

320825

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE MEXICO

CAMPUS TLALPAN

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

**CON ESTUDIOS INCORPORADOS A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO**



**ADQUISICIÓN DE HÁBITOS DE ESTUDIO
EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO**

T E S I S
Q U E P R E S E N T A :
C A R M E N H U E S C A E S P E R Ó N
P A R A O B T E N E R E L T Í T U L O D E :
L I C E N C I A D A E N P S I C O L O G Í A

ASESOR: LIC. DIANA LUCERO ARBOLEDA RAMÍREZ

MÉXICO, D.F.

2001

No creyó



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A DIOS

GRACIAS POR DARMÉ
LA FÉ Y FORTALEZA
PARA LUCHAR Y SUPERARME
DÍA A DÍA

A MIS PADRES

CON INMENSO AMOR
Y RESPETO, PORQUE
A ELLOS DEBO TODO
LO QUE SOY

A MIS HERMANOS

POR SU CARIÑO Y ENTUSIASMO
QUE ME BRINDARÓN

A MIS HIJOS

POR SU AMOR Y CARIÑO
Y POR TODO LO QUE SIGNIFICAN PARA MI

A MI ESPOSO

*POR EL EJEMPLO MÁS
PALPABLE QUE ME HA DADO
EL DE LA SUPERACIÓN*

A EL LIC. JOSE ANTONIO

*POR SU CARIÑO, APOYO
Y COMPARTIR SU TIEMPO
EN TODO MOMENTO*

A MIS TIOS

*RAUL Y WILLI
POR SU GENEROSIDAD
Y AMOR QUE SIEMPRE
ME BRINDARÓN*

A LA LIC. DIANA LUCERO

*POR SU VALIOSA ASESORIA Y PACIENCIA
CONVIERTIENDO UN IDEAL ,EN UNA REALIDAD*

A EL LIC. CARLOS SEGOVIA

*POR SU GRAN CALIDAD
HUMANA QUE SIEMPRE
ME DEMOSTRÓ*

*A TODAS A QUELLAS PERSONAS
QUE DE UNA U OTRA MANERA
CONTRIBUYERÓN A LA REALIZACIÓN
DE ESTÉ TRABAJO*

GRACIAS

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN	IV
CAPÍTULO I HÁBITOS DE ESTUDIO	2
1.1 Definición.....	3
1.2 Aportaciones sobre hábitos de estudio	7
CAPÍTULO II RENDIMIENTO ACADÉMICO	26
2.1 Definición	27
2.2 Factores que intervienen en el fracaso escolar	28
2.3 Factores físicos	28
2.4 Factores psicológicos.....	29
2.5 Intervención del psicólogo	34
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	36
3.1 Planteamiento del problema	37
3.2 Objetivo general	37
3.3 Objetivo específico	37
3.4 Hipótesis.....	37
3.5 Variables	38
3.6 Definición conceptual de variable.....	38
3.7 Definición operacional de las variables.....	39
3.8 Tipo de investigación	39
3.9 Diseño	40
4.0 Muestra	40
4.1 Instrumento.....	40
4.2 Escenario.....	45
4.3 Materiales	45
4.4 Procedimiento	45

CAPÍTULO IV RESULTADOS..... 47

CONCLUSIONES

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

A) Taller de hábitos de estudio

Presentación

Módulo 1 "El Estudio"

Módulo 2 "Planeación y la Administración del Tiempo"

Módulo 3 "La Lectura"

Módulo 4 "La memoria"

Módulo 5 "La toma de apuntes"

B) Cuestionario de hábitos de estudio

INTRODUCCIÓN

Debido a los constantes cambios que se dan a todos los niveles educativos, es importante considerar el ir formando al alumno en la adquisición de estrategias que le permitan un aprendizaje autónomo y significativo.

Uno de los problemas que se enfrenta el joven estudiante en el ámbito escolar, es el carecer de técnicas de estudio que le permitan obtener un alto índice de aprovechamiento académico.

Por ello, es importante destacar que tanto docentes como padres de familia deben apoyar y orientar a los estudiantes con la finalidad que desde pequeños adquieran hábitos adecuados hacia el estudio.

Al carecer de hábitos de estudio, los estudiantes enfrentan una serie de problemas ya que se ven limitados en su aprendizaje al momento de estudiar ó realizar alguna tarea.

Como consecuencia estos estudiantes presentan bajo rendimiento académico lo cual puede llevar a la deserción escolar y aún más, a situaciones de índole emocional.

Algunas investigaciones enfatizan que el carecer de hábitos y disposición hacia el estudio afecta en gran medida el proceso de aprendizaje del educando y con ello su desempeño resulta ser muy bajo.

La presente investigación busca determinar si la adquisición de hábitos de estudio en estudiantes de bachillerato permite y facilita que tengan un buen desempeño académico.

Este trabajo está integrado por el capítulo I, en el que se describen los hábitos de estudio.

En el capítulo II se describe el rendimiento académico y los factores que influyen en él.

En el capítulo III se describe el método utilizado, el cual permitió definir los resultados y conclusiones.

En el capítulo IV se señalan los resultados y conclusiones de la presente investigación.

CAPÍTULO I
HÁBITOS DE ESTUDIO

HÁBITOS DE ESTUDIO

Durante la vida escolar, el alumno adquiere progresivamente habilidades y hábitos de estudio que le permiten obtener conocimientos cada vez más complejos. Sin embargo, al enfrentarse con actividades académicas de mayor grado de dificultad, se percata de que dichas destrezas y hábitos no siempre son útiles para afrontar sus nuevas responsabilidades, por lo cual se ve forzado a reorganizar lo que ya conoce, y a utilizar y manifestar nuevas conductas que sean compatibles con circunstancias y necesidades de estudio diferentes.

Estas nuevas conductas deberían ser una consecuencia natural de ciertos hábitos pre-establecidos; pero a menudo esos hábitos son tan deficientes que es necesario una re-educación para mejorarlos (Aduna y Márquez, 1985).

El individuo desarrolla sus modelos de actuación de manera progresiva mediante la práctica. Estos modos de actuar que se fijan gracias al entrenamiento se denominan hábitos. Cuando se han formado adecuadamente los hábitos se observa un incremento en el rendimiento académico ó en su caso para desarrollar alguna tarea o trabajo.

Al igual que los hábitos, las costumbres se adquieren como resultado de la repetición de las acciones; pero, mientras los primeros son maneras de alcanzar los fines que pueden responder a distintas necesidades, las costumbres responden a una necesidad determinada que exige realizar precisamente una acción.

Las costumbres se forman como resultado de una repetición sencilla que no causa un perfeccionamiento de las acciones, como por ejemplo, lavarse las manos antes de comer (Aduna y Márquez, 1985).

1.1 DEFINICIÓN

A los hábitos de estudio se les ha definido de muchas formas, aunque todas coinciden en que son habilidades así que se tiene que en el Diccionario Enciclopédico Especial (1986, pág. 1039), "el hábito se define como un conjunto de habilidades que posibilitan la adaptación del niño al medio y la adquisición de la competencia necesaria para responder a los requerimientos complejos de la vida en sociedad".

La frecuencia con que se exigen determinados comportamientos en la interacción social, facilita la adquisición de comportamientos como hábito. Los hábitos se refieren a habilidades complejas que se pueden clasificar en hábitos de autonomía personal y social, emocionales, motores y de estudio o de trabajo; que para los fines de la presente investigación solo se abordarán los dos últimos.

Los hábitos de estudio o de trabajo son aquellos comportamientos que se requieren para llevar a cabo cualquier actividad intelectual, ya sea mantener la atención, actuar continuamente durante un tiempo determinado, seguir normas o criterios fijados previamente, etc.

Se suele considerar también como hábitos de estudio el tomar apuntes, hacer resúmenes, esquemas y otras habilidades relacionadas con las técnicas y estrategias de aprendizaje (Diccionario Enciclopédico de Educación Especial, 1986, pág. 1040).

Los hábitos y las funciones fisiológicas como las de respirar o digerir se pueden comparar, con la diferencia de que las funciones son involuntarias, mientras que los hábitos son aprendidos. Sin embargo, ambos se asemejan en cuanto a que necesitan de la cooperación del organismo y del mundo exterior.

De acuerdo con esto, al generarse alguna actividad en el individuo, se provocan reacciones en el mundo que lo rodea. Así, las demás gentes pueden aprobar, protestar, animar, compartir, o resistir. Pero para que los hábitos puedan manifestarse una vez más o reproducirse varias veces, requieren del apoyo de las condiciones circundantes o de un grupo específico de personas, o bien de la sociedad (Savona, 1985).

De este modo, vale la pena citar a Dewey (1964) quien postula que la conducta es social, por lo tanto los hábitos de la índole que sean, son responsabilidad tanto del individuo como del grupo social .

En base a lo descrito anteriormente, se puede decir que los hábitos son susceptibles de ser modificados desde el momento que son una conducta aprendida y adquirida (Savona, 1985).

Para el Diccionario Enciclopédico de Educación Especial (1986), la formación de hábitos debe basarse en los siguientes requisitos:

1. Entendida como proceso, pasa por tres fases; esto es, se necesita elicitación de la conducta que sea manifestación del hábito pretendido, fijarla para aumentar su contingencia ante situaciones estimulantes y acrecentar su estabilidad.
2. Para que dicho proceso pueda normativizarse se requiere de: la repetición, la cual es indispensable para que la respuesta se convierta en conducta asumida y aprendida por el sujeto, y el ejercicio o práctica de la respuesta concreta como a su ejecución en situaciones diferentes de las que promovieron su elicitación
3. En este proceso, resulta de suma importancia analizar las vías de intervención que puedan asegurar el logro de objetivos.

De acuerdo a la definición de la Enciclopedia Psicología y Vida (1995), un hábito de estudio es una actitud adquirida o tendencia a actuar de una manera determinada que ha estado sometida durante el proceso del crecimiento que ha llegado a ser en cierta medida inconsciente y automática.

Kelly (1982) lo define como un modo de conducta adquirida que supone la tendencia a repetir ciertas acciones ante situaciones determinadas, es decir actuar en forma determinada mediante la repetición de conductas de estudio que facilitan la asimilación de lo aprendido.

Antonijevic (1993) lo describe como la tendencia a actuar que ha estado sometida durante el proceso de conocimiento y que ha llegado a ser en cierta medida inconsciente.

Collin (1996) considera que el termino de hábitos de estudio expresa el método que acostumbra emplear el estudiante para asimilar unidades de aprendizaje.

Estos autores coinciden en que el hábito de estudio es la acción que lleva al estudiante a cierta actividad que facilita su aprendizaje en un determinado tiempo y espacio.

A continuación se describen las aportaciones sobre hábitos de estudio en las cuales se resalta su importancia y utilidad .

1.2 APORTACIONES SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

Mira y López (1967) consideran que el alumno que fracasa en el trabajo diario o en las pruebas periódicas reglamentarias, necesita asistencia y ayuda de un técnico del aprendizaje y no reprimendas y castigos que sólo logran acentuar el problema, que puede llegar a ser irremediable. Este autor propone estrategias de cómo estudiar y cómo aprender mediante técnicas para adquirir, elaborar y conservar evocando oportunamente conocimientos y habilidades, considerados necesarios en la formación del individuo.

Maddox al igual que Mira y López (1967) señalan que existen factores personales y ambientales que condicionan el trabajo intelectual como: el medio ambiente, la salud física y la higiene mental.

Guerra y Mc. Clus Key (1987) han encontrado que el ochenta por ciento de las dificultades escolares se deben no tanto a la falta de capacidad mental sino al desconocimiento de las técnicas del trabajo intelectual.

Los autores abarcan técnicas tales como:

Condiciones para el estudio, programas claves del éxito, estudiar tiene su técnica, ¿sabes leer? y ofrecen un apéndice como modelos de fichas bibliográficas, ejercicios de observación, etc.

Shaw (1987) está convencido de que una buena educación exige trabajo arduo y autodisciplina constante, de lo contrario se aprende poco. Una buena educación se apoya en el pensamiento conciso, la lectura, la escritura clara y el hablar con fluidez, y para lograr esto, él propone una variedad de consejos como son: organizar el tiempo al trabajo, analizar las actividades, ejercitar la memoria, ser amigo del diccionario, etc.

Por otro lado, Brown y Holtzman (1996) a través de sus investigaciones han demostrado que los hábitos para estudiar eficazmente y las actitudes positivas respecto al estudio son variables importantes que contribuyen a la supervivencia del estudiante en la universidad, y que el número de universitarios que fracasan en el primer año alcanzan el 40%.

Dichos autores ofrecen una serie de recomendaciones que pueden dar solución a los problemas comunes de adaptación a la vida académica con que acostumbran tropezar los estudiantes; como sugerencias se encuentra el preparar exámenes y la orientación universitaria basada en enseñar a estudiar.

Por otra parte, Freire (1995) con enfoque socio pedagógico y Rogers (1988) con una perspectiva psicológica, reafirman el valor del estudiante como ser humano y la importancia de la relación interpersonal educador-educando. Ambos autores señalan la relevancia de una actividad reflexiva para un mejor aprendizaje y afirman que es indispensable para el aprendizaje y la praxis del conocimiento que se encuentra unida a una autoestima positiva.

Estos autores consideran adecuado promover una mejor educación, y a partir de ella elaborar cuestionarios que a manera de material didáctico, propicien la reflexión de los estudiantes en torno a sus hábitos de estudio.

Ruch (1975) considera que mientras más habilidades, y técnicas pueda desarrollar el estudiante su formación académica, mejor será su desenvolvimiento profesional.

Aduna y Márquez (1993) mencionan que algunos estudiantes conocen técnicas de estudio, pero desafortunadamente carecen de perseverancia. Por tal motivo, el estudiante no puede salir adelante en su desempeño académico. En base a este problema propone actividades de auto evaluación cuantitativa y cualitativa, tareas como lectura individual, razonamiento individual y en grupo, comunicación de experiencias de estudio, planteamientos de soluciones individuales; de manera que el empleo de estos recursos faciliten cambio de actitudes y conductas congruentes derivadas del aprendizaje.

Díaz (1988) en su deseo de aumentar el rendimiento escolar de los estudiantes propone programas de hábitos de estudio abarcando aspectos tales como: distribución del tiempo, tomar notas en clase, preparación de exámenes y lo complementa con una auto evaluación de los hábitos de estudio. Así mismo, considera que ello da un desarrollo óptimo del educando en todas las actividades escolares.

Brown (1984) encontró que todos los estudiantes presentan los siguientes problemas en relación a su tiempo de estudio:

- a) Una gran dificultad para ponerse a trabajar, evitación y retraso de las tareas.
- b) Un estudio desorganizado, puesto que al no tener tiempo suficiente para una sola materia tienen una deficiente asimilación .
- c) Una falta de estudio efectivo, en tanto que desconocen por completo cualquier técnica que les facilite el estudio.

Para poder corregir estas deficiencias es necesario programar las actividades escolares de acuerdo a las necesidades individuales, es decir eligiendo los medios más adecuados para conseguir un fin u objetivo.

Guerra y Dermot (1987) encontraron que los medios son las actividades que se han de llevar a cabo, el tiempo que se cuenta para ello y el modo de realizarlas. Para ello se apoya en lo siguiente:

- a) Un programa de actividades a realizar mediante el cual se puede conocer que es lo que tiene que hacerse a corto y a mediano plazo.

- b) Una guía de actividades en donde se indica la manera en la cual se deberán llevar a cabo .

- c) Un calendario de actividades, mediante el cual se pueda predecir cuando van a realizarse las actividades contenidas en la guía, tomando en cuenta el día y una hora determinada para cada tarea.

Aduna y Márquez (1985) recomiendan que se realice al término de cada día de la semana un recuento de las actividades cotidianas con la finalidad de detectar el tiempo perdido y así replantear un horario de estudio de acuerdo a las expectativas reales.

Maddox (1970) hace referencia a la cantidad total de horas de estudio y sostiene que cada persona debe determinar por sí misma el tiempo que ha de pasar estudiando.

