puede ejercitar: Por ejemplo, al estudiar el cuerpo humano se puede emplear la imaginación e ir viendo mentalmente lo que se va estudiando (vamos recorriendo el cuerpo al mismo tiempo que leemos los nombre de los músculos, huesos, órganos, etc.).

A principio este ejercicio no resulta fácil pero con cierta práctica se consigue interiorizar esta forma de estudiar, tendiendo uno de forma natural a asociar una imagen al texto que se estudia. Otro ejemplo de utilización simultánea de dos canales de información es cuando se repite en voz alta

aquello que se estudia. A la memoria verbal (concepto que se lee) se suma la memoria auditiva (palabra que se oye). Otro ejemplo: memorizamos una lista de pintores italianos componiendo una melodía con sus nombres. Utilizamos memoria verbal (al leer la lista) y memoria auditiva (melodía). Si además en el libro hay retratos de estos artistas estaremos memorizando también su imagen, con lo que estaríamos utilizando tres canales de información al mismo tiempo.

En función de cómo se divide la materia que se estudia caben también dos planteamientos:

- a) Memorización global: se aborda la lección en su conjunto (se lee toda lección; se intenta memorizar toda ella entera; se vuelve a leer toda la lección; nuevamente se intenta repetir la lección entera, y así sucesivamente).
- b) Memorización por partes: la lección se divide en partes (por ejemplo en epígrafes) y tras una lectura inicial global se comienza a estudiar epígrafe por epígrafe (hasta que no se domina uno no se pasa al siguiente). Una vez que se dominan todos los epígrafes individualmente se intenta abordar la lección en su conjunto.

Elegir un método u otro dependerá de cada estudiante (algunos se sentirán más cómodo con una memorización global y otros con una

memorización por partes) pero normalmente funciona mejor el segundo método de estudio.

2.10. RESÚMEN

Una técnica muy utilizada por los estudiantes es resumir en hoja aparte el contenido del texto que están estudiando. Llamaremos "resumen" a la anotación textual, reservando el término "síntesis" para la que se realiza con palabras propias.

Esta técnica resulta muy útil cuando estamos trabajando con un libro que no nos pertenece. En esos casos, hacer anotaciones sería moralmente reprochable y no nos serviría de mucho, porque no tendríamos la seguridad de volver a reencontrarnos con el libro.

Al resumir debemos anotar sólo lo fundamental. Es aconsejable leer primero un párrafo completo y luego considerar si algún pasaje del mismo merece ser transcrito en nuestro resumen y entonces copiarlo. Como un buen resumen se basta a sí mismo, es de gran importancia que en él queden claras las conexiones que unen las afirmaciones entre sí. De lo contrario, sólo tendríamos un conjunto de frases textuales valiosas pero perderíamos el eje argumentativo. Además, para que el resumen sea verdaderamente autónomo, debe incluir todos los datos del libro necesarios para citarlo (autor, título, ciudad, editorial, año).

La principal "contraindicación" del resumen es el tiempo que insume realizarlo, muy superior al del subrayado. A ello se suma, en algunos casos, la poca claridad de la letra, cuando no se tiene una buena caligrafía y se escribe de modo apresurado

2.11. SUBRAYADO

El subrayado es destacar mediante un trazo (líneas, rayas u otras señales) las frases esenciales y palabras claves de un texto. Es importante el subrayado porque:

- Se llega con rapidez a la comprensión de la estructura y organización de un texto,
- Ayuda a fijar la atención
- Favorece el estudio activo y el interés por captar lo esencial de cada párrafo.
- Se incrementa el sentido crítico de la lectura porque destacamos lo esencial de lo secundario.
- Una vez subrayado podemos reparar mucha materia en poco tiempo.
- Es condición indispensable para confeccionar esquemas y resúmenes.
- Favorece la asimilación y desarrolla la capacidad de análisis y síntesis.

Se debe subrayar:

- La idea principal, que puede estar al principio, en medio o al final de un párrafo. Hay que buscar ideas.

- Palabras técnicas o específicas del tema que estamos estudiando y algún dato relevante que permita una mejor comprensión.
- Para comprobar que hemos subrayado correctamente podemos hacernos preguntas sobre el contenido y si las respuestas están contenidas en las palabras subrayadas entonces, el subrayado estará bien hecho.

Las ideas principales son los argumentos de mayor fuerza. Las ideas centrales, las Palabras-Clave. Son las que dan coherencia y continuidad a la idea central del texto; en torno a ellas son las que giran las ideas secundarias.

Se debe subrayar con resaltador o con lápiz; se pueden utilizar lápices de colores. Un color para destacar las ideas principales y otro distinto para las ideas secundarias. Si utilizamos un lápiz de un único color podemos diferenciar el subrayado con distintos tipos de líneas

Nunca se debe subrayar en la primera lectura, porque podríamos subrayar frases o palabras que no expresen el contenido del tema. Las personas que están muy entrenadas en lectura comprensiva deberán hacerlo en la segunda lectura. Las personas menos entrenadas en una tercera lectura. Cuando conocemos el significado de todas las palabras en sí mismas y en el contexto en que se encuentran expresadas.

Si el libro no es nuestro, no podemos subrayar. Por eso, si tienes los medios, es conveniente comprarlo.

Lo que no debe hacerse al subrayar es: Terminar subrayando media página o la mayor parte de la página. Tampoco subrayar en la primera lectura, sin haber leído el índice, el prólogo, la bibliografía y la introducción.

2.12. EL ESQUEMA

Es consecuencia del subrayado y permite expresar en síntesis las ideas principales, destacadas, organizadas y relacionadas con las ideas secundarias.

Entre sus ventajas, está la clara estructura visual óptica de las ideas que permiten visualizar mejor los contenidos y fijarlos mejor en nuestra mente.

Uno de los esquemas más usuales es el de llaves o gráfico, ya que con él se puede clasificar muy bien las ideas, pero presenta una desventaja cuando hay que hacer muchas divisiones y subdivisiones. En ese caso es mejor utilizar un esquema numérico.

Pueden seguirse estos pasos para hacer el esquema: primero leer la lección entera y subrayar siguiendo las normas conocidas; después buscar un título que sea una síntesis del contenido de la lección; dividir el tema en tres o cuatro apartados generales que recojan a su vez varias ideas principales y éstas a otras secundarias y datos significativos; poner cada idea en un apartado

distinto y formularla con brevedad y precisión; en el resto de los esquemas, respetar jerarquías o rangos, con relación a las ideas. Antes de elaborar un esquema, se debe proceder a elaborar un borrador y revisar luego el texto en su totalidad, para ver que no hayan quedado datos de importancia fuera.

Ejemplos:

- La Tierra tiene dos movimientos. El de rotación lo realiza sobre su eje, tarda 24 horas y da lugar a los días y las noches. El de traslación lo realiza alrededor del Sol, tarda unos años y es causa de las estaciones.
- En la España peninsular aparecen tres tipos de climas: el oceánico en la zona Cantábrica y Galicia, con precipitaciones abundantes y temperaturas suaves; el mediterráneo, en las costas de este mar y en Andalucía, con precipitaciones muy escasa y temperaturas suaves en invierno y cálidas en verano; y el continental, en la zona interior, con precipitaciones escasa y temperaturas extremadas.
- En la superficie de nuestro planeta distinguimos los océanos y los continentes. Los nombres de los océanos son Pacífico (el mayor), Atlántico, Indico, Glacial Ártico y Glacial Antártico.
- Los continentes son Asia, América, Europa, África, Oceanía y la Antártica.
- El medio. Lo que rodea a un ser vivo constituye su medio y todo se relaciona con éste.

- La planta toma del aire oxígeno y dióxido de carbono, del suelo agua y sales,
- Los animales pueden transportar polen y semillas.

2.13. CUADRO COMPARATIVO

Cuadro Comparativo: Es una forma de organizar la información del texto a través de la comparación de elementos o aspectos comunes buscando sus semejanzas o diferencias.

Ejemplo:

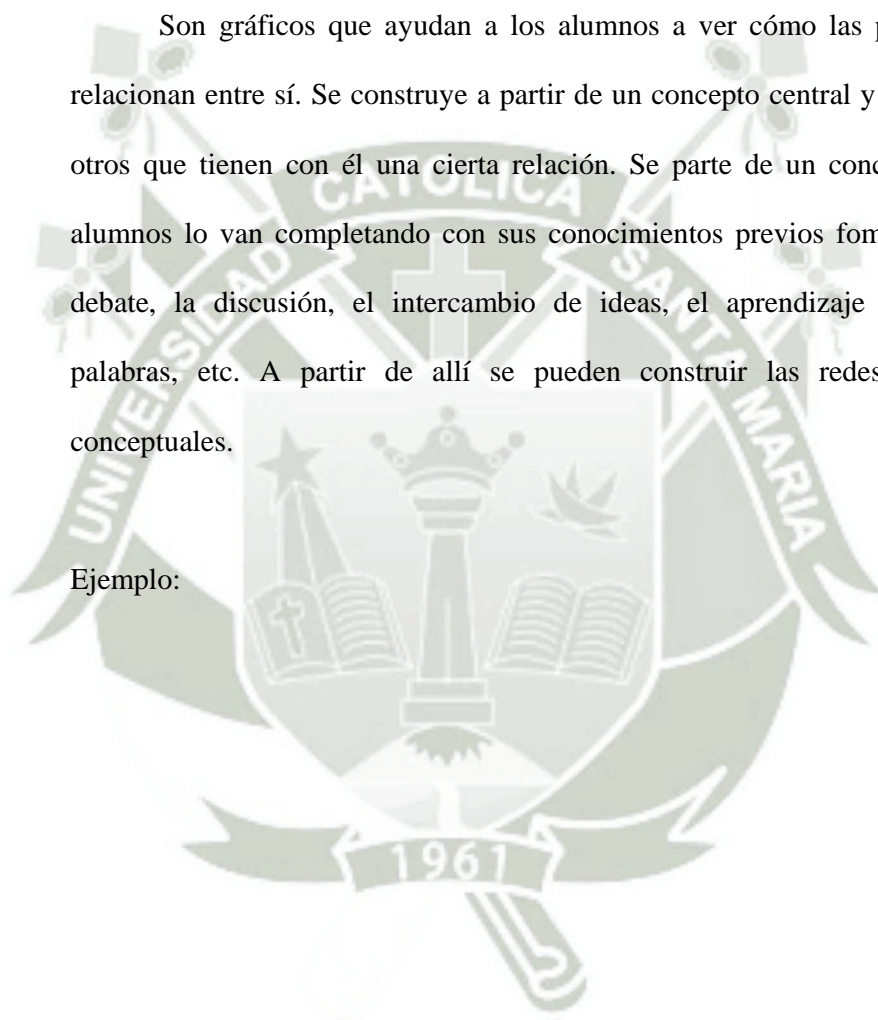
	Prosa de Escritor	Prosa de Lector
FUNCION	<ul style="list-style-type: none"> - Es la expresión escrita del autor para él mismo. - Se construye progresivamente el significado del texto realizando todas las operaciones más tranquilamente. - No existe preocupación en buscar la forma de expresión más adecuada para la audiencia. - Se tiene más libertad para generar y desarrollar ideas. 	<p>Es el intento de comunicar información a un lector, ajustándose a las características del mismo.</p>
ESTRUCTURA	<ul style="list-style-type: none"> - Refleja el pensamiento del autor, el proceso de descubrimiento del tema. - Reproduce la forma en que el autor va descubriendo, ordenando y construyendo las ideas que formarán el texto. - Contiene sólo listas de ideas sin relacionar, poco desarrolladas y sin utilización de conectores lógicos. - Puede ser de dos tipos: <ol style="list-style-type: none"> 1- narración del proceso de descubrimiento del tema que hace el autor o 2- una inspección de la información que el autor posee sobre el tema. 	<p>Tiene una estructura retórica, basada en el propósito del autor.</p>
ESTILO	<ul style="list-style-type: none"> - Utiliza palabras con significados personales para el autor, por lo tanto no se adecua a la audiencia. - Sirve al autor de instrumento de pensamiento y reproduce el proceso de descubrimiento del tema. - El texto depende del contexto, que queda inexpresado. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utiliza un lenguaje compartido con el lector, se busca la forma de expresión más familiar y conocida para la audiencia - El texto es autónomo. No es necesario el contexto

En estos cuadros se debe considerar sólo la información esencial, expresada de manera clara y concisa.

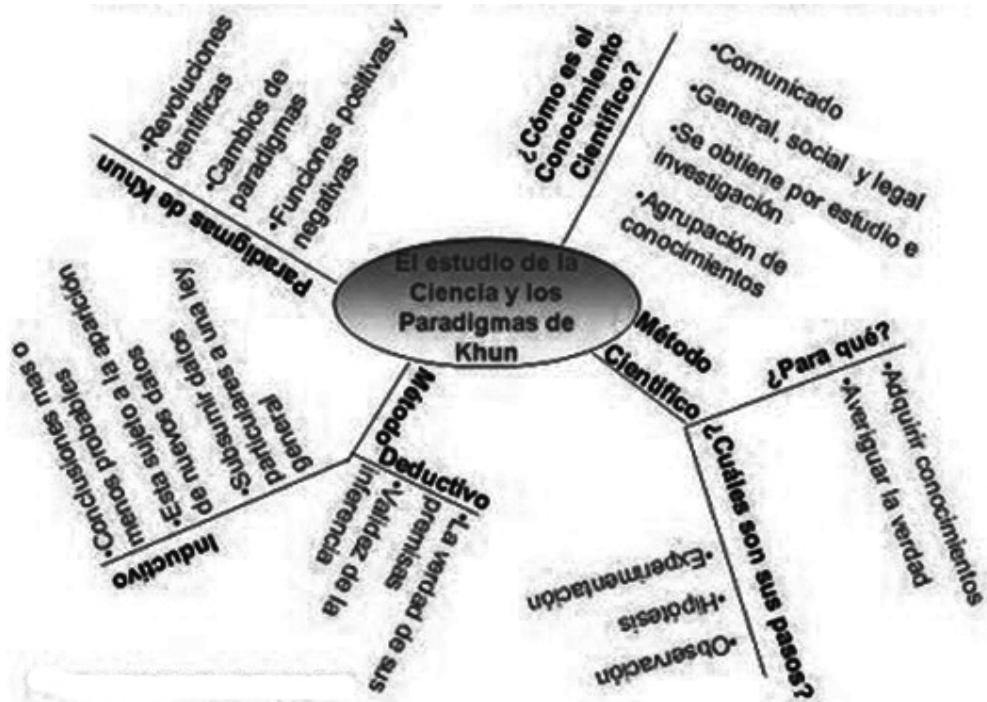
2.14. MAPA SEMÁNTICO:

Son gráficos que ayudan a los alumnos a ver cómo las palabras se relacionan entre sí. Se construye a partir de un concepto central y se vuelcan otros que tienen con él una cierta relación. Se parte de un concepto y los alumnos lo van completando con sus conocimientos previos fomentando el debate, la discusión, el intercambio de ideas, el aprendizaje de nuevas palabras, etc. A partir de allí se pueden construir las redes y mapas conceptuales.

Ejemplo:



Estudio de la Ciencia y los Paradigmas de Khunt



2.15. MAPA CONCEPTUAL

Esta técnica es no sólo un procedimiento válido para el estudio, sino también de evaluación. El mapa conceptual procura representar en forma de proposiciones, relaciones lógicas entre varios conceptos.

El mapa conceptual es una jerarquización de conceptos desde los más generales a los más específicos. Un concepto es una idea, una imagen acerca de lo que se habla. De cada uno surgen las derivaciones hacia otros conceptos menos abarcativos.

El mapa conceptual es entonces un diagrama que sirve para representar significados conceptuales que están en una estructura de proposiciones. La utilidad del mismo radica en que el estudiante, a través del mapa, dirige su atención sobre las ideas importantes en las que debe concentrarse para poder aprender y le servirá como un resumen, precisamente de lo que ha aprendido.

Ayuda a retener conceptos claves y a realizar conexiones entre los nuevos conocimientos y los que ya se saben. De esta manera se separa información significativa de información trivial.

El mapa conceptual no debe confundirse con el organigrama ni con los diagramas de flujo.

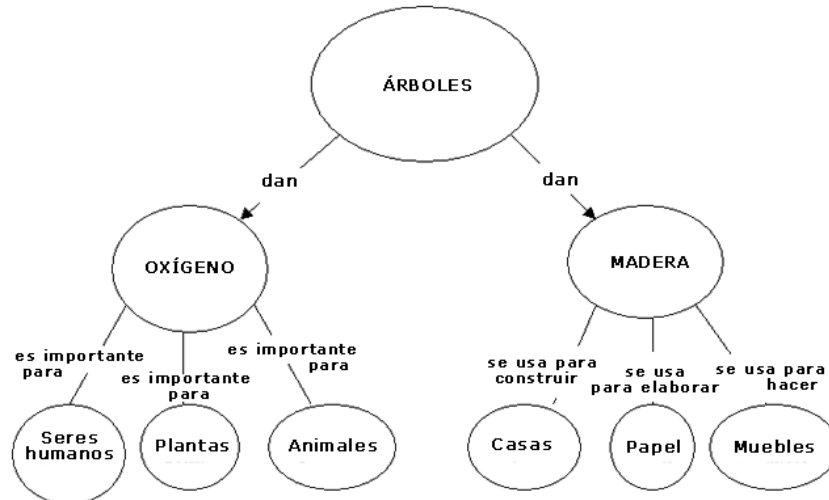
2.15.1. Requisitos del Mapa Conceptual

- Debe ser jerárquico (los conceptos más generales se sitúan en la parte superior y los más específicos y menos generales, por debajo).
- Cualquier concepto puede elevarse a la posición superior.
- Se debe emplear un lenguaje conciso y obtener fuerza visual en la diagramación.
- Se deben efectuar relaciones conceptuales (ésta es sin duda una actividad creativa).
- Se necesita considerar el valor de los conocimientos previos.

- Sólo se deben trazar flechas, en el caso de que la relación de que se trata no sea de subordinación entre conceptos o muestre conexiones cruzadas.
- Resulta positivo que se dibuje varias veces (es una revisión clarificadora).
- Los conceptos van en elipses o recuadros y las palabras enlace con minúscula, junto a las líneas de unión. Los conceptos (o sea los recuadros) se relacionan con estas líneas de unión.

2.15.2. Cómo se elabora un Mapa Conceptual

- Lectura comprensiva.
- Identificación de conceptos.
- Ordenamiento de los conceptos según una relación jerárquica (para ello, debes confeccionar una lista).
- Construcción de proposiciones entre los conceptos encontrados y los que los alumnos conocen (el docente puede facilitar los palabras de enlace).
- Distinción de los acontecimientos u objetos, concretos, de aquellos conceptos más inclusivos que los representen.



2.16. RED CONCEPTUAL

La red conceptual es una técnica de trabajo que ayuda a comprender la idea central de un texto y sus relaciones con otras ideas.

Es una imagen dinámica de significaciones conceptuales.

2.16.1. Requisitos de la Red Conceptual

- No es jerárquico. No existen niveles generales que deriven en otros más específicos.
- Se debe emplear un lenguaje conciso.
- Se deben efectuar relaciones conceptuales.
- Se deben trazar flechas para determinar las relaciones existentes entre las significaciones conceptuales.
- Resulta positivo que se dibuje varias veces (es un revisión clarificadora).

