Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Escuela de Psicología Educativa Terapéutica

"Elaboración de un manual de hábitos y técnicas de estudio para los estudiantes de sexto y séptimo de educación básica del Centro Educativo Manuel Ramón Balarezo de la Parroquia Nulti del Cantón Cuenca".

Trabajo de graduación previo a la obtención del título de: "Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Psicología Educativa Terapéutica"

Autoras:
Cristina Quizhpe
Verónica García

Directora: Mst. Lucía Cordero

Cuenca, Ecuador
2014-2015

Dedicatorias

Con todo cariño, dedico la presente tesis, principalmente, a Dios por darme salud y sabiduría; a mis padres, esposo, hermanos, tíos y a mi hija por darme la fuerza moral de seguir adelante y poder culminar una meta más de mi vida; y a todas aquellas personas que de una u otra manera me han dado palabras de aliento para seguir adelante.

Hoy me siento totalmente feliz por la bendición de Dios de permitirme cumplir una etapa más en mi vida y de darme una familia que está apoyándome en todo momento.

Cris

Esta tesis la dedico al Espíritu Santo por trasmitirme un poco de su sabiduría; luego, a mi familia mi pilar fundamental, pues gracias a su apoyo, amor y paciencia, en este momento, mi rostro se llena de felicidad por que puedo ver mi meta alcanzada. También, quiero extender esta dedicación a mi amiga Sandy López, ya que ha sido un gran soporte en mi vida gracias a sus consejos he logrado mi éxito profesional.

Mil palabras no bastarían para agradecerles su apoyo, su compresión y sus consejos, y mil disculpas por no enlistar a una infinidad de personas que me han apoyado incondicionalmente.

Verónica.

Agradecimiento

En primer lugar, nos gustaría agradecerle a Dios por bendecirnos para llegar hasta aquí, porque hicieron realidad nuestros sueños anhelados.

A nuestra familia, por la compresión, apoyo, y animo en los momentos más difíciles de muestra vida.

De igual manera, a nuestra directora de tesis Mst. Lucia Cordero por su esfuerzo y dedicación, con quien con sus conocimientos y experiencia ha logrado en nosotros terminar nuestra carrera con éxito.

Y a todas las personas que, de una u otra manara, nos han apoyado con palabras de aliento, a las que se encuentran con nosotras, y a las que están en nuestros recuerdos y corazón, queremos darles las gracias por formar parte de nosotros, por todo el apoyo brindado y sus bendiciones.

ÍNDICE CONTENIDOS

Dedicatoria.....ii
Agradecimiento.....iii
Índice de contenidos.....iv-v-vi
Índice de ilustraciones y cuadros.....vii
Índice de Anexos y Graficos.....viii
Resumen.....ix
Abstract.....x

Introducción.....1

CAPÍTULO I: INVESTIGACIÓN DE LOS HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

Introducción…….....2
1.1 Antecedentes…….....2
1.2 Edad evolutiva…….….2
1.3 Constructivismo…….....4
1.4 Inteligencia emocional…….....6
1.5 Definición de hábitos……7
1.6 Definición de técnicas……...8
1.7 Diferencia de hábitos y técnicas…….....8

1.7.1 Hábitos……..8

1.7.2 Técnica……..9

1.8 Técnicas cognitivas y conductuales…….....9
1.8.1 Técnicas cognitivas...……10
1.8.1.1 Técnicas de observación……...……..10
1.8.1.2 Técnicas de análisis……10
1.8.1.3 Técnicas de clasificación…….....10
1.8.1.4 Técnicas de memorización…….11
1.8.1.5 Técnicas de interpretar……...11
1.8.1.6 Técnicas de representar……..11

1.8.1.7 Técnicas de evaluación...……11
1.9 Técnicas conductuales…..……..11
1.9.1 Reforzamiento positivo……..11
1.9.2 Modelamiento……....11
1.9.3 Contrato de contingencias……12
1.9.4 Economía de fichas……12
1.9.5 Refuerzo diferencial……...12
1.9.6 Conclusiones……..12

Capitulo II DIAGNOSTICO

Introducción...……13

Instrumentos de recolección de datos

2.1 Ficha de observación…..……13

2.2 Encuestas…..……15

2.3 Aplicación de instrumentos psicométricos H.I.E.M…..……...…23

2.3.1 Resultados y discusión…….....23

2.4 Rendimiento académico previo a la aplicación del manual…….29

2.5 Conclusiones……....30

CAPITULO III ELABORACIÓN DEL MANUAL

Introducción……...……32

3.1 Objetivos…...…….32

3.2 Hábitos de estudio

3.2.1Lugar de estudio...……..33
3.2.2 Horario apropiado de estudio…..……..33
3.2.3 Actividades a realizar en la hora de estudio diariamente…..……...34
3.2.4 Alimentación...……..34
3.2.5 Planificación...……34
3.3 Técnicas de estudio…….....35
3.3.1 Lectura rápida……...35

3.3.2 Lectura comprensiva……36
3.3.3 Subrayado……37
3.3.4 Resumen……...40
3.3.5 Esquemas……43
3.3.6 Cuadros comparativos……46
3.3.7 Sistemas de fichas……47
3.3.8 Fichas bibliográficas……48
3.3.10 Mapas conceptuales…….....49
3.3.10 Mapas mentales……..51
3.4 Técnicas por departamento……..54
3.4.1 Departamento de ciencias naturales……54-55
3.4.2 Departamento de historia y estudios sociales…..……55-56
3.4.3 Departamento de matemáticas…….57
3.4.4 Departamento de lenguaje y comunicación……58
3.4.5 Departamento de lenguaje extranjero ingles……59
3.4.6 Departamento de educación física……...60
3.5 Aplicación a los estudiantes de 6to y 7mo de básica……...61
3.5.1 Plan operativo de la propuesta…….61
3.5.2 Planificación de las sesiones…….62
3.6 Socialización a los docentes…….69
3.7 Comparación final……70

4.- CAPITULO IV:

Conclusiones…….....73-74
Recomendaciones…… 75
Bibliografía……...76-77
Anexos y Gráficos…….....78

INDICE DE CUADROS

Clases partidas por la profesora ……16
Motivación de la lectura…….17
Frecuencia de lectura……...18
Horario de deberes…….....19
Lugar adecuado para deberes……...20
Guía de apoyo de los PP.FF…….21
Libros preferidos para lectura……..22
Lugar de estudio……...24
Planificación de estudio……25
Atención en la sala de clases……....26
Como estudias……..27
Actitud general…….28
Calificaciones……...29
Departamento de ciencia…….54
Departamento de sociales……55
Departamento de matemáticas…….57
Departamento de lenguaje…….....58
Departamento de inglés……59
Departamento de cultura física…….60
Programa de sesiones técnicas...…….61
Sesión 1 planificación……..62
Sesión 2 lectura……64
Sesión 3 Lectura comprensiva…..…….. …….65
Sesión 4 subrayado…….. …...65
Sesión 5 resumen……..66
Sesión 6 conceptual…….. ……67
Sesión 7 cuadro sinóptico…….67
Sesión 8 mapa mental……68
Sesión 9 fichas bibliográficas……68
Cuadro de comparación H.I.M.E……. …….70
Cuadro de calificaciones……71

INDICE DE ANEXOS

Encuestas……79
Ficha de Observación de Clase……..81
Cuestionario……..83

INDICE DE GRÁFICOS

Niños atendiendo las clases de técnicas……..87

Escuchando técnicas hay a aplicar……..88

Niños leen do y cando un resumen……..……...89

Resumen

El presente trabajo, se realizó en base a las investigaciones realizadas a los niños de Sexto y Séptimo de Educación Básica de la Institución Educativa Manuel Ramón Balarezo de la Parroquia Nulti perteneciente al Cantón Cuenca, en donde se detectó un bajo rendimiento académico debido a la carencia de hábitos y técnicas de estudio. Para ello, se aplicaron instrumentos de evaluación con la finalidad de establecer un diagnóstico que permita evidenciar los hábitos y técnicas que utilizan al momento de estudiar y, de acuerdo a los resultados, posteriormente se elaboró un manual de técnicas y hábitos de estudio. Dicho manual se utilizó para capacitar tanto a los estudiantes como a docentes y padres de familia, con la finalidad de obtener resultados favorables y mejorar el rendimiento académico.

ABSTRACT

The present study was conducted based on research carried out with children who attend the Six and Seven year of Basic Education at *Manuel Ramón Balarezo* School in the Parish of Nulti, Cuenca Canton; where poor academic performance was detected due to the lack of habits and study skills. In order to obtain this information, assessment tools were applied so as to establish a diagnosis that will evidence the habits and techniques used when studying. Hence, according to the results, a manual of techniques and study habits was developed. The manual was used to train students, teachers, and parents aimed at obtaining favorable results and improving academic performance.

UNIVERSIDAD DEL
AZUAY
Dpto. Idiomas

Translated by,
Lic. Lourdes Crespo

INTRODUCCIÓN

Los hábitos y técnicas de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia y memoria. Lo que determina el buen desempeño académico es el tiempo y el ritmo de estudio.

En varias oportunidades se ha argumentado sobre la necesidad de elevar el rendimiento escolar en los estudiantes de diferentes centros educativos, y para ello es necesario un trabajo activo por parte de la escuela, que permita la formación de hábitos y técnicas de estudio para fortalecer el rendimiento académico en las diferentes áreas que comprende la educación.

Por ello la presente investigación, comprende:

Capítulo I: Se presenta, fundamentación teórica, edad evolutiva, constructivismo, inteligencia emocional, definición de hábitos y técnicas, diferencia entre hábitos y técnicas, técnicas cognitivas y conductuales sobre el objetivo de estudio.

En el capítulo II consta de diagnóstico, instrumentos de recolección de datos:
Ficha de observación, encuestas, aplicación de instrumentos psicométricos H.I.E.M,
Resultados y discusión y el rendimiento académico previo a la aplicación del manual.

En el capítulo III se desarrolla la elaboración del manual, aplicación a los estudiantes de 6to y 7mo de básica, sociabilización a los docentes, comparación final.
En el capítulo IV conclusiones y recomendaciones, bibliografías y anexos.

CAPITULO I

Los hábitos y técnicas de estudio son uno de los factores que influyen en el bajo rendimiento académico de los estudiantes. Por ello, en este primer capítulo buscaremos esclarecer la parte teórica sobre dicho tema, para lo cual utilizaremos los fundamentos del desarrollo evolutivo del niño, la inteligencia emocional y la técnicas cognitivas y conductuales, el constructivismo, y adicionalmente se definirán términos básico como hábitos y técnicas de estudio.

1.1 Antecedentes

Muchos de los problemas referentes al éxito académico en las instituciones educativas, giran alrededor de los hábitos y técnicas de estudio que se emplean en la escuela y en su casa. En este sentido, es muy "importante contar con un adecuado ambiente y materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa". (Brunet, F. 2007).

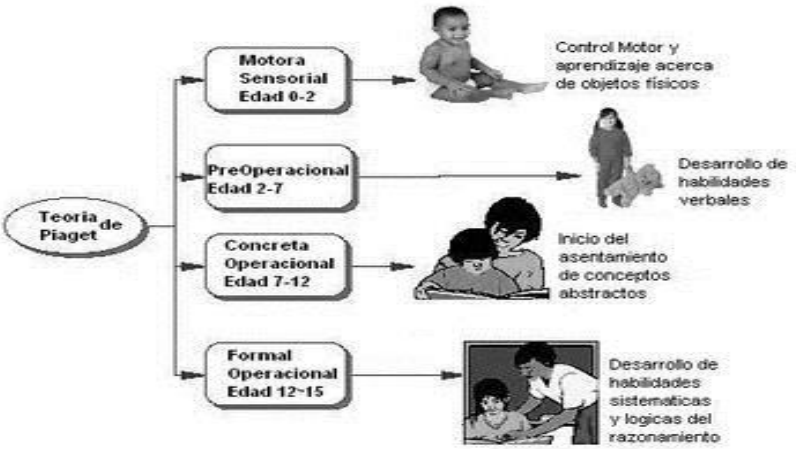
Entre los hábitos y técnicas deficientes se encuentran: el uso inadecuado del tiempo, no leer ni asimilar el contenido de la lectura, no tomar notas, no realizar bosquejos, o no utilizar adecuadamente los diferentes medios de acceso a la información. Esto provoca, tal como nos indica Santiago, A. (2003), "que se pierda mucho tiempo y a su vez, provoque desaliento y la frustración del alumno". Es por ello que muchos investigadores han dedicado tiempo a indagar sobre este tema.

1.2 Edad evolutiva

Los niños tienen múltiples potencialidades, siendo así diferentes unos a otros, y si estas se desarrollan plenamente, permitirán que el niño se convierta en un ser útil para la sociedad y logre satisfacción personal. La adquisición de hábitos básicos facilita el desarrollo de estas potencialidades, por lo que es fundamental hacer énfasis en este aspecto, ya que permitirá al niño desenvolverse adecuadamente y sentirse parte importante de su familia y comunidad.

La edad en la que los niños adquieren hábitos y técnicas de estudio es al inicio del aprendizaje de la lecto-escritura . Sin embargo no debemos olvidar de las etapas que nos propone Piaget en su teoría basada en la maduración cerebral, que el niño dependiendo de la etapa en la que se encuentra podría iniciar el proceso de enseñanza

tanto de hábitos como de técnicas de estudio. Piaget sostiene que todos atravesamos etapas en donde establecemos un rango de edad para cada fase aunque el tiempo de una persona a otra puede variar. Este desarrollo y su respectiva edad dependen de la estimulación que reciba el individuo desde el momento de su nacimiento



Piaget en sus investigaciones sobre el aprendizaje, se centra en el desarrollo cognitivo desde la infancia a la adolescencia temprana. En un comienzo, las estructuras psicológicas que se desarrollan a partir de los reflejos innatos, se organizan durante la infancia en esquemas de conducta, siendo internalizadas durante el segundo año de vida como modelos de pensamiento.

La etapa de las Operaciones Concretas es el inicio de procesos de razonamiento lógico que puede aplicarse a problemas concretos o reales. Apareciendo esquemas lógicos de seriación, ordenamiento mental de conjuntos y clasificación de los conceptos de causalidad, espacio, tiempo y velocidad. En la etapa de las Operaciones Formales el adolescente logra la abstracción sobre conocimientos concretos observados que le permiten emplear el razonamiento lógico inductivo y deductivo.

Vygotsky (1925) es otro autor que señala que el “desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en el que está inmersa la persona”.

Vygotsky introduce el concepto de 'zona de desarrollo próximo', que se refiere a la distancia entre el nivel real de desarrollo y el nivel de desarrollo potencial; para determinar este concepto hay que tener presentes dos aspectos: la importancia del

contexto social y la capacidad de imitación, puesto que el aprendizaje y desarrollo son dos procesos que interactúan.

El aprendizaje escolar ha de ser congruente con el nivel de desarrollo del niño. El "aprendizaje se produce más fácilmente en situaciones colectivas, siendo que la interacción con los padres les facilita el aprendizaje". (Kerlinger, F. (1988).

Por otro lado, Ausubel plantea que el aprendizaje del alumno depende de la estructura cognitiva previa a relacionarse con una nueva información; se conoce como "estructura cognitiva al conjunto y organización de conceptos e ideas que un individuo posee en determinado campo del conocimiento". Esta teoría ofrece un marco apropiado para el desarrollo educativo y el diseño de técnicas pedagógicas adecuadas.

Otro autor, Bruner, plantea que el aprendizaje de la clase debería tener lugar inductivamente, desplazándose desde ejemplos específicos representados por el profesor a generalizaciones acerca de la materia en cuestión, las mismas que deben ser descubiertas por los alumnos.

Este breve resumen tiene la finalidad de hacer hincapié en la teoría del aprendizaje, el proceso evolutivo y las etapas del ser humano, como eslabón necesario del aprendizaje ante las diferentes necesidades y expectativas actuales en el desarrollo académico.

1.3 Constructivismo

El constructivismo argumenta que los individuos forman o construyen gran parte de lo que aprenden y comprenden (Hernández, 2006).

Los autores antes mencionados, Ausubel, Piaget y Vygotsky se movieron bajo el paradigma constructivista, el mismo que tiene como fin que el alumno construya su propio aprendizaje, aunque cada autor manejaba este paradigma de una manera particular. Básicamente puede decirse que el constructivismo es el modelo que considera que una persona, tanto en los aspectos cognitivos como sociales y afectivos del comportamiento, no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción de estos tres factores.

Piaget manifiesta la formación de los mecanismos mentales en el niño para su aprendizaje pasan por etapas fundamentales.