La mayoría de las clases requieren unas dos horas de estudio por cada hora de clase; si se multiplica por dos el número de clases se tendrá una idea del tiempo que se de reservar para el estudio.

Chávez Maury (1989) recomienda que se estudie por periodos de 45 minutos por 15 de descanso y continuar así dependiendo del estado de cansancio ya que se ha demostrado que si se estudia un número de horas excesivas durante un largo período el rendimiento de aprendizaje disminuye considerablemente y se convierte en menor el rendimiento que se puede lograr con menos número de horas.

Staton(1988) menciona que la distribución del tiempo de estudio y el refuerzo para recordar lo que se ha estudiado, dan lugar a un aprendizaje superior y a una mejor memoria en comparación con los resultados obtenidos cuando sólo se estudia una vez y simplemente se vuelve a leer después.

Mc Cluskey (1987) sostiene que es importante preparar el primer repaso del material de estudio unas doce o veinticuatro horas después de que haya sido estudiado por primera vez, el segundo repaso una semana después y finalmente unas tres semanas mas tarde . Está distribución del tiempo para hacer repastos resultará útil para asegurar el máximo rendimiento de la memoria sobre el material que se ha estudiado y revisado.

Las ventajas de tener programadas las actividades escolares estriban en un ahorro de tiempo y esfuerzo, así como en la eficiencia que resulta de tener una visión general de la totalidad de la carga de trabajo.

Carman (1991) opina que antes de iniciar la lectura se tiene que fijar un propósito. Considera que el hecho de leer sólo cuando debe de hacerlo y leer todo (periódicos, poesía, libros de texto y novelas) de igual manera y a la misma velocidad, indica que la intención de lectura es la misma, es decir que no hay un propósito al leer la guía. Este hecho es uno de los causantes del por la lectura resulta aburrida aunado a que disminuye la comprensión o se divaga cuando se está leyendo.

Señala los siguientes tipos de propósitos:

- a) Leer por gusto, es decir leer por placer.

- b) Leer por aplicación práctica, que es el adquirir conocimientos que sirvan para su aplicación a determinada situación o tarea. Los manuales de laboratorio, una ruta, las guías de Barman, son temas que de ordinario se consultan con un propósito práctico .

- c) Leer para poseer ideas generales, es decir sacar una idea general del tema.

- d) Leer para localizar información específica, cuando se sabe que es lo que se busca puede leer párrafos enteros de manera rápida.

- e) Leer para evaluar críticamente, el hacer evaluaciones acerca de ciertos materiales.

- f) Regresiones de la vista, aquí se manifiesta la falta de concentración en la lectura y por lo tanto tienen que estar regresándose continuamente.

Maddox (1970) considera que la mayoría de los estudiantes creen que el estar repitiendo continuamente el material de lectura es estudiar.

En este sentido el estudio memorístico consiste en aprender sólo fragmentos de conocimientos aislados y sin sentido.

Por otra parte el autor señala que el estudio comprende la organización de los conocimientos en unidades con sentido y que el agrupar los materiales en forma secuenciada y ordenada, ayuda al estudio y a la memoria.

Para demostrarlo Maddox (1970) presentó a un grupo de estudiantes una serie de 24 dígitos: 293336404347; 5812115192226. A un grupo se le daba tres minutos para descubrir el principio implicado, a los otros grupos pasaban el mismo tiempo en recordar los números. Después de tres semanas el 23% de los que habían buscado el principio todavía podían reproducir correctamente los números, pero no podían hacerlo ninguno de los que lo había aprendido de memoria.

Los estudiantes que buscaban el principio solo tenían que recordar los números de la serie 29 y 5 y como se construía añadiendo alternativamente 34 en lugar de tener que recordar 24 cifras por separado, sólo tenían que recordar tres datos y es por esto que Maddox plantea que cuando se descubre un principio hay mucho menos que recordar.

Hovland (1951) elaboró una lista de sílabas sin sentido y pedía a un grupo de sujetos que la leyeran tres veces con el propósito de reproducirlas en orden, posteriormente les pedía que la escribieran, luego les daba una lista de doce palabras las cuales también pedía que las leyeran tres veces y recordarían en ese orden y después las reprodujeran. Los resultados indican que era mucho más fácil recordar las palabras por su familiaridad y en parte porque se presenta una secuencia de ideas o cadena de asociaciones que facilitan que sean recordadas.

Montgomery (1990) sostiene que la capacidad memorística no se utiliza en su totalidad debido a que no existe el entrenamiento para ello en el período escolar y que en general no se busca por mejorarla .

Este autor advierte que existen tres requisitos para memorizar; preocupación por recordar, capacidad para concentrarse, así como interés por la materia .

Agrega que para potenciar la memoria existen leyes fundamentales para establecer un método cualquiera:

- a) Imaginar: representa en la imaginación lo que se desea recordar .

- b) Repetir: este es el método más utilizado por los estudiantes, consiste en la repetición continua del material a memorizar.

- c) Asociar: es la integración de la información a memorizar ó bien aspectos que ya se encuentran dentro del recuerdo de la persona, de está manera la nueva información se va a recordar cuando se evoque el material que ya se encuentra asociado.

Bransford et al (1982) sostienen que mientras más elaboren los estudiantes las nuevas ideas, más profunda será la comprensión y mejor su recuerdo del conocimiento. Es decir el repetir la información obtenida en sus propias palabras o bien la aplicación del conocimiento en la resolución de nuevos problemas.

Otro aspecto que consideran importante es la organización que facilita el aprender y el recordar el material, ya que permite simplificar la información en especial si es compleja o extensa.

Thorndike y Huey (1985) sugieren diversas técnicas para ser utilizadas en el estudio tales como:

- a) La experiencia personal y pedagógica, tales como el uso del subrayado, cuadros sinópticos y reglas nemotécnicas.
- b) Las condiciones de estudio, lugar fijo, ambiente confortable y adecuado, evitación de interferencias, disposición y organización de materiales, tiempo de estudio y horario, entre otras.

c) Las técnicas instrumentales, como el uso del diccionario y textos de consulta.

d) Los intervalos de descanso, distribución que origina un mejor aprendizaje.

Por su parte Salame (1985) sustenta que los apuntes deben inducir de preferencia aquella información que no se detecta en el libro de texto como son las explicaciones del maestro sobre el tema en particular o las respuestas a las preguntas que se generen durante la clase.

Por otro lado, Brown (1984) habla de tres características que deben contener los apuntes:

a) Escribir solamente los puntos principales, los que son necesarios para recordar la clase.

b) Es conveniente anotar ideas y hechos que indiquen el desarrollo paso a paso de cada punto.

c) Revisar, aclarar y completar las notas tomadas en clase, con la finalidad de tener a la mano lo que el maestro ha dicho tanto en la lectura de libros de texto como durante la clase, es importante mantener una actitud de crítica objetiva, tratando de entender que quiso decir el maestro ,debido a

que permite comprender los hechos, ideas y conceptos, así como encontrar las relaciones entre ellos.

Guerra y McCluskey (1987) señalan que la toma de apuntes permite recordar y asimilar, y que consecuentemente el aprendizaje será más firme, seguro y rápido. Considera que:

- a) El escribir y ordenar las notas de clase equivale a un segundo repaso lo que permite que la retención y la asimilación sea más duradera.
- b) Participar, implica la participación activa ya sea en el estudio, durante clase o en una conferencia.
- c) Estructurar, el redactar apuntes permite la estructuración cognitiva, desarrolla la capacidad de análisis, síntesis y abstracción, esto a su vez facilita el tener un rendimiento adecuado en los exámenes dando orden y estructura a las ideas y seguridad a la capacidad de recordar.

Ante el interés de determinar los hábitos de estudio, se han desarrollado diversas investigaciones, entre las cuales se encuentran las realizadas por Brown (1980), Bloder (1981), Wiotroszki (1982) Zwier y Van (1984) quienes identificaron las variables que influyen en el bajo rendimiento académico de los alumnos. Trabajaron en un programa de hábitos de estudio para jóvenes que cursaban el tercer

año de educación secundaria. Uno de estos grupos fue asignado al azar como grupo control y el otro como grupo experimental.

Inicialmente se aplicó a todos los alumnos de los dos grupos tres pre-exámenes, uno sobre actividades, permitiendo conocer, los estudiantes que tenían actividades positivas o negativas, otro sobre los conceptos de geografía que el maestro enseñaría durante tres meses y otro sobre los conocimientos que los estudiantes poseían sobre hábitos de estudio. Se formaron dos grupos de 16 estudiantes; uno integrado por estudiantes de actividades positivas y otro de estudiantes con actividades negativas.

Los sujetos de cada uno de estos grupos fueron a su vez asignados aleatoriamente a un sub-grupo control y a un sub-grupo experimental quienes participaron en dos sesiones de una hora, durante dos semanas. En estas sesiones se les presentó un programa de hábitos de estudios, explicando cada una de las unidades que las integraba, así mismo los alumnos realizaban los ejercicios correspondientes, los otros dos sub-grupos no fueron expuestos al programa de hábitos de estudio durante el tiempo en que éste fue presentado a los subgrupos experimentales. Sólo se les informó que posteriormente recibirían el entrenamiento sobre los hábitos de estudio.

Al término del curso todos los alumnos resolvieron los exámenes sobre conocimientos y sobre hábitos de estudio y contestaron la escala sobre actividades positivas y negativas.

Los datos obtenidos de las operaciones fueron sometidos a un análisis estadístico.

Los resultados obtenidos para este estudio fueron de 100 % tanto para los exámenes de hábito de estudio, como para los exámenes de geografía y para las encuestas de actividades hacia el estudio.

Eloiría (1990) realizó una investigación con la finalidad de estudiar de que manera el uso del tiempo, en la escuela básica permite o entorpece el proceso de enseñanza y aprendizaje

Destaca la resolución del estudio con los ejes temáticos del subprograma docencia en educación básica como son la fundamentación de la educación básica las estrategias, metodología y la identidad del docente, se revisó material bibliográfico y documental pertinentes a los objetivos planteados y se relacionaron con el uso del tiempo en las diferentes actividades desarrolladas por el docente y los alumnos en el aula, las técnicas e instrumentos utilizados están representados por fichas de trabajo, resúmenes, cuadros comparativos a través de las cuales se recopiló información, se organizó y se analizó la información encontrada, permitiendo considerar como en el aula son utilizadas metodologías alineantes en actividades de realizar en las cuales se dedica tiempo en exceso.

Por otra parte permitió afirmar que es el docente a quienes corresponden hacer una efectiva administración del tiempo en actividades que produzcan aprendizaje, entre las conclusiones se

encontró que la aplicación de estrategias eficaces en la práctica pedagógica y el buen uso del tiempo son factores relevantes para el rendimiento escolar.

Enríquez y Franco (1985) elaboraron un programa llamado "cómo mejorar el aprendizaje", en el que proponen una alternativa a la problemática en el que se encuentra el estudiante al no tener eficientes técnicas y hábitos de estudio, lo que repercute en el bajo rendimiento y en la reprobación escolar.

Estos autores llevaron a cabo un estudio tomando como universo a la preparatoria de la Universidad Nacional Autónoma de México, donde seleccionaron alumnos al azar de 4º año de preparatoria entre 14 y 18 años de edad, de ambos sexos y de diferente estratos socioeconómicos. El grupo control comprendió de 87 alumnos y el grupo experimental de 30 alumnos,

Los requisitos para pertenecer al grupo control fueron que el alumno hubiera realizado pre y post test del instrumento de medición sin ninguna sesión del programa "como mejorar el aprendizaje". Los requisitos para pertenecer al grupo experimental fueron que el alumno tuviera pre y post test del instrumento de medición y que asistiera por lo menos a 4 sesiones del programa.

A ambos grupos se les aplicó el instrumento de técnicas y hábitos de estudio de Brown, con la finalidad de medir la situación del estudiante en cuanto a niveles óptimos o inadecuados para la supervivencia académica del alumno.

Los resultados muestran diferencias significativas entre el grupo control y el grupo experimental, reflejando un cambio elevado de aprendizaje en los resultados de los alumnos que asistieron al programa de "como mejorar el aprendizaje", en comparación al grupo control que no participó en el programa, así mismo los autores observaron que existió gran aceptación por parte de los alumnos hacia el curso propuesto.

López (1997) realizó una investigación que tenía como objetivo, determinar la inteligencia, la motivación, la destreza, habilidades para aprendizaje y hábitos de estudio positivo, en una escuela secundaria.

Se elaboró un cuestionario en el que se ofrecían distintas categorías de alumnos que a los profesores les resultará fácil identificar y al mismo tiempo, definieran el máximo de alumnos posibles con relación a las actitudes y aptitudes hacia el aprendizaje. Los profesores a los que iba dirigido debían sugerir, apartar, suprimir o modificar lo que creyesen oportuno sobre la base afectada, sin ningún tipo de limitación.

La muestra estuvo constituida por los docentes pertenecientes a diferentes áreas y materias procedentes de la población de profesores de los centros de la región de Murcia en sus distintos niveles educativos, bachillerato, formación profesional.

Los valores fijados para cada una de las variables se sitúa en añadir, bajo para capacidad (inteligencia), asociándole los mismos niveles a las destrezas y habilidades en el aprendizaje, se dejaron las

respuestas si no para la motivación y la existencia de hábitos de estudio positivos.

Los resultados indican categorías de estilo de aprendizaje apoyadas en la combinación de cuatro variables como son la inteligencia, la motivación, las habilidades y que pueden ser utilizadas para implementar estrategias de enseñanza mediante la programación del aula a través de los contenidos y criterios de evaluación.

Por otro lado, se consideró la investigación realizada por Garibay (1992) cuyo objetivo fue detectar la relación existente entre los hábitos de estudio y actividades hacia el estudio con respecto al rendimiento académico de los adolescentes de bachillerato de la Universidad del Valle de México.

Para los fines de la investigación utilizó como instrumento de medición la encuesta de hábitos y actitudes hacia el estudio de Brown y Holtzman. Encontró que en la correlación hábitos-rendimiento académico, los hábitos de estudio que tienen los alumnos no influyen en el rendimiento académico; finalmente se observó que en la correlación hábitos de estudio-actitud hacia el estudio, los hábitos que tienen los alumnos pueden influir en la actitud que adoptan hacia el estudio.

Por otro lado la investigación realizada por Labake (1996) describe el método para aprender a pensar que fue probado con éxito entre 400 alumnos de seis colegios privados.

En las instituciones donde se aplicó, el rendimiento creció un 88.6% en los alumnos de séptimo grado; en un 108.7% en los de primer año de bachillerato y en 75.4% en segundo año.

El método permitió mejorar el rendimiento de los alumnos en 75.4% y un 108.7% según los niveles de enseñanza y se sustenta en la ejercitación sistemática de preguntas que motivan al alumno para razonar y confrontar sus respuestas con las de sus compañeros y la realidad.

Los alumnos de séptimo grado, primero y segundo año de esos colegios rindieron un test de medición inicial, con preguntas a partir de un texto diseñado con un nivel de dificultad mayor a la exigencia habitual del curso.

Posteriormente siguió el ejercicio sistemático de preguntas de creciente dificultad que debieron ser resueltos en el aula por los primeros en forma individual y luego en grupos coordinados por el maestro.

Después de dos meses se volvió a tomar a los alumnos el mismo test inicial y el rendimiento de los chicos se superó al registrado en la primera prueba del cuestionario, simultáneamente dicho autor aplicó el mismo test en otros dos colegios que no recibieron estimulación especial.

1. Los resultados entre una prueba y otra tomadas con una diferencia de 60 días, el nivel de superación fue del 40.26% en séptimo grado, del 17.64% en primer año y del 18.93% en segundo año, proporciones bastantes inferiores a las que obtuvieron los cursos que recibieron la ejercitación del método.