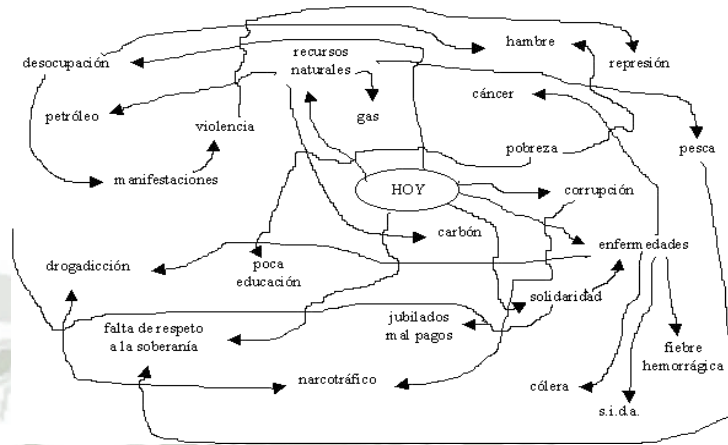
2.17. CÓMO SE ELABORA UNA RED CONCEPTUAL

- Lectura comprensiva
- Al identificar las palabras claves (sustantivos o adjetivos sustantivados) que organizan cada idea principal, elegir de entre todas ellas, la más importante o abarcativa del tema.
- La palabra clave seleccionada se escribe en el centro de la hoja, destacándola con un círculo o color,
- Se ubican luego las otras palabras claves y se las relaciona con la central o entre sí, a través de flechas y palabras de enlace o leyendas (verbos que denoten exactitud y/o preposiciones). En estas leyendas no se pueden incluir conceptos que no se desarrollaron en los nodos. Las flechas marcan el orden de lectura, si bien puede comenzarse por cualquiera de los nodos.
- La red debe quedar cerrada, o sea que todos los nodos deben estar relacionados, pero no pueden establecerse relaciones cruzadas.
- No pueden repetirse nodos.

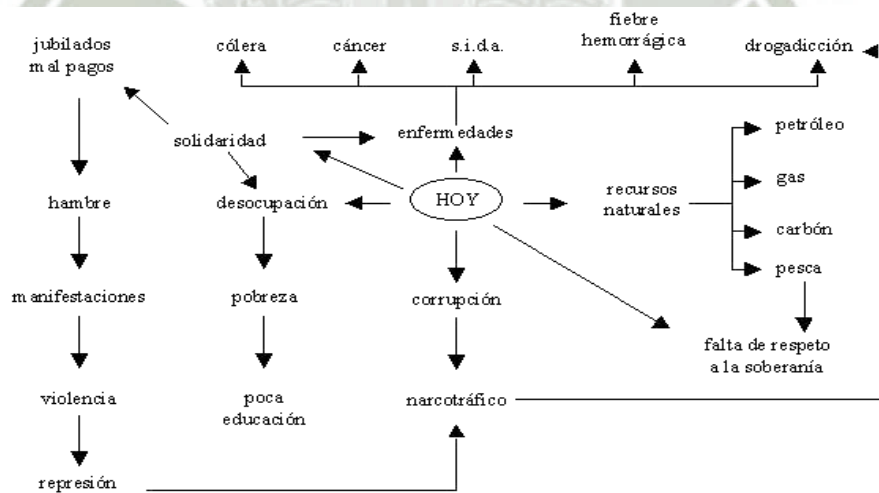
Si trabajamos una red conceptual os alumnos deben realizar los dos pasos siguientes:

- a) establecer las posibles relaciones y,
- b) ordenarlas en una red definitiva.

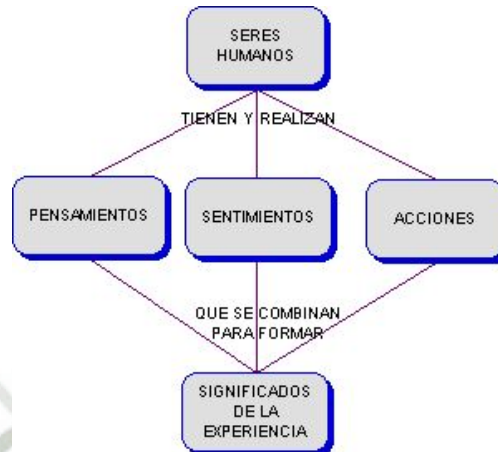
Ejemplo del paso a de una red conceptual:



Ejemplo del paso b de una red conceptual:



Ejemplo de red conceptual:



2.18. LÍNEA DE TIEMPO

El eje, línea o barra cronológica permite situar acontecimientos, períodos, culturas, civilizaciones, doctrinas, géneros literarios, etc., de una forma ordenada y sistemática a lo largo del tiempo, yendo de mayor a menor antigüedad.

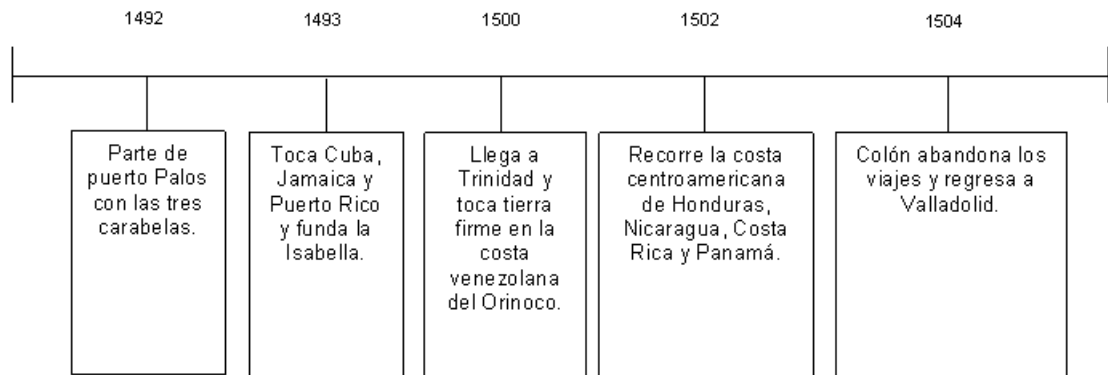
Para efectuarlo se debe dibujar un eje (se prefiere en forma vertical), mediante líneas paralelas. En tal eje se ubica el período a considerar.

EL eje se debe dividir en segmentos iguales (unidad de medida), representativos de lustros, décadas, meses, años, siglos. Si a veces no puede

mantenerse tal unidad, la barra se fragmenta tal como aparece en el ejemplo que se da más abajo), [unto a cada fecha se señala el dato que corresponde.

Línea de tiempo de sucesos más importantes en la historia de la química, extraído de "Había una vez un átomo" Gabriel Gellon, serie Ciencia que ladra dirigida por Diego Golombeck. Las líneas de abajo son los años que vivieron los científicos más representativos y algunos personajes históricos.

Ejemplo de línea de tiempo sobre el Descubrimiento de América



SESIONES DE TRABAJO SOBRE EL SUBRAYADO

EJEMPLO DE SUBRAYADO

Etimología de la palabra

Si nos atenemos a la etimología de la palabra, la filosofía es muy fácil de definir:
es el amor a la sabiduría.

Sentido de la palabra.

Pero, cuando abandonamos el dominio de la etimología y de la historia del vocablo, y tratamos de definir qué es la filosofía, surgen las dificultades. Proceden no tanto de la variedad de acepciones que el término ha sufrido a lo largo de la historia, como de la profunda evolución que ha registrado en el seno mismo de la corriente aristotélico-tomista.

En primer lugar, Santo Tomás no podía admitir la concepción aristotélica. Para Aristóteles, en efecto, la sabiduría suprema es la metafísica. Pero, para un pensador cristiano, existe una sabiduría infinitamente superior : la teología, fundada en la revelación y en la fe, e por lo que el hombre participa de la misma sabiduría de Dios. Se impone, pues, la precisión de que la filosofía es la sabiduría adquirida por las solas luces de la razón natural. Por lo demás, Aristóteles nada hubiera objetado a este respecto, ya que así la entendía él, habida cuenta de que no tenía ni la más somera idea de un modo de conocimiento sobrenatural, trascendente a la razón.

Existe otra dificultad. Un filósofo tomista tampoco puede, en nuestros días, atenerse al concepto aristotélico-tomista de sabiduría, ya que ésta englobaba casi la totalidad del saber racional : física, matemáticas y metafísica. Ahora bien, del Renacimiento a esta parte, las ciencias se han desarrollado y diversificado infinitamente y, lo que es más importante aún, se han separado, a menudo con violencia, de la filosofía. Actualmente, a nadie se le ocurriría llamar sabios, en el sentido primitivo de la palabra, a un matemático o a un físico ; y éstos se creerían insultados si se les calificara de filósofos. De este modo, se ha llegado frecuentemente a la oposición actual entre ciencia y sabiduría, reservando (un tanto abusivamente) el término ciencia para las ciencias particulares, ciencias exactas y ciencias experimentales, como se dice actualmente. Este hecho ha inducido a precisar que la filosofía es la búsqueda de una explicación del universo por las causas, principios o razones últimas, en el sentido de que no es posible ir más allá de dichas razones. Pero esta precisión fue ya formulada explícitamente por santo Tomás : ‘La sabiduría -dice- considera las causas primeras, la ciencia se detiene en las causas segundas o próximas’. (METAFÍSICA, 1, 1; N° 34). Así pues, se conserva la fidelidad no ya únicamente al espíritu sino también a la letra del tomismo, al distinguir entre ciencias y filosofía. El único cambio registrado consiste en extender el ámbito de las ciencias particulares más allá de las fronteras que santo Tomás les había asignado.

Creemos, pues, a fin de cuentas, que la definición de filosofía comúnmente aceptada por la escuela tomista contemporánea, es plenamente satisfactoria. Dicha definición reza así: la filosofía es el conocimiento de todas las cosas por sus razones últimas, adquirido con la sola luz de la razón natural.

Si se nos permite adentrarnos inmediatamente en los arcanos del vocabulario técnico, diremos que el universo es el objeto material de la filosofía, y que las causas últimas constituyen su objeto formal. Esto significa que la filosofía se interesa por todo lo que es, pero en cuanto comprensible por sus causas supremas; estas últimas son, pues, su objeto propio y principal.

Semejante definición de la filosofía nos parece válida para todas las filosofías. No cabe duda de la existencia de grandes divergencias acerca de la naturaleza de los principios que ellas proponen; para unas, por ejemplo la de Marx, es la Materia; para otras, como la de Hegel, es el Espíritu; y para otras aún, la Sabiduría (Spinoza), etc. Pero poco importa aquí que una filosofía sea materialista, idealista o panteísta, ya que siempre tiende a explicar el universo por sus causas supremas. Tal vez el único sistema de pensamiento excluido por esta definición sea el escepticismo, que hace consistir la sabiduría en la duda respecto de todas las cosas. Pero, dado que enseña las razones del dudar y puesto que las reduce a unos capítulos principales, también cabría admitir que el escepticismo busca las razones últimas de las cosas.

AHORA TE TOCA A TÍ

**LEE LOS SIGUIENTES PÁRRAFOS SOBRE PLANIFICACIÓN Y
SUBRAYA LAS IDEAS PRINCIPALES Y DETALLES IMPORTANTES**

LA PLANIFICACIÓN

Planificar implica que los administradores piensan con antelación en sus metas y acciones, y que basan sus actos en algún método, plan o lógica y no en

corazonadas. Los planes presentan los objetivos de la organización y establecen los procedimientos idóneos para alcanzarlos. Además, los planes son la guía para que (1) la organización obtenga y comprometa los recursos que se requieren para alcanzar sus objetivos: (2) los miembros de la organización desempeñen actividades congruentes con los objetivos y los procedimientos elegidos, y (3) el avance hacia los objetivos pueda ser controlado y medido de tal manera que, cuando no sea satisfactorio, se puedan tomar medidas correctivas.

Lo que no está subrayado no quita el sentido de la idea, por lo que podemos prescindir de él.

El primer paso para planificar consiste en elegir las metas de la organización. A continuación, se establecen metas para cada una de las subunidades de la organización; es decir, sus divisiones, departamentos, etc. Definidas éstas, se establecen programas para alcanzar las metas de manera sistemática. Sobra decir que, al elegir objetivos y preparar programas, el gerente de mayor jerarquía analiza su viabilidad, así como las posibilidades de que otros gerentes y empleados de la organización los acepten.

Lo primordial del primer paso de la planificación se puede resumir en tres aspectos, lo que se descartó sólo explica y puntualiza lo subrayado, por lo que no es importante.

Las relaciones y el tiempo son fundamentales para las actividades de la planificación. La planificación produce una imagen de las circunstancias futuras deseables, dados los recursos actualmente disponibles, las experiencias pasadas, etc.

Por ejemplo, Natalie Anderson hace planes para el futuro cuando se encarga de la campaña para promover el libro de Pankovsky, trabajo que entraña muchas relaciones.

SESIONES DE TRABAJO SOBRE EL RESUMEN

APRENDIENDO HACER UN RESUMEN

LEE EL SIGUIENTE TEXTO Y HAZ EL RESUMEN CORRESPONDIENTE

Generalmente, las ciudades tienen grandes dificultades para destruir las grandes cantidades de basuras que generan cada día sus habitantes. Por un lado, pueden ir acumulando todas las basuras en ciertos lugares, que reciben el nombre de basureros. Pero estos basureros llegan, tras un periodo de actividad, a estar llenos totalmente, por lo que hay que cubrirlos y buscar otro lugar como futuro basurero. Por otro lado, pueden quemarse las basuras, como se hace en muchas ciudades, pero los gases que se desprenden durante la incineración pueden contaminar la atmósfera, por lo que el remedio suele ser peor que la enfermedad. En otras ciudades están intentando reciclar las basuras, es decir, transformarlas para después volver a usar sus productos. Por ejemplo, las basuras orgánicas (como los restos de las comidas y los desperdicios alimentarios) pueden transformarse en abonos para la agricultura. Pero entre las basuras también hay otros productos como papeles, cartones, etc., que se transforman en materias primas para volver a fabricar papel (el llamado papel reciclado). Sin embargo, para conseguir estos objetivos es preciso establecer un sistema que permita al ciudadano separar sus basuras: las que son reciclables, como las citadas antes, y las que no lo son, como los plásticos.

He aquí una propuesta de resumen: estúdialo para tratar de comprobar si reúne las condiciones que incluimos en su definición

PROPUESTA DE RESUMEN 1

Las ciudades tienen grandes dificultades para destruir las grandes cantidades de basura que generan cada día sus habitantes. Las basuras se pueden acumular en los basureros, que tienen una duración limitada, ya que cuando están llenos hay que buscar otros. También pueden quemarse las basuras, pero los gases que se desprenden de la incineración pueden contaminar la atmósfera. También se pueden reciclar las basuras, es decir, transformarlas en abonos para la agricultura o en materias primas para fabricar otros productos. Pero para que sea posible el reciclado es preciso establecer un sistema que permita al ciudadano separar sus basuras: las que son reciclables y las que no lo son.

ANÁLISIS DEL RESUMEN

Una vez que hayas leído esta propuesta de resumen, explica qué te ha parecido. Es decir, deberás exponer tu opinión. Formula tus ideas.

El resumen es muy largo, ya que tiene 108 palabras. Casi es la mitad del texto de partida (que tiene 200 palabras). El resumen deberá tener como promedio una cuarta parte del texto original

En el resumen se usan casi textualmente las palabras del texto de partida. Puedes comprobar que hay frases completas: Las ciudades tienen grandes

dificultades para destruir las grandes cantidades de basura que generan cada día sus habitantes. También pueden quemarse las basuras, pero los gases que se desprenden de la incineración pueden contaminar la atmósfera...

Una interpretación bastante extendida entre los estudiantes dice que el resumen se ha de elaborar por el sistema de eliminación: se tacha lo que no es importante y lo que queda es el resumen o bien se subraya lo importante y se enlazan las oraciones formando el resumen. Este sistema no es aceptable, como veremos más tarde.

PROPUESTA DE RESUMEN 2

Grandes cantidades de basura. Necesidad de su eliminación. Procedimientos existentes: acumular la basura en basureros, pero pronto se llenan, buscar otros. Otros sistema: quemar la basura, pero puede contaminar la atmósfera. Lo mejor: reciclar las basuras para abono o para crear materia prima: nuevos productos.

ANÁLISIS DEL RESUMEN:

Una vez que hayas leído esta propuesta de resumen, explica qué te ha parecido. Es decir, deberás exponer tu opinión.

Formula por escrito tus ideas.

El resumen 2 tiene la proporción correcta (25% del texto de partida, es decir, 45 palabras). Además conserva las ideas principales. Pero está mal redactado. Se trata de unas oraciones que se han yuxtapuesto, simplemente. Una yuxtaposición de

ideas, sin ningún hilo director que represente el progreso del pensamiento del autor.

No es, por tanto, un resumen aceptable.

Vamos a pasar ahora a analizar otro resumen:

PROPUESTA DE RESUMEN 3

El problema de la destrucción de las basuras.

Soluciones:

- Se acumulan en un basurero.
- Se queman.

Inconvenientes:

- Hay que buscar nuevos basureros.
- Los gases pueden contaminar la atmósfera.

La solución: su reciclado.

ANÁLISIS DEL RESUMEN:

Una vez que hayas leído esta propuesta de resumen, explica qué te ha parecido. Es decir, deberás exponer tu opinión.

Formula tus ideas por escrito.

El resumen número 3 incluye las ideas principales del texto de partida y además nos muestra la estructura de sus ideas. Pero no es un resumen, es un esquema y nosotros, ahora, no estamos estudiando cómo elaborar el esquema o estructura de un texto, sino cómo resumirlo.

PROPUESTA DE RESUMEN 4

Se pueden destruir las basuras que producen las ciudades mediante dos procedimientos: acumulándolas en los basureros o quemándolas; pero ambos procedimientos presentan inconvenientes, ya que los basureros terminan por llenarse, por lo que hay que buscar otros y la incineración contamina la atmósfera con los gases que produce.

ANÁLISIS DEL RESUMEN:

Una vez que hayas leído esta propuesta de resumen, explica qué te ha parecido. Es decir, como ya sabes, deberás exponer tu opinión.

Formula tus ideas por escrito.

Como has podido comprobar, el resumen 4 está incompleto. Está bien redactado, tiene unas dimensiones apropiadas, pero le falta una idea fundamental: la solución alternativa a los procedimientos propuestos, que es el reciclado de las basuras.

PROPUESTA DE RESUMEN 5

RESUMEN FINAL

Las basuras pueden acumularse en basureros o pueden quemarse; pero ambos procedimientos presentan inconvenientes, que pueden obviarse si se reciclan para producir abonos o materias primas para producir nuevos materiales, aunque este

procedimiento exige que los ciudadanos separen las basuras reciclables de las que no lo son.

Veamos los rasgos que lo caracterizan:

Se incorporan las ideas principales y se evita lo accesorio.

Se utilizan las palabras del propio redactor.

Se sigue el proceso de desarrollo del autor.

Se presenta en un sólo bloque, que corresponde al único bloque de que consta el texto de partida.

Es decir, el resumen propuesto respeta los rasgos o características que han de tener todos los resúmenes.

Con esta actividad termina la práctica de cómo hacer un resumen. Espero que ahora tengas una idea más completa de lo que es un resumen y de cómo se elabora.

AHORA TE TOCA A TI

LEE LOS SIGUIENTES PÁRRAFOS DEL DIÁLOGO LA REPÚBLICA, DE PLATÓN (TEXTO) RESUME LO MÁS IMPORTANTE.