Ausubel manifiesta que el niño debe formarse en el aprendizaje significativo, donde pueda diferenciar lo asimilado de lo mecánico.

Vygotsky manifiesta dentro de su investigación del aprendizaje social que el desarrollo intelectual del individuo no puede entenderse como independiente del medio social en el que está inmersa la persona.

En consecuencia, según la posición constructivista, el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una construcción del ser humano, esta construcción se realiza con esquemas que la persona ya posee (conocimientos previos), o sea con lo que ya construyó en su relación con el medio que lo rodea

En este proceso de aprendizaje constructivo, el profesor sede su protagonismo al estudiante quien asume el papel fundamental en su propio proceso de formación. Es el propio estudiante quien logrará la transferencia de lo teórico hacia los ámbitos prácticos, situados en contextos reales.

El constructivismo destaca las relaciones entre los individuos y las situaciones de la adquisición y el perfeccionamiento de las habilidades y los conocimientos.

Según Geary (1995) citado por Hernández (2006), un supuesto básico del constructivismo es que los individuos son participantes activos y que deben construir el conocimiento. Para entender en forma clara el material, los estudiantes deben redescubrir ellos mismos los principios básicos. Desde el punto de vista del constructivismo, los maestros acuden a materiales con los que los estudiantes se comprometen activamente mediante la manipulación e interacción social. Los estudiantes aprenden a ser más autorregulados y a plantearse metas para asumir un papel más activo en su propio aprendizaje, supervisar y evaluar su progreso y a explorar sus intereses de modo que supere los requisitos básicos (Bruning, 1995).

El constructivismo exógeno sostiene que la adquisición de conocimientos consiste en la restructuración del mundo exterior, que influye en las opiniones por medio de experiencias y exposición a modelos de enseñanza. El conocimiento es tan preciso como refleja la realidad exterior. En contraste, el constructivismo endógeno consiste

en que el conocimiento proviene del ya adquirido y no de las relaciones con el medio. Entre ambos extremos se encuentra el constructivismo dialectico, que sostiene que el conocimiento proviene de las interacciones de los individuos y el medio.

1.4 INTELIGENCIA EMOCIONAL

Para poder entender lo que es inteligencia emocional primero debemos conocer e identificar qué quiere decir "inteligencia"; esta se refiere a la capacidad intelectual general de una persona; siendo las habilidades implicadas en el aprendizaje y la conducta adaptativa.

Por otro lado, la "inteligencia emocional es aquella que se refiere a la afectividad con que la gente percibe y entiende sus propias emociones y de los demás, así como a la eficacia con que puede manejar su conducta emocional." (Psicología; Charles Morris, Alberta Maisto; 12°edicion).

La inteligencia emocional juega un papel muy importante en los estudios y en el aprendizaje, en todas las etapas de la vida escolar. Como es natural, hay emociones que favorecen el aprendizaje, y hay otras que lo perjudican o lo obstaculizan. Podríamos decir que estados anímicos como la alegría, el entusiasmo o el coraje, entre otras, permiten llevar adelante con eficiencia cualquier proceso de aprendizaje. Y estados anímicos como la tristeza, el miedo o cólera perturban, obstaculizan o incluso pueden llegar a invalidar el proceso de aprendizaje, siendo factores que influyen en el desarrollo de los hábitos de estudio adecuados para un rendimiento académico.

Por ejemplo: un atleta puede tener un determinado nivel de ansiedad que puede mejorar su rendimiento, pero si tiene mucha ansiedad, no alcanzará su máximo nivel. Lo mismo puede ocurrir ante un examen, una presentación en público, o ante la elaboración de un informe, etc.

Hay cuatro niveles en los que nuestros estados emocionales pueden afectar nuestro aprendizaje:

1) En una etapa inicial: predisposición, motivación, interés.
2) Etapa intermedia: perseverancia, persistencia, regularidad del estudio.
3) Etapa de obstáculos: manejo de las dificultades, de la frustración o de la adversidad.

4) Etapa final: equilibrio emocional en el examen de nuestros conocimientos o en la aplicación de los mismos.

1.5 Definición de hábitos

Los hábitos de estudio son las costumbres que poseen los alumnos al momento de estudiar, ya sea dentro o fuera de la hora de estudio en cada uno de los centros educativos.

"Hábitos de estudio es el conjunto de actividades que hace una persona cuando estudia, todo lo anterior viene a estar encerrado en el método de estudio que posee cada persona." (González, 2008)

Los hábitos de estudio se crean por repetición y acumulación de actos, pues mientras más estudiemos, y lo hagamos de manera regular y en el mismo lugar y a la misma hora, más se podrá arraigar el hábito de estudiar.

"Hábitos de estudio son como conductas que manifiesta el estudiante en forma regular ante el acto de estudiar y que repite constantemente." (Rondón, 1991)

Los hábitos de estudio se adquieren voluntaria o involuntariamente, originándose en los cuidados de los padres y los maestros, por lo que es fundamental que estos proporcionen, por una parte, medios para que se adquieran los hábitos considerados como buenos o útiles, y por otra, eviten que surjan los incorrectos o perjudiciales para el individuo y la sociedad". (Belaunde Trilles, Inés, 1994).

Siendo esto el mejor y más potente predictor del éxito académico, a nivel de inteligencia y memoria. Lo que determina el buen desempeño académico es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le imprimimos a nuestro trabajo. (Álvarez, 2009)

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. Siendo esta una actividad personal, consciente y voluntaria que pone en funcionamiento todas las

capacidades intelectuales de los niños y niñas para desarrollar su aprendizaje para la formación de hábitos y para fortalecer el rendimiento escolar en todas las áreas de educación.

1.6 Definición Técnicas de Estudio

Las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas, fundamentalmente lógicas, que ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de memorización y estudio. Son aquellas estrategias que los estudiantes poseen para un mejor y óptimo aprendizaje ante cada una de las materias expuestas en su pensum de estudios.

Según Luetich (2002), las técnicas de estudio son modos de hacer operativa nuestra actitud frente al estudio y el aprendizaje. Favorecen la atención y concentración, exige distinguir lo primario de lo secundario, implica no solo lo visual y auditivo, sino también la escritura, y la reducción de la dispersión.

También D. Orazio, considera que las técnicas de estudio son estrategias, procedimientos o métodos, que se ponen en práctica para adquirir aprendizajes, ayudando a facilitar el proceso de memorización y estudio, para mejorar el rendimiento académico.

1.7 Diferencia entre Hábitos y Técnicas de Estudio

1.7.1 Hábitos

Un hábito es cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente. Es una práctica o costumbre que realizan con frecuencia. Los antiguos filósofos decían que el hábito es una "segunda naturaleza"; eso significa que la naturaleza del hombre se enriquece o empobrece, se perfecciona o se denigra, con el hábito. (Góngora Cesar, 2010)

Un hábito, es “cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente… Los psicólogos están interesados en el estudio de los hábitos debido a su función como elemento básico del aprendizaje”. (Jiménez, J, 2008)

“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”. (Correa 1998).

1.7.2 Técnicas

Una técnica es un procedimiento cuyo objetivo es la obtención de un cierto resultado. Supone un conjunto de normas y reglas que se utilizan como medio para alcanzar un fin. Por lo tanto, "técnica es una herramienta para facilitar el estudio y mejorar sus logros". (Portillo Saa, V. 2006). Los especialistas afirman que la "técnica de estudio requiere de una actitud activa, donde quien estudia asuma su protagonismo y supere la pasividad". (Prado, O. y Torres, M. 2006).

Las técnicas de estudio son estrategias, procedimientos o métodos, que se ponen en práctica para adquirir aprendizajes, ayudando a facilitar el proceso de memorización y estudio, para mejorar el rendimiento académico. (Brunet, G. y D. 2005). El aprendizaje puede relacionarse con el manejo de un contenido teórico o el desarrollo de habilidades para dominar una actividad práctica. (Borda, E. & Pinzón, B. 1995).

Es imprescindible conocer que no existe una estrategia de estudio única y milagrosa. Cada persona tiene que aprender a aprender con su propio ritmo y método. Sin embargo, "los estudios realizados en esta área han permitido conocer diferentes técnicas, que al ponerlos en práctica, facilitan considerablemente la aprehensión de conocimientos". (Cutz, G. 2003).

1.8 TÉCNICAS COGNITIVAS Y CONDUCTUALES

Cuando nos referimos al aprendizaje, tenemos primero que basarnos en cada teoría, sobre el mismo, por ejemplo, el Conductismo, el cual indica que el aprendizaje es el resultado de asociaciones entre estímulo y respuesta. El ambiente y no el aprendiz determinan el aprendizaje (E-R); el Cognitivismo, según el cual el aprendizaje es un proceso activo que se da en los individuos según el tipo de información que reciben, que posteriormente es almacenada en la memoria, en la cual se puede influir.

Después de haber mencionado estas definiciones, se puede decir que el aprendizaje es un proceso activo, que se da por la asociación de estímulo – respuesta, en donde el ambiente es el que determina el aprendizaje.

Pavlov clasifica las técnicas cognitivas en:

1.8.1Técnicas Cognitivas

1.8.1.1Técnicas de Observación.

Esto implica, entre otras cosas, atender, fijarse, concentrarse, identificar, buscar y encontrar datos, elementos u objetos que previamente hemos predeterminado. Se pueden utilizar los siguientes materiales:

- Entrevistas
- Cuestionarios

1.8.1.2 Técnicas de Análisis

Analizar es destacar los elementos básicos de una unidad de información. Según la manera de percibir la información que nos llega podemos resaltar diferentes tipos de análisis como:

- Subrayado
- Toma de apuntes
- Gráficos

1.8.1.3Técnicas de Clasificación

Es disponer un conjunto de datos por clases o categorías. Según el trabajo que hacemos con los datos y su correspondencia y apariencia gráfica-visual podemos establecer diferentes formas de clasificación.

- Resumen
- Esquemas
- Lectura comprensiva
- Pre- lectura
- Mapas conceptuales
- Cuadros sinópticos.

1.8.1.4 Técnicas de Memorización

Es el proceso de codificación, almacenamiento y reintegro de un conjunto de datos.

1.8.1.5 Técnicas de Interpretación

Es la atribución de un significado personal a los datos contenidos en la información que se recibe. En el cual se utilizan los siguientes mecanismos:

- Razonar
- Argumentar

- Deducir
- Explicar
- Anticipar.

1.8.1.6 Técnicas de Representación

Es la creación o recreación personal, de hechos, fenómenos o situaciones, ya sea utilizando:

- Gráficos
- Histogramas
- Diagramas
- Estadísticas

1.8.1.7 Técnicas de Evaluación

Es valorar la comparación entre un producto, unos objetivos y un proceso.

1.9 Técnicas Conductuales:

Las técnicas de modificación de conducta sirven como herramientas útiles para crear o mantener conductas en niveles óptimos deseables, o incrementar y reducir una conducta dada, observable, medible y seleccionable.

1.9.1 Reforzamiento positivo: se trata de reforzar un comportamiento meta a fin de aumentar la probabilidad de que se repita. Entregando un reforzador deseable después de que se ha manifestado el comportamiento, lo cual suele incrementar la frecuencia o duración con que se manifiesta en el futuro.

1.9.2 *Modelamiento*: es el aprendizaje mediante la observación e imitación, se utiliza un modelo que ejecute conductas verbales y motoras exactas que se esperan del paciente, mientras éste observa y escucha.

1.9.3 *Contrato de contingencia:* es un acuerdo escrito o verbal, entre dos o más partes, individuos o grupos, en el que se estipula las responsabilidades de las partes en lo que concierne a un aspecto o actividad en particular.

1.9.4 *Economía de fichas:* es una técnica psicológica de modificación de conducta basada del condicionamiento operante, en cual ayuda a reforzar las emisiones de conductas no deseables.

1.9.5 *Reforzamiento diferencial:* es el proceso de reforzar una conducta adecuada en presencia de un estímulo y, al mismo tiempo, no reforzar un comportamiento inapropiado en presencia de otro estimulo.

CONCLUSIONES

El presente capítulo permite evidenciar que los hábitos y técnicas de estudio han sido uno de los factores fundamentales en el bajo rendimiento académico, así como el proceso teórico manifestando las dificultades del transcurso de crear hábitos y técnicas de estudio en los niños.

Se definió que los hábitos son costumbres adquiridas, mientras que las técnicas son procedimientos o métodos para alcanzar un aprendizaje; sin embargo, ambos tienen el mismo fin. Para que el niño adquiera hábitos de estudio tendrá que pasar por una edad evolutiva donde se encuentran las etapas de desarrollos cognitivos según Piaget.

Cuando hablamos de "construcción de los aprendizajes", nos referimos a que el alumno para aprender realiza diferentes conexiones cognitivas que le permiten utilizar operaciones mentales y con la utilización de sus conocimientos previos puede ir armando nuevos aprendizajes. El profesor tiene un rol de mediador en el aprendizaje, debe hacer que el alumno investigue, descubra, compare y comparta sus ideas.

Después de un análisis sobre los procesos que pueden ser utilizados para la formación de hábitos de estudio en los alumnos, se concluye que la aplicación de técnicas que modifiquen la conducta, es la herramienta básica de la obtención del mismo.

CAPÍTULO II

DIAGNÓSTICO

La interpretación de los resultados del estudio exploratorio para diagnosticar los hábitos y métodos de estudio que presentan los alumnos de la Institución Manuel Ramón Balarezo, es el objetivo primordial de esta investigación, en la cual se realizó una observación estructurada, encuestas, la aplicación de un instrumento psicométrico y el estudio del rendimiento académico previo a la elaboración del manual.

DATOS DE IDENTIFICACIÓN DEL ESTABLECIMIENTO

Nombre de la Institución: Unidad Educativa Manuel Ramón Balarezo

Provincia: Azuay

Cantón: Cuenca

Parroquia: Nulti

Dirección: Loma de Capilla

Tipo de Institución: Fiscal

Régimen: Sierra

Modalidad: Presencial

Rectora: Señora Profesora Zaida Rosas

INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

1.1 OBSERVACIONES ESTRUCTURADAS

Ficha de observación

La ficha de observación fue aplicada en la Escuela Manuel Ramón Balarezo, como herramienta de observación directa a 57 estudiantes en un tiempo de 40 minutos (hora de clase). Utilizándose para registrar las principales características referentes al tema. Obteniendo, los resultados de los diferentes aspectos observados para diagnosticar en que hábitos de estudio poner más énfasis.

Aspectos:

- Lleva a cabo actividades propuestas: Los niños al momento de realizar las actividades propuestas lo realizan de manera poco adecuada, porque se presume que la maestra no es clara al dar las actividades.
- Pide información del contenido: Los niños solo se quedan con lo que la maestra les da en la clase.
- Realiza preguntas cuando no entiende un tema: Ciertos niños realizan preguntas, otros prefieren callar y luego preguntar a sus compañeros.
- Toma apuntes de la clase dictada por la maestra: Sí lo realizan a pedido de la maestra, para que el estudiante tenga una guía de estudio.
- Después de realizar una lectura, analiza y subraya las ideas principales: Lo realizan de forma mecánica, sin un análisis respectivo que les ayude a comprender la idea principal.
- Busca información en diversas fuentes: No lo realizan, porque la maestra no solicita temas de investigación, es por esto que los niños solo mantiene lo que la maestra expone en clases.
- Interactúa con los compañeros: Sí, en el momento de realizar actividades grupales dentro del aula.
- Expresa conclusiones sobre las clases dictadas por la profesora: Si la profesora realizan preguntas hacia ellos, responden; de lo contrario, no tienen motivación para realizarlo.
- Tiene un horario de actividades para el día: Sí, tiene un cronograma diario de las actividades.

PROFESORA

- Respeta el ritmo de aprendizaje de los alumnos: Tiene paciencia pero se le hace difícil detener en el aprendizaje grupal cuando un niño no comprende.

- Formula preguntas con claridad, variedad y precisión: Lo realiza luego de la clase, pero a veces son confusas y poco claras.
- Vocabulario fluido y claro: Sí, la maestra, al momento de dar clases, se expresa forma clara.

AULA DE CLASES

- Impresión general del aula: Es pequeña e incómoda para el aprendizaje de los niños.
- Pizarrón apropiado para el nivel: Es adecuado ya que solo se trabaja con marcador, ya no con tiza.
- Los pupitres son adecuados para que el estudiante se acomode a atender: No son tan cómodos, pero los estudiantes logran acomodarse a ellos para atender clases.
- La iluminación de la sala de clases es buena: En el aula hace falta un poco más de iluminación.

Después de la observación realizada a los estudiantes, se concluye que no tienen un desempeño adecuado al realizar las actividades expuestas en el aula de clases, ya que la maestra ha tratado de motivarles en el aprendizaje, pero esto no es suficiente puesto que su lugar de estudio no es adecuado ni cómodo para el aprendizaje.