Ayala y Centeno (1998) realizaron una investigación con estudiantes de bajo rendimiento académico del cuarto año de preparatoria y del segundo año de secundaria. Mediante un instrumento elaborado por las autoras encontraron que los estudiantes tienen mayor dificultad hacia el estudio y el aprendizaje en las áreas de:

- a) Comprensión de la lectura.
- b) En la elaboración de cuadros sinópticos
- c) En la elaboración de resúmenes.
- d) En identificar las ideas centrales de un texto entre otros.

CAPÍTULO II
RENDIMIENTO ACADÉMICO

RENDIMIENTO ACADÉMICO

2.1 DEFINICIÓN

De acuerdo a la definición de la Enciclopedia Encarta (1999) el rendimiento académico es el nivel de aprovechamiento que tiene un alumno, es decir, es la cantidad de esfuerzo que al alumno realmente le otorga resultados.

James O. Wittaker (1995) lo define como la forma justa de valorar los progresos o deficiencias de la capacidad académica, particularmente de un grupo de alumnos.

Woolfolk ,(1995) por su parte lo define como el logro que tiene el alumno con relación a los objetivos programados en el proceso enseñanza-aprendizaje.

De acuerdo a lo expuesto por los autores, el interés por estudiar es de vital importancia para el alumno, ya que si su esfuerzo aumenta, sus metas personales y nivel académico serán cada vez más gratas para él. Si en cambio sus logros disminuyen, mermarán notablemente su desempeño escolar.

2.2 FACTORES QUE INTERVIENEN EN EL FRACASO ESCOLAR.

Una de las principales interrogantes circunscritas al rendimiento académico es la de "cuales son los factores primordiales que afectan el rendimiento académico, y por lo tanto la conducta del estudiante":

Burner (1980) menciona que en el rendimiento académico intervienen variables o factores primordiales como son: la atención, concentración, capacidad de aprendizaje, el interés, deseos personales, los hábitos de estudio, relación profesor-alumno y autoestima .

Estos factores se clasifican en, físicos y psicológicos.

2.3 Factores Físicos.

En la realización de actividades escolares se requiere de ciertas condiciones físicas para su desarrollo y aprendizaje, así como el espacio idóneo para el estudio. Entre los factores se encuentra la ventilación e iluminación de las aulas, la amplitud y el confort de las mismas, así como el mobiliario (Oliva 1991).

Otro punto importante es el espacio destinado para estudiar, el cual debe ser un área tranquila, bien iluminada, libre de distracciones, es decir, un lugar vinculado con el estudio (Beneken y Harris, 1972).

También, intervienen factores fisiológicos, como es la alimentación y el sueño.

Salomé (1985) sostiene que estos son factores importantes, ya que de ello depende en gran medida el desempeño que se tenga durante la jornada de trabajo escolar.

Entre estos factores se encuentran la ventilación e iluminación de las aulas, que sean amplias y confortables, el contar con el mobiliario suficiente como son sillas y mesas del tipo individual.

2.4 Factores psicológicos.

Aportaciones recientes indican que existen elevados índices de fracaso escolar debido a factores emocionales ya que ello obstaculiza la productividad y el aprendizaje.

Bizoma (1995) plantea la necesidad de que los estudiantes desarrollen una autoestima positiva, a través de un ambiente de cordialidad y afecto permanente y que el aspecto emocional sea el centro de todas las vivencias que se le ofrezcan en la escuela y en el hogar.

Por el contrario, aquellos con una autoestima baja tratan de pasar inadvertidos, son más retraídos, temen expresar ideas y caen fácilmente en comportamientos agresivos.

Por otra parte Woolfman (1995) sostiene que en el fracaso escolar pueden considerarse los siguientes aspectos:

Cuando los conocimientos previos del alumno son escasos ,sus capacidades intelectuales son deficientes, tienen problemas o desajustes personales, existen dificultades en sus relaciones familiares o con sus compañeros y las técnicas de aprendizaje no son adecuadas.

Desde una perspectiva sociocultural se observan factores que propician el fracaso escolar como son :

1) Ambiente sociocultural poco estimulante

2) Existe una relación entre las familias que carecen de cultura y el fracaso escolar debido a:

a) No existe motivación de la familia hacia el aprendizaje .

b) No existe motivación de la familia hacia la lectura.

c) Existe carencia en el manejo del vocabulario usual y cuando este es muy pobre el estudiante ingresa a la escuela con una pésima capacidad para iniciar con éxito el aprendizaje de lecto-escritura.

Los padres con mayor formación cultural transmiten un mensaje que favorece la motivación hacia el conocimiento. La escuela básica no discrimina esta variable, por lo que aquellos estudiantes que no alcanzan los niveles óptimos que exigen son considerados como fracasados.

Dada la importancia que representa cada uno de los factores antes mencionados, cabe señalar que la mayoría de las ocasiones el fracaso escolar está ligado a más de un factor causal, por lo tanto el diagnóstico debe dar un peso específico a cada uno de ellos, Pollares (1998).

Heymans-Le Senne (1996) sostiene que los factores responsables del bajo rendimiento escolar se agrupan en tres zonas o niveles: el nivel social, el familiar y el escolar.

Le Gall (1995) describió el bajo rendimiento sobre una base socioeconómica y sociofamiliar. En las dificultades socioeconómicas hace referencia al tipo de vivienda, la escasa alimentación, que lleva secuelas al esfuerzo que requiere el estudio.

En cuanto a las dificultades sociofamiliares hace referencia a las carencias afectivas, como la ausencia de la figura paterna, la presencia de una madre angustiada y áspera. Sin embargo considera dos aspectos:

a) Las actitudes familiares que oscilan desde una autoridad severa hasta una libertad indiscriminada y afirma que las actitudes familiares son beneficiosas cuando se mantienen dentro de lo razonable y no se lleve a cabo de una manera sistemática, es decir a través de la severidad psicológica o humillación en donde se pierde todo deseo de superación.

b) Aunado a este aspecto es importante mencionar la búsqueda de soluciones al problema de enseñanza-aprendizaje y así mismo ha surgido la inquietud de conocer la relación entre hábitos de estudio y el rendimiento académico con el objeto de aportar alternativas con base en programas de apoyo al aprendizaje (Pantojá, 1995).

Herbert J. Klausmerer (1997) señalan que existen factores externos que pueden afectar el proceso de aprendizaje como son: problemas emocionales, dinámica familiar conflictiva, desventaja en las oportunidades socioculturales y métodos pedagógicos inadecuados. El instituto de investigaciones de problemas de aprendizaje (I.I.P.A.) propone cuatro líneas generales de trabajo.

1. Apoyo a la formación profesional en las diferentes disciplinas a través de: congresos, foros de información, cursos, jornadas, seminarios, pláticas, escuela de padres. Esta formación debe incluir aspectos teóricos y metodológicos.
2. Investigación teórica apoyada en la observación clínica, la cual posteriormente llevará a la investigación aplicada.

3. Elaboración de material de apoyo didáctico innovador y estimulante para el educando.

4. Atención clínica dirigida a: detección, evaluación, diagnóstico y tratamiento enfocado a los padres de familia.

Por otro lado, César Chavira Enríquez (1997) señala que los divorcios y separaciones de padres de familia afecta a los alumnos en su rendimiento, así como en su comportamiento social. De acuerdo a estadísticas se ha encontrado que el 50 por ciento de los estudiantes provienen de padres divorciados o separados, en donde sus referencias de afecto están dañadas y lo convierten en agresión y crean una actitud de rechazo hacia los maestros. Esto los lleva a compensar su falta de afecto a acercarse a amigos, en particular lo más liberales y con ello también las drogas.

Para ello, diseñó un programa que incluye seis etapas: sensibilización, reforzamiento, información, consulta, acciones y seguimiento.

2.5 INTERVENCIÓN DEL PSICÓLOGO.

El psicólogo desempeña los papeles de investigador, maestro profesional y promotor de un orden social justo, con ésto puede actuar sobre la interacción de conductas para que la gente llegue a un estado de satisfacción general.

Así también se aboca a la tarea de estudiar las condiciones y métodos que faciliten el proceso de aprendizaje y los factores emocionales que en el se involucran.

A continuación se describen algunas funciones que realiza el psicólogo en el ámbito de la docencia:

-Aplicar Test Psicológicos al adolescente con el fin de obtener información acerca de aspectos psicosociales, familiares y académicos.

-El psicólogo debe trabajar en estrecha colaboración; con los profesores, directivos y pedagogos de la instalación con el fin de obtener mejores resultados.

-La intervención del psicólogo contribuye a mejorar la relación pedagógica, el recurso a diversas técnicas permite dilucidar los problemas relacionados en el grupo escolar. Esto favorece el cambio por el establecimiento de relaciones pedagógicas de mejor calidad.

-Entablar conversaciones con el adolescente, con el objeto de estudiar su dinámica familiar y analizar si su comportamiento actual es causa de su ambiente familiar.

-Llevar a cabo técnicas de integración, ejercicios de autorelajación y orientaciones para modificar su conducta.

-Realizar entrevistas con los padres del adolescente y tratar de recabar información que nos indique si el origen de su conducta es externo o interno. La personalidad de los padres o tutores es un factor determinante ya que puede tratarse de una mala identificación o de una falta de adaptación del adolescente por reacción a una deficiente comunicación, Psicología de la Educación (1978).

CAPÍTULO III
METODOLOGÍA

METODOLOGÍA

3.1 PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

¿En qué medida se incrementa el rendimiento académico de los estudiantes de Bachillerato al adquirir hábitos de estudio?

3.2 OBJETIVO GENERAL

Determinar en qué medida se incrementa el rendimiento académico de los estudiantes de Bachillerato al adquirir hábitos de estudio.

3.3 OBJETIVO ESPECÍFICO

- Identificar los hábitos y actitudes de los estudiantes de bachillerato antes y después del taller de hábitos de estudio.

- Determinar si existen diferencias significativas en los promedios de las calificaciones obtenidas por los estudiantes antes y después del taller de hábitos de estudio.

3.4 HIPÓTESIS DE TRABAJO

H1 Si existen diferencias significativas en los promedios individuales obtenidos en el pretest-postest del grupo de investigación

Hipótesis nula

Ho No existen diferencias significativas en los promedios individuales obtenidos en el pretest y posttest del grupo de investigación.

3.5 VARIABLES.

Variable independiente.- Taller de Hábitos de Estudio (módulo de lectura, memoria, estudio, toma de apuntes).

Variable dependiente.- Rendimiento Académico.

3.6 DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES

V.I. Taller de Hábitos de Estudio

Su contenido permite conocer actividades, tales como hacer uso de la lectura individual y a nivel grupal, de comunicación y de experiencias de estudio (Márquez 1993).

Hábitos de Estudio

Modo de conducta adquirida que supone la tendencia a repetir ciertas acciones ante situaciones determinadas, es decir actuar en forma determinada mediante la repetición de conductas de estudio que faciliten la asimilación de lo aprendido (Kelly, 1982).

V.D. Rendimiento Académico

Se refiere a la capacidad de aprendizaje de un estudiante dentro de un grupo escolar pudiéndose ser observado a través de las

calificaciones obtenidas en las diferentes asignaturas (Enciclopedia pedagógica 1995).

3.7 DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LAS VARIABLES

V.I. Taller de Hábitos de Estudio

El taller consta de 5 módulos (módulo de lectura, memoria, estudio y la toma de apuntes), en el cual el estudiante adquiere técnicas de estudio para mejorar su rendimiento académico.

V.D. Rendimiento Académico

Es el aprovechamiento de los contenidos adquiridos en el ámbito escolar, reflejado en las calificaciones, resolución de ejercicios y aplicación de estos a la vida cotidiana.

3.8 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio fue experimental debido a que el objetivo de la investigación, es la verificación de una hipótesis determinada, a través de la elaboración de unas conclusiones finales acerca de la relación entre la variable dependiente e independiente. Metodología de la investigación, Hernández ct. al. (1998).

3.9 DISEÑO

Se utilizó un diseño experimental de tipo pretest-postest con un solo grupo. Hernández et al. (1998).

Este diseño ofrece la ventaja de visualizar qué nivel tenía el grupo en la variable dependiente antes del tratamiento.

4.0 MUESTRA

La muestra quedó constituida por 25 sujetos del turno matutino del Colegio Nuevo Hispano de la ciudad de Minatitlán Veracruz, cuyas edades oscilan entre 15 y 17 años, de los cuales 12 son hombres y 13 son mujeres, provenientes de hogares de clase media y como criterios de inclusión sólo se consideró a estudiantes que cursaban el bachillerato y que adeudaran más de 3 asignaturas.

4.1 INSTRUMENTO

Para efectos de la presente investigación se utilizó el Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio (CHTE) desarrollado por M. Álvarez González y R. Fernández Valentín (1990) que tiene como finalidad obtener un diagnóstico individual y grupal de una serie de factores que inciden en la tarea de estudiar.

En la construcción del Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio (CHTE) se trabajó con una muestra de más de 1,000,000 de

estudiantes considerándose las evaluaciones académicas de matemáticas, lengua española y global.

Los alumnos se clasificaron en 3 grupos: A (muy suficientes), B (suficiente y bien), y C (notable y sobresaliente). En las tres calificaciones los resultados se sometieron a un análisis de varianza junto con lo obtenido en las 7 escalas del cuestionario encontrando que las técnicas y hábitos de estudio resultan significativas al nivel de confianza (N.C.) del 1 % en el rendimiento académico.

La validez del instrumento se apoya en los siguientes aspectos:

- Validez predictiva, se refiere a la medida alcanzada en la cual puede estimar conductas futuras del sujeto.
- Validez concurrente, se refiere a que la medida obtenida se correlaciona con las medidas recogidas con instrumentos que midan variables similares
- Validez de constructo, se refiere a que el instrumento evalúa las variables o aspectos definidos por el investigador.
- Validez criterial, se refiere a que la prueba discrimina entre varios grupos de sujetos elaboradamente diferenciados y relacionados con la variable estudiada

El cuestionario se integra por 56 ítems que evalúan 7 escalas, como se describe a continuación:

ESCALA	EVALÚA	No. de ítems
Actitud general hacia el estudio (AC)	La predisposición, interés y motivación hacia el estudio	6
Lugar de estudio (LU)	La ubicación física que se puede contribuir a una mayor concentración y rendimiento	3
Estado físico (ES)	Las condiciones físicas personales en cuanto a la situación de su organismo	5
Plan de trabajo (PL)	La buena planificación y estructuración del tiempo que se va a dedicar al estudio	7
Técnicas de estudio (TE)	Las pautas de cómo estudiar y escoger los diferentes pasos que deben seguirse para el estudio de un tema o lección	4
Exámenes y ejercicios (EX)	Las pautas que conviene seguir cuando se va a realizar un examen	1
Trabajos (TR)	Los aspectos que han de tener en cuenta para realizar un trabajo (esquema, fuentes de información, desarrollo y presentación)	4

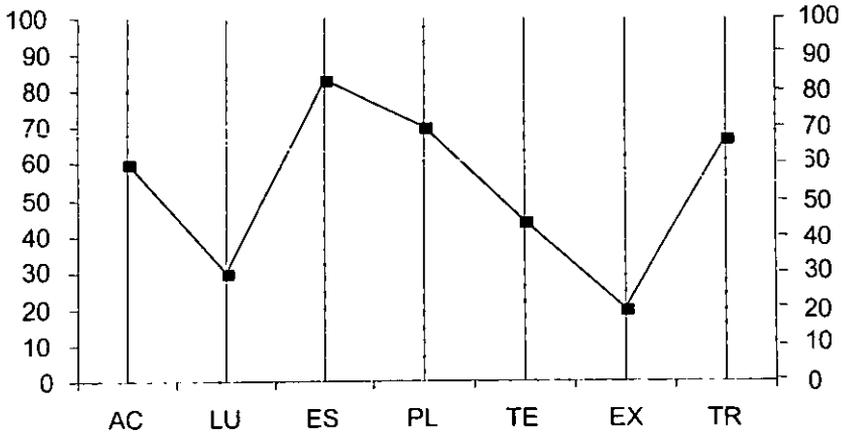
Para elaborar el perfil de los Hábitos y Técnicas de Estudio se parte de las puntuaciones (PD) obtenidas de cada una de las escalas del cuestionario, se convierten en porcentajes y se grafican de la siguiente manera:

1. En cada escala se compara el número de respuestas con las que se encuentran en el manual.
2. Se obtiene el total de X en cada columna y se anota en el espacio que hay al final (PD).
3. Se divide el total por la puntuación máxima y se multiplica por 100.
4. Se anota este porcentaje (PC) y se traslada a la columna de puntos del perfil, de manera gráfica.