Platón nació en Atenas en el año 427 a.C. Pertenecía a la clase alta de la ciudad. A los veinte años trabajó relación con Sócrates y se transformó en su discípulo. Admiraba tanto a su maestro que lo hizo protagonista de la mayor parte de sus *Diálogos*. Con la intención de intervenir en política visitó al tirano de Siracusa (isla de Sicilia). Pero el intento fue fallido y terminó siendo vendido como esclavo en la plaza pública. Por suerte lo adquirió un pitagórico de Atenas que lo conocía. Cuando, de regreso en Atenas, Platón quiso reintegrarle el dinero que había pagado para salvarlo, el pitagórico se rehusó. Con ese dinero Platón

compró un terreno situado en una zona dedicada al héroe Académico, en el cual fundó su escuela, la Academia (355). Esta escuela se mantuvo abierta por más de 900 años. Platón murió en Atenas en el año 347. Se conservan sus obras completas, que incluyen 25 diálogos, la Apología de Sócrates y un conjunto de 13 cartas.

Platón estaba convencido de que el verdadero saber debe referirse a *lo que no cambia*. Compartía con Sócrates la idea de que la verdad reside en el hombre. El conocimiento que recibimos de los sentidos nos viene de afuera y versa sobre cosas que cambian. A este tipo de saber —decía Platón— mal se lo llama "conocimiento", porque merecería ser llamado "opinión". El verdadero saber versa sobre aquello que permanece siempre igual, sobre las *ideas*, y no lo logramos por el contacto con el mundo sino que lo descubrimos en nuestra propia *alma*. El alma preexiste al hombre. Antes de nacer a esta vida, nuestra alma se encontraba fuera del mundo material y en contacto directo con el mundo inmaterial de las ideas. Allí adquirió todo su saber. Al unirse al cuerpo, el alma olvida lo que había aprendido, pero al contemplar las cosas del mundo, hechas a semejanza de las ideas por el Demiurgo (un dios), va recordando lo que ya sabía. Por eso decimos que, para Platón, conocer es recordar ("reminiscencia").

Para Platón, aquello que más merece el nombre de ser son las ideas, justamente por su inmutabilidad. Las cosas, que se hallan sometidas al cambio, la generación y la corrupción, están por así decirlo entre el ser y el no ser. Las ideas son *únicas* (no hay dos iguales), *inmutables*, *intemporales*, *necesarias*, *universales*, *arquetípicas*, *perfectas*. Las ideas se hallan ordenadas entre sí

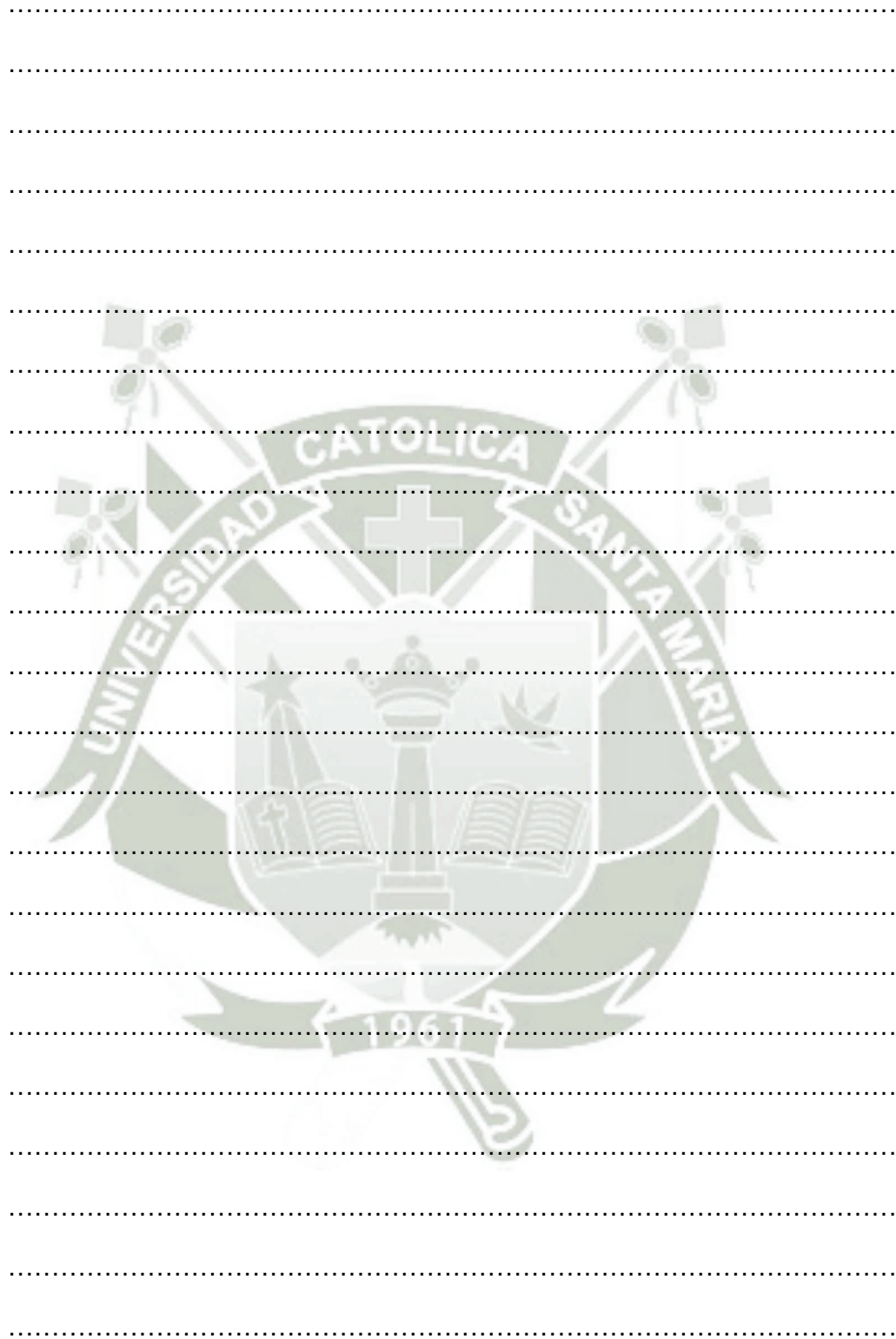
jerárquicamente. En la cima se halla la idea de "Bien" o de "Uno". De ella participan todas las demás y ella misma está "más allá del ser".

Antes de encarnarse, el hombre es su alma, un *alma racional*. Pero al encarnarse se le suman el *alma irascible* (deseo de dominación) y el *alma concupiscible* (deseo de placer). El hombre debe lograr que sea el alma racional la que gobierne su vida, sin negar las otras dos, de las que provienen la *energía* y el *movimiento*, pero conduciéndolas hacia el logro de su fin. En la medida en que lo logre, el hombre será virtuoso y podrá con el tiempo escapar de la serie ininterrumpida de encarnaciones para volver a su existencia primigenia, como un dios, fuera del mundo sensible.

En su diálogo *La República*, Platón se planteaba cómo sería una ciudad o una *república ideal*. Él sostiene que en la sociedad se da un grupo en el que impera *lo racional*, otro en el que lo hace *la irascibilidad* y otro que se gobierna por *la búsqueda del placer*. Para que una sociedad sea justa debe ser gobernada por aquellos en los que prima la razón, los filósofos. Los hombres irascibles deben conformar el ejército. Los concupiscibles deben ser comerciantes o trabajadores. Por ello proponía un ordenamiento que permitiera ir educando a los niños y jóvenes detectando cuál es el lugar que por sus condiciones naturales deben ocupar en la sociedad.

Platón ha sido sin dudas uno de los dos filósofos más grandes de la Grecia Antigua y uno de los máximos representantes de la corriente idealista de todos los tiempos.

.....
.....
.....



SESIONES DE TRABAJO SOBRE EL ESQUEMA

APLICA EN EL SIGUIENTE TEXTO LA TÉCNICA DEL

SUBRAYADO, EXTRAE LA IDEA CENTRAL DE CADA APARTADO, Y EN

BASE A ELLO, ELABORA UN ESQUEMA DE LLAVES

MANERAS DE CONSERVAR TU EMPLEO

Serie de recomendaciones para conservar empleo

(...)
Existe una serie de recomendaciones que, si bien no garantizan un blindaje total para conservar tu trabajo, "si ayudan a afianzar tu puesto".

1. Enfócate en tu desarrollo
"La tendencia en las empresas es afianzar tus competencias organizacionales, es decir tus fortalezas".
Lo primero es buscar tu desarrollo mediante las áreas de oportunidad, es decir, si no quieres quedarte atrás comienza a capacitarte.
Existen diversas maneras de capacitación y pueden ir desde los cursos, hasta los libros especializados o explotar tu experiencia profesional (habilidades, trabajo en equipo, liderazgo, etc.).

2. Vigila tu nivel de productividad
Haz un alto en el camino y pregúntate: ¿para qué me contrataron? Responde y enfócate en analizar tu 'productividad en relación a la misión' para la que fuiste contratado.
En la medida de que cumplas con esta disposición, puedes asegurar mejor tu trabajo.

3. Conviértete en un buen empleado
"Nosotros definimos a un buen empleado como la suma del conocimiento con las actitudes", afirman los ejecutivos de visión amplia.
Para lograr este equilibrio debes enfocarte en agregar a tus aptitudes, preparación y experiencia, el trabajo en equipo y ganas de aprender, es decir, se propósito.

4. Fortalece tus debilidades
Contrario a lo que se piensa, tus debilidades puede ser un gran aliado, si sabes explotarlas.
"Subsanar tus deficiencias a través del trabajo y autodesarrollo envían a la empresa el mensaje de que eres un elemento valioso e importante de conservar".
Por ejemplo, si te cuesta trabajo relacionarte con los demás, empieza, empieza a participar proactivamente en las reuniones de trabajo e intercambia ideas, integra a otras áreas y genera proyectos; la clave es que hagas notar tu presencia de una manera propositiva.

5. Especialízate
Debes enfocarte en mejorar tus conocimientos, piensa que si eres especialista en tu área de trabajo serás más difícil de reemplazar.
"Las organizaciones actualmente invierten en retener el talento humano".
Tener conocimientos especializados tiene otra gran ventaja: al tener la sartén por el mango, serás tú quien pueda darse el lujo de decidir entre ofertas mejores o permanecer en tu actual puesto de trabajo.
Los cursos de capacitación y desarrollo, así como la actualización de conocimientos son una parte fundamental para lograr ese punto.

SESIONES DE TRABAJO SOBRE EL CUADRO COMPARATIVO

TOMANDO COMO EJEMPLO EL SIGUIENTE CUADRO COMPARATIVO,

REALIZA UN CUADRO COMPARATIVO PEDAGOGIA Y ANDRAGOGIA

	AZTECAS	MAYAS	INCAS
Arquitectura	Emplearon como material la piedra labrada y el adobe.	En la estructura exterior predomina el estilo piramidal.	Construyeron templos, calzadas, caminos, puentes, acueductos, canales entre otras obras.
Escultura	Se expresa en sus dos modalidades clásicas: en bulto redondo y en relieve.	Tiene diversas modalidades: escultura en bulto, estelas y relieves	Se limita a algunas representaciones en bulto.
Pintura	Emplearon colores brillantes en sus pinturas al fresco.	Emplearon un rico colorido. Destacan los tonos claros.	Las plasmaban en sus piezas de cerámica y en un tipo de pintura mural lograda a través de moldes.

LA PEDAGOGÍA

La pedagogía es el conjunto de saberes que se encarga de la educación como fenómeno específicamente humano y típicamente social. Se trata de una ciencia aplicada de carácter psicosocial, cuyo objeto de estudio es la educación.

Tanto el Diccionario de la Lengua Española de la Real Academia Española,[1] como el Diccionario Salamanca de la Lengua Española[2] definen a la pedagogía como la ciencia que se ocupa de la educación y la enseñanza. Tiene como objetivo proporcionar guías para planificar, ejecutar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje, aprovechando las aportaciones e influencias de diversas ciencias, como la psicología (del desarrollo, personalidad, superdotación, educativa, social), la sociología, la antropología, la filosofía, la historia y la medicina, entre otras. Luego, el pedagogo es el experto en educación formal y no formal que investiga la manera

de organizar mejor sistemas y programas educativos, con el objeto de favorecer al máximo el desarrollo de las personas y las sociedades. Estudia la educación en todas sus vertientes: escolar, familiar, laboral y social.

Sus áreas profesionales son muy amplias, ya que recoge el conocimiento de varios saberes científicos, además de las ramas arriba mencionadas, de las neurociencias, diagnóstico pedagógico y psicopedagógico, didáctica, formación laboral y ocupacional, técnicas individuales y grupales de aprendizaje, tecnología educativa, intervención socio-educativa, metodología, investigación educativa, análisis de datos, organización y gestión de centros educativos, políticas y legislación educativa, educación comparada, educación de adultos, educación para la salud, educación ambiental, orientación escolar y familiar.

También hay varias clases de pedagogías: -pedagogía primitiva: la educación se reduce a hacer que el individuo se ponga en condiciones de satisfacer sus necesidades biológicas y las de su grupo o tribu. No hay un proceso de transmisión consciente por que los jóvenes imitan los gestos de los adultos y una vez que los posee se integra al grupo

ANDRAGOGÍA

La Andragogía (del griego "hombre" y "guía" o "conducción") es la ciencia y el arte que, siendo parte de la Antropología y estando inmersa en la educación permanente, se desarrolla a través de una praxis fundamentada en los principios de participación y horizontalidad. Su proceso, al estar orientado con características sinérgicas por el facilitador del aprendizaje, permite incrementar el pensamiento, la

autogestión, la calidad de vida y la creatividad del participante adulto, con el propósito de proporcionarle una oportunidad para que logre su autorrealización.

La Andragogía es la disciplina que se ocupa de la educación y el aprendizaje del adulto. Etimológicamente la palabra adulto, proviene de la voz latina adultos, que puede interpretarse como "ha crecido" luego de la etapa de la adolescencia. El crecimiento biológico del ser humano llega en un momento determinado al alcanzar su máximo desarrollo en sus aspectos fisiológicos, morfológicos y orgánicos; sin embargo, desde el punto de vista psico-social el crecimiento del ser humano, a diferencia de otras especies, se manifiesta de manera ininterrumpida y permanente. La Andragogía por ser independiente del nivel de desarrollo psíquico y por partir del nivel de desarrollo cognitivo genera una nueva actitud en el hombre frente al reto educativo.

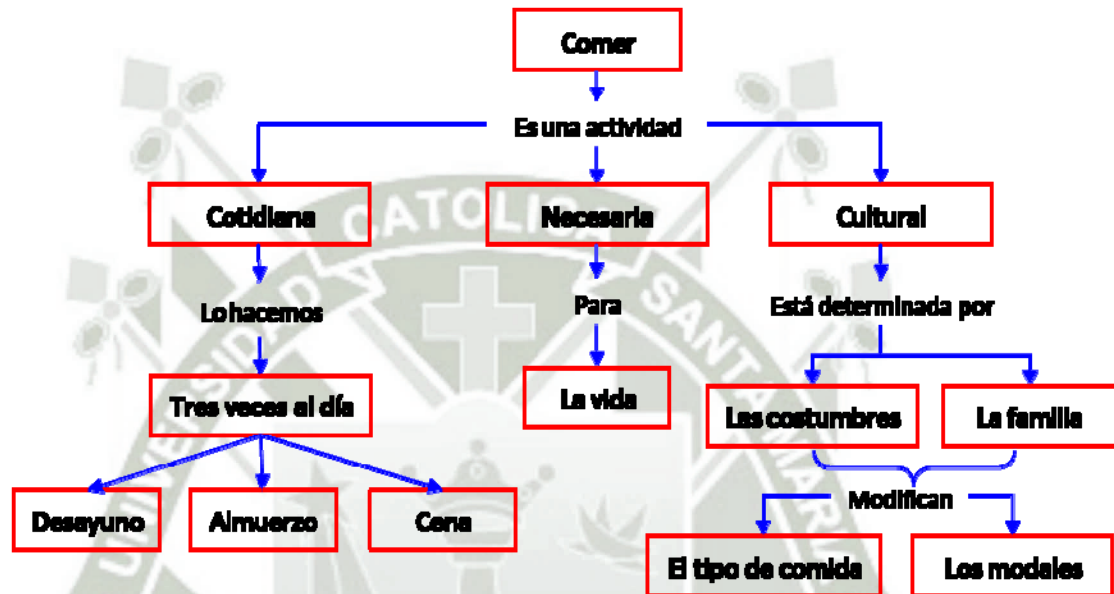
Actualmente se considera que la educación no es sólo cuestión de niños y adolescentes. El hecho educativo es un proceso que actúa sobre el hombre a lo largo de toda su vida, siendo que la naturaleza del hombre permite que pueda continuar aprendiendo durante toda su vida sin importar su edad cronológica.

ASPECTOS	PEDAGOGÍA	ANDRAGOGÍA
CARACTERÍSTICAS		

ALUMNO		
DOCENTE		
METODOLOGÍA		

SESIONES DE TRABAJO SOBRE MAPA CONCEPTUAL

TOMANDO COMO EJEMPLO EL SIGUIENTE MAPA CONCEPTUAL
REALIZA UN MAPA CONCEPTUAL DEL SIGUIENTE TEXTO SOBRE
INTELIGENCIAS MÚLTIPLES



INTELIGENCIAS MÚLTIPLES

El doctor Howard Gardner, director del Proyecto Zero y profesor de psicología y ciencias de la educación en la Universidad de Harvard, ha propuesto desde 1993 su teoría de las Inteligencias Múltiples. A través de esta teoría el Dr Gardner llegó a la conclusión de que la inteligencia no es algo innato y fijo que domina todas las destrezas y habilidades de resolución de problemas que posee el ser humano, ha establecido que la inteligencia está localizada en diferentes áreas del cerebro, interconectadas entre sí y que pueden también trabajar en forma individual,

teniendo la propiedad de desarrollarse ampliamente si encuentran un ambiente que ofrezca las condiciones necesarias para ello.

Por primera vez, en 1993, Gardner señaló que existen siete inteligencias. Estas son: la lingüística-verbal, la lógica-matemática, la física-cinestésica, la espacial, la musical, la interpersonal y la intrapersonal. Luego basándose en los estudios más recientes establece que hay más inteligencias: la naturalista, la espiritualista, la existencial, la digital y otras.

Los educadores que realizan proyectos educativos con las Siete Inteligencias Múltiples han incorporado la inteligencia naturalista como la octava de ellas.

Veamos cada una de ellas:

- **La inteligencia lingüística-verbal:** es la capacidad de emplear de manera eficaz las palabras, manipulando la estructura o sintaxis del lenguaje, la fonética, la semántica, y sus dimensiones prácticas.

Está en los niños a los que les encanta redactar historias, leer, jugar con rimas, trabalenguas y en los que aprenden con facilidad otros idiomas.

- **La inteligencia física-cinestésica:** es la habilidad para usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como propioceptivas y táctiles.

Se la aprecia en los niños que se destacan en actividades deportivas, danza, expresión corporal y/o en trabajos de construcciones utilizando diversos materiales concretos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.

- **La inteligencia lógica-matemática:** es la capacidad de manejar números, relaciones y patrones lógicos de manera eficaz, así como otras funciones y abstracciones de este tipo.

Los niños que la han desarrollado analizan con facilidad planteamientos y problemas. Se acercan a los cálculos numéricos, estadísticas y presupuestos con entusiasmo.

- **La inteligencia espacial:** es la habilidad de apreciar con certeza la imagen visual y espacial, de representarse gráficamente las ideas, y de sensibilizar el color, la línea, la forma, la figura, el espacio y sus interrelaciones.

Está en los niños que estudian mejor con gráficos, esquemas, cuadros. Les gusta hacer mapas conceptuales y mentales. Entienden muy bien planos y croquis.