1.2 ENCUESTAS

Constituye un estudio observacional en el que no se modifica el entorno ni controla el proceso que está en observación. Los datos se obtuvieron a partir de realizar un conjunto de preguntas dirigidas a una muestra representativa de la población estadística en estudio, en este caso formado por estudiantes del establecimiento educativo, con el fin de conocer estados de opinión, características o hechos específicos. Para ello fueron seleccionadas las preguntas más convenientes, de acuerdo con la naturaleza de la investigación.

Mediante la investigación que se realiza se aplica una encuesta a 30 alumnos, siendo ellos los alumnos con un bajo rendimiento académico expuesto por la profesora. Sin

embargo para aplicar el test se lo realiza de manera general a los 57 alumnos en cual se puede verificar la falta de hábitos y técnicas de estudio.

ENCUESTA APLICADA A LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN "MANUEL RAMON BALAREZO".

1.- ¿Le gusta las clases que explica el profesor?

Cuadro 1

Clases impartidas por el profesor

ITEM	N° alumnos	%
SI	24	80%
NO	6	20%
TOTAL	30	100%

GRÁFICO N° 1

Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 1 podemos observar que el 80% de los estudiantes evaluados considera que le gustan las clases impartidas por el profesor, a diferencia del 20% que expresa lo contrario.

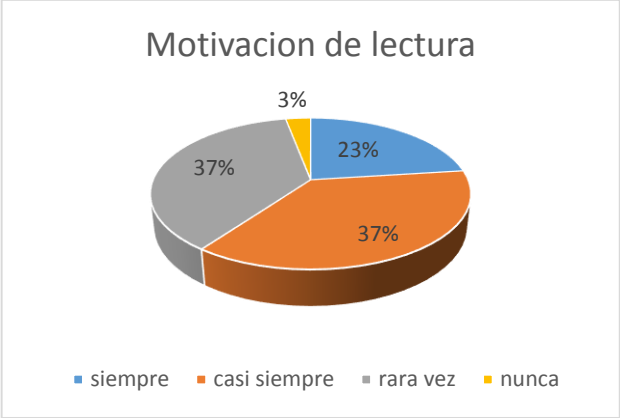
2.- ¿Con qué frecuencia tu maestro/a te motiva para leer?

Cuadro N° 2

Motivación a la lectura

ITEM	N° alumnos	%
Siempre	7	23%
Casi siempre	11	37%
Rara vez	11	37%
Nunca	1	3%
TOTAL	30	100%

GRÁFICO N° 2



Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 2 podemos observar que el 37% de los estudiantes evaluados afirma que su profesor los motiva a leer, de igual manera, otro 37% afirma que su profesor rara vez los motiva a leer; un 23% considera que su profesor siempre los motiva a leer; y un 3% opina que su profesor nunca los motiva a leer. De acuerdo a esto la mayor parte de los estudiantes, específicamente el 60%, considera que su profesor los motiva siempre o casi siempre a leer, mientras que el otro 40% opina lo contrario.

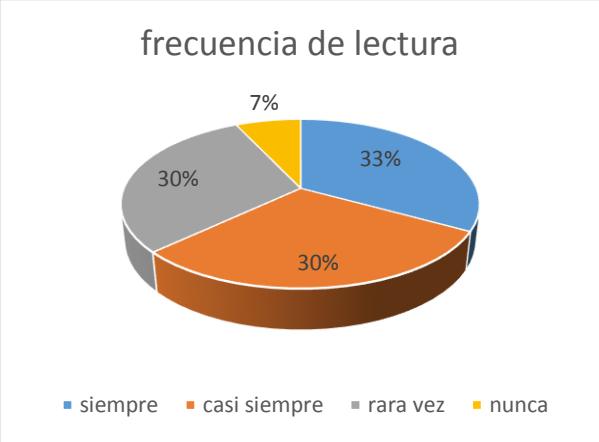
3.- ¿Con qué frecuencia lee?

Cuadro N° 3

Frecuencia de lectura

ITEM	N° alumnos	%
Siempre	10	33%
Casi siempre	9	30%
Rara vez	9	30%
Nunca	2	7%
TOTAL	30	100%

GRÁFICO 3



Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 3 podemos observar que el 33% de los estudiantes evaluados afirma que lee siempre, el 30% asegura que lee casi siempre, mientras que otro 30% indica que rara vez lee y el 7% afirma que nunca lee. De acuerdo a esto la mayor parte de los estudiantes, específicamente el 63% indica que lee con bastante frecuencia; sin embargo un alto porcentaje, 37% asegura que no lo hace.

4.- En tu casa ¿Tienes horario para realizar tus tareas escolares?

Cuadro N° 4

Horario para deberes

ITEM	N°	%
SI	14	47%
NO	16	53%
TOTAL	30	100%

GRÁFICO 4

Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 4 podemos observar que el 47% de los estudiantes evaluados indica tener un horario para realizar sus tareas escolares, sin embargo, el 53% afirma no tener horario para realizar sus deberes. Esto indica que más de la mitad de los estudiantes no cuenta con un horario.

5.- ¿Cuentas con un lugar apropiado dentro de tu casa para realizar tus actividades?

Cuadro N° 5

Lugar adecuado para tareas

ITEM	N°	%
SI	14	48%
NO	16	52%
TOTAL	30	100%

Gráfico 5

Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 5 podemos observar que el 48% de los estudiantes evaluados indica tener un lugar adecuado para realizar sus tareas escolares, sin embargo, el 52% afirma no tener un lugar apropiado para realizar sus deberes. Esto indica que más de la mitad de los estudiantes no cuenta con un lugar apropiado para hacer sus tareas.

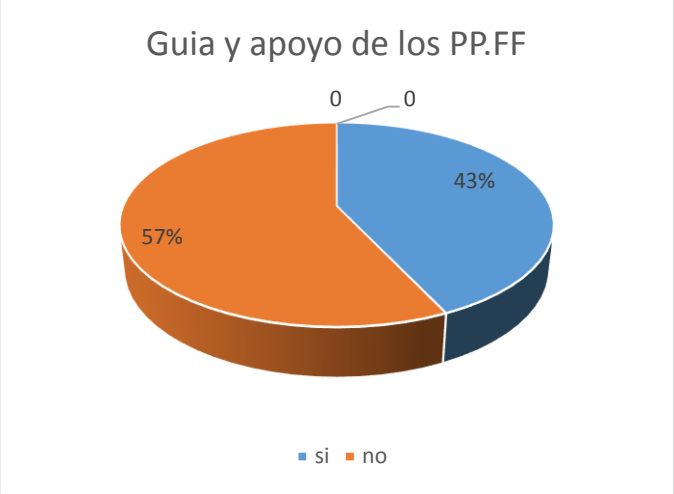
6.- Tus padres ¿te apoyan y guían las tareas encomendadas en la escuela?

Cuadro N° 6

Guía y apoyo de PP.FF

ITEM	N°	%
SI	13	43%
NO	17	57%
TOTAL	30	100%

Gráfico 6



Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 6 podemos observar que el 43% de los estudiantes evaluados cuenta con la ayuda de sus padres al momento de desarrollar las tareas encomendadas por la escuela, sin embargo, más de la mitad de los estudiantes, el 57% indica no contar con el apoyo de sus padres, siendo este un factor perjudicial para el rendimiento académico tomando en cuenta la importancia que desempeñan los padres.

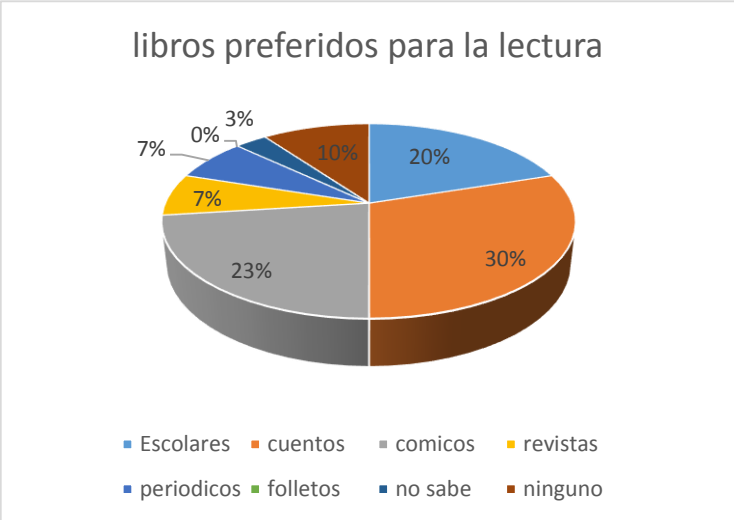
7.- ¿Qué clase de libros prefieres para tu lectura? Marque con una X

CUADRO N° 7

Libros preferidos para la lectura

ITEM	N° aciertos	%
Escolares	6	20%
Cuentos	9	30%
Cómicos	7	23%
Revistas	2	7%
Periódicos	2	7%
Folletos	0	0%
No sabe	1	3%
Ninguno	3	10%
TOTAL	30	100%

Gráfico 7



Análisis e interpretación

De acuerdo a la encuesta realizada, en el gráfico 7 podemos observar que un 30% de los estudiantes evaluados indica que los cuentos son sus libros favoritos para leer, un 23% indica que los cómicos son su lectura preferencial, un 20% señala que prefiere los libros escolares, un 10% afirma que ninguno de los materiales propuestos para la lectura le interesan, un 7% indica que elige los periódicos y otro 7% dice preferir las revistas.

En las clases observadas se pudo constatar que existen ciertas carencias durante las clases, pues no realizan las actividades propuestas de manera correcta (aparentemente por falta de instrucciones claras por parte de las profesoras), gran parte no hace preguntas sobre el tema, la lectura la realizan de forma mecánica, y no existe motivación para investigar más y de otras fuentes. Sin embargo, en los aspectos positivos, se evidenció que la maestra motiva a que los estudiantes tomen notas, existe una buena interacción entre compañeros, por petición de la maestra los estudiantes expresan una conclusión al final de la clase, y tienen un horario para el desarrollo de las actividades.

En cuanto a las encuestas realizadas, se pudo evidenciar que a la gran mayoría (80%) de los estudiantes les gusta las clases impartidas por su profesor; la mayoría (60%) de los estudiantes considera que su profesor los motiva a leer con bastante frecuencia, sin embargo el número que considera lo opuesto (40%) es bastante alto; de igual manera, la mayor parte de estudiantes (63%) lee de forma frecuente, sin embargo, un gran número (37%) lee con muy poca regularidad; en cuanto a su lectura preferencial, la mayoría de estudiantes indica que sus libros favoritos son los cuentos y los cómics; un elevado número de estudiantes (53%) asegura no tener horario para realizar sus tareas escolares, y un 52% afirma no tener un lugar adecuado para realizar sus tareas; finalmente, la mayor parte de los niños (57%) no cuenta con el apoyo de sus padres al momento de realizar sus tareas escolares.

1.3 APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS PSICOMÉTRICOS H.I.E.M

Para llevar a cabo el estudio exploratorio se seleccionó el inventario de hábitos de estudio de Gasperín, De Roberto. Se considera válido el emplear este instrumento en virtud de que su aplicación se realiza en poblaciones con características semejantes en edad, escolaridad y en ambos sexos.

El cuestionario empleado consta de 60 preguntas que contemplan los cinco aspectos (lugar, planificación, atención en la sala de clases, como estudia, actitud general). Los ítems del inventario son adecuados para realizar un diagnóstico de los hábitos de estudio, siendo útiles para examinar y reflexionar con los alumnos acerca de sus hábitos y técnicas particulares de estudio. Las opciones con que se autoevalúan a los alumnos son “SI”, “NO”, “?”.

La muestra es de 57 alumnos. La aplicación del test se llevó a cabo en un tiempo promedio de 25 minutos, en los horarios de las sesiones de tutoría.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Para cada uno de los 5 rubros del cuestionario se determinó, por pregunta, el porcentaje de respuestas que detectan una puntuación extrema en sentido negativo, estableciendo de esta forma los hábitos y técnicas de estudio que se considera que pueden impedir un mejor rendimiento escolar.

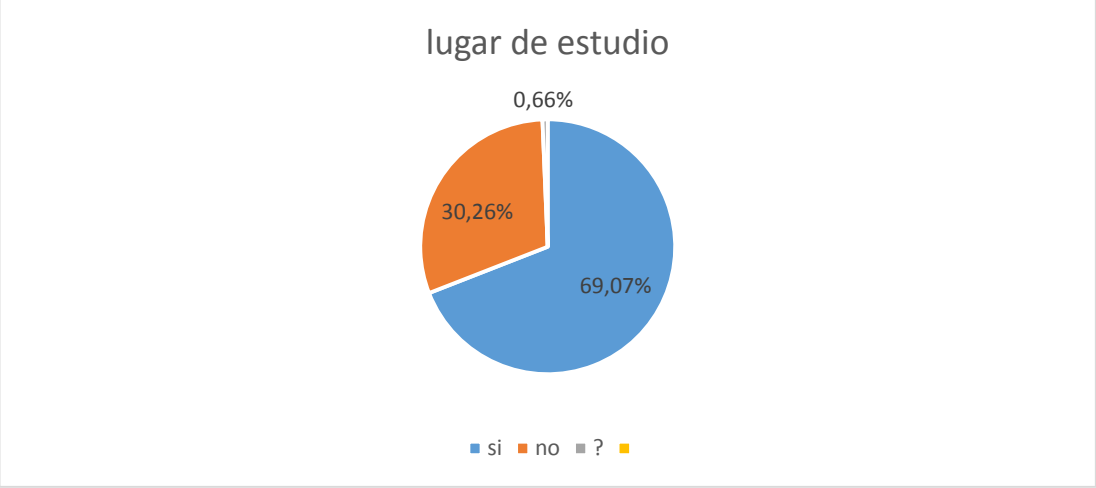
¿Tiene un lugar adecuado para estudiar?

Cuadro 8

Lugar de estudio

ITEM	N° Respuestas	%
SI	315	69.08%
NO	138	30.26%
?	3	0.66%
TOTAL	456	100%

GRAFICO 8



Análisis e interpretación

Según el test aplicado, en el gráfico 8 podemos observar que el lugar de estudio de los evaluados cumple en un 69,08% con los indicadores de un lugar adecuado, lo que incluye trabajar siempre en el mismo lugar, sin distractores, con buena iluminación, ordenado, cómodo y con todos los materiales al alcance. El índice de cumplimiento es bueno, sin embargo no es lo ideal y esto puede ser un factor perjudicial para su

desempeño escolar. Vale señalar que un 0,66% (3 preguntas) son dejadas sin responder.

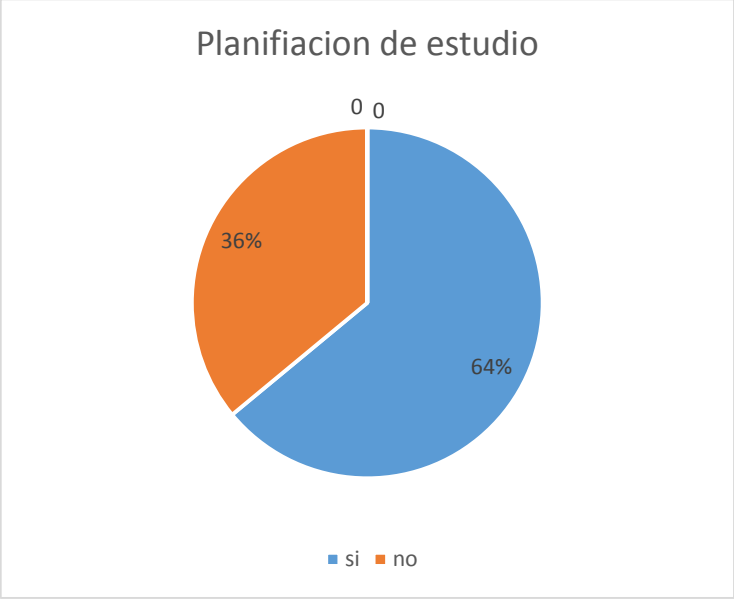
¿Usted planifica sus actividades para estudiar?

Planificación de estudio

Cuadro 9

ITEM	N°	%
SI	257	64,41%
NO	142	35,59%
TOTAL	399	100%

Gráfico 9



Análisis e interpretación

Según el test aplicado, en el gráfico 9 podemos observar que existe un nivel de planificación de las actividades escolares por parte de los estudiante del 64,41%; el índice de cumplimiento tiende a bajo, lo que puede repercutir negativamente en su aprendizaje y desempeño escolar.