EJEMPLO: CALIFICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE HÁBITOS Y
TÉCNICAS DE ESTUDIO (CHTE)

AC		LU		ES		PL		TÉ		EX		TR		
1	SÍ	—	2	NO-X	3	SÍ	4	SI	5	SI	7	SI		SI x
6	SI	<u>x</u>	9	SI	11	SI x	12	SI x	13	SI x	14	SI x	0	SI x
8	SI	—	16	NO	18	NO x	19	SI	17	NO x	23	SI	30	SI
15	NO	<u>x</u>	25	SI	26	SI x	27	SI x	21	SI	31	SI	39	NO x
22	SI	<u>x</u>	29	SI x	33	SI x	34	SI x	28	SI	55	NO	50	NO
24	SI	<u>x</u>	35	SI	53	NO x	36	SI x	37	SI x			56	SI x
32	NO	—	38	SI x			40	NO	41	SI				
42	SI	<u>x</u>	43	NO			44	SI x	49	SI x				
46	NO	<u>x</u>	45	SI			48	NO x	51	SI				
52	SI	—	47	SI			54	SI x						

PD	6	3	5	7	4	1 4
Máx	10	10	6	10	9	5 6
Pc	<u>60</u>	<u>30</u>	<u>83</u>	<u>70</u>	<u>44</u>	<u>20</u> <u>67</u>



4.2 ESCENARIO

La investigación se llevó a cabo en el colegio particular Nuevo Hispano, ubicado en la calle 10 de abril # 12 Col. Buena Vista sur, en la ciudad de Minatitlán Veracruz.

Tanto la aplicación del cuestionario como la impartición del taller se llevó a cabo en un salón de clases amplio con buena iluminación y ventilación.

4.3 MATERIALES

Se utilizaron cartulinas, hojas blancas, pinceles, material impreso, revistas, material audiovisual, además se empleó el Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio (CHTE) y hojas de respuestas.

4.4 PROCEDIMIENTO

Se contactó con las autoridades del colegio para la realización de la presente investigación. Se explicó el objetivo y las actividades que se realizarían.

Una vez formalizado el compromiso se asistió al salón de clases donde el Director presentó al investigador a los alumnos, explicándoles que trabajaría con ellos para apoyarlos en el bajo rendimiento académico que presentaban.

La selección de los sujetos para ingresar al taller fue que adeudarán más de tres materias y fueran estudiantes de Bachillerato.

Posteriormente, se aplicó el instrumento (Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio) y se realizó un registro de calificaciones obtenidas. Este procedimiento se llevó a cabo antes y después de impartir el taller.

Se programaron los días y horarios en que se impartiría el taller, consistiendo este en sesiones diarias, con una duración de 50 minutos, siendo un total de 15 sesiones.

A partir del trabajo desarrollado por Ayala y Centeno (1997), quienes trabajaron con estudiantes de secundaria y Bachillerato para incrementar hábitos de estudio, se consideró utilizar el programa del taller de hábitos que fue modificado, ampliándose el contenido temático de los módulos y las dinámicas, de acuerdo al tema indicado (Ver anexo A).

CAPÍTULO IV
RESULTADOS

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

En este apartado se describen los resultados, agrupándolos en dos bloques de información. Un primer bloque que describe los porcentajes de cada una de las escalas del cuestionario hábitos de estudio en forma individual y grupal, y un segundo bloque que incluye un análisis estadístico concerniente a los promedios de las calificaciones obtenidas por los estudiantes.

ANÁLISIS

Los resultados se obtuvieron de la siguiente forma:

1. Se obtuvo la puntuación en cada escala, consiguiendo el promedio de todas las P_i , de los "n" alumnos, en donde se aplicó el siguiente dato: $PD_g = \sum(PD) / N$
2. Se realizó un análisis comparativo en su valor absoluto atendiendo a la cuantía de los aciertos del instrumento y proseguir al informe oral, escrito.
3. Se elaboró un perfil gráfico en el cual se obtienen las puntuaciones PD y se calcula el porcentaje en relación con el máximo indicado en la base de la columna.

Todo ello para comprobar que existieron diferencias entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes.

Los resultados estadísticos se obtuvieron de la siguiente forma: Se utilizó una prueba no paramétrica: "Análisis de varianza en dos direcciones de Friedman", debido de que establece una comparación de una sola muestra, medida bajo dos o más condiciones. Se consultó la tabla de valores de chi cuadrada a los niveles de confianza de 0.05 y 0.01 (pag.65).

De este modo, la fórmula empleada fue la siguiente:

$$Xr^2 = \frac{I^2}{NK(K+1)} \sum(\sum Ri)^2 - 3N(K+1)$$

en donde:

K = representa el número de mediciones.

N = corresponde al número total de estudiantes.

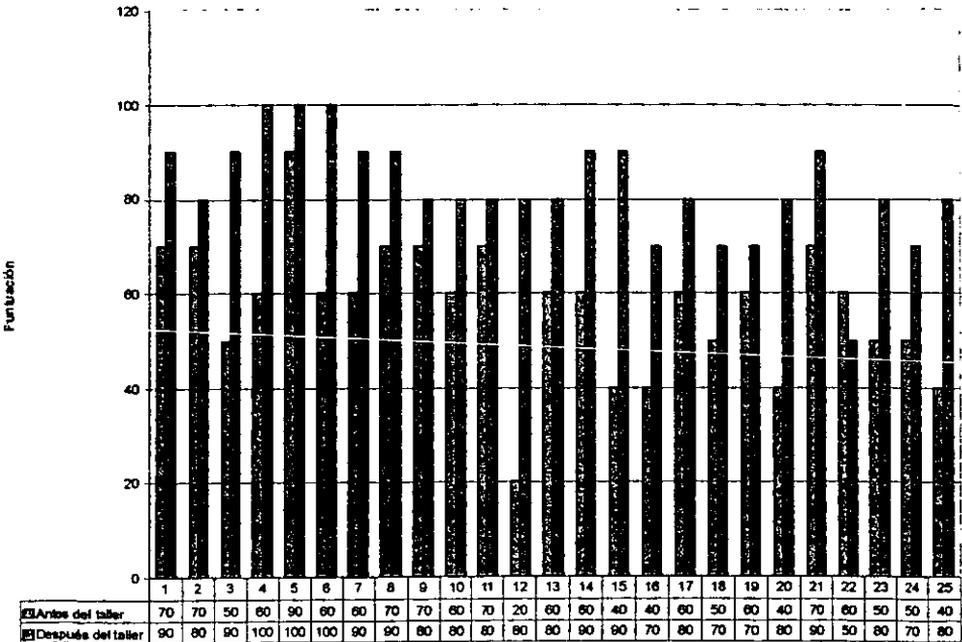
$\sum Ki$ = corresponde a la suma de los rangos para una medición cualquiera.

Así, se colocan los puntajes de cada sujeto y se reemplaza la fórmula para obtener X^2r .

Posteriormente se obtiene el grado de libertad que es igual al numero de mediciones (k) menos 1 ($gl=k-1$) lo cual indica que si el valor de probabilidad es igual o menor al nivel de significancia, se rechaza la H_0 y se acepta la H_1 , Siegel (1998).

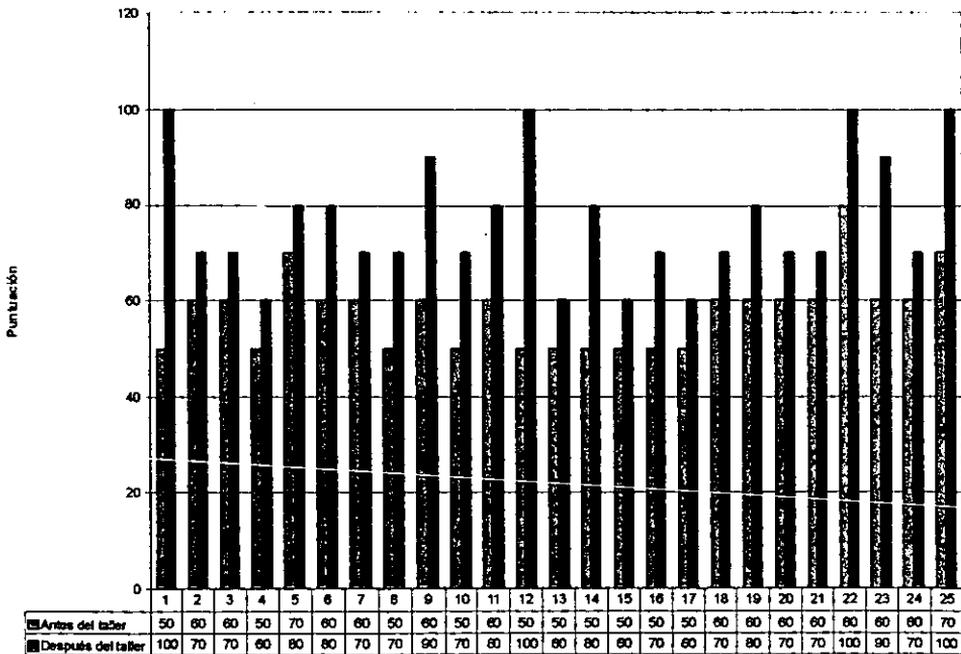
A continuación se presenta la descripción de los porcentajes obtenidos que conforman el cuestionario de hábitos de estudio en forma individual.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " ACTITUD GENERAL ANTE EL ESTUDIO "



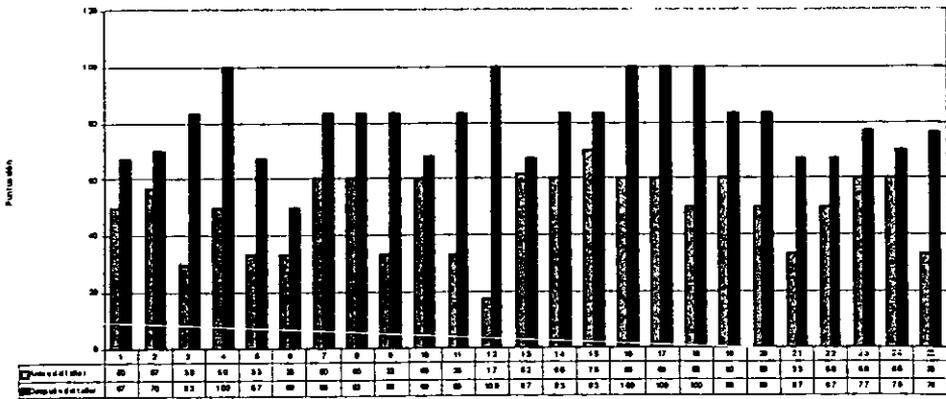
Se observa que todos los alumnos presentan un cambio positivo en la actitud hacia el estudio.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " LUGAR DE ESTUDIO "



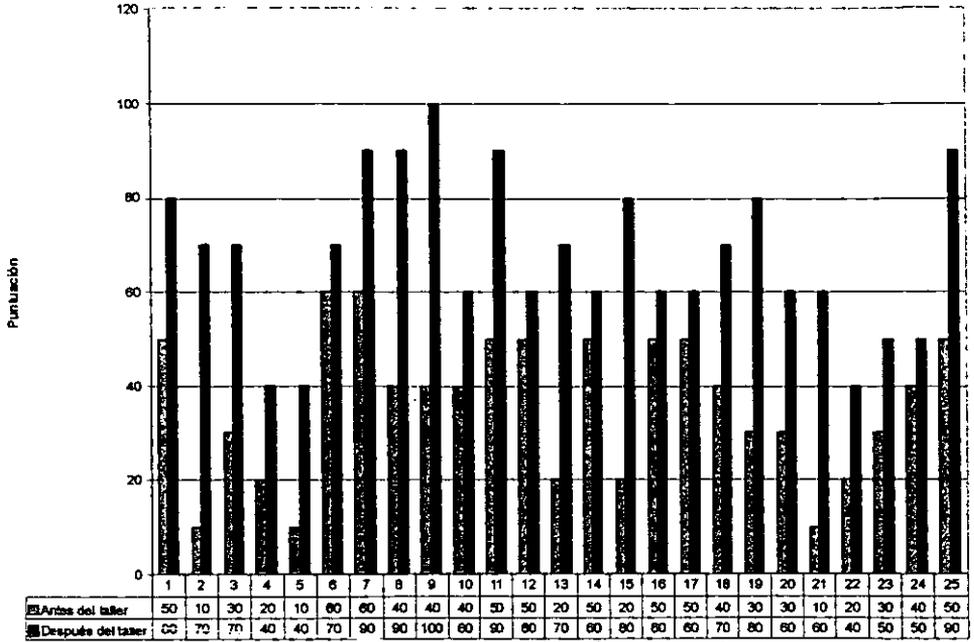
Se observa que todos los alumnos presentan un cambio positivo en la ubicación física y la concentración.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " ESTADO FÍSICO "



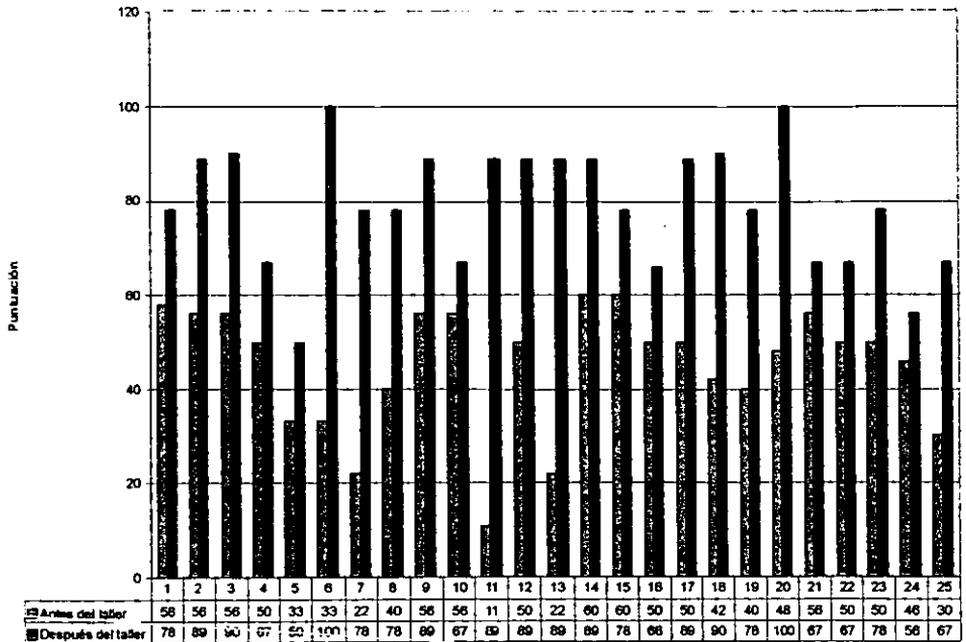
Se observa que todos los alumnos presentan una mejoría en las condiciones físicas.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " PLAN DE TRABAJO "