- **La inteligencia musical:** es la capacidad de percibir, distinguir, transformar y expresar el ritmo, timbre y tono de los sonidos musicales.

Los niños que la evidencian se sienten atraídos por los sonidos de la naturaleza y por todo tipo de melodías. Disfrutan siguiendo el compás con el pie, golpeando o sacudiendo algún objeto rítmicamente.

• **La inteligencia interpersonal:** es la posibilidad de distinguir y percibir los estados emocionales y signos interpersonales de los demás, y responder de manera efectiva a dichas acciones de forma práctica.

La tienen los niños que disfrutan trabajando en grupo, que son convincentes en sus negociaciones con pares y mayores, que entienden al compañero.

• **La inteligencia intrapersonal:** es la habilidad de la autoinspección, y de actuar consecuentemente sobre la base de este conocimiento, de tener una autoimagen acertada, y capacidad de autodisciplina, comprensión y amor propio.

La evidencian los niños que son reflexivos, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus pares.

• **La inteligencia naturalista:** es la capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Tanto del ambiente urbano como suburbano o rural. Incluye las habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento de nuestro entorno.

Se da en los niños que aman los animales, las plantas; que reconocen y les gusta investigar características del mundo natural y del hecho por el hombre.

Cuanta posibilidad intelectual, y cuanta capacidad de desarrollo poseemos, sin embargo, cuando analizamos los programas de enseñanza que se imparten en muchas instituciones y que obligan a los alumnos, a los niños a seguir, observamos que se limitan a concentrarse en el predominio de las inteligencias lingüística y

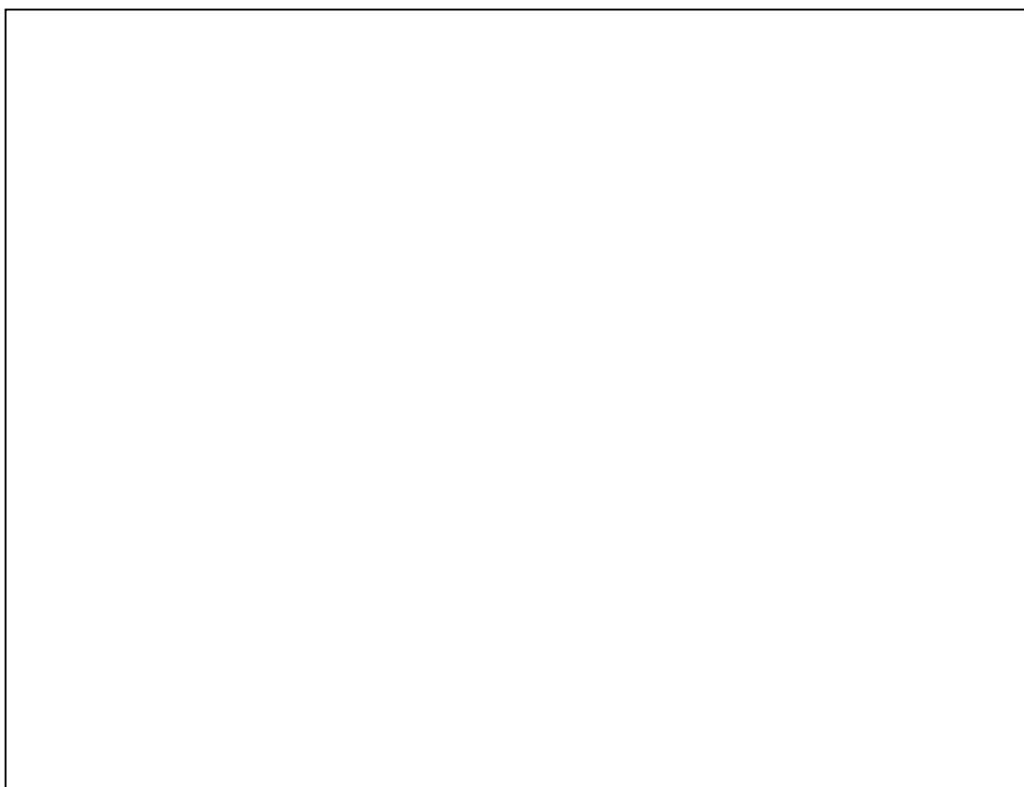
matemática dando mínima importancia a las otras posibilidades del conocimiento. Razón por la cual muchos alumnos que no se destacan en el dominio de las inteligencias académicas tradicionales, no tienen reconocimiento y se diluye así su aporte al ámbito cultural y social, y algunos llegan a pensar que son unos fracasados, cuando en realidad se están suprimiendo sus talentos.

Por lo anterior descrito, sabemos entonces que no existe una inteligencia general que crezca o se estanque, sino un elenco múltiple de aspectos de la inteligencia, algunos mucho más sensibles que otros a la modificación de estímulos adecuados.

En la actualidad se habla del desarrollo integral del niño, es decir que incluya todos los aspectos del desarrollo (físico, sexual, cognitivo, social, moral, lenguaje, emocional, etc.), en esto se basa la teoría del Desarrollo de las Inteligencias Múltiples.

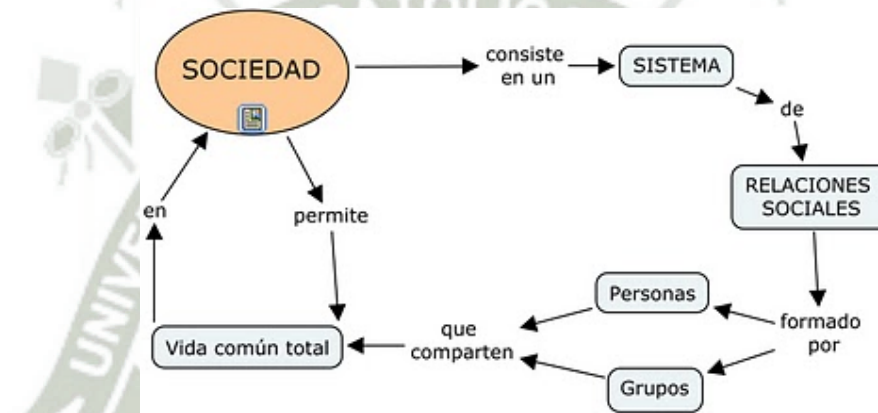
Ya se habla de “Escuelas de Inteligencias Múltiples”, donde los estudiantes aprenden y se fortalecen intelectualmente a través de un currículo que en vez de enfatizar la enseñanza a través de las inteligencias, las escuelas enfatizan la enseñanza “para” la inteligencia. Los alumnos son motivados para que puedan lograr las metas que se han propuesto alcanzar.

Se abre así a partir de esta Teoría de las Inteligencias Múltiples una ruptura con viejos paradigmas de la enseñanza.



SESIONES DE TRABAJO SOBRE RED CONCEPTUAL

**TOMANDO COMO EJEMPLO LA SIGUIENTE RED CONCEPTUAL
REALIZA UNA RED CONCEPTUAL DEL SIGUIENTE TEXTO SOBRE EL
INTERNET**



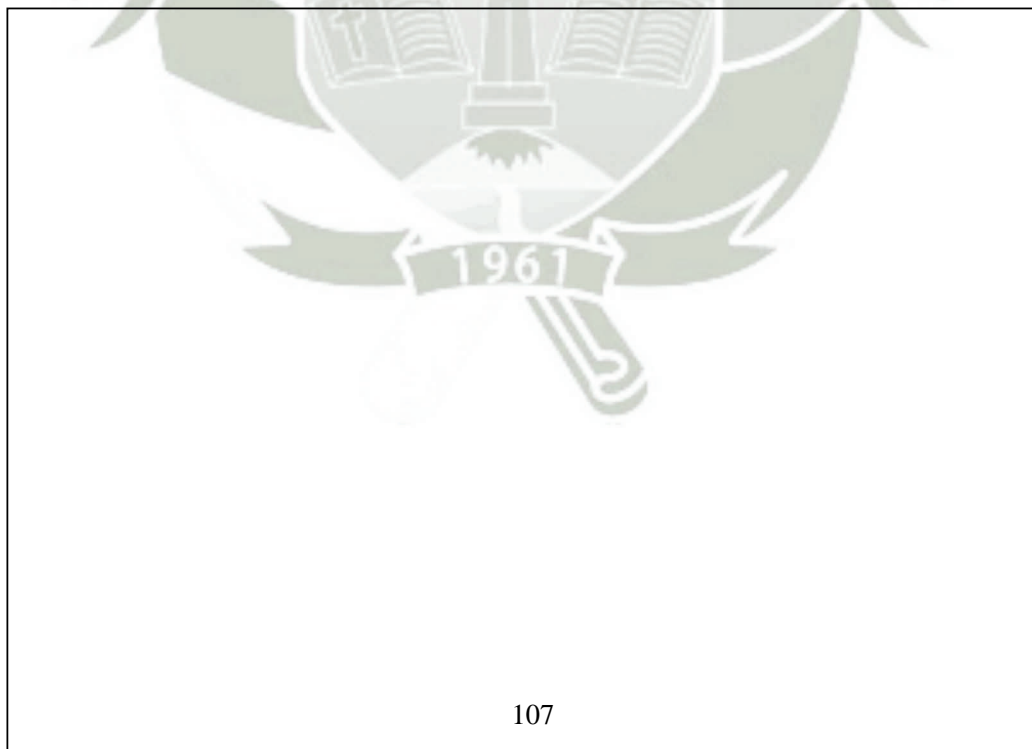
EL INTERNET

Internet es un conjunto descentralizado de redes de comunicación interconectadas que utilizan la familia de protocolos TCP/IP, garantizando que las redes físicas heterogéneas que la componen funcionen como una red lógica única, de alcance mundial. Sus orígenes se remontan a 1969, cuando se estableció la primera conexión de computadoras, conocida como ARPANET, entre tres universidades en California y una en Utah, Estados Unidos.

Uno de los servicios que más éxito ha tenido en Internet ha sido la World Wide Web (WWW, o "la Web"), hasta tal punto que es habitual la confusión entre ambos términos. La WWW es un conjunto de protocolos que permite, de forma sencilla, la consulta remota de archivos de hipertexto. Ésta fue un desarrollo posterior (1990) y utiliza Internet como medio de transmisión.

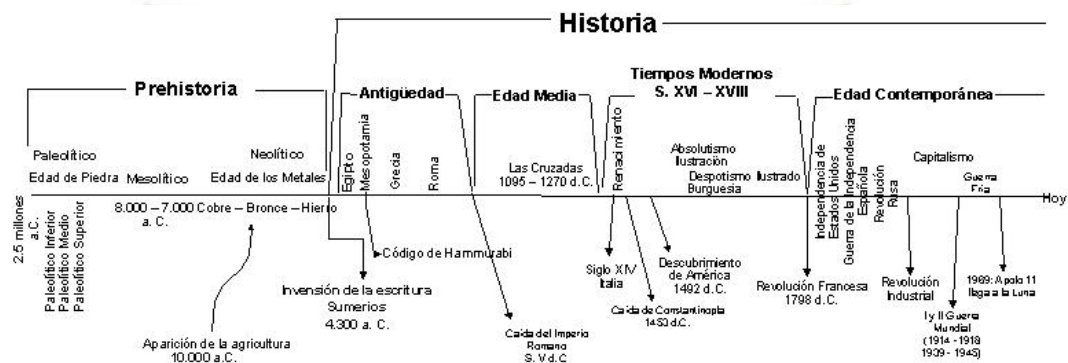
Existen, por tanto, muchos otros servicios y protocolos en Internet, aparte de la Web: el envío de correo electrónico (SMTP), la transmisión de archivos (FTP y P2P), las conversaciones en línea (IRC), la mensajería instantánea y presencia, la transmisión de contenido y comunicación multimedia -telefonía (VoIP), televisión (IPTV)-, los boletines electrónicos (NNTP), el acceso remoto a otros dispositivos (SSH y Telnet) o los juegos en línea.

TOMANDO COMO EJEMPLO LA SIGUIENTE RED CONCEPTUAL REALIZA UNA RED CONCEPTUAL DEL SIGUIENTE TEXTO SOBRE EL INTERNET



SESIONES DE TRABAJO SOBRE LÍNEA DE TIEMPO

TOMANDO COMO EJEMPLO EL SIGUIENTE GRÁFICO DE LÍNEA DE TIEMPO. REALIZA UNA LÍNEA DE TIEMPO DE TU VIDA, ASÍ COMO DE LOS PRESIDENTES DEL PERÚ Y SUS PRINCIPALES OBRAS



BIBLIOGRAFÍA

LIBROS

- Aduna, A. y Marquéz E. (1987). *Curso de hábitos de estudio y autocontrol*, México, editorial trillas S.A.
- Almela, J. (2009). *Aprender a Estudiar no es Imposible – Técnicas de Estudio*. Madrid-España, Ediciones Palabra S.A Amazon.com Casa del Libro.
- Belaunde, I. (1994). *Hábitos de estudio*. En: Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, año 2, N° 2, octubre. Lima.
- Ediciones el Carmen 2005. *Ley General de Educación Ley N° 28044 Artículo 2°*. Lima, Perú.
- Hattie, J. y Biggs. J. (1996). *Effects of learning skill interventions on students learning. A meta- analysis*. Review of esducational.
- Hernández D. (1988). *Métodos y técnicas de estudio en la universidad*. Colombia, Mc Graw Hill.
- Hernández R. (1997). *Metodología de la investigación*. México, Mc Graw Hill,
- Jiménez J. y Gonzales J. (1998). *Técnicas de Estudio para Bachillerato y Universidad*. Madrid España. Editorial Tébar.
- Larrosa, F. (1994). *El rendimiento educativo*. España, Instituto de Cultura Juan Gil-Albert.

Martínez, V. (1996). *Los adolescentes ante el Estudio – Causas y Consecuencias del Rendimiento Académico*. Madrid España. Impreso por Omagraf. S.L. Microsoft ® Encarta ® 2009. © 1993-2008 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

Ministerio de Educación. (2000). *Programa Curricular de Primer Ciclo de Educación Primaria de Menores*.

Ministerio de Educación. (2005) *Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular – Proceso De Articulación Nov 2005*

Quintanilla, F. (1995). *El mejor método para estudiar*. Lima, Editorial Universo S.A, 1era. edición.

Touron, J. (1984). *Factores del rendimiento académico en la universidad*, España, ediciones Universidad de Navarra, S.A.

Vicuña, L. (1999). *Inventario de hábitos de estudio*. Lima. Ediciones (CEDEIS) Centro de desarrollo e investigación psicológica, 2da. Edición.

INFORMATOGRAFÍA

Enseñanza. (2012). Recuperado el 10 de junio de 2012, de <http://es.wikipedia.org/wiki/Ense%C3%B1anza>.

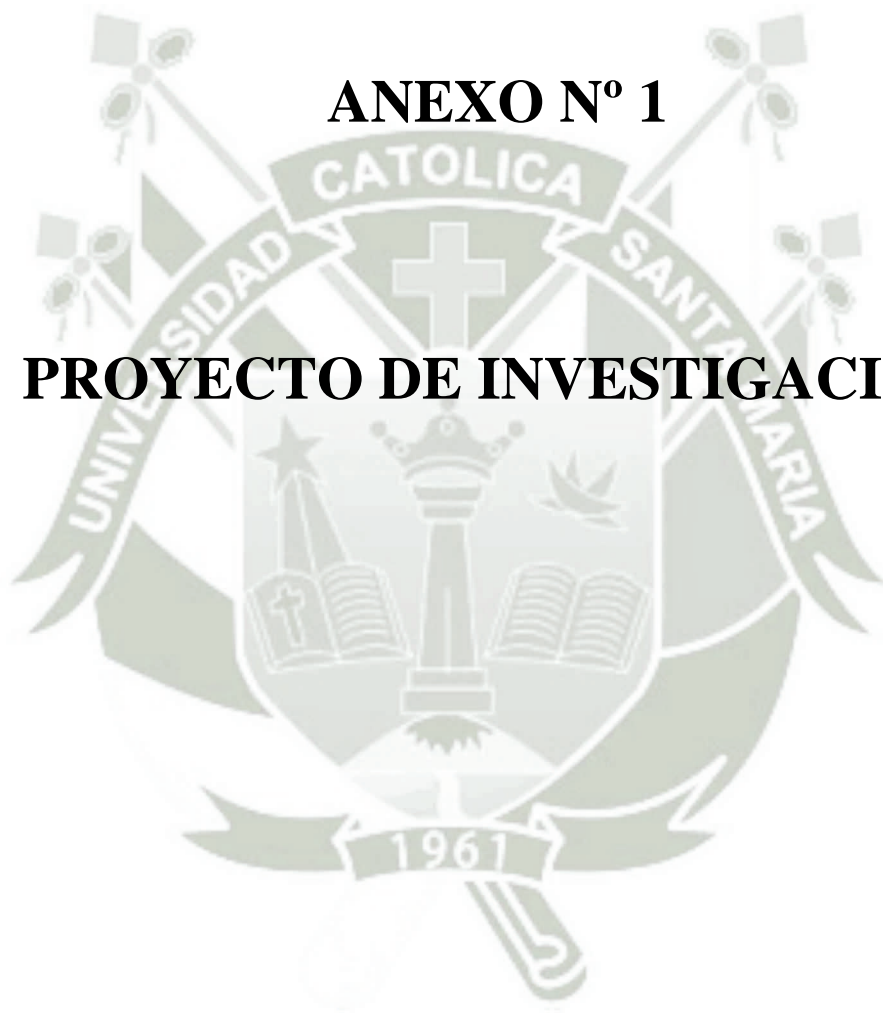
Psicología . (2012) Recuperado el 10 de junio de 2012, de <http://es.wikipedia.org/wiki/H%C3%A1bito>

REVISTAS

Revista de Psicología. (1993). *Ponencia sobre la autoestima de universitarios*
Realizada por UNIFE. Año 1, N° 1, octubre.

ANEXO N° 1

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

ESCUELA DE POSTGRADO

MAESTRIA EN EDUCACIÓN SUPERIOR



**HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DEL
INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO RICARDO
PALMA – CUSCO, 2011**

**Proyecto de Tesis presentado por la Bachiller:
ROXANA CARMELA GARCIA SEGOVIA**

**Para optar el Grado Académico de:
MAGÍSTER EN EDUCACIÓN SUPERIOR**

**AREQUIPA - PERÚ
2011**

I. PREÁMBULO

En las últimas épocas con regularidad encontramos un uso inadecuado de los hábitos de estudio en los estudiantes de los institutos superiores pedagógicos. Pues una serie de factores intervienen en el, como por ejemplo: la capacidad general para el aprendizaje, el bagaje de conocimientos, la vocación y los propios hábitos de estudio.

La organización personal del estudiante (cómo estudiar, dónde estudiar, cuándo estudiar, etc.), permite una buena calidad de aprendizaje, esto quiere decir, un verdadero aprendizaje, el cual sólo se logrará mediante la comprensión de los conocimientos; Para ello es necesario que el estudiante tenga habilidades de estudio, es decir utilice buenos métodos y técnicas de estudio. Así, un aprendizaje de calidad propicia muy buenos estudiantes, por ende profesionales de calidad y competitividad que hoy en día exige la sociedad.

Frente a lo expuesto, nuestra investigación tiene por finalidad determinar si existe influencia de los hábitos de estudio en la formación pre profesional de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco

II. PLANTEAMIENTO TEÓRICO

1. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 ENUNCIADO DEL PROBLEMA.

“HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO RICARDO PALMA – CUSCO, 2011”

1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.