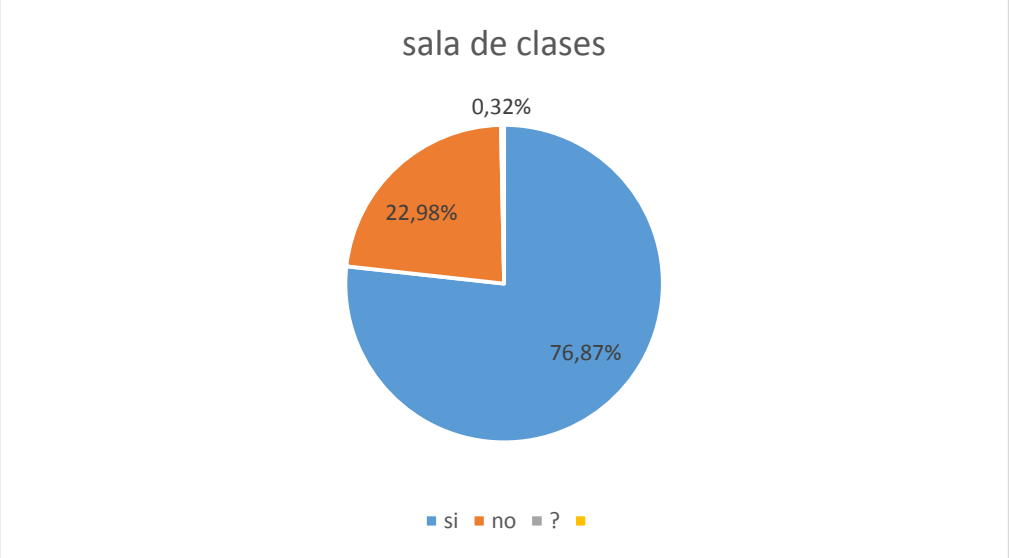
¿Usted se concentra en las horas de clases?

Atención en la sala de clases

Cuadro 10

ITEM	N°	%
SI	482	76,87%
NO	144	22,97%
?	1	0,16%
TOTAL	627	100%

Gráfico 10



Análisis e interpretación

Según el test aplicado, en el gráfico 10 podemos observar que el nivel de concentración en clase por parte de los estudiantes es del 76,87%, lo que incluye mirar al profesor durante la explicación, preguntar si no se entiende algo, participar en clase, tomar apuntes, mantener las asignaturas ordenadas, y anotar las tareas encomendadas; el nivel de cumplimiento es bueno sin embargo se puede trabajar en él para mejorarlo. Vale señalar que un 0,32% (1 pregunta) es dejada sin responder.

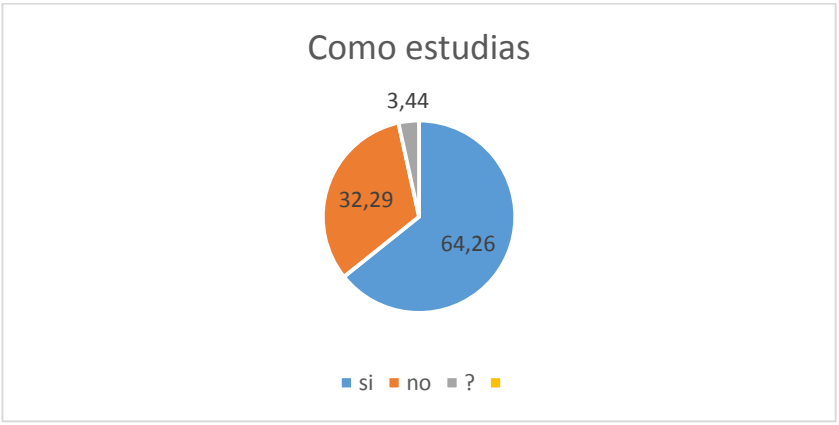
¿Usted estudia a conciencia?

Cuadro 11

Como estudias

ITEM	N°	%
SI	989	64,26%
NO	497	32,29%
¿?	53	3,45%
TOTAL	1539	100%

Gráfico 11



Análisis e interpretación

Según el test aplicado, en el gráfico 11 podemos observar que el nivel de estudio a conciencia por parte de los estudiantes evaluados es del 64,26%, lo que incluye realizar una lectura rápida previa, apoyarse en los apuntes tomados, identificar y subrayar ideas principales, realizar una síntesis del tema, utilizar diferentes técnicas de estudio, relacionar los aprendizajes actuales con los anteriores, utilizar herramientas para despejar dudas de lo que no se comprende, pedir ayuda a maestros o compañeros y mantener los materiales y tareas escolares al día. El nivel de cumplimiento tiene a bajo por lo que resulta necesario trabajar en esta área. Vale señalar que un 3,45% (54 preguntas) son dejadas sin responder.

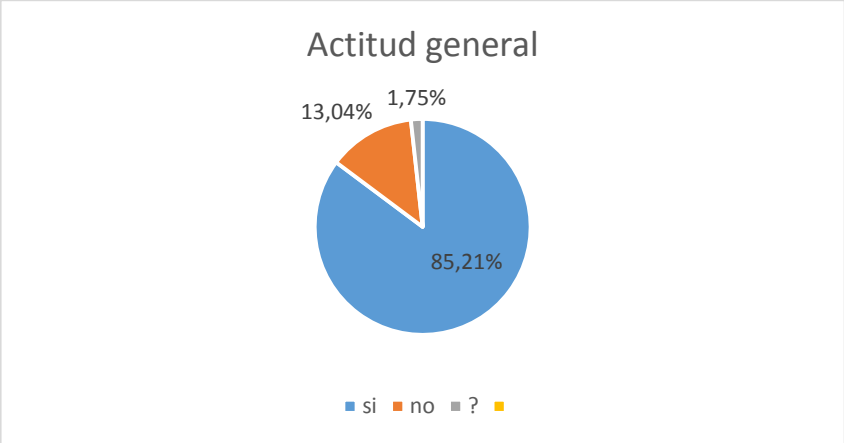
¿Tiene una meta en su futuro?

Actitud general

Cuadro 12

ITEM	N°	%
SI	340	85,21%
NO	52	13,04%
?	7	1.75%
TOTAL	399	100%

Gráfico 12



Análisis e interpretación

Según el test aplicado, en el gráfico 12 podemos observar que el nivel de actitud positiva general hacia el estudio por parte de los estudiantes evaluados es del 85,21%, lo que incluye tener claro la importancia del estudio, dar su mayor esfuerzo, mantenerse al día en sus tareas, y estudiar con la finalidad de aprender y no solo de aprobar. El nivel de cumplimiento es alto por lo que considera que los estudiantes se encuentran bastante bien en esta área. Vale señalar que un 1,75% (7 preguntas) son dejadas sin responder.

Después del test aplicado, se concluye que el índice de cumplimiento por parte de los estudiantes de los indicadores de buenos hábitos y técnicas de estudio tiende a bajo y es necesario trabajar en ellos. En cuanto al lugar de estudio existe un nivel de cumplimiento del 69,08%; en lo que refiere a la planificación de las actividades existe un índice de cumplimiento del 64,41%; en lo que respecta a al nivel de concentración,

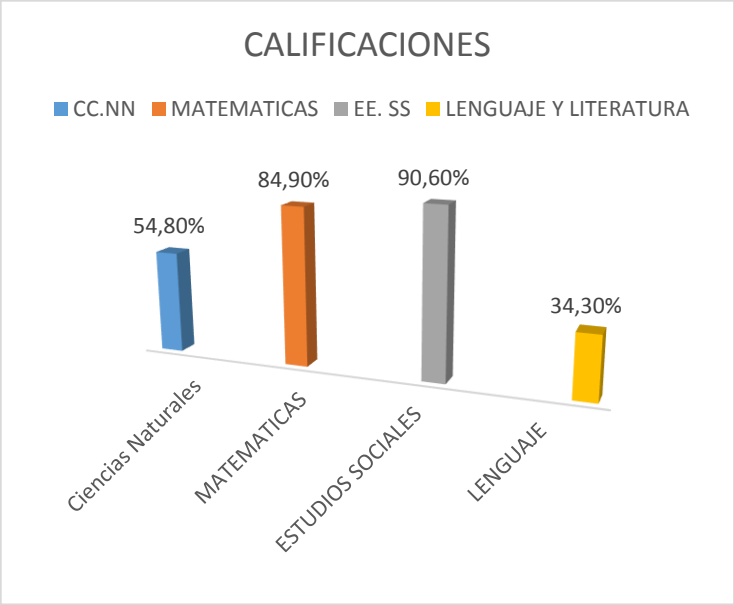
existe un nivel de cumplimento del 76,87%; en cuanto al nivel de estudio a conciencia hay un índice de cumplimiento del 64,26%; y finalmente existe un nivel de actitud general positiva de un 85,21%.

2.4 RENDIMIENTO ACADÉMICO PREVIO A LA APLICACIÓN DEL MANUAL A LOS 57 ESTUDIANTES

CUADRO 13

ITEM	Promedio	%
Ciencias Naturales	5.48	54.8%
Estudios Sociales	9.68	90.6%
Matemáticas	8.49	84.9%
Lenguaje	3.43	34.3%

Gráfico 13



Al establecer un análisis del gráfico N°13 del promedio general de 6to y 7mo grado sobre el rendimiento académico en las cuatro materias básicas: Lenguaje, Matemáticas, Estudios Sociales y Ciencias Naturales, indican que los estudiantes poseen un bajo rendimiento académico en las asignaturas de Lenguaje (34.30%),

Ciencias Naturales (54.80%), siendo estas las áreas en la que trabajaremos, con las diferentes técnicas para su recuperación pedagógica.

Después de haber realizado un análisis general, mediante la aplicación de los diferentes instrumentos se concluye que:

En el análisis realizado a los estudiantes se observa que la profesora respeta el ritmo del aprendizaje de los estudiantes, sin embargo los estudiantes no tienen un desempeño adecuado para realizar actividades propuestas, manifestándose que carecen de un espacio apropiado para su aprendizaje.

Después de haber cotejado las encuestas aplicadas a los estudiantes, se determina que los alumnos tienen formas inadecuadas de estudiar, siendo este el factor perjudica el rendimiento académico.

En lo que respecta a la aplicación del cuestionario, se concluyó que los estudiantes no realizan una planificación adecuada dando mal uso del material didáctico.

En el análisis de la calificaciones dadas por las profesoras sobre rendimiento académico de los estudiantes de 6to y 7mo año de educación básica, muestran bajas calificaciones en las áreas de Lenguaje y Ciencias Naturales, razón por la cual se realizará una recuperación pedagógica.

CAPÍTULO III

MANUAL DE HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO

Este manual puede ser utilizado, tanto por el tutor/a para cambiar y/o mejorar los hábitos y técnicas de estudio de sus alumnos/as, como por los propios alumnos/as, a modo de guía individual

INTRODUCCIÓN

¿Sientes que estudiaste mucho y, aun así, te fue mal en la prueba? ¿Sientes que el tiempo no te alcanza para hacer todo lo que te piden en la escuela? ¿Te cuesta encontrar una técnica para estudiar mejor?

Si más de alguna vez te has hecho estas preguntas, y la respuesta a estas es ¡SÍ!, este manual te ayudará a mejorar tu forma de estudiar, aplicando ciertas técnicas.

Sugerimos procesos que ayudaran a sondear y a evaluar múltiples perspectivas del estudio. Hay muchos alumnos que no hacen cosas tan sencillas como subrayar sus libros o sus apuntes; generalmente son aquellos que tienen una insuficiente motivación para estudiar.

Para cada estudiante es muy importante el rol que tiene la familia. Esta deberá proveerte de un ambiente caluroso y unido, con una interacción afectiva y una buena comunicación. Por lo tanto, son los padres de familia, los guías y mediadores en el desarrollo de hábitos de estudio, que te conducirán a organizar mejor tú tiempo en el hogar, favoreciendo así la calidad de tus aprendizajes y logros académicos.

OBJETIVOS

La aplicación de estos métodos abren las puertas para:

1) Aprender a planear y organizar mejor el tiempo y las actividades de estudio.

2) Detectar y corregir a tiempo malos hábitos para el rendimiento académico.

3) Utilizar herramientas necesarias para mejorar la calidad de los aprendizajes.

1.-Hábitos de estudio

1.2Lugar de estudio

Debe incluir:

- Mesa y silla
- Buena iluminación (natural en lo posible)
- Sin distractores (TV, computador, radio, celular, adornos)
- Tener materiales necesarios (lápiz, borrador, cuaderno, libros)

Observación:……
……
……
……
…….

1.3 HORARIO APROPIADO DE ESTUDIO

Es recomendable organizar las actividades diarias del alumno al llegar a casa después del colegio, siguiendo aproximadamente la siguiente secuencia:

1° Descanso: alrededor de media hora

2° Estudio: Comenzar y terminar su tarea en este lapso.

3° Recreación: Jugar, salir, TV, computador, etc.

Conviene dar permiso para otras actividades, solo después de realizar sus tareas.

Lo ideal es enseñar al alumno a ESTUDIAR A LA MISMA HORA Y EN EL MISMO LUGAR

Observación:……
……
……
……
…….

1.4 ACTIVIDADES A REALIZAR DIARIAMENTE EN LA HORA DE ESTUDIO

- ✓ Revisa la agenda:
- ✓ Ver si hay tareas o comunicados.
- ✓ Revisa el horario, cuadernos y libros.
- ✓ Detecta materias atrasadas o trabajos por hacer.
- ✓ Realiza tareas y trabajos, estudiar para pruebas.
- ✓ Haz la mochila para el otro día, según horario.

Observación:……
……
……
……
……

1.5 ALIMENTACION

Diariamente, luego de regresar de la escuela, dedica aproximadamente una hora para descansar y alimentarte adecuadamente (cantidad y calidad nutritiva), para tener energías al realizar las tareas.

Observación:……
……
……
……
……

1.5 PLANIFICACION

- ✓ Horario adecuado la estudiar
- ✓ Realiza un plan de trabajo
- ✓ Evita interrupciones
- ✓ Asegúrate de terminar tareas expuestas.

	nunca	a veces	con frecuencia	casi siempre
Actuar conversaciones preescritas				
Estudiar la gramática, ver reglas de gramática y practicar estructuras				
Trabajar en grupos pequeños para realizar diferentes tareas				
Memorizar y recitar				
Escribir y presentar mini dramas de tu propia creación				
Otros _____				

Observación:……

……

……

……

2.-Técnicas de estudio

Lectura Rápida

Este primer paso es para obtener una visión global del contenido, del libro o capítulo que se va a estudiar.

Ejemplo:

El perro deportista

Nos regalaron un perro al que no le gustaba correr, y de tanto comer y comer un buen día no se pudo ni mover. Quizás, era porque nos veía apoltronados en el sillón

Así que el veterinario nos recomendó hacer ejercicio, y no un ratito, sino a diario.

Ahora es un deportista que tiene a todo el vecindario entusiasmado, porque piensan que es todo un artista.

Nos regalaron un perro al que no le gustaba correr pero desde que lo descubrió está más sano y mucho mejor.

2.1 Lectura Comprensiva

El caballo marino suele aparecer en las playas en busca de la hembra.
A veces ha caído en las redes de algún pescador.
Según cuenta quien lo ha visto, el pelo es negro, la cola es larga y con ella barre el suelo.
Cuando sale a la arena, anda como los otros caballos y puede recorrer en un día muchos kilómetros.
Conviene no bañarlo en el río, pues en cuanto ve el agua, se aleja y desaparece.

Ejemplo:

1.- ¿Dónde aparece el caballo marino?

(En los ríos – En las playas – En las montañas)

2.- ¿Qué busca en las playas?

(A otros caballos – Darse un paseo – A las hembras)

3.- ¿Cómo ha sido capturado?

(Acechándolos – Al caer en las redes – Al bañarse en el río)

4.- ¿Por qué no es conveniente bañarlo en los ríos?

(Porque se escapa – Porque se puede morir – Porque no le gusta)

5.- El título de esta lectura podría ser:

Observaciones……
……
……
……

2.2 Subrayado

- ✓ Después de la lectura rápida, leer detenidamente cada párrafo y separar la información relevante.
- ✓ Se subraya luego de una tercera lectura realizada.
- ✓ Ayuda a separar ideas y conceptos esenciales

- ✓ Se subraya debajo de las palabras o frases, con diferentes colores (lápiz, resaltador).
- ✓ Esto facilita la atención, favorece la concentración y facilita el repaso, e incrementa el rendimiento.

1. Ejemplo de subrayado

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.