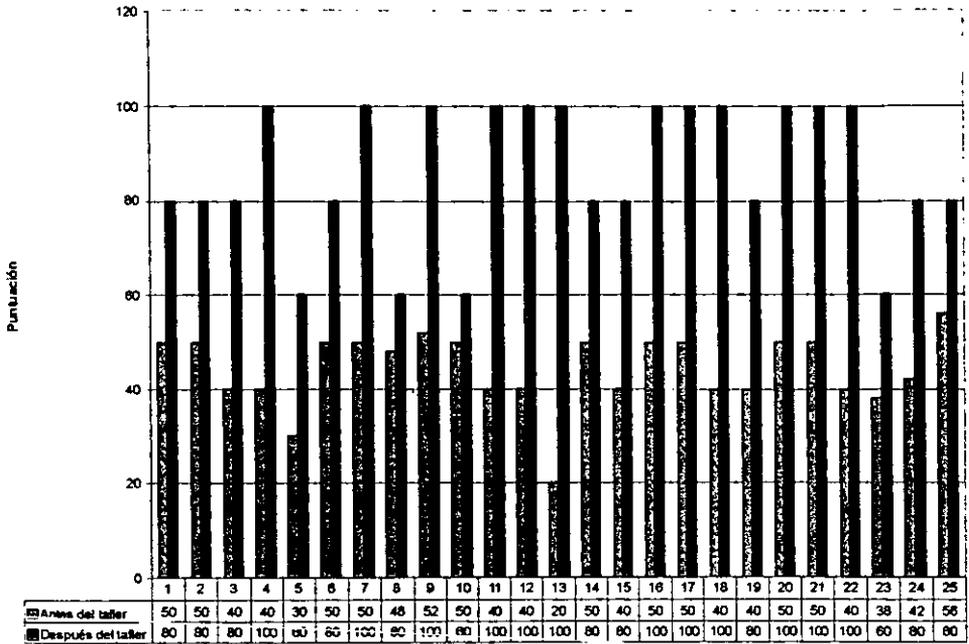
Se observa que todos los alumnos presentan una mejora en la planificación del tiempo en el estudio.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " TÉCNICAS DE ESTUDIO"



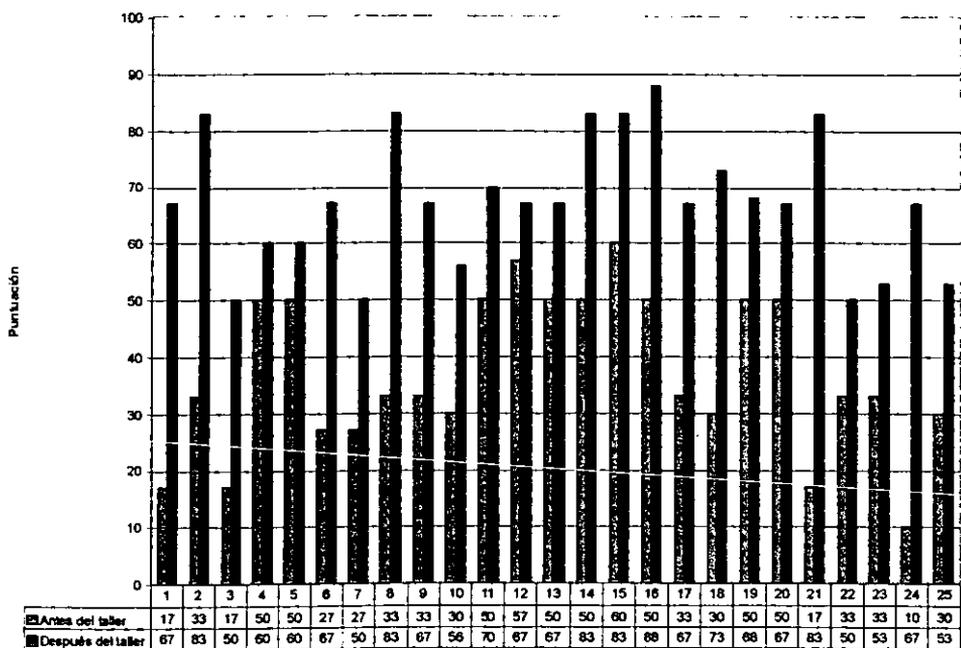
Se observa que todos los alumnos modificaron positivamente sus técnicas de estudio.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " EXÁMENES Y EJERCICIOS"



Se observa que todos los alumnos incrementan las pautas a seguir para realizar un exámen.

HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO " TRABAJOS "



Se observa que todos los alumnos mostraron una notable mejoría en la realización de trabajos.

A continuación se presenta la descripción de los porcentajes obtenidos que conforman el Cuestionario de hábitos de estudio en forma grupal

➤ **Actitud general ante el estudio.**

El puntaje promedio de esta escala antes del taller fue de 25% en los estudiantes, y hubo un incremento de 89, después del taller, lo cual comprueba que se obtuvo un cambio positivo en sus actitudes hacia el estudio (como se observa en la gráfica 1).

➤ **Lugar de estudio.**

Del total de estudiantes se obtuvo el 18% antes del taller y 59 después del taller, lo cual comprueba que hubo una mejoría en la ubicación física y la concentración de los estudiantes (gráfica 1).

➤ **Estado físico.**

Del total de los estudiantes se obtuvo el 60% antes del taller y 99 después del taller, mostrando una mejoría en las condiciones físicas personales como se observa en la gráfica 1.

➤ **Plan de trabajo.**

Se encontró en esta escuela un 23% antes del taller y un incremento del 80 % después del taller, mejorando la planificación y estructuración del tiempo en el estudio.

➤ Técnicas de estudio.

En esta escala el total antes del taller fue de 56% y después del taller de 93; esto comprueba que los sujetos modificaron sus hábitos y técnicas de estudio.

➤ Exámenes y ejercicios.

Se encontró en esta escala un 76% antes del taller y un 99 después del taller, indicando un incremento de las pautas a seguir para realizar un examen o ejercicio.

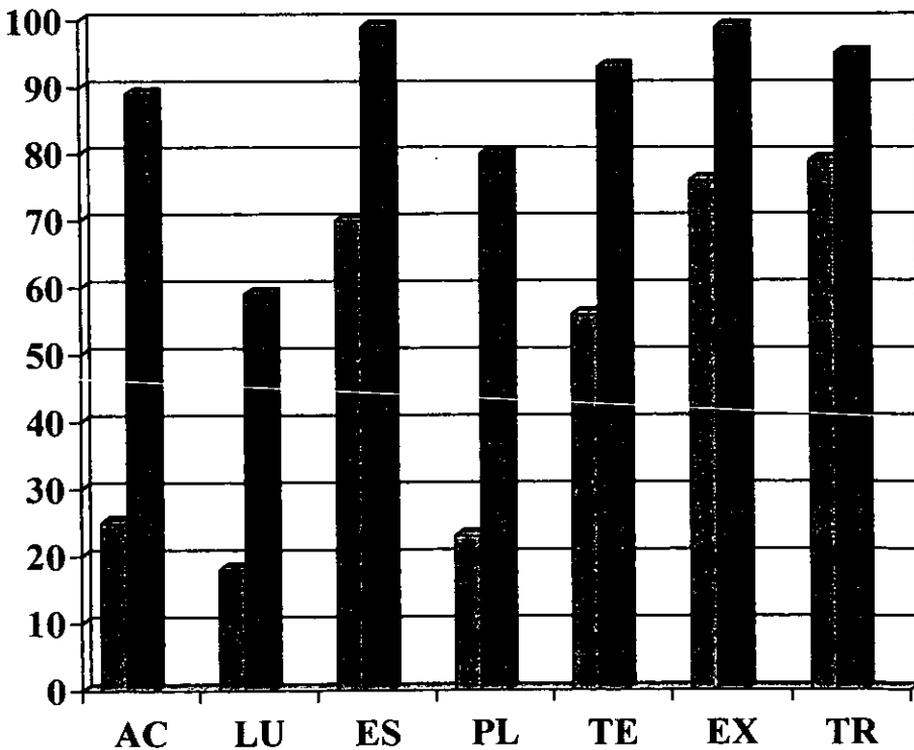
➤ Trabajos

El porcentaje en esta escala antes del taller fue de 59% y después del taller de 95% obteniendo una mejoría en la realización de trabajos (en fuentes de información, desarrollo y presentación).

Promedio de escalas en hábitos y técnicas de estudio

GRÁFICA 1

■ Antes ■ Después



ESTA TESIS NO SALE
DE LA BIBLIOTECA

CUADRO DE CONCENTRACIÓN DE RESULTADOS (CHTE)

ESCALA	PROMEDIO GENERAL DEL CUESTIONARIO (CHTE) ANTES	PROMEDIO GENERAL DEL CUESTIONARIO (CHTE) DESPUES
ACTITUD HACIA EL ESTUDIO	25	89
LUGAR DE ESTUDIO	18	59
ESTADO FÍSICO	70	99
PLAN DE TRABAJO	23	80
TÉCNICA DE ESTUDIO	76	99
EXAMENES Y EJERCICIOS	76	96
TRABAJO	76	99

Dentro de este contexto se presentan los promedios generales obtenidos por los alumnos en cada una de las escalas que mide el Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio antes y después de su aplicación.

A continuación se describen los resultados obtenidos a través de dicha prueba estadística. Inicialmente se muestran las calificaciones y promedios obtenidos (véase página 66). Lo cual contiene los puntajes para las asignaturas, taller de lectura (TLR), Inglés (LAF), matemáticas (MAT), Métodos de investigación (MI), física (FIS), Introducción a las ciencias sociales (ISC), Orientación educativa (OE), Introducción al derecho (ID), Informática (INF), así como los promedios antes y después del taller.

La sustitución de los datos en el análisis estadístico a la fórmula de la prueba de Friedman, es la siguiente:

$$X^2_r = \frac{12}{(25)(4.2)(4.2 + 1)} \sum(50^2 + 25^2) - 3(25)(4.2 + 1)$$

X^2_r obtenido = 2997.9

gL = K-1

gL = 4.2-1

gL = 3.2

El valor $X^2=7.8$ de acuerdo a la tabla de Valores de chi cuadrada (Siegel, 1998, pág. 200).

El valor del análisis de Friedman de acuerdo a la presente investigación es $X^2_r=2997.9$, gL = 3.2, $\alpha = 0.05$; por lo tanto, la H_0 se rechaza y se acepta la hipótesis de trabajo que dice: "si los alumnos cursan un taller de hábitos y técnicas de estudio, mejorarán su

rendimiento académico". El análisis de los resultados antes y después del taller se observa en las siguientes tablas.

TABLA DE VALORES DE CHI CUADRADA A NIVELES DE CONFIANZA 0.05 Y 0.01

gl	0.05	0.01
1	3.841	6.635
2	5.991	9.210
3	7.815	11.345
4	9.488	13.277
5	11.070	15.086
6	12.592	16.812
7	14.067	18.475
8	15.507	20.090
9	16.919	21.666
10	18.307	23.209
11	19.675	24.725
12	21.026	26.217
13	22.362	27.688
14	23.685	29.141
15	24.996	30.578
16	26.296	32.000
17	27.587	33.409
18	28.869	34.805
19	30.144	36.191
20	31.410	37.566
21	32.671	38.932
22	33.924	40.289
23	35.172	41.638
24	36.415	42.980
25	37.652	44.314
26	38.885	45.642
27	40.113	46.963
28	41.337	48.278
29	42.557	49.588
30	43.773	50.892

CONCENTRADO DE CALIFICACIONES ANTES Y DESPUÉS DEL TALLER

ALUMNOS	MATERIAS																			
	TLR		LAE		MAT		MI		FIS		ICS		OE		ID		INF		PROM	
	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D
Flores Ortiz Jesús Manuel	3	6	7	8	2	7	4	6	3	8	5	7	5	8	7	7	2	7	4.2	7.0
Alvarado López Benjamin	7	9	8	7	3	6	3	8	3	7	4	6	6	7	8	7	8	7	5.5	7.2
Arista Bonilla Hermilo	3	7	6	7	2	8	6	8	2	8	4	8	7	7	6	7	6	6	4.6	7.0
Asad Orihuela Salim	7	8	7	10	2	7	6	8	4	10	5	8	6	7	8	10	6	8	5.6	9.0
Barradas Jara Ricardo	6	10	8	9	3	7	4	8	4	8	4	7	6	8	7	10	8	8	5.5	8.0
Cajina Saviñón Claribel	8	9	7	6	2	7	4	8	5	9	8	9	8	10	7	7	3	9	5.6	8.0
Cárdenas Maldonado Sarai	9	9	7	6	3	8	3	10	5	10	6	8	4	8	8	7	7	10	5.7	8.0
Del Torno Ceballos Gianna	9	8	6	9	4	7	4	8	5	9	8	7	7	9	5	8	6	9	6.0	8.0
Díaz Montero Laura	7	10	5	9	2	9	5	7	6	9	6	9	7	6	8	7	4	7	5.5	8.0
Domínguez Pino Yadira	6	8	7	9	4	8	6	10	3	8	8	8	7	7	9	7	7	10	5.7	8.0
Gutiérrez González Michelle	7	9	4	6	2	7	2	8	6	9	7	7	7	8	5	8	7	6	5.2	7.0
López Domínguez Iliana	8	9	7	7	2	7	3	7	5	7	8	7	8	6	4	8	6	7	5.2	7.0
Martínez Vázquez Yendy	6	9	8	8	5	8	6	6	4	8	4	7	8	8	7	7	4	7	6.1	7.1
Olvera García Miguel Angel	5	9	7	8	2	7	5	7	2	9	8	9	6	7	8	9	7	10	5.5	8.0
Pereyra Cruz Esmeralda	5	8	7	7	2	8	7	9	7	10	4	9	7	10	5	8	7	7	5.7	8.0
Poblete Basurto Alba	6	8	8	6	2	8	3	6	3	7	7	8	5	7	8	7	6	6	5.3	7.0
Resendis Garcia Lizzete	7	8	6	7	2	7	3	8	5	8	5	9	8	8	6	9	8	7	5.5	7.0
Rivar Reyes Martha	8	9	7	8	2	7	4	6	8	7	3	8	7	9	6	7	5	8	5.5	7.0
Rodríguez Li Adriana	9	8	7	9	3	8	4	8	4	9	8	9	6	7	7	8	5	7	5.6	8.0
Zamudio Lara Ingrid	8	8	7	6	2	10	3	7	9	8	5	8	8	9	7	7	7	10	6.2	8.0
Lara Serrano Eder Alejandro	8	8	8	9	3.5	9	8	9	5	7	9	8	7	8	3	6	5	8	6.2	8.0
Aguilar Delgado Marco Antonio	6	7	7.5	7	3.5	6	7	6	5	8	4	9	7	8	2	9	7	8	5.4	7.0
Alcántara Zaragoza Edgar	6	8	7	7	3	8	8	8	3	8	3	8	4	9	6	9	6	9	5.1	8.0
Gutiérrez Alvarado Gerardo	9	8	7	7	3	8	7	8	3	8	2	8	5	9	7	9	2	9	5.0	8.0
Montalvo Burgos J. Alberto	4	8	6	7	5	8	6	9	5	9	8	8	8	7	7	8	5	9	6.0	8.0

En este concentrado se presentan las calificaciones obtenidas por los estudiantes en diversas materias que cursan a nivel bachillerato, antes y después del taller así como también los promedios obtenidos.

ANÁLISIS ESTADÍSTICO

ALUMNOS	PRIMERA APLICACIÓN ANTES	RANGO	SEGUNDA APLICACIÓN DESPUÉS	RANGO
A	4.2	2	7.0	1
B	5.5	2	7.2	1
C	4.6	2	7.0	1
D	5.6	2	9.0	1
E	5.5	2	8.0	1
F	5.6	2	8.0	1
G	5.7	2	8.0	1
H	6.0	2	8.0	1
I	5.5	2	8.0	1
J	5.7	2	8.0	1
K	5.2	2	7.0	1
L	5.2	2	7.0	1
M	6.1	2	7.1	1
N	5.5	2	8.0	1
O	5.7	2	8.0	1
P	5.3	2	7.0	1
Q	5.5	2	7.0	1
R	5.5	2	7.0	1
S	5.6	2	8.0	1
T	6.2	2	8.0	1
U	6.2	2	8.0	1
V	5.4	2	7.0	1
W	5.1	2	8.0	1
X	5.0	2	8.0	1
Y	6.0	2	8.0	1
		ER=50		ER=25

En este apartado se describe el análisis de varianza en dos direcciones de Freidman, primeramente se colocaron por orden alfabético el número de sujetos y posteriormente se anotaron los promedios de calificaciones obtenidas antes y después de la aplicación del taller.