1.2.1 CAMPO, ÁREA Y LÍNEA DE ACCIÓN

Campo : Educación
 Área : Educación Superior
 Línea : Hábitos de estudio

1.2.2 ANÁLISIS U OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Variable	Indicador
<p>Independiente: Hábitos de Estudio</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ambiente de Estudio • Horario de estudio • Comportamiento durante las Clases • Actitud en el desarrollo de trabajos académicos • Preparación para los Exámenes • Actitud frente al Estudio

Dependiente	
Logro de aprendizaje de competencias y capacidades	<ul style="list-style-type: none"> • Aprendizaje conceptual • Aprendizaje procedimental • Aprendizaje actitudinal

1.2.3 INDICADORES:

- Influencia de los hábitos de estudio en la formación académico de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma de la ciudad del Cusco.
- Principales hábitos inadecuados de estudio que usan los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma de la ciudad del Cusco
- Relación de los buenos hábitos de estudio en el desarrollo de su aprendizaje de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado Ricardo Palma de la ciudad del Cusco

1.2.4 TIPO, NIVEL Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Debemos manifestar que nuestra investigación será de tipo aplicada; porque tiene propósitos prácticos, inmediatos y bien definidos; es decir se investigará para modificar actitudes en los sujetos de la educación (alumnos,

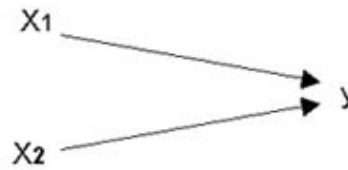
profesores y padres de familia) con referencia a los hábitos de estudio para el mejor logro de los aprendizajes.

La investigación estará enmarcada dentro del nivel de investigación descriptiva-comparativa. En ese orden de ideas, Best, J. (1974) expresa que, “La investigación descriptiva comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de las condiciones existentes en el momento.” De acuerdo a lo señalado por Sánchez y Reyes, citado en la revista IIPSI, Facultad de Psicología. UNMSM (2002) corresponde a una investigación descriptiva en la medida que se pretende describir y analizar sistemáticamente un conjunto de hechos (rendimiento académico) relacionados con otros fenómenos (hábitos de estudio), tal como se da en el presente caso:

“Según la recolección de los datos de la presente investigación, el diseño adecuado para nuestro estudio es transeccional correlacional debido a que los datos obtenidos fueron recogidos en un solo momento y en un tiempo único. Este diseño tiene como propósito describir variables y analizar su incidencia e interrelación, así mismo puede abarcar varios grupos o subgrupos de personas, objetos o indicadores.”¹

El diseño transeccional correlacional causal se representa de la siguiente manera:

¹ HERNANDEZ SAMPIERI, Roberto. 1997, Metodología de la investigación, México, Mc Graw Hill, pp 194.



(Tomado de HERNANDEZ -1997)

1.3 JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

El presente estudio tiene la mayor importancia puesto que hace énfasis y canaliza dos aspectos importantes relacionados con el desarrollo del sistema académico no universitario, ello es: Los hábitos de estudio.

Empezaremos destacando la importancia de los hábitos de estudio. Según la acepción más común del diccionario, estudiar significa aplicar la capacidad intelectual para aprender una ciencia o un arte, así pues consideramos que: *“la capacidad intelectual debe ser correctamente usada para que no se desperdicie, para aprovechar al máximo las potencialidades y para elevar la productividad mental, efectos estos que se pueden conseguir con buenos hábitos de estudio y la introducción de elementos metodológicos y técnicos adecuados”*.²

Por consiguiente el éxito en el estudio no sólo depende de la inteligencia y del esfuerzo, sino también de la eficiencia de los hábitos de estudio. Siendo este factor académico muy importante, porque nos permite conocer la calidad de la formación profesional, el mismo que debe estar relacionado con el perfil

² HERNÁNDEZ DIAZ, Fabio. 1988, Métodos y Técnicas de Estudio en la Universidad, Colombia, Mc Graw Hill, pág. 70.

profesional y cumplir con la acreditación superior no universitaria y en concordancia con el reglamento de institutos superiores pedagógicos.

1.3.1 VALIDEZ SOCIAL : Que es una metodología que, procura evaluar también, el grado de satisfacción obtenidos por los cambios desde el punto de vista social; está definido como un proceso de evaluación mediante el cual es posible determinar el impacto social de los cambios conductuales a obtenerse, que serán expresados en :

- a) La significación social de los logros (objetivos).
- b) La acogida o aceptación social de los procedimientos de intervención que serán empleados gracias a una adecuada selección de técnicas o recursos de intervención que sean no sólo las más efectivas y justas sino además, éticas;
- c) La repercusión social de los efectos de la intervención sobre la conducta intervenida (hábitos de estudio).

1.3.2 VALIDEZ PERSONAL: En lo personal adquirimos mucha experiencia durante el desarrollo de la presente investigación ya que permitirá conocer más de cerca los problemas que la realidad educativa afronta y que surge como un reto en la labor de un docente, que no sólo es la de dirigir el aprendizaje sino también la de investigar, para dar solución a cualquier inconveniente que se presente en la labor educativa; además servirá para el desarrollo personal y profesional del investigador.

1.3.3 FACTIBILIDAD: La investigación se apoyará en tres aspectos básicos

- a) Factibilidad Técnica: Se contará con recursos necesarios como: herramientas, conocimientos, habilidades, etc., que serán necesarios para efectuar las actividades o procesos que requerirá el proyecto. Ej. Las facilidades, apoyo logístico, acceso a bibliotecas e Internet, que brindara el Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” del Cusco
- b) Factibilidad Económica: Se contará con recursos económicos básicos necesarios por parte de la investigadora; así como cámara digital y otros; para desarrollar o llevar a cabo las actividades o procesos de la investigación.
- c) Factibilidad Operativa. Se contará con apoyo de profesores de Educación Superior; y magísteres de diferentes especialidades que participarán en el asesoramiento durante el desarrollo de la investigación, que finalizada la investigación garantizarán la aplicación o funcionamiento de los resultados de la investigación.

2. MARCO TEÓRICO

2.1 EL APRENDIZAJE

El aprendizaje se define como un cambio en la capacidad o disposición humana, relativamente duradero y además no puede ser explicado por procesos de maduración. Este cambio es conductual, lo que permite inferir que sólo se logra a través del aprendizaje (Bigge y Hunt, M. 1981).

Así puede definirse el aprendizaje como un cambio en la conducta, relativamente permanente, que ocurre como resultado de la experiencia. Al usar la expresión "relativamente permanente", esta definición elimina la fatiga y los factores motivacionales como posibles causas del cambio. Al afirmar que el cambio se debe a la experiencia, también se excluyen como causas del cambio los factores madurativos.

Actualmente se pone en vigencia el Aprendizaje significativo, concepto acuñado por David Paul Ausubel con la intención de superar tanto los límites de la enseñanza tradicional (memorística y acumulativa), como el exceso de actividad que se derivaba de las corrientes a favor del aprendizaje por descubrimiento, el cual impedía en ocasiones la asimilación de nuevos contenidos.

Inicialmente Ausubel destacó por defender la importancia del aprendizaje por recepción, al que llamó 'enfoque expositivo', especialmente importante, según él, para asimilar la información y los conceptos verbales, frente a otros autores que, como Bruner, defendían por aquellos años la preeminencia del aprendizaje por descubrimiento.

La teoría del aprendizaje significativo de Ausubel contrapone este tipo de aprendizaje al aprendizaje memorístico. Sólo habrá aprendizaje significativo cuando lo que se trata de aprender se logra relacionar de forma sustantiva y no arbitraria con lo que ya conoce quien aprende, es decir, con aspectos relevantes y preexistentes de su estructura cognitiva. Esta relación o anclaje de lo que se aprende con lo que constituye la estructura cognitiva del

que aprende, fundamental para Ausubel, tiene consecuencias trascendentes en la forma de abordar la enseñanza. El aprendizaje memorístico, por el contrario, sólo da lugar a asociaciones puramente arbitrarias con la estructura cognitiva del que aprende.

El aprendizaje memorístico no permite utilizar el conocimiento de forma novedosa o innovadora. Como el saber adquirido de memoria está al servicio de un propósito inmediato, suele olvidarse una vez que éste se ha cumplido. (Microsoft Encarta 2007. © 1993-2006.)

2.1.1 Tipos de Aprendizaje

Según la teoría conductista existen los siguientes tipos de aprendizaje: (tomado de: www.rincondelvago.com)

a) Aprendizaje por descubrimiento

Consiste en la adquisición de conceptos, principios o contenidos a través de un método de búsqueda activa, sin una información inicial sistematizada del contenido de aprendizaje.

Ejemplo. El profesor presenta una serie de datos por lo general, una situación problemática a partir de los cuales el alumno habrá de descubrir las reglas criterios o claves necesarios para la solución del problema.

b) Aprendizaje por ensayo y error

Proceso de aprendizaje en el cual el sujeto enfrentado a una nueva situación, no sabe cuál es la respuesta correcta y comienza emitiendo una variada gama de ellas, hasta que casualmente ejecuta la respuesta correcta, tras la cual recibe un reforzamiento positivo.

c) Aprendizaje innovador

Supone, la capacidad de control de los acontecimientos que dirigen el rumbo de una sociedad. Los rasgos básicos de este aprendizaje son la participación y la anticipación.

d) Aprendizaje latente

Aprendizaje que tiene lugar en ausencia de reforzamiento o recompensa y que sólo se manifiesta en la conducta o actuación de lo contrario permanece latente cuando aparece el reforzamiento.

e) Aprendizaje lector

Intervienen diversas variables; por un lado, las que caracterizan al mismo proceso lector; por otra, una serie de aptitudes en él implicadas que el niño ha de poseer antes de iniciar el aprendizaje.

f) Aprendizaje de mantenimiento

Este aprendizaje se define como la adquisición de criterios, métodos y reglas fijas para hacer frente a situaciones conocidas y recurrentes. Estimula la capacidad de resolver problemas en el supuesto de problemas ya vividos.

g) Aprendizaje social

El término de aprendizaje social ha sido empleado global mente en la psicología contemporánea de dos maneras diferentes, en virtud de la extensión del concepto y de su vinculación a sistemas teóricos determinados.

Para muchos autores, por aprendizaje social se entiende un conjunto de aprendizajes que hacen referencia a conductas específicas y directamente ligadas a la vida social, como hábitos sociales, actitudes, valores. Se trata de un uso genérico que no se señala procesos concretos, sino el ámbito en que se dan.

Otros sostienen que la mayor parte de la conducta social se desarrolla a través del aprendizaje por observación de modelos y que se ejecuta en función de las contingencias del refuerzo ambiental.

h) Aprendizaje vicario

También se denomina observacional, aprendizaje social, aprendizaje por modelos y aprendizaje imitativo. Aprendizaje que se obtienen por la observación de la conducta, consecuencias y procesos de un modelo. Se

fundamenta en los procesos imitativos complejos (integra dimensiones cognitivas y afectivas).

La identificación del sujeto que aprende con el modelo y las recompensas que éste recibe como consecuencia de su conducta son aspectos esenciales en el aprendizaje vicario.

2.1.2 Leyes del Aprendizaje

Maddox, H. (1980), señala que el aprendizaje se rige por las siguientes leyes:

a) Ley de la preparación: cuando una tendencia a la acción es activada mediante ajustes, disposiciones y actitudes preparatorias, el cumplimiento de la tendencia a la acción resulta satisfactorio, y el incumplimiento, molesto. Preparación significa entonces, prepararse para la acción: el organismo se ajusta para disponerse a actuar, como por ejemplo el animal que se prepara para saltar sobre la presa.

b) Ley del ejercicio: las conexiones se fortalecen mediante la práctica (ley del uso) y se debilitan u olvidan cuando la práctica se interrumpe (ley del desuso). La fortaleza de un hábito o conexión se define entonces a partir de la probabilidad de su aparición.

c) Ley del efecto: que una conexión se fortalezca o se debilite depende de sus consecuencias. Una conexión se fortalece si va acompañada luego de un estado de cosas satisfactorio. Si no, se debilita. Lo satisfactorio o

no satisfactorio se mide a partir de la conducta observable, o sea si el sujeto persiste en buscar ese estado de cosas o no. Las recompensas fomentan el aprendizaje de conductas recompensadas, y los castigos o molestias reducen la tendencia a repetir la conducta que llevó a ellos.

Estas tres leyes primordiales tienen cinco leyes subsidiarias, que Thorndike consideró menos importantes. No están relacionadas claramente con las tres principales:

A. Respuesta múltiple: Si el organismo no pudiese ensayar respuestas distintas, alcanzaría la solución correcta y no aprendería.

B. Disposición o actitud: El aprendizaje está guiado por disposiciones duraderas (cultura) o momentáneas. Tales disposiciones no sólo determinan qué hará la persona, sino también que es lo que dará satisfacción o fastidio. Por ejemplo, lo que socialmente es una recompensa, el sujeto puede entenderla como molestia o castigo

C. Predominancia de elementos: El sujeto que aprende es capaz de reaccionar selectivamente a elementos predominantes del problema. Esto hace posible el aprendizaje analítico y por comprensión.

D. Respuesta por analogía: Ante un estímulo nuevo, el sujeto tiende a responder como respondía ante un estímulo semejante previo.

E. Desplazamiento asociativo: Si una respuesta puede mantenerse intacta a través de una serie de cambios en la situación estimulante,

finalmente podrá producirse ante una situación totalmente nueva. Thorndike, con el tiempo, fue asignando a esta ley cada vez mayor importancia. (Tomado de:www.educahistoria.com)

2.2 COMPETENCIA

Llamamos competencia a la facultad que tiene una persona para actuar conscientemente en la resolución de un problema o el cumplimiento de exigencia complejas, usando flexible y creativamente sus conocimientos y habilidades, información o herramientas, así como sus valores, emociones y actitudes.

La competencia es un aprendizaje complejo, pues implica la transferencia y combinación apropiada de capacidades muy diversos para modificar una circunstancia y lograr un determinado propósito. Es un saber actuar contextualizado y creativo, y su aprendizaje es de carácter longitudinal, dado que se reitera a lo largo de toda la escolaridad. Ello a fin de que pueda ir complejizando de manera progresiva y que permita al estudiante niveles cada vez más altos de desempeño.

2.3 CAPACIDAD

Desde el enfoque de competencias, hablamos de capacidad en el sentido amplio de capacidades humanas. Así, las capacidades que pueden integrar una competencia combinan saberes de un campo más delimitado, y su incremento genera nuestro desarrollo competente. Es fundamental ser conscientes de que si bien las capacidades se pueden enseñar y desplegar de

manera aislada es su combinación (según lo que la circunstancias requieran) lo que permite su desarrollo. Desde esta perspectiva, importa el dominio específico de estas capacidades, pero es indispensable su combinación y utilización pertinente en contextos variados

2.4 EL ESTUDIO

El estudio es el proceso realizado por un estudiante mediante el cual trata de incorporar nuevos conocimientos a su intelecto. Se puede afirmar, entonces, que el estudio es el proceso que realiza el estudiante para aprender nuevas cosas.

El estudio no es un área reciente de interés, durante muchos años, se han venido examinando y analizando los diversos procesos involucrados en el estudio, bajo una perspectiva cognoscitiva. Es así como Thomas y Rohwer (citado por Correa, 1998) distinguieron entre estudiar y otras formas de aprendizaje, en función de los propósitos y del contexto, señalando que no es lo mismo estudiar que aprender. Aprender puede ser el resultado de un conjunto de procesos que pueden ocurrir en cualquier lugar; se puede aprender en la calle, viendo televisión, leyendo un libro, visitando un museo o ejercitándonos en un gimnasio, pero también se aprende en preescolares, escuelas, liceos, universidades o en cualquier otra institución educativa. El aprendizaje que ocurre en estos últimos lugares es aprendizaje académico y el otro es aprendizaje para la vida.

En ese mismo orden de ideas Portillo (2003) señala que el estudio es:

- a) Un proceso consciente y deliberado. Por lo tanto, requiere de tiempo esfuerzo.
- b) Es una actividad individual. Nadie presta las alas del entendimiento a otro.
- c) Estudiar, involucra concentrarse con un contenido, es decir, implica entre otras cosas, la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones y procedimientos.
- d) Estudiar depende del contexto, lo cual quiere decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones de las tareas de aprendizaje. Por ejemplo, no se estudia de la misma manera para un examen parcial que para una prueba escrita o una presentación oral.
- e) Estudiar es un proceso orientado hacia metas, lo cual quiere decir que cuando estudiamos, lo hacemos en función de unos objetivos o metas preestablecidos que pretendemos alcanzar en un determinado lapso. Es decir, saber estudiar significa saber cómo pensar, observar, concentrarse y organizar conductas que le permitan al estudiante realizar la labor intelectual necesaria para resolver un problema, reflexionar sobre una pregunta y seleccionar estrategias para ejecutar una tarea.

Por lo que el querer estudiar alcanza eficiencia cuando se convierte en una tendencia estable, es decir, un hábito. Para ello debe haber un móvil o fuerza motriz que impulse a emprender y realizar tareas, estos móviles provienen de fines e intereses internos más que de factores externos.

2.4.1 Condiciones para el Estudio Eficiente

Al hablar de condiciones de estudio, Pérez, 1985; Vásquez, 1986; Tovar, 1993; Correa, 1998; Ponce, Aliaga y Collantes, 2003; Santiago, 2003 coinciden en señalar los siguientes factores que condicionan el estudio eficiente:

- a) La inteligencia, el esfuerzo y la motivación.
- b) Los hábitos de lectura.
- c) Planificación del tiempo, que consiste en la organización de los planes de estudio.
- d) Concentración, que consiste en controlar y dirigir la atención hacia el objeto de estudio.
- e) Ambiente, buscar las condiciones más favorables, de tal manera que la concentración y el estudio no se vean desfavorecidos, lugar exento de distracciones, buena iluminación ventilación y temperatura adecuada.
- f) Toma de apuntes, que constituyen cada vez una práctica más generalizada y es necesario iniciar a los alumnos en ella para que sean ellos quienes investiguen, redacten, analicen, informen y obtengan en definitiva el máximo provecho posible de datos e información.
- g) Memorización, concebida como la acumulación de conocimientos considerados válidos que, conjugados mediante conexiones lógicas, al ser evaluados, sean capaces de ayudar al alumno en el momento

de escoger vanas alternativas de acción. La memorización, no debe considerarse como un caudal de conocimientos inconexos y sin sentido, sino por el contrario, la organización de ideas en unidades con sentido (Maddox, 1980). (h) preparación para los exámenes: se refiere a las prevenciones y disposiciones que se deben tomar en cuenta para tener éxito en los exámenes. En este sentido Maddox (1980), señala que el mejor modo para prepararse para los exámenes consiste en desarrollar hábitos de estudio sistemáticos.

2.4.2 Habilidades para la Lectura

La lectura es el principal instrumento del estudio personal o individual, es decir del estudio autodidacta. Ser autodidacta significa ser uno mismo su propio maestro por ello es importante aprender a aprender, es decir saber cómo aprender de manera eficaz y significativa.

2.4.3 Cómo conocer el contenido de un Libro

- Leyendo la portada, la contraportada y las solapas del libro. De modo que nos enteramos del título de la obra, del nombre del autor y de la editorial que lo publica, probablemente encontremos otros datos sobre el autor, un comentario etc.,
- Leyendo el índice, para conocer con más detalle el contenido de la obra.

Si deseas profundizar un poco más el contenido de la obra debes:

- Escoger al azar diferentes párrafos a lo largo del libro y leer algunas frases o párrafos.
- Leer las explicaciones de gráficas, fotografías, dibujos, mapas, etc.
- Revisar la bibliografía empleada y la sugerida en la obra.
- Hacer una revisión rápida de todo el libro, de atrás hacia delante, para enterarnos de la presentación general del mismo.