2. A continuación te propongo dos textos el cuál debes leer correctamente y usa la técnica de subrayado.

EL PAPEL Y LA TINTA

Estaba una hoja de papel sobre una mesa, junto a otras hojas iguales a ella, cuando una pluma, bañada en negrísima tinta, la mancho llenándola de palabras.

¿No podrías haberme ahorrado esta humillación? Dijo enojada la hoja de papel a la tinta. Tu negro infernal me ha arruinado para siempre.

No te he ensuciado. Repuso la tinta. Te he vestido de palabras. Desde ahora ya no eres una hoja de papel, sino un mensaje. Custodias el pensamiento del hombre. Te has convertido en algo precioso.

En efecto, ordenando el despacho, alguien vio aquellas hojas esparcidas y las junto para arrojarlas al fuego. Pero reparo en la hoja "sucia" de tinta y la devolvió a su lugar porque llevaba, bien visible, el mensaje de la palabra. Luego, arrojo las demás al fuego.

Escribe las ideas principales del texto

……
……
……
……
……

Escribe un texto con las ideas anteriores para que te haga más fácil de entender.

……
……
……
……

Ejemplo 2

LEALTAD A UN HERMANO

Uno de dos hermanos que combatían en la misma compañía, en Francia, cayó abatido por una bala alemana. El que escapó pidió autorización a su oficial para recobrar a su hermano.

Tal vez esté muerto -dijo el oficial-, y no tiene sentido que arriesgues tu vida para traer el cadáver.

Pero ante sus súplicas el oficial accedió. Cuando el soldado regresó a las líneas con su hermano sobre los hombros, el herido falleció.

-¿Ves? -dijo el oficial-. Arriesgaste la vida por nada.

-No -respondió Tom-. Hice lo que él esperaba de mí, y obtuve mi recompensa. Cuando me acerqué y lo alcé en brazos, me dijo: "Tom, sabía que vendrías, presentía que vendrías".

Y de eso se trata, en síntesis: alguien espera un acto bello, noble y abnegado de nosotros; alguien espera que seamos fieles.

Walter MacPeek

Escribe las ideas principales del texto

……
……
……
……

Escribe un texto con las ideas anteriores para que te haga más fácil de entender.

……
……
……
……

A partir de hoy todas las lecciones que estudies has de subrayarlas y, aún más, buscarás las palabras claves de cada párrafo.

Observación:……
……
……
……
…….

2 Resúmenes

Es una técnica de estudio que consiste en redactar brevemente utilizando las ideas principales para entender el texto. Al igual que la técnica de subrayar facilita la comprensión y memorización de un texto, favoreciendo al aprendizaje rápido de textos largos.

¿Cómo hacer un buen resumen?

- Primero, realiza una lectura de exploración, que ayude a centrarse en la idea principal.
- Segundo, lee en forma detenida el texto y subraya las ideas principales.

- Tercero, después de subrayar escribe el resumen utilizando ideas principales.
- Por último, recorta y pégale junto al tema.

Un buen resumen debe cumplir estas condiciones:

- Debe ser breve y comprensible.
- Debe incluir lo más importante del tema

A continuación un ejemplo de este tema

Nuestra estrella favorita

El Sol, como ya sabrás, **es una estrella**. **Está** ahí, **en el corazón de** nuestra galaxia (que se llama **Vía Láctea**) desde hace millones de años. **Su fuerza de gravedad** es tan grande que **hace girar a su alrededor a varios planetas con sus respectivos satélites, asteroides, cometas, meteoros y polvo interestelar**.

Es de un tamaño mil veces más grande que todos los planetas juntos, pero a pesar de ello, como estrella no se destaca. **Es** apenas una estrella **de tamaño mediano** y hay otras que llegan a ser mil veces más brillantes.

Esta inmensa bola incandescente **alcanza**, en su parte central, **temperaturas de hasta 15 millones de grados centígrados**. Allí **se producen** permanentes **explosiones termonucleares que liberan** enormes cantidades de **energía al exterior**.

Resumen

El Sol es una estrella. Está en el corazón de la Vía Láctea. Hace girar a su alrededor varios planetas y otros elementos espaciales. Es una estrella de tamaño mediano. Alcanza temperaturas de hasta 15 millones de grados centígrados, y se producen explosiones termonucleares que liberan energía al exterior.

Ejemplo 1 Ahora realiza un resumen con esta lectura.

CAUSAS DEL FRACASO ESCOLAR

Muchas son las causas que pueden originar un fracaso escolar. Las más reseñables son los trastornos de aprendizaje y los trastornos emocionales. Las cifras varían según los diferentes estudios, pero son aproximadamente las siguientes: Sólo un 2% se debe a factores intelectuales. Alrededor de un 29% de fracaso se debe tanto a trastornos de aprendizajes, entre los que destaca, por su importancia, la dislexia. Aproximadamente, la misma proporción se debe a factores emocionales de todo tipo y un preocupante 10 % lo ocupa, en este momento, el trastorno más estudiado en España en psicología infantil en los últimos años: TDAH, o trastorno de déficit de atención con hiperactividad.

Realiza un breve resumen de esta lectura.

……
……
……
……

Ejemplo 2

La paz se construye

Ni la paz ni la guerra están en nuestra naturaleza humana. La primera es producto de nuestra voluntad y la segunda, producto de nuestra incapacidad para resolver conflictos; también es una expresión de nuestra barbarie, cualquiera que sea el motivo que encontremos para justificarla.

El hecho de que la paz no esté en nuestra naturaleza y que compromete nuestra voluntad implica que debemos esforzarnos para encontrar caminos no violentos que nos conduzcan al entendimiento mutuo.

Debemos oponer la paz a la guerra. Recuerden que la guerra es la situación en la que se pisotean con mayor brutalidad los derechos humanos, donde se pierde el derecho supremo y básico, que es el de la vida; donde se ven seriamente amenazadas la integridad y la dignidad humanas, así como la libertad en todas

sus expresiones.
Para alcanzar la paz no es necesario que todos pensemos igual, que debamos ser sumisos o carecer de voluntad propia. En realidad, ni siquiera es necesario que apreciemos al otro.

La paz implica un esfuerzo, una energía vital que nos lleva a contener las respuestas violentas y a evitar que surjan; nos obliga a ser creativos en la búsqueda conjunta de soluciones; nos exige sacar lo mejor de cada uno para ponernos en el lugar del otro, tratar de sentir lo que el otro siente para hacerle saber lo que nosotros queremos y sentimos.

Algunas de las herramientas más efectivas para construir la paz son la tolerancia, la escucha viva, el rechazo sistemático a la violencia y sobre todas las cosas, nuestro sentido ético.

Realiza un breve resumen de esta lectura.

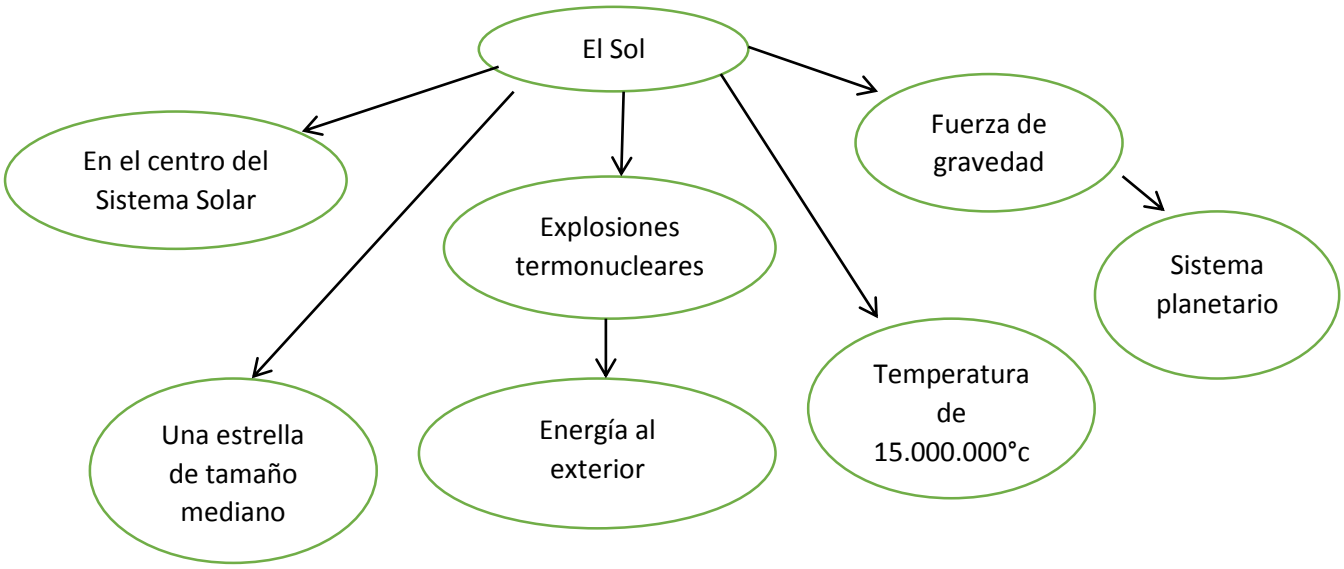
……
……
……
……

Observación:……
……
……

3 Esquemas:

- Son ordenadores gráficos que permiten ordenar, en niveles de importancia o niveles jerárquicos, los contenidos de un tema.
- Realiza desglose de ideas secundarias a partir de una idea principal.
- Permite la estructuración del aprendizaje más rápido
- Existen los esquemas tipo: llave, ramificado, numérico, con letras y mixtos (números y letras).

Se presenta un esquema, como ejemplo:



Ejemplo 1

Clasificación de la historia

Para su estudio, la historia se divide tradicionalmente en las siguientes épocas:

Edad antigua, abarca desde de la escritura hasta la caída del Imperio Romano.

Edad media, llega desde el siglo V hasta la toma de Constantinopla por los turcos en año 1.453.

Edad moderna, abarca desde el siglo XV (año 1453) hasta la revolución Francesa del año 1.789.

Edad Contemporáneo, comprende desde el siglo XIX hasta nuestros días.

1.1 Ahora para practicar realizar mediante este texto un esquema con llaves:

Ejemplo 2

Movimientos migratorios

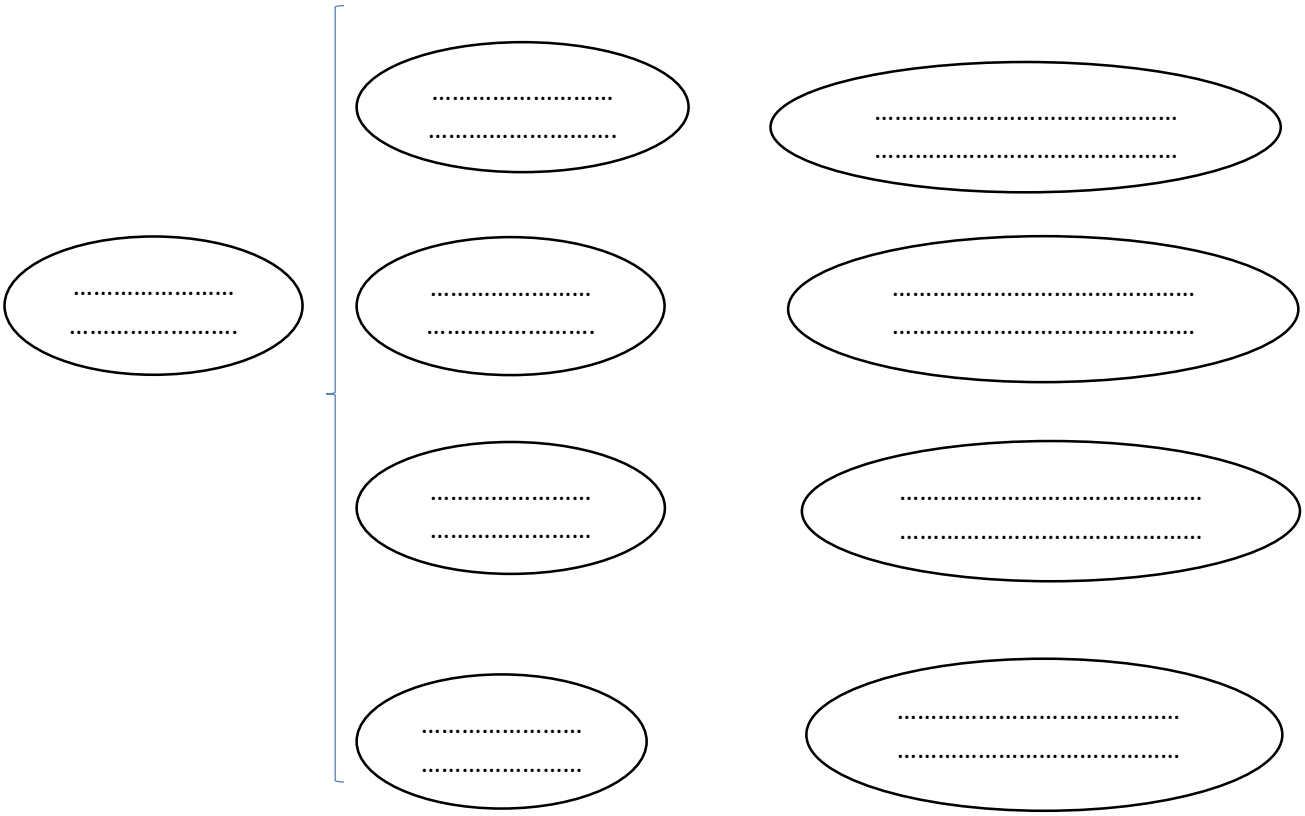
Los movimientos se clasifican en:

Migración interior que se producen dentro desde el mismo país. Entre ellas que se destacan la que se realiza del campo a la ciudad.

Migraciones exteriores que se proceden desde un país a otro, pueden ser continentales (dentro de un mismo continente) o intercontinental (de un continente a otro).

Migraciones estacionales la población cambia de lugar de residencia solo durante una parte del años por motivos laborales o vacacionales.

2.2 Ahora para practicar realizar mediante este texto un esquema con mudo.



Observación:……
……
……
……
…….

4 Cuadros comparativos:

- Este organizador gráfico nos ayuda a resumir y comparar información
- Reduce un tema largo en corto
- Son comparables entre sí en varios aspectos.
- Más claridad en el tema de estudio

A continuación se presenta un cuadro comparativo como ejemplo a considerar:

Animales vertebrados	Animales invertebrados
Mamíferos	Artrópodos
Reptiles	Moluscos
Aves	Equinodermos
Peces	

Ejemplo 4.1

Clasificación de las plantas

La clasificación de las plantas se realiza de acuerdo con la presencia, ausencia y forma de órganos fundamentales, como raíces, tallos, hojas, flores y frutos, o de acuerdo con la presencia de uno o dos cotiledones en la germinación de la semilla. Esta clasificación basada en las estructuras morfológicas y características particulares de cada planta permite identificarlas hasta el nivel de especie.

Las plantas se clasifican en: plantas sin flor y plantas con flor.

Plantas sin flor: son aquéllas que no producen flor, por ejemplo, helechos, colas de caballo, musgos, pinos, abetos y cipreses (se dividen en briofitas, pteridofitas y gimnospermas).

Plantas con flor: son aquéllas con flores complejas que suelen ser llamativas, las semillas están recubiertas por un fruto que las protege. De ellas se obtiene un gran número de materias primas y productos naturales. Por ejemplo, encinos, manzanos, orquídeas (se llaman angiospermas).

Plantas con flor	Plantas sin flor

Observación:……
……
……
……
…….

5 Sistema de fichaje

Este consiste en una técnica para clasificar y sintetizar información relevante, que debe presentar las siguientes características:

• Debe contener información específica y acotada.

• Debe tener orden de tipo temporal, causal o que apunte desde lo general a lo particular.

• Debe ser claro visualmente, cuidando el formato de la letra, el orden y presentación de la información.

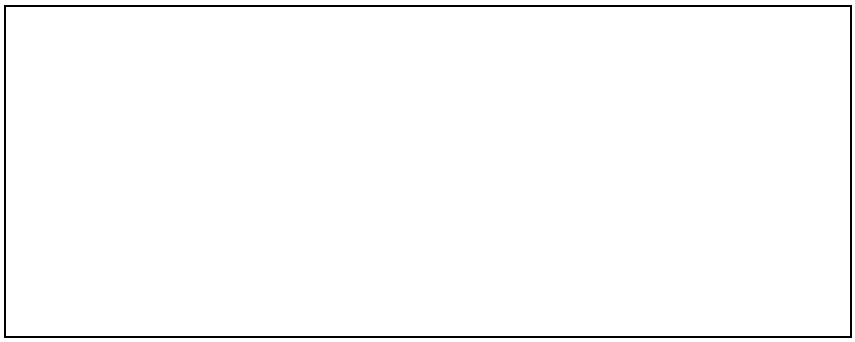
Existen 2 tipos de fichas

• Ficha Vocabulario: sirve para sintetizar diversos conceptos, incorporando sólo aquellos aspectos que sean claves para su definición y comprensión. Útil al momento de enfrentar conceptos nuevos o de difícil manejo, y que es preciso memorizar. Se deben ordenar las fichas en orden alfabético.