Se asignó un rango, considerándose el 1 como el más alto y el 2 el más bajo en cuanto al promedio de cada estudiante, continuando así con todos los sujetos tal y como se muestra en la tabla. De esta

manera una vez concluidos los rangos se realizó la sumatoria total, quedando de la siguiente manera $ER = 50$ y $ER=25$.

ANÁLISIS DE RESULTADOS ESTADÍSTICOS ANTES DEL TALLER

Sujetos	Valor Calculado	Valor de la Tabla	Resultado
Flores Ortiz Jesús Manuel	$X^2_r=29997.9$	$X^2=7.8$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Alvarado López Benjamín	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Arista Bonilla Hermilo	$X^2_r=2704.9$	$X^2=7.8$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Asad Orihuela Salim	$X^2_r=2629.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Barradas Jara Ricardo	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Cajina Saviñón Claribel	$X^2_r=2629.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Cárdenas Maldonado Sarai	$X^2_r=2622.4$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Del Torno Ceballos Gianna	$X^2_r=2074.9$	$X^2=11.0$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Díaz Montero Laura	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Domínguez Pino Yadira	$X^2_r=2622.4$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Gutiérrez González Michelle	$X^2_r=2659.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
López Domínguez Iliana	$X^2_r=2659.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Martínez Vázquez Yendy	$X^2_r=2199.9$	$X^2=11.0$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Olvera García Miguel Angel	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Pereyra Cruz Esmeralda	$X^2_r=2622.4$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Pöblete Basurto Alba	$X^2_r=2652.4$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Resendis García Lizzete	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Rívar Reyes Marítha	$X^2_r=1749.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Rodríguez Li Adriana	$X^2_r=2629.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Zamudio Lara Ingrid	$X^2_r=2584.9$	$X^2=11.0$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Lara Serrano Eder Alejandro	$X^2_r=2584.9$	$X^2=11.0$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Aguiar Delgado Marco Antonio	$X^2_r=479.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Alcántara Zaragoza Edgar	$X^2_r=437.4$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Gutiérrez Alvarado Gerardo	$X^2_r=2674.9$	$X^2=9.4$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1
Montalvo Burgos J. Alberto	$X^2_r=2074.9$	$X^2=11.0$	Se rechaza H_0 y se acepta H_1

ANÁLISIS DE RESULTADOS ESTADÍSTICOS DESPUÉS DEL TALLER

Alumnos	Valor Calculado	Valor de la Tabla	Resultado
Flores Ortiz Jesús Manuel	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Alvarado López Benjamín	$X^2_r=614.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Arista Bonilla Hermilo	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Asad Orihuela Salim	$X^2_r=2374.9$	$X^2=15.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Barradas Jara Ricardo	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Cajina Saviñón Claribel	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Cárdenas Maldonado Sarai	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Del Torno Ceballos Gianna	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Díaz Montero Laura	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Dominguez Pino Yadira	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Gutiérrez González Michelle	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
López Dominguez Iliana	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Martínez Vázquez Yendy	$X^2_r=2517.4$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Olvera García Miguel Angel	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Pereyra Cruz Esmeralda	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Poblete Basurto Alba	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Resendis García Lizzete	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Rivar Reyes Martha	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Rodríguez Li Adriana	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Zamudio Lara Ingrid	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Lara Serrano Eder Alejandro	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Aguilar Delgado Marco Antonio	$X^2_r=599.9$	$X^2=12.5$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Alcántara Zaragoza Edgar	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Gutiérrez Alvarado Gerardo	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi
Montaivo Burgos J. Alberto	$X^2_r=2449.9$	$X^2=14.0$	Se rechaza Ho y se acepta Hi

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Para llevar a cabo el procedimiento estadístico mostrado en las páginas 68 y 69 se presenta el siguiente ejemplo, siendo importante mencionar que fue aplicado con datos antes y después del taller.

1. Se reemplazó la fórmula para obtener X^2_r quedando de esta forma :

$$X^2_r = \frac{12}{(25)(4.2)(4.2+1)} \sum(50^2 + 25^2) - 3(25)(4.2+1)$$

$$X^2_r = 2997.9$$

2. Se encontró el número de grados de libertad mostrándose de la siguiente manera :

$$gL = K-1$$

$$gL = 4.2-1$$

$$gL = 3.2$$

3. Se compara X^2_r con el valor correspondiente de la chi cuadrada en la tabla de valores, integrándose así :

$$X^2_r = 2997.9$$

$$X^2_r \text{ obtenido} = 7.8$$

$$gL = 3.2$$

$$p = 0.05$$

Finalmente una vez obtenidos estos datos se concluye que la hipótesis de investigación es correcta, aunado a que el grado de probabilidad es igual o menor al nivel de confianza 0.01 y 0.05.

Lo anterior comprueba que los estudiantes se desempeñaron académicamente mejor después de adquirir hábitos y técnicas de estudio.

CONCLUSIONES

CONCLUSIONES

Existen diversas investigaciones que enfatizan el papel que juegan los hábitos de estudio en el desempeño académico de estudiantes de cualquier nivel educativo.

Así se tienen a Brown y Holtzman (1996), Aduna y Márquez (1985) y Castillejos (1981) que se han orientado a trabajar sobre las actitudes hacia el estudio y los hábitos que cuentan los jóvenes para estudiar.

Otros autores como Maddox (1970), Salomé (1985), Guerra y McCloskey (1987) y Díaz (1998), se han avocado a estudiar los elementos que intervienen en la administración del tiempo, así como las estrategias para que sea utilizada, ya que contar con una buena planeación de las actividades (tareas, lecturas y cuadros) es una forma de organización del tiempo que se le dedicará en cada actividad.

Jackson (1979), Shaw (1987), Chavis Maury Staton (1989), Carman (1991), Stanley (1991) y Aduna (1993) han estudiado básicamente el proceso de la lectura, que tiene que ver con las estrategias para leer y la comprensión de lo leído.

De hecho, existen reportes de educadores, así como investigaciones que indican que más del 50 % de la población no lee, consecuentemente el vocabulario es reducido; aunado a que los materiales e instrucciones no son comprendidas.

Otros aspectos que han sido estudiados se centran en técnicas para elaborar resúmenes y esquematizar información, como se observan en los trabajos realizados por Aduna y Márquez (1985), Chaviz Maury (1987) y García (1989).

De igual manera, Brown (1984), Salomé (1985) y Adams (1991) investigaron sobre las estrategias para la toma de apuntes. Hovland (1951) y Maddox (1979) desarrollaron varios estudios sobre memoria y propusieron algunas alternativas en su uso. Con fundamento en ello, se estructuró una investigación con el objeto de determinar en que medida se incrementa el rendimiento académico de los estudiantes de bachillerato al adquirir hábitos de estudio.

Los resultados demostraron que los estudiantes al adquirir hábitos de estudio incrementaron su rendimiento académico, como se puede observar en las calificaciones obtenidas después de haber tomado el Taller de Hábitos de Estudio, lo mismo se constata en el instrumento (Cuestionario y hábitos de estudio) que fue aplicado (Gráfica 1).

Por consiguiente, la hipótesis de trabajo se acepta, ya que se comprobó que si existen diferencias significativas a nivel de 0.05 de confianza en las calificaciones promedias del pretest-postest.

La impartición de un Taller de Hábitos de Estudio se realizó como una forma preventiva al bajo rendimiento académico dentro de la escuela donde se llevó a cabo la investigación.

Esto podría ser una estrategia a implementarse en cualquier institución educativa, de manera que en vez de esperar a que los jóvenes fracasen y/o deserten, se desarrollarían hábitos de estudio que los sensibilicen en un mejor desempeño académico.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, M.(1990), Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio. Madrid: TEA.
- Antonijevia, N.(1993) Estrategias cognitivas en la educación . Caracas:International.
- Barrera, G.(1996). Psicología. México: Manual Moderno.
- Brown, W. y Holtzman, W(1996) Guía para la Supervivencia del Estudiante. México: Trillas.
- Champion, R (1996). Psicología del Aprendizaje y de la Activación . México: Limusa.
- Coon, D (1995). Psicología, Exploración y Aplicaciones. Estados Unidos :Thompson.
- Enciclopedia de la Psicología Educativa, (1997) Aprendizaje, Habilidades Humanas y Conducta . Estados Unidos :Oxford University.
- Enciclopedia Orientación Educativa, (1998). México: Castillo.
- Enciclopedia Psicología de la Educación, (1978).España: Oikos-Tav.
- Enciclopedia Psicología Educativa, (1995).España: Barcelona
- Enciclopedia Técnica de la educación, (1998). México: Larousse.
- Enciclopedia Tratado de la Pedagogía, (1997). España: Plaza.
- García , E. (1994), Estilos de Aprendizaje y Cognitivos en Adolescentes , España: Madrid.
- Geldard, F.(1987). Fundamentos de la Psicología, México:Trillas.

Genovard, C.(1990). Las Estrategias de Aprendizaje desde la Perspectiva de la Psicología de la Instrucción , España: Madrid.

Guerra, H (1993), Como Estudiar Hoy, México: Trillas.

Harrocks, J (1980). Psicología de la Adolescencia, España: Kapeluzs.

Harrocks, J (1984). Psicología de la Adolescencia, México : Trillas.

Hernández, E. (1990). Investigando en la Enseñanza , Venezuela: Instituto Pedagógico de Caracas.

Hernández, S. , Gastón, R., (1995). El Éxito en los Estudios , Orientación del Aprendizaje ,México: Limusa.

Hernández, P. (1996) .Psicología de la Educación , México: Trillas.

Hernández, R. (1998). Metodología de la Investigación , México:Trillas.

Hurlock , E. (1980). Psicología de la Adolescencia , Editorial España: Kapeluzs.

Klein, S. (1994). Aprendizaje, Principales Aplicaciones . México: Mc Graw Hill.

López, O. (1991). Manual de Técnica de Estudio Supervisada, México: Armo.

López, J. (1996). Los Estilos de Aprendizaje en Alumnos de Enseñanza Media desde el Punto de Vista del Profesorado. España: Universidad de Murcia.

Magaña, L. (1996). Factores que Integran en el Rendimiento Académico en un Grupo de Adolescentes, México: U.NA.M. Facultad de Psicología.

Márquez, A. (1985), Curso de hábitos de estudio. México: Trillas.

Márquez, E. (1990). Hábitos de Estudio y Personalidad México: Trillas.

Martínez, E (1985). Una Aportación para Mejorar las Llamadas, Técnicas y Hábitos de Estudio, México: Tesis en Psicología de la U.N.A.M.

Martínez, G. (1994). Alternativa Racional Emotiva en la Modificación de Hábitos, Técnicas y Actitudes para la Superación Académica, México: Tesis de Licenciatura, Universidad del Valle de México.

Martínez, M. (1995). Los Efectos de un Programa de Hábitos de Estudio en el Rendimiento Escolar y en las Actividades de los Alumnos, México: Departamento de Psicología, Xalapa, Veracruz.

Mira, E. (1967). Como Estudiar y Aprender, México: Trillas

Mira, E. (1987). Como Estudiar y Aprender, Buenos Aires: Raptusz.

Nados, H. (1973). Como Estudiar, México: Oikos-Tau, S.A.

Pallares, D. (1998). Psicología del Desarrollo Humano, México: Mc Graw Hill.

Pérez, N. (1996). Como Estudiar Eficazmente, México: El Ateneo.

Praget, J. (1981). Sus Estudios de Psicología, Barcelona: Sevis Barrol.

Quezada, R. (1993). Ejercicios para Administrar el Tiempo, México: Limusa.

Quezada, R. (1994). Ejercicios para Mejorar la Memoria, México: Limusa.

Ruiz, C. (1994). Estrategias Cognitivas en el Aprendizaje, Madrid: Enseñanza.

Salmer, L. (1980). Diccionario Enciclopédico, España: Bruguero

Sánchez, E. (1982). Psicología Educativa , Puerto Rico: Universidad de Puerto Rico.

Sánchez, S. (1984) . Diccionario de las Ciencias de la Educación , México: Santillana.

Selecciones Reader's Digest. (1992). Psicología y Vida, México: Reader's Digest.

Shaw, H, (1987) . Cómo Lograr Mejores Calificaciones , México: Mc Graw Hill.

Universidad del Valle de México, (1998). Programa de Intervención Psicoeducativa.

Vidales, I. (1990). Nuevas Prácticas de Orientación Vocacional, México: Trillas.

Warren, H, (1995). Diccionario de Psicología, México: Fondo de Cultura Económica.

William, B. (1997). Guía de Estudio Efectivo, México: Trillas.

Woolfolk, A. (1995). Psicología y Desarrollo Educativo , México: Prentice Hall.

Woolfolk, A.(1996),Psicología Educativa, México: Prentice Hall.

Writtaker, J. (1995) Psicología, México: Trillas.

ANEXOS

ANEXO A
TALLER DE HÁBITOS DE
ESTUDIO

TALLER DE HÁBITOS DE ESTUDIO

El nivel de conocimientos que nuestra competitiva sociedad les exige a los niños y jóvenes es cada vez más elevado.

Este cambio ejerce una gran presión sobre el alumnado, cada vez mas consciente de que una buena preparación es vital para su futura vida laboral y profesional.

Varias son las causas de este preocupante problema, sin embargo estudios e investigaciones han demostrado que un elevado porcentaje de alumnos tienen problemas de aprendizaje por carecer de hábitos de estudio correctos.

Por eso surge la necesidad de crear un programa de hábitos de estudio con la finalidad de enseñar al estudiante a programar su tiempo de trabajo, organizar su material, leer, tomar apuntes correctamente, resumir y memorizar lo aprendido.

A continuación se presenta un programa de hábitos de estudio para elevar el rendimiento escolar en alumnos de bachillerato, estableciendo aspectos sobre el estudio, la administración del tiempo, la lectura, toma de apuntes y métodos de memoria.

El taller se estructuró en cinco módulos cuyos contenidos son:

Módulo 1 “El Estudio”

- 1) Qué es el estudio.
- 2) Necesidad de métodos de estudio.
- 3) Los conceptos de hábitos y métodos de estudio.
- 4) Motivación en el estudio.
- 5) Concepto e importancia
- 6) Variables psicológicas y fisiológicas.

Módulo 2 “La Administración del Tiempo”

- 1) Concepto e importancia de la planeación del tiempo.
- 2) Elaboración de horario
- 3) Preparación de exámenes y realización de Trabajos.

Módulo 3 “La Lectura”

- 1) Importancia de la lectura.
- 2) Tipos de lectura.
- 3) Técnicas complementarias.
- 4) Técnicas de subrayado.
- 5) Técnicas del esquema.

Módulo 4 “La memoria”

- 1) Concepto e importancia de la memoria.
- 2) El recuerdo y el olvido.
- 3) Técnicas auxiliares en la memoria.

Módulo 5 “La toma de apuntes”

- 1) Importancia de la toma de apuntes.
- 2) Organización de las notas de clase.
- 3) Pasos para la toma de apuntes.

El programa y las cartas descriptivas se encuentran en las tablas anexas.

A continuación se describen las actividades realizadas en cada una de las sesiones:

MÓDULO 1 "EL ESTUDIO"

Sesión 1

Se describió brevemente el contenido del taller, informándoles a los alumnos la importancia de éste y los beneficios que obtendrían al recibirlo.

Sesión 2

En esta sesión primeramente se realizó una dinámica de integración llamada canasta de preguntas para romper el hielo entre los participantes.

Posteriormente, se procedió a la aplicación del Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio.

Sesión 3

En ella se contemplaron conceptos de aprendizaje y las variables que influyen en él, así como el tema de estudio.