Después de realizar todos estas observaciones podremos determinar la clase de lectura que debemos efectuar:

- Superficial y rápida
- Lenta y/o concienzuda
- Parcial (algunas hojas o capítulos)
- Total (todo el libro)
- Con una relectura
- Con varias relecturas.

Para leer con provecho:

- No dejes de tener en mente el propósito de la lectura.
- Lee las frases y oraciones completas, no te detengas en cada palabra en particular.

- Una vez que hayas captado el sentido principal, omite con discreción los detalles.
- Haz un resumen de la idea central de cada párrafo o subraya la misma (el subrayar es una técnica que debes desarrollar supone evitar distracciones y favorece la atención, permite rápidos repasos, supone una lectura activa en la que debemos estar concentrados etc.)
- Anota las preguntas que quieras discutir o aclarar
- Siempre que sea necesario recurre al diccionario (es importante que comprendas bien todo lo que lees, el diccionario deberá convertirse en tu inseparable amigo)

El empleo del diccionario constantemente, nos conduce a:

- Un vocabulario más extenso y preciso
- Mayor velocidad en la lectura
- Mejor y más rápida comprensión del texto
- Un recuerdo más duradero y exacto de la información

Leer bien es una habilidad en la que debe tenerse en cuenta dos aspectos:

- Una buena velocidad (si aprendes a leer sin detenerte varias veces en las palabras más sólo en las ideas aumentarás tu velocidad, así mismo se recomienda eliminar el mal hábito de repetir lo que se está leyendo ya sea moviendo los labios o subvocalmente con esta costumbre pierdes mucho tiempo)

- La comprensión del material.

*“Finalmente una lectura rápida requiere de mucha práctica por lo que no es aconsejable utilizar temas de estudio para empezar a hacerlo, se puede comenzar con un periódico, porque su redacción está hecha para dar información rápida. Normalmente los artículos de periódico están escritos en columnas debemos tratar de leer siguiendo una línea que hayamos trazado de antemano por el centro de la columna, al principio será difícil y fijaremos la vista al lado izquierdo y otras veces al derecho pero posteriormente será fácil leer toda la columna bajando la vista sobre la línea trazada. Esto permitirá aumentar la amplitud de lo percibido con una sola mirada. Inicialmente no debemos preocuparnos por la comprensión, sino por aumentar tu velocidad al máximo. La comprensión irá mejorando poco a poco, la concentración es el secreto”*³

2.4.4 Preparación y presentación de exámenes

Los estudiantes necesitan obtener cierta información de sus maestros para establecer sus propios objetivos, examinar su estado actual, planificar su acción y evaluarla, para hacer los cambios y las revisiones que sean necesarias.

Muchas veces se repasa para el examen hasta un media hora antes del examen y no hay tiempo para descansar, entonces el efecto que se

³ ADUNA MONDRAGÓN, Alma Patricia y MARQUÉZ SERRANO, Eneida. 1987, Curso de hábitos de estudio y autocontrol, México, editorial trillas S.A. Pp79-80

consigue es el agotamiento mental, por lo tanto una menor efectividad al abordar el examen.

Ante lo expuesto presentamos las siguientes sugerencias:

- Empezar a repasar durante las 3 ó 4 semanas anteriores al examen y el repaso final debe ser un día antes del examen (repasar es recordar ideas no es intentar aprender algo)
- Durante el repaso es conveniente acudir a esquemas para ver a primera vista la organización de los temas
- Los periodos de repaso deben ser cortos y alternados con varios descansos.
- La base del éxito en cualquier examen es un estado de ánimo donde predomina la calma y tranquilidad. A mayor preparación, mayor será tu confianza y menor tu ansiedad por el examen.
- El descanso es esencial, dormir las mismas horas o más de lo normal significa enfrentarnos a la prueba con lucidez y seguridad.

Durante el examen:

- Lee detenidamente y con cuidado las instrucciones
- Decide cuanto tiempo dedicarás a cada pregunta, empieza a responder las más fáciles.
- Al contestar escribe claramente, evita la palabrería.

- Si al terminar tu examen te sobra tiempo, antes de entregarlo revisa tus respuestas.
- físicas de descanso y comida.

2.4.4.1 *Adquisición de Conocimientos*

Para obtener un buen aprendizaje y que el estudio sea eficaz el estudiante debe conocer cada una de las etapas de los procesos psicológicos que intervienen en la adquisición de conocimientos, los cuales exponemos a continuación:

La Motivación: Para aprender se necesita de una razón para estudiar, un sentido, un motivo. En la motivación no sólo interviene el aspecto intelectual sino también el aspecto emocional. De allí que para aprender por sí sola las repeticiones son insuficientes. Por más esfuerzo que haga un profesor (lleve láminas, cuadros sinópticos, cuente chistes etc) nada conseguirá si el estudiante no está automotivado (interés, entusiasmo, admiración por algo que queremos conocer, hacer o aprehender). Pues la motivación es el motor del estudio y el carburante del mismo, es el éxito inmediato.

La Concentración: La calidad del estudio está directamente relacionada con el grado de atención o concentración en la tarea de estudiar. Por ello se afirma que sólo puede estar concentrado el que no piensa nada más que en lo que está estudiando en ese momento.

Consideramos conveniente presentar las principales dificultades para emprender y mantener la concentración en el estudio:

- La falta de motivación o el desinterés.
- La fatiga o malestares de orden físico (por ejemplo dormir poco tiempo)
- Conflicto con otras actividades (deseo de estar haciendo alguna otra cosa, pensamiento precedentes)
- Varios tipos de trastornos emocionales.
- A continuación exponemos algunos consejos para evitar distracciones y formar hábitos de concentración:
 - Trabajar contra el reloj, es decir fijarnos tiempo límite para estudiar cierto número de páginas.
 - Hacer una lista de las cosas que tiene que realizar luego, se las prioriza y por último, se las calendariza.
 - Comenzar con espacios de tiempo pequeños (la medida la dará el propio aburrimiento) para ir aumentando gradualmente el tiempo de estudios.

La Actitud: La motivación está relacionada con la actitud, así la motivación debe estar consciente e inconscientemente presente permanentemente en nuestra vida. Por ello se afirma que la actitud no

es más que la concentración, el recuerdo interrumpido de lo que debemos hacer y tratamos de lograr.

La Organización: Para aplicar eficazmente los conocimientos debemos organizarlos, para ello el estudiante deberá tener y formar su propio esquema mental. De allí que el profesor es únicamente un elemento que pone a disposición del estudiante una bandeja de conocimientos y es el educando quien deberá integrarlos relacionándolos unos con otros.

La Comprensión: Comprender un tema es poder aplicar los conocimientos a situaciones nuevas. Así el hombre aprende antes y mejor en los casos en que puede relacionar el tema de estudio con un material ya conocido y sabido. De allí que en el proceso de la comprensión sea indispensable hacer esta relación de los conocimientos integrados.

La Repetición: Si bien es cierto que las informaciones adquiridas por penetración comprensiva son más resistentes, no son sin embargo eternas. Por sí sola la comprensión no puede suplir a la fijación. Es preciso aprender y repetir los conceptos, lo mismo que las fechas y los datos y si es necesario en estos últimos, aprenderlos de memoria, pues de lo contrario, no se graban. Cabe señalar que todos los métodos de estudio recomiendan la repetición, el repaso, autoevaluación, confrontación de lo aprendido, memorización de lo comprendido.

La Guía de Estudios: Las investigaciones han demostrado que para que el estudiante pueda aprender más rápido y mejor debe saber el

resultado de sus repuestas inmediatamente. La idea es que asocie rápidamente la pregunta con la respuesta correcta a fin de que se fije rápida y fuertemente en su cerebro. A esta teoría se le llama “estudio programado” Es decir para repasar debemos elaborar una guía de preguntas o de estudio.

2.4.4.2 *Métodos, planes, y ambiente de estudio.*

Las investigaciones en las universidades han demostrado que las principales dificultades de los estudiantes al empezar un curso en la enseñanza superior estriba en:

- La adaptación a los métodos y técnicas de trabajo desconocido
- La distribución del tiempo
- El establecimiento del plan de estudio
- Ambiente de Estudio.⁴

Efectivamente muchos estudiantes dejan sus tareas académicas para el último momento o se hacen un lío al estudiar un poco de esto y de aquello, dichas acciones se presentan cuando no existe de parte del estudiante un trabajo concentrado, el uso de métodos y técnicas de estudio y mucho menos un plan y horario de trabajo.

⁴ QUINTANILLA PAZ - SOLDAN, Fernando. 1995, El mejor método para estudiar, Lima, Editorial Universo S.A, 1era. edición pág. 36.

2.4.4.3 *Método de estudio*

Lo definimos como el camino adecuado para llegar a un fin académico propuesto. Por consiguiente es fundamental para consumir una vida plena en el campo de las relaciones intelectuales, pues tiene como propósito guiar y promover el aprendizaje para alcanzar el éxito.

Existe una variedad de métodos de estudio, sin embargo los más usados para aprender con libros son: la lectura repetida, subrayar en el texto los puntos principales y los detalles más importantes, la realización de breves notas esquemáticas después de cada lectura. Cabe señalar que cada estudiante puede desarrollar su propio método y técnica de estudio.

Debido a la existencia de varios métodos de estudio elaborados por distinguidos profesores universitarios para el nivel superior nos limitaremos a nombrar algunos de ellos:

- Método de estudio EPLRR (explorar, preguntar, leer, recitar, repasar)
- Método de estudio OK4R (leer párrafos introductorios, ideas fundamentales, lectura consecutiva de párrafos o secciones, memoria y comprensión, reflexión, repaso).
- Método de estudio por comprensión Faber (información, indagación, organización, y aplicación de conocimientos)

2.4.4.4 *Técnicas de Estudio*

“Son ayudas prácticas para la labor de estudiar, pues la técnica es un producto artificial elaborado por el hombre con el propósito de mejorar una situación, de acelerar la producción y elevar la calidad de lo que se produce, tratando al mismo tiempo de economizar tiempo y energía. Así las técnicas de estudio sirven para materializar el método de estudio llevándolo a la práctica concreta. Pero para que las técnicas de estudio produzcan los efectos esperados (alta productividad) se requieren de dos condiciones específicas: la primera, que se las conozca y se las comprenda plenamente; y la segunda, que se las utilice en las cantidades y tiempos adecuados a cada situación de estudio”⁵

Las técnicas de estudio presentan la siguiente clasificación:

a) TÉCNICA GENÉRICA (TIPO ÚNICA).

Información, indagación, organización, y aplicación de conocimientos.

b) TÉCNICA ESPECÍFICA.

- **CONCEPTUALES:** Conceptualización, análisis, reflexión, duda racional.
- **INSTRUMENTALES:** Guía de cátedra, fuentes de información, libros y documentos, sistema de clasificación, fichas y ficheros.

⁵ HERNANDEZ, Fabio. Op. cit. Pág. 98

- **PROCESALES:** Observación, lectura, confección fichas y ficheros, toma de notas, elaboración de resúmenes, el período de clase, el trabajo en grupo.

c) **TÉCNICAS COMPLEMENTARIAS**

- **DE CARÁCTER DISCENTE:** La presentación de exámenes, el uso correcto del castellano
- **CONDICIONANTES:** El medio ambiente para estudiar, la salud corporal y la salud mental.

2.4.4.5 Planes de Estudio

“La administración inadecuada del tiempo es una de las causas que determina el bajo rendimiento escolar. Así observamos muy comúnmente que cualquier tipo de tarea (examen, trabajo, reporte, etc) es preparada en el último momento, lo cual ocasiona un menor aprovechamiento y bajas calificaciones. Pues lograr una eficiente administración del tiempo es una las principales dificultades del estudiante”⁶

Las distracciones que hay en la vida estudiantil como las amistades, deportes nuevos, excesiva ganas de divertirse, clubs etc. son obstáculos para una planificación regular del estudio. Ello debido a que no se ha establecido una distribución adecuada del tiempo. Es más si consideramos que el estudiante en formación profesional tiene una libertad ilimitada para hacer lo que quiera fuera de clase, por ende el estudiante no está controlado de manera estricta puede caer en dedicarle

⁶ ADUNA MONDRAGÓN Alma y MARQUÉZ SERRANO Eneida. 1987, op. cit. Pág. 69-70

más tiempo a las distracciones que al estudio, para evitar ello será necesario que cuente con planes y horarios de estudio, para lograr esto el estudiante debe tener una visión clara de su fin primordial como estudiante superior que consiste en la: adquisición de conocimientos y la capacitación profesional. Cabe señalar que todas las distracciones antes mencionadas son importantes para el desarrollo de la personalidad, sin embargo pueden ser consideradas y disfrutadas siempre y cuando se cumpla con un horario estricto de actividades en donde sea lo primordial el estudio.

Al empezar un curso se debería hacer un plan a largo plazo que abarque un año de trabajo, pero para ello debemos informarnos acerca del sílabo de cada curso y los textos que se habrán de leer durante el desarrollo de la asignatura. Así se debe procurar fijar plazos para realizar los trabajos importantes como disertaciones, investigaciones, prácticas profesionales etc. Esta actividad nos ayuda a no vivir en la incertidumbre.

Hacer un plan de estudio no es otra cosa que elaborar un horario de trabajo en el que deberás plasmar diversos aspectos de tus quehaceres diarios como estudiante, sin olvidar que también ha de haber un tiempo para el ocio y el descanso.

La mejor confección del plan de estudios puede reportarte las siguientes ventajas:

- Proporcionar una idea general de todo el trabajo a realizar.
- Evitar dudas o incertidumbres sobre qué, cómo y cuándo estudiar.
- Mejorar la distribución de tus horas de trabajo y de ocio.
- Disminuir tus esfuerzos y pérdidas de tiempo.
- Acabar con las típicas "empolladas" del último momento.

Para la elaboración de un plan de estudio hemos de tener en cuenta lo siguiente:

- *El estudio debe ser todos los días a la misma hora.*
- *Las horas que dediques al estudio dependen de tu capacidad y de la dificultad de las materias.*
- *Conviene comenzar con materias o trabajos de dificultad media, continuar con la más difícil y terminar con la más fácil.*
- *No dejar atrás ninguna asignatura.*
- *Tener a mano el horario de clase antes de elaborar el Plan Semanal.*
- *Es preferible cambiar de asignatura cada 40 minutos aproximadamente y descansar 5 minutos entre una y otra⁷.*

Tampoco debes olvidar que:

El estudio lleva consigo actividades variadas a las que tendrás que dedicar algún tiempo:

- Repaso de los temas trabajados en clase.
- Finalización de tareas incompletas.
- Preparación de trabajos para el día siguiente.
- Realización de lecturas de ampliación y profundización.

⁷ JIMENEZ ORTEGA, José y GONZALES TORRES, Juan. 1998. Técnicas de Estudio para Bachillerato y Universidad. Madrid España. Editorial Tébar. Pág: 26, 27.

2.4.4.6 *El horario de estudio*

“Si queremos que nuestros jóvenes mejoren su estudio, un buen horario puede ayudarles mucho, y llegar a ser uno de sus mejores aliados. Todos los estudiantes tienen buenas intenciones, y cuando empieza el curso (o después de un período largo de vacaciones) siempre quieren aprovechar bien el tiempo y sacar buenas notas. Pero, a medida que pasan las semanas, ese primer entusiasmo se pierde, y es en ese momento cuando tener un buen horario y, lo que es más importante, cumplirlo, puede ayudar a llevar a buen término el curso”⁸.

Un horario no es algo rígido e impuesto, sino que se debe amoldarse al tiempo de nuestros jóvenes y debe estar hecho con su propia colaboración

En cuanto al horario semanal, éste debe ser flexible acorde con la variabilidad de las clases, pues es una buena costumbre dejar pocas horas libres como margen de seguridad, así mismo las horas de estudio no debe ser excesiva, ya que ello puede generar una disminución del rendimiento. Contar con un horario de trabajo nos permitirá ahorrar tiempo y esfuerzo respecto nuestras tareas académicas semanales.

2.4.4.7 *Ambiente de estudio*

Para convertir un ambiente de estudio en un espacio cómodo acogedor que facilite la actividad y sacar el máximo provecho se debe tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- *Deberá ser siempre el mismo. Esto te ayudara a conseguir los hábitos con mayor facilidad y evitaras pérdida de tiempo y esfuerzos inútiles*

⁸ ALMELA, JOAQUIN. 2009, Aprender a Estudiar no es Imposible – Técnicas de Estudio. Madrid-España, Ediciones Palabra S.A Amazon.com Casa del Libro. Pág. 48

- *Aislado, que no sea paso a otras habitaciones, ni lugar de visitas o reuniones*
- *Sin ruidos, bien ventilado, es decir, que esté lo más apartado posible del cuarto de estar. T.V. radio, etc. Tampoco conviene poner música; pero si se gusta de música se debe poner de fondo con un tono suave y de ritmo pausado.*
- *Con buena Iluminación preferiblemente con luz natural, en caso de ser artificial recomendamos una lámpara ambiental y otra articulada con bombilla azulada cuya luz te llegue por el lado contrario al que escribes para así evitar sombras.*
- *Temperatura de 17 a 20 grados centígrados. Que no haga frío que te provoque la necesidad de moverte ni calor que te amodorre⁹.*

2.5 HÁBITOS DE ESTUDIO

2.5.1 Hábito

Es una variable fundamental en la presente investigación, por lo que a continuación se ahondará en la comprensión del mismo:

Hábito: Viene del latín *habitus*, que viene a ser el participio pasivo del verbo latino “habere” (tener), algo así como “tenido”.

Actividad o comportamiento que, por repetirse de manera rutinaria o con cierto grado de frecuencia, se ha vuelto natural para quien la ejerce.

2.5.2 Definición de Hábitos de Estudio

“Entendemos por hábitos de estudio al modo como el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico”¹⁰

⁹ JIMENEZ ORTEGA, José y GONZALES TORRES, Juan.. 2004. Método para Desarrollar Hábitos y Técnicas de Estudio (Bachillerato y Universidad). Madrid España. Ediciones La Tierra Hoy S.L. Pág: 26,27.

Para Correa (1998), los hábitos son formas adquiridas de actuar que se presentan automáticamente. El individuo que adquiere un hábito actúa sin necesidad de darse cuenta, de ahí que se ha dicho que no son otra cosa que un reflejo firmemente establecido. Estos se adquieren voluntaria o involuntariamente, originándose en esta doble forma de conocimiento los cuidados que deben tener los padres y los maestros proporcionando por una parte, medios para que se adquieran los hábitos considerados como buenos o útiles y por otra, evitando que surjan los incorrectos o perjudiciales para el individuo y la sociedad.

En ese mismo orden de ideas Rondón (1991) define hábitos de estudio como conductas que manifiesta el estudiante en forma regular ante el acto de estudiar y que repite constantemente.

Por lo anteriormente expuesto, para la presente investigación y relacionando los conceptos anteriores, se definirá hábitos de estudio como las distintas acciones emprendidas por el estudiante para adquirir conocimientos a través de sus apuntes en clase, libros de texto, guías entregadas por el profesor, páginas de Internet o cualquier fuente consultada para este fin y así alcanzar una meta propuesta por él mismo.

Cabe señalar que los hábitos de estudio se crean por repetición y acumulación de actos, pues mientras más estudiemos y lo hagamos de manera

¹⁰ BELAUDE TRELLES, Inés. 1994, Hábitos de estudio. En: Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, año 2, n° 2, octubre, Lima, Pág. 148.

más regular en el mismo lugar y a la misma hora se podrá arraigar el hábito de estudiar.