Ficha vocabulario N°
Palabra: PERSEVERANCIA
Definición: constancia, firmeza o tesón en la realización de algo
Sinónimos: insistencia, empeño, tenacidad, persistencia
Antónimos: dejadez, inconstancia
Por ej.: Los alumnos perseverantes logran sus metas

Realizar la ficha mediante el ejemplo anterior

Ficha vocabulario N°
Palabra: compañerismo



Observación:……
……
……
……
…….

Ficha Bibliográfica: utilizada para organizar información referente a libros, revistas o material impreso. Útil para obtener una idea general de cada publicación en cuanto a materia tratada y autor. También se recomienda ordenar por orden alfabético.

Ficha bibliográfica N°

• Titulo: Papelucho y mi Hermana Ji

• Autor (es): Marcela Paz

• Año: 1964

• Género: Infantil

• Resumen: Las aventuras de Papelucho y su hermana, quien resulta ser más inquieta y vivaz que él. Entre otras cosas Ji tiene la costumbre de desaparecer y el único que la puede encontrar es Papelucho, quien es capaz de ponerse en el lugar de su hermana y pensar como ella.

Realizar la ficha mediante el ejemplo anterior

Ficha bibliográfica N°
• Titulo:
• Autor (es):
• Año:
• Género:
• Resumen:

Observación:……
……
……
……
…….

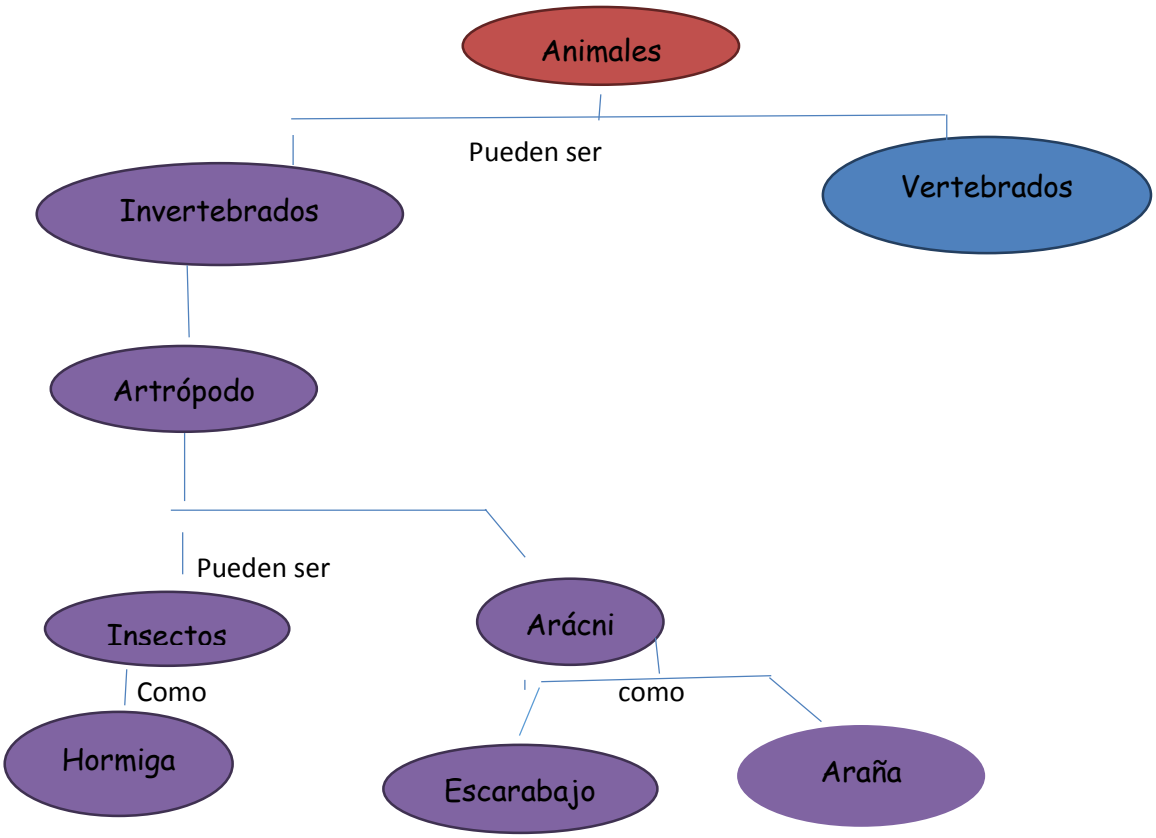
6 Mapas conceptuales

Es una técnica que tiene por objeto representar relaciones significativas entre dos o más conceptos o términos unidos por palabras para formar una unidad semántica.

Características ventajosas de los mapas:

- ✓ Dirigen la atención sobre un número de ideas importantes en las que debe concentrarse el aprendizaje.
- ✓ Pueden hacer las veces de "mapa de carreteras" donde se muestran algunos de los caminos que se pueden seguir para conectar los significados de los conceptos.
- ✓ Proporcionan un resumen esquemático y ordenado de todo lo aprendido, facilitando la comprensión, el aprendizaje y el recuerdo.

- ✓ Son jerárquicos, es decir, los conceptos más generales van situados en la parte superior del mapa y los conceptos progresivamente más específicos, en la inferior.

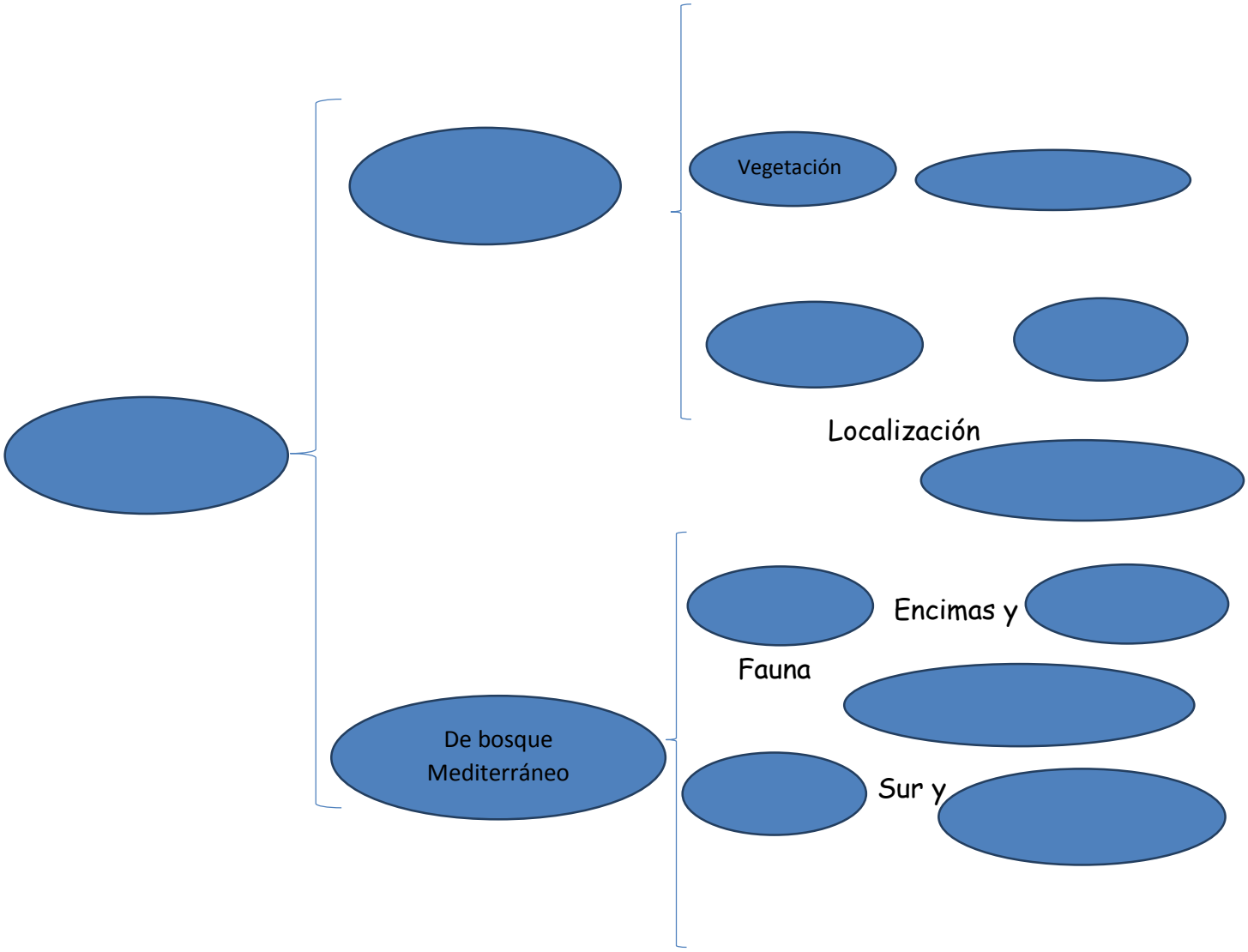


Realicen el ejerció mediante la lectura

Ecosistemas peninsulares

De la alta montaña; se encuentra situados en las cordilleras más alta de la península Ibérica, a partir de 1.200m. La vegetación más típica es el pino negro y los bosques de abetos. La fauna está representada por la perdiz naval y el quebrantahuesos.

De bosque mediterráneo, se encuentra este ecosistema entre el sur y el oeste peninsular. En la vegetación predomina el encima, el alcornoque y el monte bajo con romero y aulagas. Entre los animales más representativos de este ecosistema podemos mencionas a la gineta, la liebre, y el águila imperial.



Observación:……
……
……

7 Mapas mentales

Es una estrategia que consiste en la representación gráfica de conceptos organizados en un todo, formado por imágenes, líneas, palabras, símbolos, colores, que permiten comprender y memorizar la información que representan.

Pasos para elaborar un mapa mental:

1. Utiliza hoja blanca en sentido horizontal y ubica en el centro el tema o concepto que quieres desarrollar.

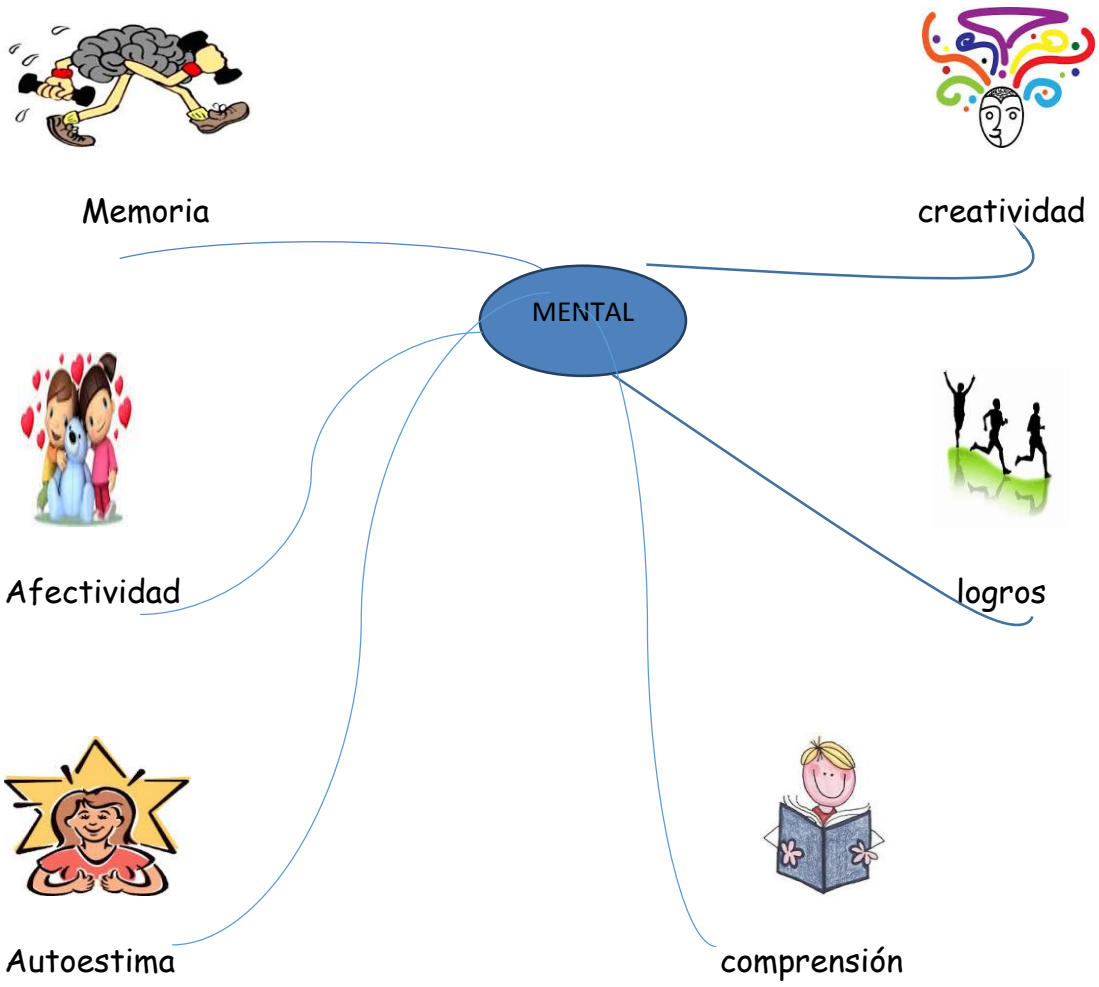
2. En torno al centro se despliegan en ramas el resto de los conceptos que dependen de la idea central o se relacionan con ella (ideas secundarias)

3. El mapa se comienza a elaborar en el sentido de las agujas del reloj.

4. Para cada idea secundaria se usan líneas y flechas de distinto color

5. Usar símbolos, imágenes que representen visualmente la idea. Las palabras que sean mínimas, sólo sustantivos, adjetivos o verbos y se escriben sobre las líneas. Se usa letra clara en diferentes formas y tamaños.

Ejemplo de mapa mental:



8.1 Realizar un mapa mental sobre partes de tu cuerpo

Realizar un mapa mental sobre las materias que tienes en clases.

7 TÉCNICAS DE ESTUDIO POR DEPARTAMENTOS

7.1 DEPARTAMENTO DE CIENCIAS.-

Método	Técnicas auxiliares
- Reunir y ordenar todo el material disponible: apuntes, guías, textos, presentaciones (Power Point). - Tener plena claridad de los objetivos de la unidad de aprendizaje en estudio. - Revisar los apuntes tomados durante la clase. - Contrastar y complementar los apuntes con el material de apoyo con que dispone el alumno(a). - Anotar dudas para ser consultadas al Profesor respectivo. Repaso frecuente de la materia 	Lectura comprensiva, subrayar las ideas más importantes del texto. Elaborar una síntesis de los apuntes y material complementario de apoyo bibliográfico. Elaborar ordenadores gráficos: - Mapas conceptuales - Cuadros comparativos - Uso de imágenes fijas y animadas, en la elaboración de diapositivas Elaborar un glosario de todos los términos desconocidos que aparecen en los textos de estudio. Elaborar preguntas, para comprender mejor el

	texto leído. Su ejercicio llega a desarrollar una actitud crítica muy útil, junto con la capacidad de inferir, de gran importancia en el conocimiento científico.

Observación:……
……
……
……
…….