Para reafirmar este aspecto se llevó a cabo la dinámica detección de expectativas.

MÓDULO 2 “PLANEACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO”

Sesión 4

En esta sesión se analizó la planeación, concepto, importancia y aplicación de rotafolios y plumones.

Para ello se realizó la técnica expositiva “El Tiempo es Oro”.

Sesión 5 y 6

Aquí se explicó la administración del tiempo y su importancia, así como el procedimiento para la elaboración de un horario.

MÓDULO 3 “LA LECTURA”

Sesión 7

Durante esta sesión el instructor presentó diferentes tipos de lectura y se realizaron ejercicios de comprensión.

Sesión 8

Se explicó la técnica del subrayado y los esquemas, así mismo se aplicó la técnica del interrogatorio.

Sesión 9

Durante esta sesión se analizó el método de EPL2R basado en la exploración–preguntas-lectura-respuesta-revisión, para ello se realizó la observación del contenido de un texto abarcando dichos puntos.

MÓDULO 4 “LA MEMORIA”

Sesión 10, 11, 12

En esta sesión se expuso la técnica de asociación verbal y se expusieron las técnicas para desarrollar la memoria.

Posteriormente se realizó con los alumnos la técnica de asociación, en donde se tiene que memorizar una consonante para cada uno de los dígitos del 0 al 9, y se seleccionan conforme se desee. Si el instructor lo considera necesario, puede él mismo establecer de antemano las consonantes para cada número.

Esta técnica se utiliza para la memorización de fechas, fórmulas, teléfonos, etc.

MÓDULO 5 “LA TOMA DE APUNTES”

Sesión 13

El instructor definió los pasos para la toma de apuntes dentro del aula.

Para reafirmar este tema se realizó una técnica llamada “aprendiendo a tomar apuntes.”

Este consistió en que el instructor entregó a cada participante una hoja rayada y una pluma.

Cada participante tomaba notas de manera individual sobre lo que el instructor expone durante la sesión, teniendo como base los pasos de la toma de apuntes para que cada participante verifique si el trabajo realizado reúne las características expuestas.

Sesión 14 y 15

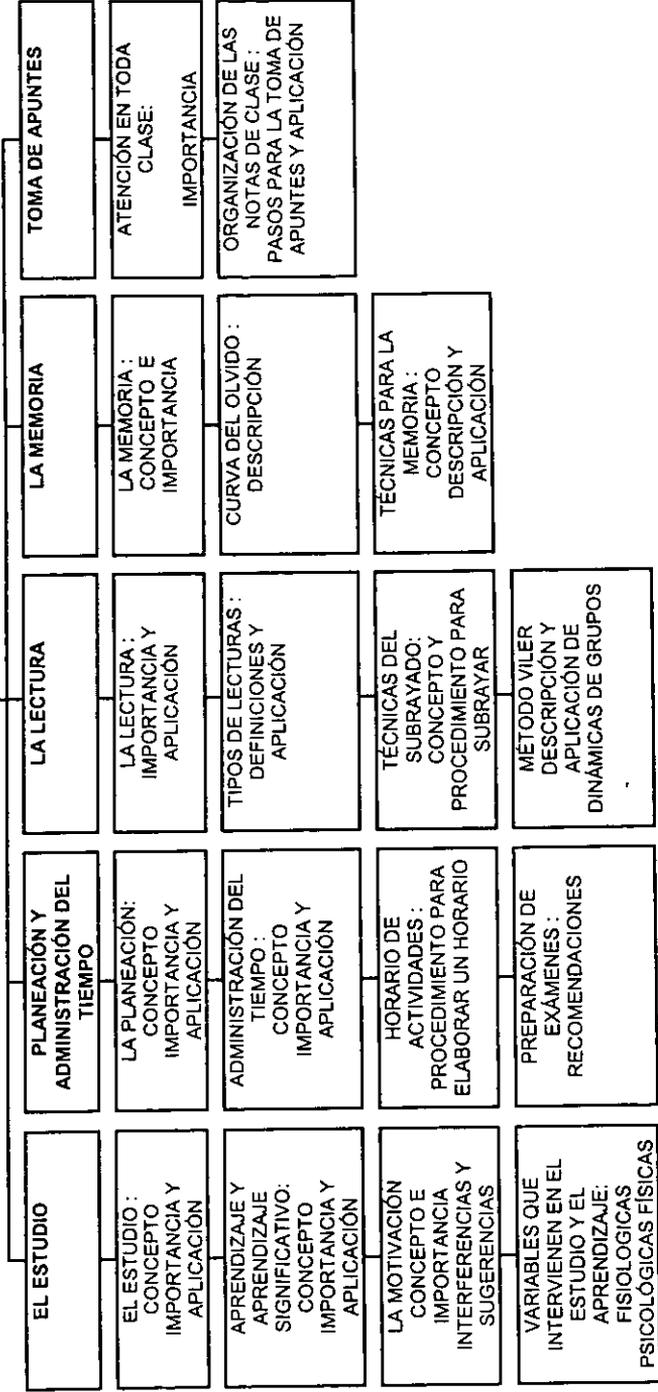
Esta sesión inició dando a conocer el subrayado simple y múltiple, los esquemas y diagramas.

Se llevó a cabo un ejercicio, en el se entregó una lectura a cada participante, se les proporcionó color rojo y azul, para subrayar el texto, las ideas principales con el color rojo y las ideas secundarias con azul.

Finalizando lo anterior se formaron subgrupos de 3 a 4 personas, para que realizaran un análisis, en donde comparaban las ideas que cada uno subrayó y pudiera elaborar un resumen por equipo, exponerlo y llegar a conclusiones.

TALLER DE HÁBITOS HACIA EL ESTUDIO

PRESENTACIÓN



PRESENTACIÓN

❖ TÉCNICA EXPOSITIVA

Usos:

- Permite la exposición oral, por parte del instructor, sobre diversos temas.

Recursos materiales:

El salón donde será impartido el evento formativo.

Duración:

- El tiempo de exposición dependerá del tema que se desarrollo.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre.

Instrucciones específicas:

- El instructor planeará la forma en que habrá de exponer el tema o contenido del curso; para lo cual deberá tomar en cuenta el nivel educativo al cual se dirigirá el material didáctico que empleará, tiempo de exposición y objetivo.

Desarrollo:

- Al inicio del curso, el instructor presentará el objetivo general del tema y dará una breve introducción sobre el contenido que se abordará.
- Posteriormente expondrá el tema, valiéndose de los recursos materiales que el instructor preparado para la exposición.
- Al finalizar la sesión, el instructor puede realizar preguntas a los estudiantes para corroborar si lo que se expuso fue comprendido.

❖ CANASTA DE FRUTAS

Usos:

- Permite la presentación de los participantes y facilita el proceso de integración de grupo al inicio de un evento.

Recursos materiales:

- Salón de amplio, que permita formar un círculo con los participantes.

Duración:

- Depende del número de participantes.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado:

Disposición del grupo:

- El trabajo se realiza con un solo equipo, el cual estará formado por todos los participantes.

Instrucciones específicas:

- Ninguna.

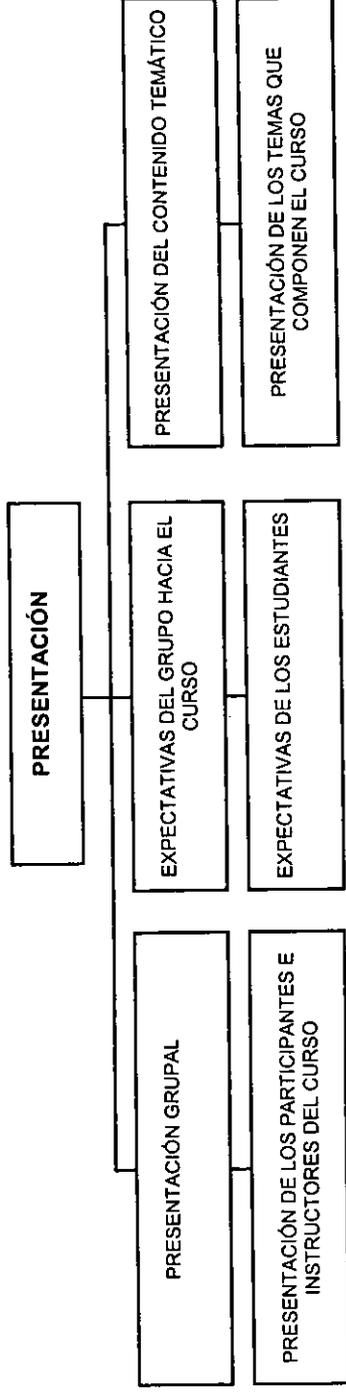
Desarrollo:

- El instructor solicita a todos los participantes formar un círculo al centro del salón.
- Se les pide a los integrantes escojan el nombre de una fruta que les agrade, para que después cada uno, incluyendo al instructor, se presenten con su nombre y el nombre de la fruta que escogió.
- En el centro de círculo deberá estar al inicio del juego una persona, que en este caso se sugiere sea el facilitador, para que él comience por decir el

nombre de alguna de las frutas ya mencionadas, el participante que escuché el nombre de su fruta deberá decir el nombre de sus compañeros que se encuentren de cada lado y el nombre de la fruta que ambos escogieron, si se llegase a equivocar, este toma el lugar de la persona que esté en el centro y así sucesivamente.

- Cuando se haya logrado la participación completa del grupo o cuando se considere necesario, el instructor gritará la frase: Canasta de Frutas y los integrantes del juego deberán cambiar de lugar.
- El instructor decidirá las veces que esto sea necesario, para continuar el juego.

PRESENTACIÓN



P R E S E N T A C I Ó N

Objetivo.- El estudiante identificará a sus compañeros de clase y se relacionará con el contenido del taller

En este contexto, los estudiantes participarán en técnicas de integración para identificarse con sus compañeros de clase.

En este contexto los estudiantes participarán en técnicas de integración para identificarse con sus compañeros de clase.

De la misma manera se dará a conocer las expectativas del grupo, objetivo y desarrollo del taller, esto se reafirma con la presentación del contenido temático del taller.

PRESENTACIÓN

Objetivo particular : El estudiante identificará a sus compañeros de clase y se familiarizará con el contenido del taller

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
PRESENTACIÓN GRUPAL	EL ESTUDIANTE SE INTEGRARÁ CON SUS COMPAÑEROS DE CLASE E INSTRUCTORES DEL CURSO	CINCO SENTIDOS CANASTA DE FRUTAS DINÁMICA GRUPAL	PIZARRÓN HOJAS BLANCAS LÁPICES ROTAFOLIOS PLUMONES	30 MINUTOS
EXPECTATIVAS DEL GRUPO HACIA EL CURSO	EL ESTUDIANTE MENCIONARÁ SUS EXPECTATIVAS HACIA EL CURSO	DETECCIÓN DE EXPECTATIVAS	HOJAS BLANCAS LÁPICES ROTAFOLIOS PLUMONES	30 MINUTOS
PRESENTACIÓN DEL CONTENIDO TEMÁTICO	EL ESTUDIANTE SE FAMILIARIZARÁ CON LOS TEMAS QUE COMPOENEN EL CURSO	TÉCNICA EXPOSITIVA	PIZARRÓN ACETATOS	30 MINUTOS

❖ LOS CINCO SENTIDOS

Usos:

- Propicia la ruptura de hielo al inicio de los procesos de entrenamiento facilitando la expresión de sentimientos que servirán como puentes de interacción.
- Destaca la afinidad emocional a manera de retroalimentación permitiendo la distensión o el relajamiento al explorar áreas personales que establecen lazos de confianza merced de las semejanzas individuales.

Recursos materiales:

- Salón amplio, que permita el trabajo en subgrupos.
- De preferencia es conveniente entregarles a los participantes una hoja impresa (ver hoja de participantes, aunque no es indispensable, una hoja blanca sirve).
- Hojas de rotafolio, lápices y plumones.

Duración:

- 30 minutos aproximadamente.

Tamaño del grupo:

- De 16 a 20 participantes.

Disposición del grupo:

- Primera etapa: Individual.
- Segunda etapa: Subgrupal
- Tercera etapa: Plenaria.

Instrucciones específicas:

- Es importante que el Instructor haga un preámbulo en donde se destaque la importancia de la expresión de los sentimientos para el conocimiento interpersonal. La evocación de situaciones gratas a nivel individual es una forma sencilla para que esta manifestación emocional se realice.

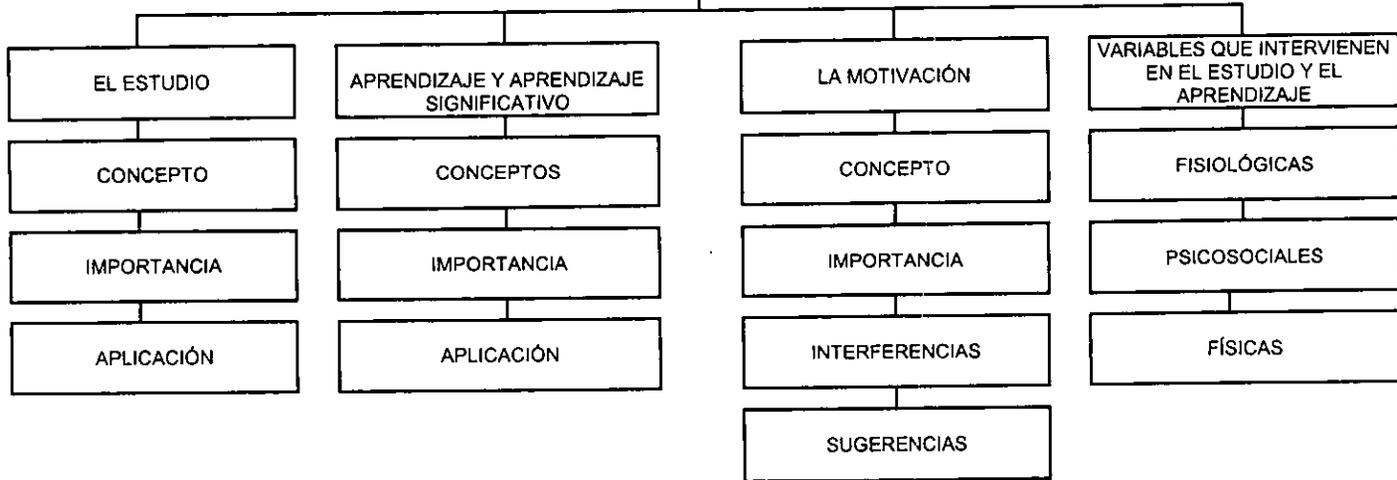
Desarrollo:

- Se les solicita a los participantes que en la hoja impresa del ejercicio o en la hoja blanca según sea el caso, anoten, en siete minutos, tres preferencias para cada uno de los sentidos perceptuales.
- Es importante hacerles hincapié a los participantes que expresen con imaginación lo que esté más próximo a su sentir, inclinándose por la espontaneidad.
- Se pasa entonces a formar los subgrupos de cuatro a cinco personas, para tratar de ponerse de acuerdo en un posible listado de gustos en conjunto.
- Se les entrega una hoja de rotafolio y un plumón por equipo, para que anoten sus conclusiones. Se proporcionan 8 minutos para tal tarea.
- En plenario se analizan las hojas donde están las conclusiones del equipo, en función de las semejanzas y los elementos comunes. Se trata de llegar a conclusiones.

MÓDULO 1
EL ESTUDIO

MÓDULO 1

EL ESTUDIO



EL ESTUDIO

Objetivo.- El estudiante cultivará la motivación y el interés por el saber. Así como a enseñarle a poner en práctica aquellas técnicas que favorezcan el aprendizaje y le ayuden al máximo provecho de estudio.

En este aspecto es importante que el estudiante, tenga a su alcance métodos, técnicas y estrategias que le faciliten la tarea de estudiar.

El uso de unos métodos adecuados le permitirán conseguir los objetivos de estudio (el aprendizaje), en menos tiempo y a la vez, poder disponer de más tiempo libre.