Es decir es la costumbre natural de procurar aprender permanentemente, esto implica la forma en que el individuo se organiza en cuanto a tiempo, espacio, técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar

Cabe señalar que los hábitos se crean por repetición y acumulación de actos, pues mientras más estudiemos y lo hagamos de manera más regular en el mismo lugar y a la misma hora se podrá arraigar el hábito de estudiar. Hábito, cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente. Los hábitos incluyen los gestos, o la forma de mover las manos al hablar, hasta las preferencias en las lecturas, pasando por la satisfacción de las ansias personales, como en el hábito de fumar o de comer en exceso.

Los psicólogos están interesados en el estudio de los hábitos debido a su función como elemento básico del aprendizaje y también, en ocasiones, como problema que debe tratarse cuando impiden o alteran el bienestar de una persona.

2.5.3 Concepción de los psicoanalistas sobre el Hábito

Los psicoanalistas consideran los hábitos como expresiones de pulsiones eróticas o agresivas que, si son reprimidas, encuentran una salida a través del comportamiento repetitivo e improductivo de ciertos hábitos ritualizados. Por el contrario, los conductistas, como el estadounidense Clark

Hull, reducen los hábitos a las leyes del condicionamiento y el refuerzo. Otra perspectiva más descriptiva y más genérica es la de considerar los hábitos en términos de comportamientos adquiridos sobre los que el sujeto tiene poco control voluntario, ya sean positivos o síntomas patológicos. En el extremo de la formulación conductista, casi todas las actividades humanas, incluso las más complejas, como practicar un deporte o hablar un idioma, se considerarían como “grados de hábitos”.¹¹

Los hábitos se adquieren inicialmente como formas de reacción ante un suceso importante, como por ejemplo evitar un daño físico, y después se generalizan a situaciones que cuentan con estímulos o condicionantes parecidos a los del suceso original. En un hábito influyen no sólo los elementos que producen el comportamiento, sino también las recompensas o los castigos subsiguientes. Una acción que recibe recompensa inmediata de forma sistemática puede convertirse en un hábito. Cuando un hábito está firmemente implantado puede ser sustituido por estímulos diferentes de los que lo crearon, y no requerirá un refuerzo regular. De hecho, la realización del hábito mismo puede convertirse en la propia recompensa.

Los psicólogos ayudan a aquellas personas que se autolesionan (como arrancarse el cabello, morderse las uñas, encoger espasmódicamente los hombros, rascarse compulsivamente, comer en exceso, fumar, beber, o conducirse de modo exhibicionista). En los niños, y al menos en lo aparente, los hábitos autodestructivos pueden eliminarse con ayuda de la modificación de conducta o con técnicas de reacondicionamiento, que implican tomar conciencia del hábito erróneo, interrumpir su ejecución para que deje de

¹¹ Microsoft ® Encarta ® 2009. © 1993-2008 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

resultar natural y reforzar otro que pueda competir con el hábito. Es también útil subrayar los beneficios personales y sociales que conlleva el abandono del hábito erróneo. En las enfermedades mentales graves, como los trastornos obsesivo-compulsivos, la gente se siente impulsada a repetir innumerables veces determinadas acciones.

“Cada vez se concede más importancia a estudiar de un modo apropiado, sobre todo por dos razones fundamentales: por un lado, son más las personas que tienen acceso a los estudios, y por otro, son más los contenidos de estudio”¹².

2.5.4 Concepción Psicológica de Hábito

En psicología el hábito es cualquier comportamiento repetido regularmente, que requiere de un pequeño o ningún raciocinio y es aprendido, más que innato. Cabe mencionar que para que un hábito se forme en una persona debe practicarlo durante varias ocasiones así tanto el cuerpo como la mente se acostumbra a este hecho a lo que el cuerpo va a realizar esto de manera común.¹³

Algunos hábitos (por ejemplo, el emparejar una agujeta constantemente) pueden desperdiciar importantes procesos mentales que bien podrían aprovecharse en tareas más exigentes, pero otros fomentan prejuicios o son perjudiciales.

En la “Ética a Nicómaco”, Aristóteles define los hábitos como aquello en virtud de lo cual nos comportamos bien o mal respecto de las pasiones. El hábito predispone a un sujeto para la realización perfecta de una tarea o actividad. En la medida en que la naturaleza predispone también a un sujeto

¹² Martínez –Otero, Valentín. 1996. Los adolescentes ante el Estudio – Causas y Consecuencias del Rendimiento Académico. Madrid España. Impreso por Omagraf. S.L. Pág. 83

¹³ [http://es.wikipedia.org/wiki/Hábito_\(psicología\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Hábito_(psicología)) Consultado 06 de abril 2011

(puesto que le da inclinaciones) la tradición habla de los hábitos como de segundas naturalezas.

2.5.5 Formación de Hábitos de Estudio

Para la formación de hábitos es evidente que el ejercicio es necesario; pero la práctica no conduce al aprendizaje. Saber si lo que se hace está bien o mal incita al individuo a modificar su conducta para que sea más eficiente en sus estudios. En ese sentido Mira, C. y López, M. (1978) señalan que el docente debe iniciar a sus estudiantes la práctica dirigida, es decir, el estudio debe ir bien orientado, o sea, hacerles ver en todo momento los objetivos que pueden alcanzar con su actividad, y que comprendan el propósito del estudio ya que este sin orientación es algo estéril. El estudio no puede motivar al alumno si éste no sabe por qué y para qué lo realiza.

Asimismo Maddox, H. (1980) señala que la motivación exige que cada respuesta sea reforzada positivamente, de modo que sirva de preparación para la siguiente, y esta a su vez para otra posterior; con el fin de que el nivel de expectativas se mantenga durante el tiempo preciso. De esta manera la fuerza del hábito se vigoriza como un ejercicio de repetición y fortalecimiento.

En ese orden de ideas Vásquez, J. (1986) señala que si un educador se propone crear y mantener técnicas y hábitos de estudio en sus alumnos solo cuenta con lo que la escuela posea para reforzar al estudiante entre lo que se

encuentra: materiales de estudio bien diseñados y organizados y la buena voluntad, el deseo de enseñar y el afecto del docente.

Del mismo modo Santiago, A. (2003) resume unas normas sencillas, o recomendaciones, que se deben tener en cuenta para mejorar o desarrollar hábitos de estudio. Entre lo que señala: (a) establecer un horario de estudio, (b) distribución y organización adecuada del tiempo, (c) preparación continua entre lo que destaca: repasar diariamente las asignaturas, preparar las asignaciones con regularidad, no dejarlo todo para el final, (d) desarrollar hábitos eficientes de lectura como: hacer resúmenes, esquemas, subrayar ideas principales, hacer uso del diccionario, (e) estudiar en un lugar libre de ruidos, con buena iluminación y ventilación.

En ese mismo orden de ideas Cutz, G. (2003) coincide en señalar que muchos de los problemas respecto al éxito en la escuela, giran en torno al desarrollo de los buenos hábitos de estudio y expectativas respecto a las tareas en casa y, afirma que los padres pueden desempeñar un papel importante proveyendo estímulos, ambiente y materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa. Algunas de las cosas generales que los adultos pueden hacer incluyen: (a) establecer una rutina para las comidas, hora de ir a la cama, estudio y hacer la tarea, (b) proporcionar libros, materiales y un lugar especial para estudiar, (c) animar a su niño para que esté "listo" para estudiar sólo (concentrar su atención y relajarse), (d) ofrecer estudiar con su niño periódicamente.

Del mismo modo Correa (1998), señala que en la escuela, la formación de hábitos de estudio presenta debilidades, ya que muchos docentes poseen pocos conocimientos al respecto y no cuentan con las herramientas necesarias, especialmente en la 11 Etapa de Educación Básica, los programas no contienen objetivos donde se trate un aspecto tan importante como lo son los hábitos de estudio, de allí que los docentes no cuentan con los recursos necesarios para ayudar en esta formación, la cual se considera sumamente importante para el futuro del individuo.

2.5.6 Ventajas del establecimiento de Hábitos de Estudio

De acuerdo con la bibliografía revisada, el establecimiento de patrones o esquemas de estudio tiene muchas ventajas como lo son: (a) aumentar la cantidad de material que se puede aprender en una unidad de tiempo, (b) reducir el número de repeticiones hasta su asimilación y consecuentemente reducir el tiempo que podría dedicársele. Deben por lo tanto, cultivarse en la escuela como metas que los alumnos han de alcanzar bajo la orientación segura del profesor.

A este respecto Maddox, H. (1980) afirma que vale la pena aprender unos métodos de estudios eficaces no solo en vista a proyectos inmediatos de estudio, sino porque son hábitos que se adquieren e internalizan y tienen una duración infinita. En ese sentido, Bigge y Hunt (1981) señalan que las escuelas deberían tratar de enseñar a los alumnos, de tal manera que no solo acumulen conocimientos aplicables a las situaciones de la vida cotidiana, sino

también a que desarrollen una técnica para adquirir independientemente nuevos conocimientos.

En ese orden de ideas Pardinás, F. (1980) señala que aprender a estudiar significa conocer el método de estudio. Todo individuo necesita para afrontar la vida moderna saber leer y escribir, poseer entrenamientos manuales y sobre todo requiere hábitos metodológicos de estudio y de pensamiento, que lo guíen con mayor seguridad en sus proyectos de estudio y elevarán su rendimiento académico.

2.5.7 Métodos para romper con los Hábitos o Costumbres Indeseables.

- Sustituir la acción habitual por una nueva;
- Repetir el comportamiento hasta que se vuelva agradable;
- Separar al individuo del estímulo que lo induce a determinada conducta;
- Habitación y
- Castigo.

2.5.8 Diferentes Tipos de Hábitos.

Algunos de estos son:

- Hábitos físicos
- Hábitos afectivos
- Hábitos sociales
- Hábitos morales
- Hábitos intelectuales
- Hábitos mentales

- Hábitos de higiene

2.5.9 Cómo se forman los Hábitos.

Nadie nace con ellos, se adquieren, no suceden sin ser ocasionados. Cada persona suele moldear continuamente su forma de ser y de actuar, de acuerdo a las influencias que recibe del medio que la rodea; en la casa, en la escuela, en el trabajo, con los amigos, con todo esto vamos construyendo nuestra identidad, estilo de vida, y construimos así nuestro sistema de creencias y valores, el cual define la actitud que tendremos ante la vida y el rol que ocuparemos en la sociedad, mismo que estará presente en toda situación o actividad y puede ser modificado por las exigencias del medio.

Los valores, ideas, sentimientos y experiencias significativas definen los hábitos de cada persona. Por tanto los hábitos se crean, no se obtienen por herencia, se pueden volver necesidades y nos llevan a realizar acciones automatizadas.

2.5.10 Aprendizaje y modificación de Hábitos de Estudio

Para que los jóvenes concluyan sus estudios superiores satisfactoriamente y hasta continúen su especialización a través de estudio de post- grado, requieren de un complejo y trascendental aprendizaje de hábitos de estudio de modo gradual gracias al entrenamiento progresivo.

“Por consiguiente el aprendizaje de hábitos de estudio consiste en la ejecución repetida de una acción de manera organizada y con un fin

determinado. Una particular característica de los hábitos de estudio es que una vez formados las acciones se ejecutan sin recapacitarlas previamente” 14

Cabe señalar, que las intervenciones más exitosas dirigidas a desarrollar hábitos y estrategias de estudio (herramientas de trabajo) son aquellas que conjugan el desarrollo de:

- a. Habilidades, la estimulación de conciencia metacognitiva (énfasis en la toma de conciencia de las estrategias utilizada para la solución de problemas)
- b. Sentido de responsabilidad ante el trabajo académico.

“sí las investigaciones muestran que aunque sean efectivas las técnicas de modificación de conducta respecto a las habilidades de estudio, el desarrollo de estas técnicas no bastará para mejorar el promedio académico, puesto que la modificación de hábitos de estudio depende primordialmente del compromiso del estudiante para el cambio “15

“Pues el estudiante al ser autorresponsable y autodirigido adquiere valor y flexibilidad, lo cual le permite crecer como profesional. Cuando el estudiante participa en la responsabilidad de su educación se integra como persona completa y une su intelecto y su emoción al proceso de aprendizaje “16

¹⁴ ADUNA MONDRAGÓN Alma y MARQUÉZ SERRANO Eneida. 1987, op.cit. Pág. 60.

¹⁵ HATTIE Biggs. J. PURDIE. 1996, Effects of learning skill interventions on students learning. A meta Analysis. Review of educational. Pág. 66, 99-136.

¹⁶ ADUNA MONDRAGÓN. Op. cit. Pág. 76.

Así mismo otro aspecto que posibilita el cambio de hábitos de estudio y que debemos considerar es que el estudiante se sienta atendido, acogido, apoyado, motivado por su docente y familiares.

Finalmente, para modificar los hábitos de estudio también se requiere de una organización adecuada (plan de estudio) y distribución del tiempo de estudio. Si ésta no se modifica inicialmente no tiene mucho sentido hablar más adelante de técnicas estudio, ya que un buen trabajo se basa en una constante y adecuada organización.

2.5.11 Importancia de los Hábitos de Estudio

- Planificándote evitarás sentimientos de culpabilidad
- Vas a conocer y practicar un método para mejorar tu lectura
- Tendrás más confianza en ti mismo (a)
- Harás más cosas en menos tiempo
- Conseguirás un mejor rendimiento académico
- Te será más fácil realizar el proceso de estudio mediante el subrayado, los esquemas, los resúmenes
- Aprenderás a planificar tus repasos

2.5.12 Hábitos de Estudio y el Rendimiento Académico

Algunas investigaciones han demostrado que los hábitos de estudio bien cimentados conllevan al alumno a tener un buen rendimiento académico (Quevedo Aldecoa, Enrique. 1993) en consecuencia el estudiante que tiene deficiente hábito de estudio obtendrá un bajo rendimiento.

La baja correlación entre variables de hábitos de estudio y rendimiento académico es una de las causas de fracaso escolar que más se aducen en este nivel, la de no saber estudiar". Tomado de: <http://dialnet.unirioja.es>.

Por lo expuesto anteriormente, ser estudiante de una entidad del nivel superior tecnológico debe consistir ante todo en tener metas de estudio bien establecidos y una actitud muy particular frente al conocimiento, a ello se debe incorporar la importancia de la organización del tiempo y la planificación de las tareas académicas

2.5.13 Aprendizaje y modificación de Hábitos de Estudio:

Para que los jóvenes concluyan sus estudios superiores satisfactoriamente requieren de un complejo y trascendental aprendizaje de hábitos de estudio de modo gradual, gracias a un entrenamiento progresivo.

Por consiguiente el aprendizaje de hábitos de estudio consiste en la ejecución repetida de una acción de manera organizada y con un fin determinado. Una particular característica de los hábitos de estudio es que una vez formados las acciones se ejecutan sin recapacitarlas previamente (Maddox, H. 1979)

Cabe señalar que las intervenciones más exitosas dirigidas a desarrollar hábitos y estrategias de estudio (herramientas de trabajo) son aquellas que conjugan el desarrollo de:

- Habilidades, la estimulación de conciencia metacognitiva (énfasis en la toma de conciencia de las estrategias utilizadas para la solución de problemas)
- Sentido de responsabilidad ante el trabajo académico.

Así las investigaciones muestran que aunque sean efectivas las técnicas de modificación de conducta respecto a las habilidades de estudio, el desarrollo de estas técnicas no bastará para mejorar el promedio académico, puesto que la modificación de hábitos de estudio depende primordialmente del compromiso del estudiante para el cambio (Hattie, B. 1996). Pues el estudiante al ser autoresponsable y autodirigido adquiere valor y flexibilidad, lo cual le permite crecer como profesional. Cuando el alumno participa en la responsabilidad de su educación se integra como persona completa y une su intelecto y su emoción al proceso de aprendizaje. Asimismo otro aspecto que posibilita el cambio de hábitos de estudio y que debemos considerar es que el alumno se sienta atendido, acogido, apoyado, motivado por sus docentes y familiares. Finalmente, para modificar los hábitos de estudio también se requiere de una organización adecuada (plan de estudio) y distribución del tiempo de estudio. Si esta no se modifica inicialmente no tiene mucho sentido hablar más adelante de técnicas de estudio, ya que un buen trabajo se basa en una constante y adecuada organización.

2.5.14 Recomendaciones para mejorar los Hábitos de Estudio

A continuación exponemos algunas recomendaciones que el estudiante universitario debe tomar en cuenta para alcanzar sus metas académicas:

2.5.14.1 *Horario de Estudios*

Proponemos algunas sugerencias que podrán ayudar a administrar el tiempo:

- Tener claro los objetivos y metas de aprendizaje para mejorar la motivación
- Establece un tiempo suficiente para las actividades que debes realizar diariamente (comer, dormir, vestir, etc)
- Organiza el tiempo de manera que estudies algo todos los días, sea en casa, en el trabajo o en la biblioteca.
- Marca períodos para elaborar los trabajos asignados como tareas. Este tiempo deberá estar de acuerdo con la dificultad del material.
- Aprovecha las horas libres entre clases. Si las usas bien, tendrás tiempo luego para otras actividades que son de vital importancia (cine, teatro, paseos, etc.)
- Si no te es posible estudiar diariamente, te sugerimos que interrumpas periodos largos de estudio con breves tiempos de descanso (de cinco a diez minutos por cada hora de estudio); podrás emplearlos en relajar los

músculos que tengas en tensión, principalmente los del cuello, hombros y espalda.

- Deja un tiempo libre para las emergencias

2.5.14.2 Preparación Continua

- Da un repaso al material lo más pronto posible después de terminadas las clases.
- Prepara tus asignaciones con regularidad, no le dejes todo para el final.
- Ordena tus notas y revísalas periódicamente.
- Repasa una vez a la semana todo el material que vas acumulando en cada asignatura.
- No esperes el anuncio del examen para prepararte.
- Trata de predecir las preguntas y contéstalas verbalmente o por escrito.
- Recuerda que el escribir es la mejor forma de estudiar y repasar.

2.5.14.3 Apuntes de Clase

Aprender a tomar notas mientras se lee o se escucha es una técnica y un paso importante para mejorar los resultados en el estudio. Así es importante comparar las notas personales con las de un compañero de clases, dialogar sobre el contenido de lo anotado, aclarar las notas con lecturas auxiliares o con el maestro.

Los apuntes de clase deben servir como:

- Recordatorio en el futuro

- Guía para las lecturas complementarias
- Ayuda para entender y realizar las tareas fuera de clase
- Material auxiliar para preparar los exámenes

2.5.14.3.1 *Cómo Hacer Los Apuntes En Clase*

- Definir el título del tema
- Poner fecha a los apuntes será más fácil localizarlo después para cualquier aclaración. Te ubica y hace ganar en tiempo
- Escuchar con atención procurando entender el desarrollo del tema, lo cual te permitirá una mayor memorización. Ello te facilita escribir tus notas.
- Anotar las ideas más importantes con una letra clara.
- Utilizar o copia esquemas, diagramas, dibujos o cualquier otro apoyo que te permita ordenar y aclarar más el tema tratado.
- Inventar un propio sistema para distinguir los puntos principales de los secundarios. Puedes utilizar asteriscos, letras, números, subrayado a colores, etc.,
- Dejar márgenes amplios para anotar lecturas recomendadas, dudas, comentarios, puntos de discusión, completar tus apuntes a partir de la respuesta del maestro, hacer aclaraciones necesarias etc.