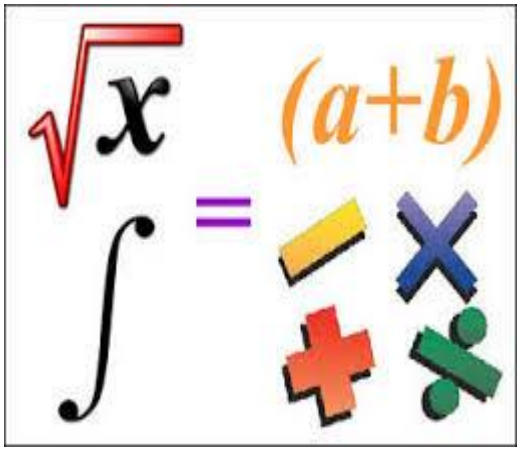
7.2 DEPARTAMENTO DE HISTORIA Y CS. SOCIALES.-

Métodos	Técnicas auxiliares
- Reunir el material disponible para estudiar. - Disponer con anticipación del temario dado por el profesor. – Jerarquizar el temario: Temas Subtemas Según complejidad - Pre leer la información. Lectura comprensiva de la información. Repaso frecuente de la materia	Pre leer: - Subrayado simple - Uso de diccionario de significados - Uso de técnica de lectura comprensiva Elaborar ordenadores gráficos: - Mapas conceptuales - Cuadros comparativos - Líneas de Tiempo

	- Esquemas (según sus características) - Apoyo con material visual (uso de presentaciones Power Point, recortes, imágenes de internet o libros, etc.) Elaborar Glosario de todos los términos desconocidos que aparecen en los textos de estudio. Elaborar preguntas, para comprender mejor el texto leído a través de cuestionarios de preguntas y respuestas. Estudio en grupo con monitores (aprendizaje colaborativo)

Observación:……
……
……
……
……

7.3 DEPARTAMENTO DE MATEMÁTICAS

Métodos	Técnicas auxiliares
- Reunir y ordenar todo el material disponible (textos, guías, calculadora, etc.) - Revisar contenido y títulos. - Revisar propiedades, conceptos, etc. - Hacer un resumen y memorizar contenidos importantes. - Revisar los ejemplos del profesor. - Resolver ejercicios tipo. - Buscar nuevos ejercicios. 	Durante el estudio: Trabajar de manera ordenada, comenzando por ejercicios de menor dificultad. Tratar de realizar la guía completa, dejando dudas para la clase. Responder los problemas de manera completa, no sólo el resultado. Elaborar ordenadores gráficos: Sistema de fichas con resumen de contenidos Resumen de fórmulas ordenadas Cuadros comparativos Estudio en grupos (aprendizaje colaborativo) desarrollando guías de ejercicios.

Observación:……
……
……
……
…….

7.4 DEPARTAMENTO DE LENGUAJE Y COMUNICACIÓN, FILOSOFÍA Y RELIGIÓN

Métodos	Técnicas auxiliares
En comprensión de Lectura: - Lectura general del texto. - Buscar palabras desconocidas (extraer vocabulario) - Extraer ideas principales. - Reorganizar las ideas del texto. - Dialogar con familiares. - Interpretarlo en su contexto. 	Elaboración de resumen según pauta establecida. Trabajo con diccionario: definir, buscar sinónimos/antónimos, construir oraciones, y aplicar vocabulario contextual. Según pauta del resumen (entregada por el profesor) redactar preguntas y respuestas (de parte del alumno y/o apoderados) Compartir juicios valorativos guiados.

Observación:……
……

……
……
……

7.5 DEPARTAMENTO DE IDIOMA EXTRANJERO INGLÉS

MÉTODO TÉCNICAS	AUXILIARES
1. Reunir y ordenar todo el material disponible y necesario (textos, cuaderno, diccionario, etc.) 2. Revisar contenidos a estudiar. 3. Identificar y repasar léxico y estructuras gramaticales. 4. Consultar léxico desconocido en diccionario. 5. Analizar y rehacer ejercicios hechos en clases. 6. Internalizar léxico, expresiones y estructuras escuchando CDs. 	Durante el estudio: Leer pausadamente la materia Subrayar términos o conceptos desconocidos Escribir vocabulario Sintetizar o resumir Elaborar diálogos con compañeros Repetir en voz alta Parear Realizar esquemas tipo llave o gráfico Realizar esquemas tipo ramificado Escuchar y practicar con CD de apoyo, los contenidos de la unidad temática

Observación:……
……
……

7.6 DEPARTAMENTO TÉCNICO ARTÍSTICO Y EDUCACIÓN FÍSICA

MÉTODO	REQUERIMIENTOS AUXILIARES
1. Anotar materiales necesarios para la clase en un lugar visible para el alumno(a) y los padres. 2. Alumno(a) y padres preocupados de revisar horario y materiales necesarios para cada clase. 3. Darle la importancia que se merecen a las asignaturas técnico artísticas y a educación física. 4. Seguir las indicaciones de cada asignatura entregadas de forma explícita y por escrito (agenda – cuaderno) 	Constancia, dedicación, responsabilidad y compromiso en las actividades relacionadas con cada sector Contar con sus materiales para cada clase Trabajar con sus propios materiales Entregar o finalizar los trabajos en el tiempo asignado

Observación:……
……
……
……
…….

Aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio

Plan operativo de la propuesta

Programa de capacitación sobre técnicas y hábitos de estudio

ACTIVIDADES	HORARIO	SESIONES DE CAPACITACIÓN PARA LOS ESTUDIANTES
La sesión sobre la aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio está ejecutado en 20 horas, el taller está enfocado desde un punto de vista eminentemente práctico.	Martes	Introducción/Presentación: 1 hora 30 minutos. Planificación del estudio: 1 hora 30 minutos
	Miércoles	Explicación sobre los hábitos que deben tener los estudiantes. 1 hora 30 minutos
	Jueves	Explicación sobre las técnicas que deben tener los estudiantes. 1 hora 30 minutos
	Jueves	Técnica de estudio: lectura Técnica de lectura comprensiva 1 hora 30 minutos
	Viernes	Técnica de Subrayado, 1 hora Técnica de resumen, 1 hora
	Lunes	Técnica de esquemas, 1 hora 30 minutos
	Martes	Técnica de cuadros comparativos 1 hora 30 minutos
	Miércoles	Técnica sistema de fichas 1 hora 30 minutos
	Jueves	Técnica fichas bibliográficos 1 hora 30 minutos

	Viernes	Técnica de mapas conceptuales 1 hora 30 minutos
	Lunes	Técnica de mapas mentales 1 hora 30 minutos
	Martes	Técnicas que se realiza por asignaturas. 1 hora 30 minutos
	Miércoles	Técnicas que se realiza por asignaturas. (Continuación). 1 hora

Sesión 1

Planificación de las sesiones

Tema: Introducción del manual de hábitos y técnicas de estudio

Cuadro

Actividades	Descripción	Método	Recursos	Responsables
Realizar un horario en cual se exponga qué hora se va dedicar en cada actividad. Se trabajará a finales de noviembre y diciembre.	Estudiar requiere Técnicas y hábitos que hay que aprender. Estas sesiones servirán para mejorar Técnicas y hábitos de estudio.	De acuerdo al tema que se va a trabajar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Materiales de acuerdo a su entorno	Investigadoras

Contenido teórico

El fracaso escolar, se debe, en mayor parte, a que los estudiantes no saben estudiar o no se les ha enseñado.

La formación cultural de la persona sólo se consigue si los contenidos, la información y, en general, el aprendizaje se asimilan y se hacen propios. Ello será posible si el estudio se convierte en una tarea personal y se emplean unas técnicas adecuadas.

Esta presentación constituye en sí misma la primera sesión el cual se explica la importancia de tener hábitos y técnicas estudio, y cuan fructífero es al momento de estudiar.

Necesidades de hábitos

Al igual que otro tipo de trabajo, la tarea de estudiar, cuanto mejor organizada esté, menos esfuerzo exige y mayor rendimiento se obtiene.

Para estudiar se requiere haber adquirido hábitos y técnicas necesarias para logara un buen aprendizaje.

En estas sesiones, antes de empezar a trabajar para mejorar los hábitos y técnicas de estudio, se aplicó un cuestionario para obtener información básica al respecto.

De igual forma, para sentarse a estudiar es necesario tener en cuenta algunos factores que ayudan a que el estudio sea más provechoso.

- La mesa, es una herramienta indispensable, si es más grande es mucho mejor, pues permite poner sus materiales en orden y, lo más importante, permite un estudio activo, tomando notas, lo cual favorece la atención y refuerza el aprendizaje.
- La silla, conviene que esté fabricada de un metal rígido (madera o hierro), con el respaldo recto y una altura proporcionada a la mesa para evitar la inclinación de la espalda y conseguir una adecuada distancia del libro a los ojos
- La ventilación, los ambientes cerrados y mal ventilados disminuyen la eficacia mental ya que una atmósfera cargada atonta y produce dolor de cabeza. Por ello, se recomienda, siempre que sea posible, estudiar con la ventana abierta o entreabierta
- La iluminación, nuestros ojos pierden parte de su eficacia cuando transcurren las horas de estudio, su esfuerzo depende, en gran medida, de la iluminación utilizada. La mejor

iluminación es la natural. Si es inevitable la luz artificial, es preferible que sea indirecta, es decir, reflejada de alguna pantalla.

- La planificación del estudio: Cada persona debe encontrar su método personal de estudio, para ello debe contar con una buena planificación. Con una buena planificación se aprende mejor y en menor tiempo.
- En la vida se tiene que asignar un tiempo a cada cosa.
- Se tiene que determinar el tiempo disponible para el estudio.
- Retirar de la mesa de trabajo todo aquello que pueda distraer o estorbar.
- Examinar las tareas a realizar (trabajos, estudios...).

Sesión 2

Técnicas de estudio

Tema: Lectura

Objetivo: Poder vocalizar las palabras de forma clara y precisa

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
La importancia de la lectura.	Se debe leer vocalizando las palabras bien, en forma clara, pero sobre todo debe comprenderse lo que se lee. La lectura debe ser rápida.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación Directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 3

Tema: Lectura comprensiva

Objetivo: Entender la lectura en forma clara y precisa

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
La importancia de la lectura.	Luego de una lectura rápida, se va realizar una lectura lenta, en donde se pueda comprender lo que nos quiera decir el tema, y de esta forma ir diferenciando ideas principales y secundarias.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 4

Tema: Subrayado

Objetivo: Facilitar y ayudar la comprensión para que nos permita sintetizar muy bien.

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
La liebre y la tortuga.	Luego que se haya realizado la lectura comprensiva, se pasara a leer	De estudio según el tema que vamos a analizar con	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

	nuevamente, pero aquí con el fin de subrayar las ideas principales que sobresalen y las secundarias complementarias, para pasar a realizar un resumen.	los estudiantes. Explicación directa.		

Sesión 5

Tema: Resumen

Objetivo: Facilita a una comprensión más precisa de la lectura.

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
La liebre y la tortuga	Después de realizar el subrayado de las ideas y secundarias, se realiza un breve resumen con las ideas principales.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 6

Tema: Mapa conceptual

Objetivo: Describir cómo es su elaboración

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
La liebre y la tortuga	Se les explica cómo debe realizar un mapa conceptual con las ideas principales, después que se ha haya realizado el proceso anterior.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 7

Tema: Cuadro sinóptico

Objetivo: Realizar su ilustración después de la lectura

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
Un conejo en la vía.	Se les explica cómo realizar un cuadro sinóptico, en donde se expongan solo características de la lectura.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 8

Tema: Mapa Mental

Objetivo: Aplicar el entendimiento con su imaginación

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
Un conejo en la vía.	Se les explica cómo realizar un mapa mental, en donde se expongan las ideas principales mediante gráficos.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Sesión 9

Tema: Ficha biográfica

Objetivo: Demostrar cómo desarrollar una ficha biográfica.

Actividad	Descripción	Método	Recursos	Responsable
Un conejito en la vía	Se realiza una breve descripción de los datos del autor de la lectura que se esté utilizando.	De estudio según el tema que vamos a analizar con los estudiantes. Explicación directa.	Aula Textos Impresiones	Investigadoras

Resultados Generales de la Aplicación de la Propuesta

Mediante la ejecución de las sesiones de Hábitos y Técnicas de Estudio los estudiantes se sienten incentivados y ponen en práctica dichas técnicas con la finalidad de mejorar su rendimiento escolar, haciendo de ello un hábito en el transcurso de su vida estudiantil.

Actualmente los estudiantes de la Unidad Educativa Manuel Ramón Balarezo de la parroquia Nulti tienen conocimientos y ponen en práctica los hábitos y técnicas de estudio que deben utilizar al momento de estudiar.

Adicionalmente, hay que hacer hincapié que al enseñar a los estudiantes hábitos y técnicas, se ha logrado paralelamente que desarrolle una mayor capacidad de esfuerzo, persistencia, organización y aprovechamiento del tiempo. El implicarse en el estudio día a día, fijarse planes de estudio y cumplirlos, concentrarse y aprovechar el tiempo que se emplea en estudiar, son requisitos esenciales para que las técnicas funcionen con eficacia.

En conclusión, con la capacitación mediante los talleres de técnicas de estudio que se ejecutó, se pudo observar que los estudiantes profundizaron los conocimientos acerca de las técnicas y hábitos de estudio.

3.3 Socialización con los docentes

Después de la aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio a los estudiantes de Sexto y Séptimo de Básica de la escuela Manuel Ramón Balarezo de la parroquia Nulti, se realiza una socialización con los docentes de la institución con el fin de explicarles cual es objetivo de este manual, y cómo debe ser utilizado.

Se les explica que el manual puede ser utilizado para niños, jóvenes y público en general, siendo una herramienta que ayuda a entender que hábitos deben ser adquiridos por una persona al momento que comienza su proceso de aprendizaje.

Posteriormente, se pasa a explicar qué técnicas se exponen en el manual, indicándoles que al momento que se exponga una clase podrían utilizar hábitos y técnicas que sean favorables para la comprensión del alumno.

Este manual se caracteriza por exponer ejercicios prácticos y precisos para su comprensión.

3.4 Comparación final

Después de realizar la aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio a los estudiantes de Sexto y Séptimo de Básica de la escuela Manuel Ramón Balarezo de la parroquia Nulti, se realiza una comparación final con los resultados obtenidos antes y después de dicha aplicación.

Como primer paso para la comparación final se realiza la aplicación de un re-test, es decir, la aplicación del mismo cuestionario que se les aplicó al inicio de la investigación, que constituyen de 60 preguntas, que se les aplicaría los 57 estudiantes con una duración de 25 minutos para resolverlo.

Cuadro de la comparación de la aplicación del test H.I.M.E

Cuadro 14

	Aplicación N° 1				**Aplicación N°2**		
	SI	**NO**	**¿?**		**SI**	**NO**	**¿?**
¿Tiene un lugar adecuado para estudiar?	69%	30%	1%		78%	21%	1%
¿Usted planifica sus actividades para estudiar?	64%	36%			73%	26,74%	0.26%
¿Usted se concentran en las horas de clases?	70%	27%	3%		78%	21%	1%
¿Cómo estudia usted?	72%	27%	1%		80%	19%	1%
Tiene una meta en su futuro	73%	25%	2%		89%	10%	1%

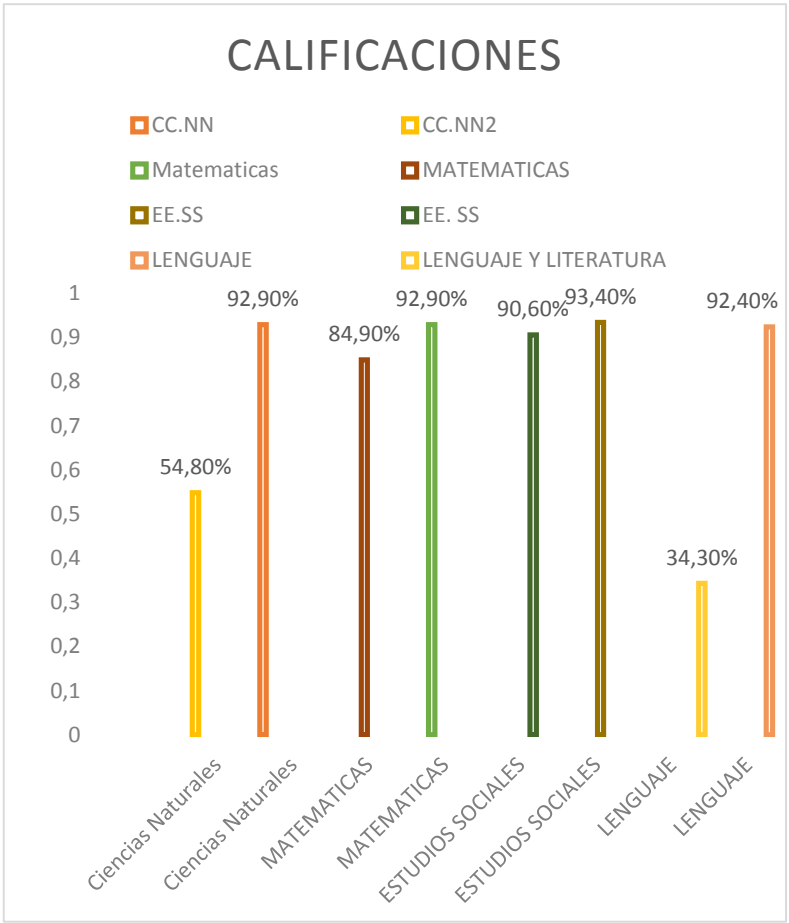
Presentamos un cuadro comparativo de las calificaciones de los estudiantes antes y después de aplicar el manual.