“Cabe señalar, que escribir con tus propias palabras es un hábito que debes desarrollar, no sólo toma dictado o copia algunas frases de los libros sino también comenta con tus propias palabras la clase o lectura realizada” ¹⁷

¹⁷ ADUNA MODRAGÓN, A. Op. cit. pp 74-76 y QUINTERO MARQUÉZ, L. Op. cit. pp 85-91

2.6 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

EDUCACIÓN

“La educación es un proceso de aprendizaje y enseñanza que se desarrolla a lo largo de toda la vida y que contribuye a la formación integral de las personas, al pleno desarrollo de sus potencialidades, a la creación de cultura, y al desarrollo de la familia y de la comunidad nacional, latinoamericana y mundial. Se desarrolla en instituciones educativas y en diferentes ámbitos de la sociedad”¹⁸

ENSEÑANZA

“La enseñanza es una actividad realizada conjuntamente mediante la interacción de tres elementos: un profesor o docente, uno o varios alumnos o discentes y el objeto de conocimiento”¹⁹.

“La enseñanza es concebida como una acción generadora de un proceso eminentemente activo, donde los estudiantes construyen sus aprendizajes en interacción con su contexto, con sus compañeros, con los materiales educativos y con su maestro.”²⁰

De acuerdo con las concepciones más actuales, cognitivistas, el docente actúa como "facilitador", "guía" y nexo entre el conocimiento y los alumnos, logrando un proceso de interacción, (antes llamado proceso "enseñanza-aprendizaje"), basado en la iniciativa y el afán de saber de los alumnos; haciendo del proceso una constante, un ciclo e individualizando de algún modo la educación.

18 EDICIONES EL CARMEN 2005. Ley General de Educación Ley N° 28044 Artículo 2°. Lima, Perú.

19 <http://es.wikipedia.org/wiki/Ense%C3%B1anza> (Consulta realizada el 10 de junio del 2012)

20 MINISTERIO DE EDUCACION 2005 Diseño Curricular Nacional de Educación Básica Regular – Proceso De Articulación Nov 2005, Pag 151

“...La enseñanza no se la considera como actividad de explicación y transmisión de conocimientos, sino como generadora de un proceso eminentemente interactivo, donde los niños construyen sus aprendizajes en relación activa con su contexto, con sus compañeros, sus materiales de trabajo y el profesor”²¹.

“La enseñanza es una actividad realizada conjuntamente mediante la interacción de tres elementos: un profesor o docente, uno o varios alumnos o discentes y el objeto de conocimiento”²².

APRENDIZAJE

“El aprendizaje es un proceso de construcción de conocimientos elaborado por los estudiantes en interacción con su realidad natural y social, haciendo uso de sus experiencias previas”²³.

HÁBITOS:

“Es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente de tipo rutinarias, donde el individuo ya no tiene que pensar ni decidir sobre la forma de actuar.”²⁴

HÁBITOS DE ESTUDIO:

“Es el modo como el individuo se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico, esto implica la forma en que se organiza en cuanto a tiempo y a espacio, las técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar”.²⁵

MÉTODO: Es el camino adecuado para llegar a un fin propuesto.

²¹ MINISTERIO DE EDUCACION. 2000. Programa Curricular de Primer Ciclo de Educación Primaria de Menores.

p. 22

²² <http://es.wikipedia.org/wiki/Ense%C3%B1anza> (Consulta realizada el 10 de junio del 2012)

²³ MINISTERIO DE EDUCACION 2005 ob cit , Pag 151

²⁴ VICUÑA PERI, Luis. 1999, Inventario de hábitos de estudio, Lima, ediciones CEDEIS (Centro de desarrollo e investigación psicológica), 2da. Edición.

²⁵ BELAUNDE TRELLES, Inés. 1994, Hábitos de estudio. En: Revista de la Facultad de Psicología de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, año 2, n° 2, octubre, Lima, pp148

MÉTODO DE ESTUDIO

Es un plan altamente racionalizado, cuyo propósito es conseguir para quien lo aplique (con ayuda de las técnicas de estudio), el conocimiento necesario respecto a la profesión y al desarrollo en torno a la vida.

TÉCNICAS DE ESTUDIO

Son los elementos conceptuales, las formas instrumentales y los aspectos procesales que se utilizan para acelerar y mejorar el aprendizaje y la práctica que se pretende a través del estudio. Es decir son ayudas prácticas para la labor de estudiar.

AUTOESTIMA

Es la evaluación que tiene el individuo con respecto a sí mismo, es un juicio personal de dignidad que se expresa en las actitudes, es decir en la forma habitual de pensar, amar, sentir, trabajar, estudiar y comportarse.

AUTOCONOCIMIENTO

Es reconocer las partes que componen el yo (manifestaciones, cualidades, habilidades, destrezas, capacidades y limitaciones).

AUTOCONCEPTO

Es el conjunto de pensamiento, ideas, opiniones y percepciones que manejamos con respecto a nosotros mismos.

AUTOACEPTACIÓN

Aprender a aceptarse con nuestras capacidades, habilidades y debilidades.

AUTOMOTIVACIÓN

Tener la fuerza interior para alcanzar metas trazadas de vida, trabajo y estudio. Una persona automotivada hace compromisos.

AUTOEVALUACIÓN

Capacidad interna para evaluar las actividades realizadas con la finalidad de modificarlas si son acciones negativas y continuar con ellas si son positivas.

AUTORESPETO

Es la consideración, la atención que se tiene a uno mismo ante los demás.

CALIFICACIÓN UNIVERSITARIA

“Son los instrumentos utilizados por el sistema educativo para homologar los aprendizajes de los estudiantes, este indicador es el único medio legal para la superación de las diferentes áreas y niveles del currículo universitario.”²⁶

²⁶ LLAROSA, Faustino. 1994, El rendimiento educativo, España, instituto de cultura Juna Gil- Albert, pp

2.7 ANÁLISIS DE LOS ANTECEDENTES

El trabajo de investigación consta de los siguientes antecedentes de estudio:

CRESPO DE ACOSTA, Aide. 1995, Estudio sobre el clima afectivo del aula y la atracción interpersonal y su relación con el rendimiento académico del estudiante y la evaluación al profesor moderado por el control percibido, Tesis para optar el grado de Doctor en Educación, Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, Venezuela. En: Revista Resúmenes Vol. 1, N° 1, marzo, 2000. Estudio los hábitos de estudio, satisfacción, rendimiento subjetivo en la universidad y el rendimiento académico y la asistencia a clases.

PONCE Carlos. 1997, Relación de los hábitos de estudio y el interés político de estudiantes universitarios, Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación entre los hábitos de estudio y el interés por la política en grupos de estudiantes de la UNMSM. La muestra estuvo conformada por 821 ingresantes a la Universidad. Su estudio presentó la siguiente conclusión: Los hábitos de estudio se relacionan significativamente con el interés por la política.

LOBO SOLERA, Nidia. 1999, El problema de la retención escolar en el sistema universitario costarricense a distancia -UNED, Universidad Estatal a Distancia, Costa- Rica. Realizó una investigación que tuvo como objetivo establecer una asociación de causas que expliquen el problema de abandono y retención de los estudiantes. La muestra estuvo constituida por 182 estudiantes de UNED que abandonaron sus estudios durante los años 1992-1995. El instrumento utilizado fue un cuestionario acerca de la situación laboral, familiar y académica de los estudiantes. Las variables de estudio fueron: Sociofamiliar, conocimientos del sistema de enseñanza a distancia, dificultades académicas, hábitos de estudio. Los resultados

obtenidos mostraron que las razones por las cuales los estudiantes abandonan los estudios a distancia en la UNED son las siguientes: Atención a la familia 23%, problemas económicos y de trabajo 45%, falta de autodisciplina a la metodología de estudio 32%.

OMAR Alicia, URIBE DELGADO Hugo y FERREIRA María Elena. 2000, Universidad Nacional Autónoma de México. Realizaron una investigación cuya finalidad fue la exploración de las causas más comúnmente empleadas por los estudiantes secundarios para explicar el éxito y/o fracaso escolar. La muestra estuvo constituida por estudiantes de los tres últimos años del ciclo secundario de las escuelas públicas y privadas, los estudiantes eran brasileños (N= 492), argentinos (N =541), mexicanos (N= 561). Los resultados obtenidos indican que los estudiantes exitosos tanto argentinos, brasileños como mexicanos coinciden en percibir al esfuerzo, la inteligencia y la capacidad para estudiar como causas internas y estables. Brasileños y mexicanos pero no argentinos consideran al estado de ánimo como una causa interna y estable.

AQUINO RAMOS, Freddy. 1995, Efectos de la evaluación formativa sobre el rendimiento académico y la perseverancia en los estudios universitarios supervisados, tesis para optar el grado de Doctor en Andragogía, Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez, Venezuela. En. Revista Resúmenes Vol. 1, N° 1, marzo, 2000. Realizó una investigación que tuvo el propósito de estudiar el efecto de la técnica evaluación formativa como estrategia instruccional sobre el rendimiento académico y la perseverancia en el estudio independiente. La muestra estuvo integrada por 56 estudiantes. Se adoptó el diseño cuasi-experimental. Se concluyó que la evaluación formativa y la perseverancia influyen en el rendimiento académico

2.8 OBJETIVOS

2.8.1 OBJETIVO GENERAL

Comprobar la influencia significativa de los hábitos de estudio, durante el proceso de aprendizaje de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco

2.8.2 HIPÓTESIS

2.8.2.1 HIPÓTESIS GENERAL

Los hábitos de estudio influyen significativamente en el aprendizaje académico de los estudiantes del sexto y décimo semestres del año lectivo 2011 del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco

III. PLANTEAMIENTO OPERACIONAL

3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE VERIFICACIÓN

3.1 TÉCNICAS

- **Observación:** Se realizará con participación directa del responsable de la investigación, para identificar la problemática y obtener información real que permitió medir actitudes y opiniones en relación al tema de investigación.
- **Entrevistas:** Se usará de esta técnica mediante el diálogo con profesores y alumnos del Instituto Superior.
- **Encuestas:** Se utiliza para estudiar la población mediante el análisis de muestras representativas a fin de explicar las variables de estudio y su frecuencia
- **Análisis de Documentos:** Principalmente Actas de Evaluaciones.

3.2 INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

- **Fichas de observación.** Se usará en la investigación de campo, para registrar aquellos datos que nos proporcionan las fuentes de primera mano o los sujetos que viven la problemática presentada.

- **Pruebas Educativas (Objetivas).** Para sustentar el diseño de investigación, los datos obtenidos mediante la aplicación de pruebas objetivas, permitirán conocer el estado real de los hábitos de estudio de los estudiantes examinados.
- **Fichaje.** Se usará para registrar la información e implementar el marco teórico de nuestro tema de investigación. Como: Fichas bibliográficas, fichas textuales, fichas de referencia y fichas de observación.
- **Registros y Actas de Evaluación.** Se utilizara para el análisis y recojo de información.
- **Cámara Fotográfica.** Para fotografiar los diferentes eventos.
- **Encuesta de Opinión.** Es el instrumento principal que se elabora en forma específica e inédita para el presente estudio.

INDICADORES	ITEMS
• Ambiente de Estudio	2
• Horario de estudio	3, 6
• Comportamiento durante las Clases	7, 10
• Actitud en el desarrollo de trabajos académicos	4, 9
• Preparación para los Exámenes	5, 11
• Actitud frente al Estudio	1, 8, 12

3.3 CAMPO DE VERIFICACIÓN

3.3.1 Ubicación Espacial

El presente estudio se realizó en los estudiantes del Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” – Cusco.

3.3.2 Ubicación Temporal

El horizonte temporal está comprendido en el año 2011.

3.4 UNIDAD DE ESTUDIO

3.4.1 Población

La población examinada está constituida por 250 estudiantes.

3.4.2 Muestra

26 estudiantes del sexto semestre y 24 estudiantes del décimo semestre.

3.5 ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

La aplicación del instrumento se realizará de la siguiente manera:

Se presentará Oficio al Instituto Superior Pedagógico Privado “Ricardo Palma” del Cusco, solicitando autorización para que permita realizar el trabajo de investigación.

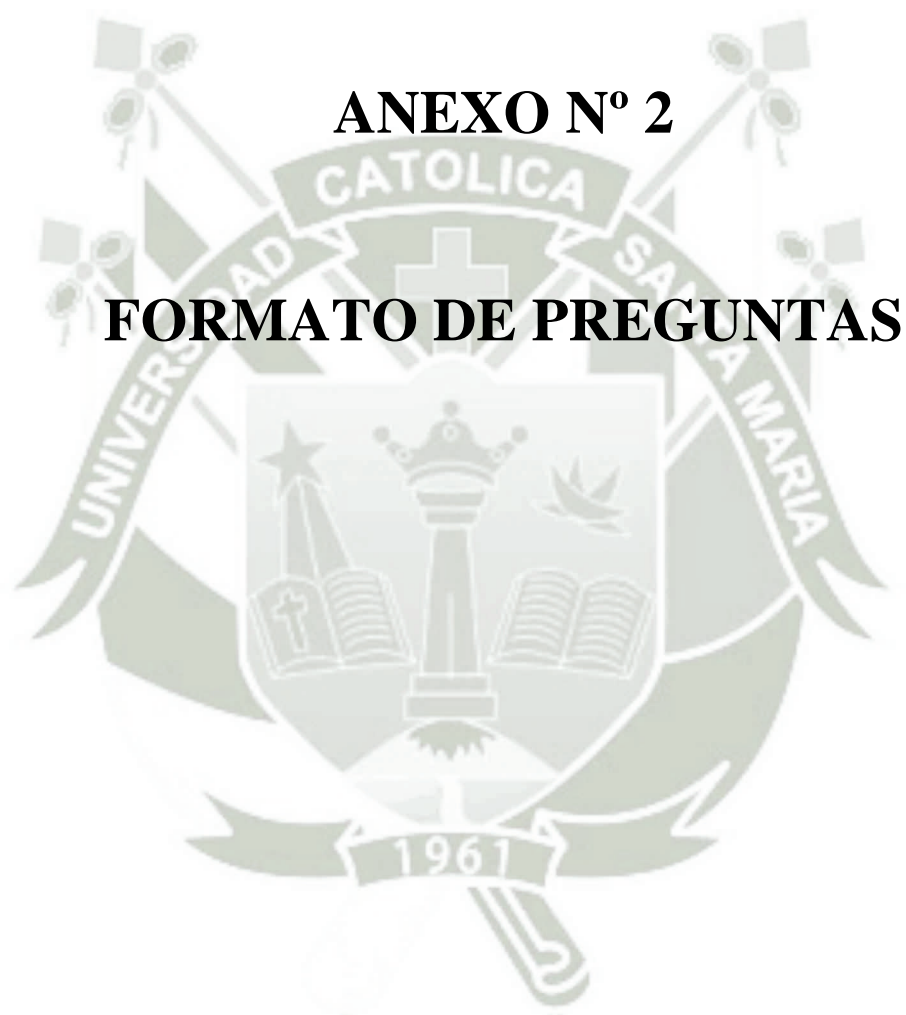
La duración del estudio en su totalidad está prevista para un año y la recolección de datos entre cinco a seis meses.

Se aplicará el instrumento elaborado en fecha determinada por el Director. Una vez recolectado los datos, estos se sistematizarán estadísticamente para el análisis, interpretación y conclusiones finales.



IV. CRONOGRAMA DE TRABAJO

N°	ACCIONES	RESPONSABLE	CRONOGRAMA																									
			2011												2012												2013	
			M	J	J	A	S	O	N	D	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	E	F	M	A	M	
1	DIAGNOSTICO	Tesista	X																									
2	ELECCION DEL TEMA DE INVESTIGACION.	Tesista		X																								
3	PRESENTACIÓN DEL PERFIL DEL PROYECTO.	Tesista			X	X																						
4	APROBACIÓN DEL PROYECTO.	Tesista					X																					
5	TRABAJO DE CAMPO.	Tesista						X	X	X																		
6	SISTEMATIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	Tesista								X	X	X	X	X	X													
7	PRIMERA REDACCIÓN DE LA TESIS	Tesista														X	X	X	X									
8	LEVANTAMIENTO A OBSERVACIONES	Tesista																	X	X	X	X						
9	REDACCION DEFINITIVA DE LA TESIS.	Tesista																					X	X				
10	TRAMITE ADMINISTRATIVO PARA SUSTENTACION DE TESIS	Tesista																						X				
11	SUSTENTACIÓN DE LA TESIS.	Tesista																							X			



**INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO “RICARDO PALMA”
CUSCO**

FORMATO DE PREGUNTAS PARA ESTUDIANTES

Señor(ita) Alumno(a) del Instituto Superior Pedagógico “Ricardo Palma” de la ciudad del Cusco; le hacemos presente la siguiente encuesta de opinión que servirá de sustento para la investigación: “HÁBITOS DE ESTUDIO EN LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO SUPERIOR PEDAGÓGICO PRIVADO RICARDO PALMA – CUSCO, 2011”.

Agradeceré, responda con toda sinceridad, ya que de ello dependerá que los resultados de esta investigación, sean objetivos y puedan contribuir con el mejoramiento de su aprendizaje durante su formación inicial.

NOTA: Marque con una (X) donde corresponda

Pregunta 1. ¿Crees que es importante saber estudiar?

Sí (....) No (....)

Pregunta: 2. ¿Cómo estudia Ud?

- Música recreativa ()
- En silencio ()
- Utiliza grabaciones en audio ()
- Otros ()

Pregunta: 3. En las tardes después de almorzar ¿A qué te dedicas?

- Hacer tareas y trabajar ()
- Leer y estudia ()
- Hacer las tareas leer y estudiar ()
- Recreación (juegos) ()
- Ver televisión y jugar ()

Pregunta: 4. ¿Cómo haces tus tareas?

- Trabajas grupalmente ()
- Trabaja individualmente ()
- Utiliza las TIC ()
- Utiliza bibliografía adecuada ()
- Consulta con especialistas ()
- Otros ()

Pregunta 5. ¿Cómo se prepara para sus exámenes?

- Repasando diario la sesión avanzada ()
- Comparando los contenidos con datos en el Internet ()
- Se prepara en círculos de estudio ()
- Se prepara en forma individual ()
- Consulta con especialistas ()
- Otros ()

Pregunta: 6. ¿Llegas temprano a clases?

- Sí ()
- No ()
- A veces ()

Pregunta 7.- ¿Cómo es tu actitud durante las clases?

- () Tomas apuntes y subrayas lecturas
- () Conversas con amigos
- () Estas más atento a las bromas de tus amigos que escuchar las clases
- () Estas pensando lo que harás en la salida de clases
- () Solicitas al profesor la definición de una palabra que no conoces
- () Ordenas los apuntes al terminar las clases

Pregunta 8. ¿Crees que teniendo hábitos de estudio en las áreas de aprendizaje se aprende de mejor manera?

- Sí ()
- No ()
- A veces ()

Pregunta 9. ¿Averigua las palabras que no conoce?

- Sí ()
- No ()
- A veces ()

Pregunta: 10. ¿Tu comportamiento en tu Centro de Estudio es igual que en tu casa?

- Sí ()
- No ()
- A veces ()

Pregunta 11. ¿Revisa sus apuntes el mismo día de exámenes?

- Sí ()
- No ()
- A veces ()

Pregunta 12. ¿Qué estrategia utiliza en el estudio?

- Subraya las partes más importantes de un tema
- Subraya las partes que no conoce
- Elabora preguntas y responde con sus propias palabras
- Recita de memoria lo leído
- Repasa lo leído
- Relaciona el tema con otros temas

ANEXO N° 3

FOTOGRAFÍAS DE APLICACIÓN DEL FORMATO DE PREGUNTAS