CUADRO COMPARATIVO ACADÉMICO ANTES Y DESPUES DE LA APLICACIÓN DEL MANUAL

CUADRO 15

ITEM	Promedio		%	
	antes	después	antes	Después
Ciencias Naturales	5.48	9,29	54.8%	92.9%
Estudios Sociales	9.68	9,29	96.8%	92.9%
Matemáticas	8.49	9,34	84.9%	93.4%
Lenguaje	3.43	9,24	34.3%	92.4%

Gráfico 16



Al establecer un análisis del gráfico N° 16 del promedio general de 6to y 7mo grado sobre el rendimiento académico en las cuatro asignaturas básicas después de la aplicación manual, indican que los estudiantes suben sus calificaciones en tres de las cuatro asignaturas considerando que antes de la aplicación del manual encontramos un bajo aprovechamiento en las siguientes asignaturas: Lenguaje del (34.30%) al (92,40%), Ciencias Naturales del (54.80%)al (92.90%), siendo estas las áreas en las que se trabajó un poco más con las diferentes técnicas para su recuperación pedagógica.

Conclusión:

Luego de la aplicación del manual se ha realizado la ejecución de un re-test para observar si las técnicas y hábitos han sido comprendidas correctamente por los estudiantes, en donde se pudo observar que los resultados fueron positivos demostrando así un claro entendimiento sobre los hábitos y técnicas de estudio.

CAPITULO IV

CONCLUSINES Y RECOMENDACIONES

4.1CONCLUSIONES

Después de un proceso investigación sobre el déficit de factores en la formación académica, se llegó a la conclusión que los alumnos carecen de hábitos y técnicas de estudio, debido a esto se buscó desarrollar una propuesta con el fin de mejorar el rendimiento escolar; para ello, en primer lugar, se tomaron en cuenta los factores que influyen negativamente en la escolaridad niños, destacando que los niños para llegar adquirir hábitos deben pasar por etapa evolutivas. Sin embargo, se debe añadir que, adicionalmente, el niño para adquirir técnicas de estudio deberá ingresar a la vida escolar, donde aprenderá paso a paso a desarrollarlas.

En esta investigación se comenzó desarrollando un sondeo utilizando instrumentos psicométricos como encuestas y un test, en cual se evidenciaron múltiples deficiencias en los hábitos y técnicas de estudio, originados en carencias en el ambiente familiar y escolar, como son la falta de apoyo, interés y estimulación por partes de maestros y padres de familia.

Adicionalmente, se obtuvieron las calificaciones de los estudiantes en las cuales se reflejó el bajo desempeño de los mismos, debido a la carencia de hábitos y técnicas de estudio. Se utilizaron estas calificaciones como un referente para poder comparar los resultados del antes y después de la aplicación del manual.

Por todo lo expuesto anteriormente, se elaboró un manual con múltiples actividades de ejecución tanto para los maestros, padres y alumnos. Este manual tiene la finalidad de poder guiar a los estudiantes sobre cómo adquirir técnicas necesarias para una enseñanza adecuada.

En la aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio, se pudo observar que los estudiantes profundizaron los conocimientos sobre que son los hábitos y técnicas de estudio y como se debe ejecutar.

Esta propuesta fue definitivamente provechosa ya que se logró que los estudiantes apliquen los hábitos y técnicas en su vida diaria y escolar con resultados positivos.

Concluyendo que la formación y desarrollo de los hábitos de estudio son una responsabilidad compartida del docente, padre de familia, y del estudiante.

4.2 RECOMENDACIONES

Se recomienda a docentes, padres de familia y estudiantes:

- Reconocer el desarrollo de hábitos de estudio en las tareas de los estudiantes.
- Tomar acciones referentes a las estrategias, implementación de currículos y ejecución de técnicas de hábitos de estudio en todas las áreas y niveles.
- Enseñar al estudiante a planificar y coordinar su tiempo, sin dejar de lado la importancia que tiene la motivación en el proceso de enseñanza aprendizaje, pues esta ayuda en el desarrollo del estudiante, en su fuerza interior y en las ganas de ejecutar una acción.
- Elaborar el material con información actualizada, clara, precisa, didáctica para la orientación a los estudiantes y docentes sobre la práctica de hábitos de estudio como parte del desarrollo curricular y como estrategia para un aprendizaje eficiente.
- La aplicación del manual de hábitos y técnicas de estudio, de manera adecuada para el proceso de aprendizaje en la asimilación y adquisición de conocimientos.
- Se recomienda una capacitación a los padres de familia sobre cómo está estructurado el manual, que puede ser beneficiosos como en la escuela tanto en sus domicilios.
- Propiciar que los padres de familia doten de un espacio cómodo y un horario para estudiar.
- Incentivar la participación activa en la clase por medio de la selección del material adecuado de estudio, enseñando a utilizar mejor su tiempo, a leer, comprender, señalar lo esencial, resumir adecuadamente y relacionar lo estudiado con su diario vivir.
- Estimular el aprovechamiento de los servicios de apoyo que la escuela provee a los estudiantes, para el mejoramiento de sus hábitos de estudio a través de la biblioteca y tutoría.

Bibliografía

- Álvarez, A. (2002). *Manual de técnicas de estudio.* León. Editorial Everest.
- Brunet, F. (2007). *Factores que afectan los hábitos de estudio en los escolares de primaria.* Bogotá. Buenos Aires. Editorial Bruño.
- Brunet, G. y D. (2005).*Técnicas de lectura eficaz*. Madrid. Ed. Bruño.
- Borda, E. & Pinzón, B. (1995). *Técnicas parar estudiar mejor*. Bogotá: Editorial Magisterio.
- Correa, M. (2003). *Hábitos de estudio y tarea en casa*. USA. Ediciones de la universidad de Illinois.
- Cutz, G. (2003). *Técnicas del aprendizaje.* Santiago. Editorial Tecla.
- Correa, M. (1998). *Programa de Hábitos de Estudio para Estudiantes de la Segunda Etapa de Educación Básica. Tesis de Maestría*. Caracas. Universidad Pedagógica Experimental Libertador.
- Hernández, F. (2006). *Métodos y técnicas de estudio*. Colombia. Editorial Mc-Graw Hill
- Góngora Cesar, (2010). metodoparaestudiar.blogspot.com/2008/01/hbitos-de-estudio.htm
- (Psicología; Charles Morris, Alberta Maisto; 12°edicion). es.slideshare.net/nicolledb05/introduccin-a-la-psicologa-**morris.**
- Rondón, (1991) *Internalidad y Hábitos de Estudio.* Tesis de Maestría, no publicada. Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Instituto Pedagógico de Barquisimeto. España.
- (Belaunde T. Inés. (1994). *Hábitos de estudio. Revista de la facultad de psicología de la universidad femenina de sagrado corazón, año 2, n° 2, Octubre.* Lima.
- Bruning, (1995). *Adquirir Hábitos estudio*. www.rinace.net/reice/numeros/arts/vol7num2/art1_htm.htm
- Luetich (2002). www.luventicus.org/articulos/02A001
- Jiménez, J, (2008). *Manual práctico de técnicas de estudio*. Madrid. Editorial Cincel.
- Kerlinger, F. (1988). *Investigación del comportamiento. Técnicas y métodos*. México: Editorial Interamericana.

- Portillo Saa, V. (2006). Técnicas de estudio. México. Editorial S.A.
- Prado, O. y Torres, M. (2006). *Factores que influyen en la aplicación de método técnicas de estudio y cuál es la incidencia en el rendimiento escolar de los alumnos*. www.monografias.com › Educación.
- Santiago, A. (2003). *Hábitos de Estudio*.www.monografias.com › Educación

Anexos

ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN “MANUEL BALAREZO COBOS”.

NOMBRE:…….

EDAD……

CURSO…….

1.- ¿Le gusta las clases que explica el profesor?

- si
- no

2.- ¿Con qué frecuencia tu maestro/a te motiva para leer?

- siempre
- casi siempre
- rara vez
- nunca

3.- ¿Con qué frecuencia lees?

- siempre
- casi siempre
- rara vez
- nunca

4.- En tu casa ¿tienes horario para realizar tus tareas escolares?

- si
- no

5.- ¿Cuentas con un lugar apropiado dentro de tu casa para realizar tus actividades?

- si
- no

6.- Tus padres ¿te apoyan y guían las tareas encomendadas en la escuela?

- si
- no

7.- ¿Qué clase de libros prefieres para tu lectura? marque con una x

…… Escolares

…… Cuentos

…… Cómicos

…… Periódicos

…… Revistas

…… Folletos

…… No sabes

…....Ninguna

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

FICHA DE OBSERVACIÓN DE CLASE

Escuela: ……

Año de básica:……...

Asignatura:……

Hora……..

Tema:……

Fecha:……

ASPECTOS	VALORACIÓN			
	EXC	M.B	B	R
ALUMNO				
Lleva a cabo actividades propuestas.			X	
Pide información del contenido				X
Realizan preguntas cuando no entiende un tema.			X	

Toman apuntes de la clase dictada por la maestra			X	
Después de realizar una lectura los niños, analizan y subrayan las ideas principales.				X
Buscan información en diversas fuentes				X
Interactúan con los compañeros	X			
Realiza esquemas, gráficos después de una lectura.			X	
Expresan conclusiones sobre las clases dictadas por la profesora.				X
Plantea actividades			X	
Tiene un horario de actividades para el día.	X			
PROFESORA				
Respeta el ritmo de aprendizaje de los alumnos		X		
Formula preguntas con claridad, variedad y presión	X			
Permite que el alumno participe activamente		X		
Logra la integración del aprendizaje		X		
Regula correctamente la disciplina	X			
Despierta y mantiene el interés de los alumnos		X		
Logra comunicación con la clase, es capaz de superar situaciones imprevistas.		X		
Vocabulario fluido y claro		X		
AULA DE CLASES				
Orden el aula			X	
Impresión general del aula			X	
Pizarrón apropiado para el nivel		X		
Los pupitres son adecuados para que el estudiante se acomode a atender.		X		
La iluminación de la sala de clases es buena.			X	
Su escritorio se encuentra sin objetos de distracción.			X	

Rincones adecuados para cada área			X	

CUESTIONARIO DE TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO

Nombre y Apellido…….

Curso ..... Edad..... Fecha.....

I.- Responde con sinceridad a las siguientes preguntas:

LUGAR	**SI**	**NO**
1.- ¿Trabajas siempre en el mismo lugar?		
2.- ¿El lugar que tienes para estudiar está aislado de ruidos?		
3.- ¿Te preocupas de que no haya personas o cosas en tu lugar de estudio que te impidan concentrarte?		
4.- ¿El lugar donde estudias tiene buena iluminación?		
5.- ¿Tiene tu habitación limpieza, orden y buena ventilación?		
6.- ¿Cuándo empiezas a estudiar, tienes a mano todo el material necesario? (diccionario, libros, etc.)		
7.- ¿Estudias en una silla con respaldo que te permita sentarte apoyando bien tu espalda, sin posturas defectuosas?		
8.- ¿Tu silla es proporcionada en altura a la mesa de trabajo?		

PLANIFICACION DEL ESTUDIO	SI	NO
9.- ¿Tienes un horario fijo para estudiar, jugar y descansar?		
10.- ¿Has realizado una planificación anotando el tiempo que debes dedicar a tu estudio diariamente?		
11.- Tu planificación ¿incluye el tiempo estimado que emplearás en el estudio de todas las asignaturas?		
12.- ¿Incluyes períodos de descanso en tu plan de estudio?		
13.- ¿Estudias al menos cinco días por semana?		

14.- Antes de comenzar a estudiar, ¿determinas tu plan de trabajo y el tiempo que vas a demorar en realizarlo?		
15.- ¿Parcializas tu estudio para no tener que preparar las pruebas el último día?		

ATENCION EN LA SALA DE CLASES	SI	NO
16.- ¿Miras con interés al profesor cuando explica?		
17.- ¿Anotas las tareas que debes realizar en tu casa?		
18.- ¿Atiendes al profesor, tratando de entender todo lo que dice?		
19.- ¿Preguntas cuando hay algo que no entiendes?		
20.- ¿Participas en actividades de grupo en la sala de clases?		
21.- ¿Tomas apuntes de lo que los profesores explican?		
22.- Antes de tomar apuntes, ¿escribes la fecha y el título del tema?		
23.- ¿Divides tus apuntes por asignatura?		
24.- ¿Utilizas lápiz pasta, porque lo escrito a mina puede borrarse?		
25.- ¿Anotas las palabras extrañas y lo que no comprendes?		
26.- ¿Revisas y completas tus apuntes con otro compañero o con tu texto de estudio?		

COMO ESTUDIAS	SI	NO
27.- ¿Acostumbras a mirar el índice de un texto antes de empezare a estudiar?		
28.- ¿Realizas una lectura rápida del texto, previo al estudio más detallado?		
29.- ¿Te apoyas en los apuntes tomados en clase para estudiar una asignatura?		
30.- ¿Identificas las ideas principales de los textos?		
31.- ¿Subrayas las ideas principales de los textos?		
32.- Cuando tienes distintas fuentes de información para un mismo tema, ¿haces un resumen para terminar con una síntesis general?		

33.- ¿Utilizas en tu estudio habitual técnicas como el esquema, cuadros, gráficos, etc.?		
34.- ¿Asocias lo que estudias con conocimientos anteriores?		
35.- ¿Acostumbras a memorizar las ideas principales de un tema?		
36.- ¿Utilizas el diccionario para aclarar tus dudas con respecto a una palabra, tanto para su significado como para la ortografía?		
37.- ¿Marcas lo que no comprendes?		
38.- ¿Escribes los datos importantes que te son difíciles de recordar?		
39.- ¿Utilizas alguna técnica para memorizar estos datos?		
40.- ¿Repasas las materias?		
41.- ¿Pides ayuda a tus profesores, compañeros o padres cuando tienes dificultades en tus estudios?		
42.- ¿Mantienes tus cuadernos y tareas al día?		
43.- ¿Entregas a tiempo tus trabajos?		
44.- ¿Cumples con la planificación de estudio que te has propuesto para una sesión de trabajo?		
45.- ¿Utilizas el atlas como medio de consulta ante dudas geográficas?		
46.- ¿Haces esquemas de las asignaturas?		
47.- al realizar los esquemas, ¿consideras tus propios apuntes?		
48.- ¿Utilizas los esquemas para facilitar la comprensión de los temas más difíciles?		
49.- ¿Destacas las ideas principales al hacer tus esquemas?		
50.- ¿Respetas la “sangría” para comenzar un párrafo?		
51.- ¿Consultas otros libros además de tu texto de estudio?		
52.- ¿Redactas tus trabajos en forma clara?		
53.- ¿Revisas la ortografía, redacción y limpieza de tus trabajos?		

ACTITUD GENERAL	SI	NO
54.- ¿Tienes claras las razones por las que estudias?		
55.- ¿El estudio es para ti un medio para aprender?		
56.- ¿Logras una buena concentración desde el comienzo de tu sesión de estudio?		

57.- Cuando faltas a clases, ¿procuras informarte de lo que se ha realizado y de lo que se va a realizar?		
58.- ¿Piensas que las personas deben estudiar para aprender y no sólo para aprobar una asignatura?		
59.- ¿Cuándo te has sacado una mala nota, intentas superar tu estado de ánimo continuando con interés en las materias?		
60.- ¿Tratas de entregar lo máximo de ti para obtener un buen resultado escolar?		

BUEN TRABAJO

"Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber." **Albert Einstein.**

Cuenta el número total de respuestas afirmativas y anota el resultado _____

Menos de 36: No sabes estudiar. Necesitas urgentemente orientaciones claras sobre técnicas de estudio. Por supuesto, también es necesario que estudies y te esfuerces, pues las técnicas sin tu trabajo personal no sirven de nada.

Entre 37 y 49: Tienes hábitos de estudio defectuosos, pero estamos seguros de que quieres mejorarlos. En definitiva las técnicas de estudio permiten optimizar tu esfuerzo.

Entre 50 y 60: Felicitaciones. Unos buenos hábitos de estudio – tú lo sabes bien – contribuyen a alcanzar resultados satisfactorios en la actividad intelectual que desarrolla todo estudiante.

Fotos

NIÑOS ATENDIENDO LAS CLASES DE TÉCNICAS

ESCUCHANDO SOBRE LAS TÉCNICAS

Planificación para estudiar
Hora
Actividad
Tiempo
Actividades
Clases
Estudiar
Descanso
Estudiar
Cuaderno
Cuaderno