MÓDULO 1

EL ESTUDIO

Objetivo particular.- El estudiante identificará la importancia del estudio, el aprendizaje, el aprendizaje significativo, la motivación; así como las variables físicas, fisiológicas y psicosociales que intervienen en ellos, a fin de que los aplique en pro de un mejor desempeño académico.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
1.1 EL ESTUDIO : CONCEPTO ,IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ EL CONCEPTO DE ESTUDIO Y DETERMINARÁ SU IMPORTANCIA	LLUVIA DE IDEAS TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO	PIZARRÓN ACETATOS	60 MINUTOS
1.2 APRENDIZAJE Y APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO: CONCEPTO, IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE DISTINGUIRÁ LA DIFERENCIA ENTRE APRENDIZAJE Y APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TÉCNICA EXPOSITIVA EXPERIENCIAS DE APRENDIZAJES	PIZARRÓN HOJAS BLANCAS ,LAPICES	90 MINUTOS
1.3 LA MOTIVACIÓN CONCEPTO , IMPORTANCIA INTERFERENCIAS SUGERENCIAS	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ EL CONCEPTO DE LA MOTIVACIÓN Y DETERMINARÁ SU IMPORTANCIA	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO RECOLECCIÓN DE OBJETOS	PIZARRÓN ACETATOS DIFERENTES OBJETOS ,DULCES	60 MINUTOS
1.4 VARIABLES QUE INTERVIENEN EN EL ESTUDIO Y EL APRENDIZAJE: FISIOLÓGICAS, PSICOLÓGICAS Y FÍSICAS	EL ESTUDIANTE DISCRIMINARÁ LAS CONDICIONES QUE INTERVIENEN EN EL ESTUDIO Y SU PROCESO DE APRENDIZAJE	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO APRENDIENDO A ESTUDIAR	ROTAFOLIOS MATERIAL IMPRESO	90 MINUTOS

❖ DETECCIÓN DE EXPECTATIVAS

Usos:

- Es importante para la formación de la comunidad de aprendizaje, que el instructor cuente con la posibilidad de determinar las expectativas de los participantes. Este ejercicio además de auxiliarnos en tal propósito, nos ayuda a mover físicamente al grupo, para evitar los cónclaves informales en la mesa.
- Determina las expectativas del grupo con relación al evento de que se trate.
- Verifica las posibles discrepancias con relación a los objetivos.
- Minimiza los efectos de los cónclaves informales.

Recursos materiales:

- El salón donde será impartido el evento formativo.
- Hojas tamaño carta, de rotafolio, lápices y plumones.

Duración:

- De 30 a 40 minutos.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Primero en forma individual
- Posteriormente en subgrupos o corrillos de 3 a 6 personas.

Instrucciones específicas:

- Ninguna

Desarrollo:

- Se solicita a los participantes que respondan de manera individual, en una hoja tamaño carta, las siguientes preguntas.
 - ¿ Por qué estoy aquí?
 - ¿ Qué me gustaría aprender?
 - ¿Qué me gustaría aportar?

❖ LLUVIA DE IDEAS

Usos:

- Esta técnica permite una mayor autonomía y libertad de exposición de los participantes, quienes pueden presentar diversas soluciones a un problema determinado.

Recursos materiales:

- Pizarrón y gises

Duración:

- 15 minutos aproximadamente.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre

Instrucciones específicas:

- Para obtener el mejor provecho de esta técnica, habrá que realizarla en tres etapas:
 - Análisis y preparación
 - Desarrollo de la sesión.
 - Exámen y selección de ideas.

Desarrollo:

- La primera etapa consiste en plantear el problema que se quiere resolver. En la segunda fase se expresan las ideas con frases cortas y concretas. La última etapa un secretario o el propio instructor decidirá cuál es la idea final con respecto al análisis que se realizó.

❖ TÉCNICA DEL INTERROGATORIO.

Usos:

- Permite la realización de preguntas al estudiante, por parte del instructor, con diversos fines.

Recursos materiales:

- Pizarrón
- Hojas blancas.
- Lápiz

Duración:

- Entre 15 y 20 minutos aproximadamente.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre.

Instrucciones específicas:

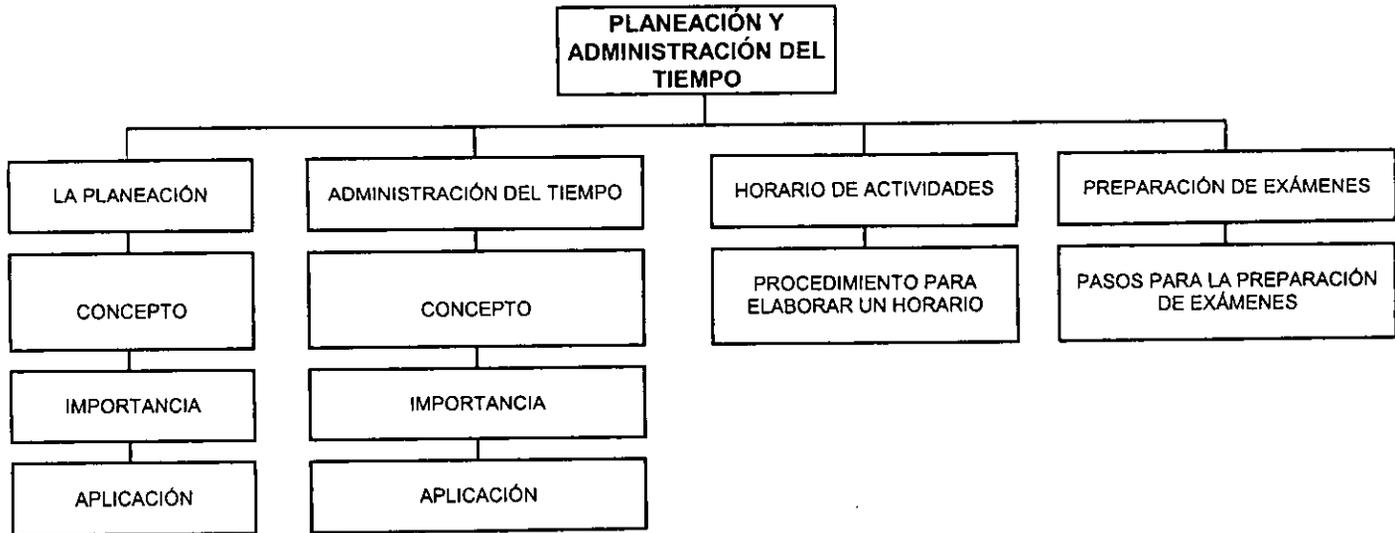
- Entregar a cada participante una hoja blanca y un lápiz.

Desarrollo:

- El instructor plantea las preguntas a los estudiantes; estos contestarán en la hoja blanca que se entregó al inicio de la sesión simplemente podrán responder de forma oral. Se procura llegar a conclusiones.

MÓDULO 2
PLANEACIÓN Y
ADMINISTRACIÓN DEL
TIEMPO

MÓDULO 2



PLANEACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

Objetivo.-El estudiante analizará y aplicará diversas técnicas para planear sus actividades y administrar su tiempo, a través de la elaboración de un horario, que le permitirá conseguir sus objetivos, tanto en los estudios, como en los demás vertientes de la vida.

Una adecuada planificación permitirá dedicar a las actividades más importantes el tiempo necesario para intentar asegurar la consecución de los objetivos propuestos en cada uno de ellos.

Por lo tanto hace una visión más completa de los diferentes objetivos y de sus prioridades.

MÓDULO 2

PLANEACIÓN Y ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO

Objetivo particular: El estudiante analizará y aplicará diversas técnicas para planear sus actividades y administrar su tiempo con eficacia a través de la elaboración de un horario de actividades.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
2.1 LA PLANEACIÓN: CONCEPTO, IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ EL CONCEPTO DE LA PLANEACIÓN Y SU IMPORTANCIA	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO UN DÍA DE PASEO	ACETATOS HOJAS BLANCAS ROTAFOLIOS LÁPICES PLUMONES	90 MINUTOS
2.2 ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO : CONCEPTO IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ EL CONCEPTO DE LA ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO Y SU IMPORTANCIA	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TÉCNICA EXPOSITIVA EL TIEMPO ES ORO	PIZARRÓN ,ACETATOS REVISTAS,CARTULINAS VASOS DE UNICEL POPOTES, TIJERAS RESISTOL, LAPICES	60 MINUTOS
2.3 HORARIO DE ACTIVIDADES : PROCEDIMIENTO PARA LA ELABORACIÓN DE UN HORARIO	EL ESTUDIANTE APLICARÁ ALGUNOS MÉTODOS PARA LA ELABORACIÓN DE UN HORARIO DE ACTIVIDADES	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO ORGANIZA TUS ACTIVIDADES	ACETATOS MATERIAL IMPRESO	60 MINUTOS
2.4 PREPARACIÓN DE EXÁMENES : PASOS PARA LA PREPARACIÓN DE EXÁMENES.	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ LOS PRINCIPALES PASOS PARA PREPARAR SUS EXÁMENES	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TÉCNICA EXPOSITIVA	ROTAFOLIOS	60 MINUTOS

❖ EL TIEMPO ES ORO

Usos:

- Auxilia en el análisis de la Administración del tiempo.

Recursos materiales:

- Tres revistas
- Tres cartulinas blancas.
- Tres paquetes de vasos de unicel
- Una caja de popotes
- Tres tijeras.
- Resistol
- Lápices

Duración:

- 30 minutos

tamaño del grupo:

- 20 personas.

Disposición del grupo:

- Se forman 3 equipos de 5 personas.

Instrucciones específicas:

- Se repartirá el mismo material por equipo, es decir, que cada subgrupo deberá tener revista, una cartulina (que deberá ser cortada a la mitad), 1 tijera, 1 resistol, 1 paquete de vasos de unicel y 20 popotes.

Desarrollo:

- cada equipo contará con 15 minutos para elaborar:
 - una torre con los vasos de unicel y los popotes
 - un colage con la mitad de la cartulina y unos recortes de revistas.
 - Dibujar un castillo en la mitad de la cartulina y con el lápiz.
- Al finalizar el tiempo destinado para realizar el ejercicio, cada equipo expondrá su trabajo frente al grupo y explicará los "obstáculos" a los que se enfrentó para poder realizar los trabajos (factor tiempo, la organización y la planeación del equipo).
- El instructor deberá relacionar la importancia de la Planeación y la Administración del tiempo con el desarrollo del ejercicio, para llegar a conclusiones.

❖ ORGANIZA TUS ACTIVIDADES.

Usos:

- Permite conocer la forma en que se organiza un horario de actividades, tomando en cuenta la planeación de las actividades y la administración del tiempo.

Recursos materiales:

- De preferencia es conveniente entregarles a los estudiantes una hoja impresa con el horario, en la que se incluyan las 24 horas del día y todos los días de la semana (ver hoja de participantes).
- Se elaborará en una hoja de rotafolio el mismo tipo de horario para que algún participante lo complete con la transcripción de su ejercicio.
- Lápices y plumones.

Duración:

- 30 minutos.

Tamaño del grupo:

- ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libra.

Instrucciones específicas:

- Ninguna.

Desarrollo:

- Cada participante deberá escribir en el horario todas las actividades que realizará durante cada día, hasta completar las de una semana. El estudiante deberá tomar en cuenta desde que se levanta por la mañana, hasta que se duerme.

- Es importante que se incluyan todas las actividades que el participante realiza, tomando en cuenta el día, la hora, el tiempo, y el grado de importancia. Para ello será necesario que el instructor especifique el tipo de actividades que existen:
 - Habituales o cotidianas: Sueño, aseo personal, alimentación, etc.

 - Responsabilidades o compromisos; Escuela, tareas, clases particulares, la práctica de algún deporte, etc.

 - Distracción o entretenimiento: Asistencia a eventos sociales fiestas, excursiones conciertos, etc.

 - Posteriormente el Instructor pedirá al grupo la cooperación de algún voluntario para que este exponga su horario frente al grupo, transcribiendo en la hoja de rotafolio su horario.

 - Se llega a conclusiones.

MÓDULO 2

❖ UN DIA DE PASEO

Usos:

- Permite comprender y esquematizar de manera simple y adecuada que no podemos vivir de cualquier manera “al aventón”, si queremos lograr algo hay que planearlo.

Recursos materiales:

- Hojas blancas
- Hojas de rotafolio
- Lápices
- Plumones

Duración:

- 35 minutos aproximadamente.

Tamaño de grupo:

20 personas máximo.

Disposición de grupo:

- Se formarán equipos de 5 personas.

Instrucciones específicas:

- Cada equipo deberá tener un par de hojas blancas, un lápiz y un plumón.
- Las hojas de rotafolio serán pegadas en la pared.

Desarrollo:

- El Instructor deberá narrar la siguiente historia, haciendo hincapié en cada uno de los participantes deberá imaginar la situación real para poder realizar el ejercicio.

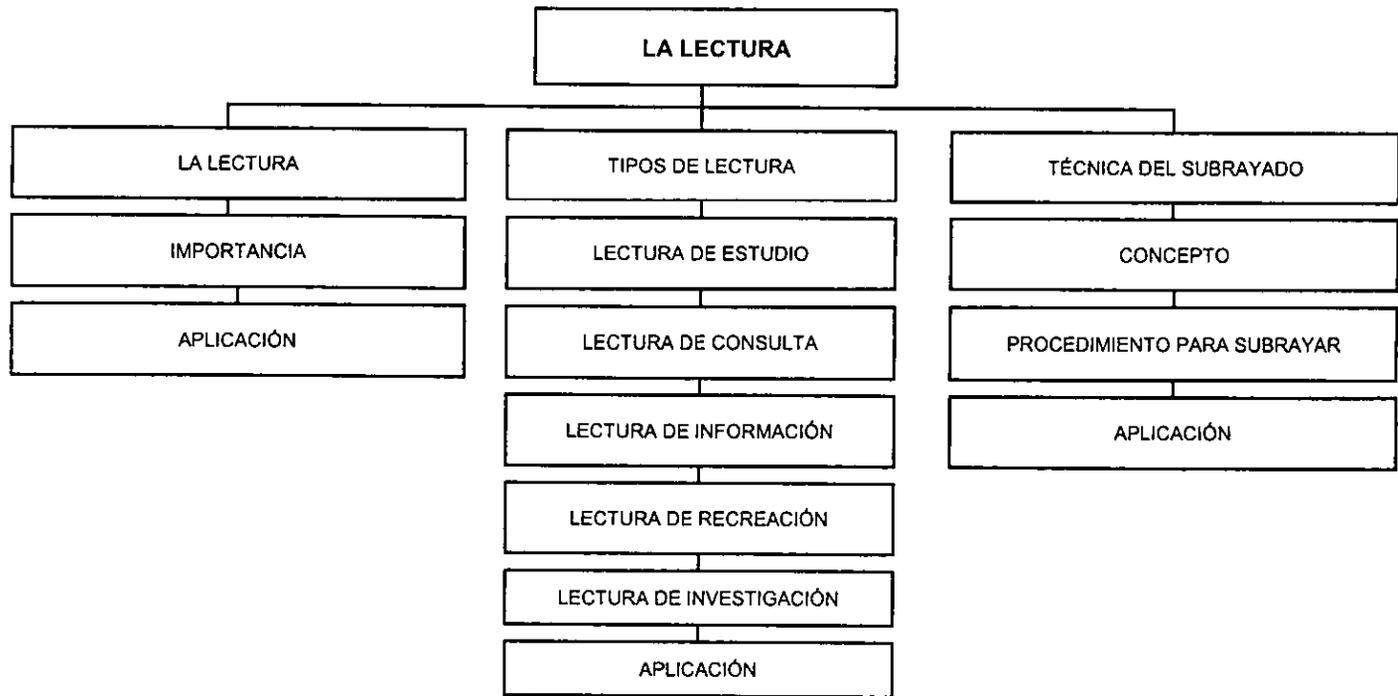
- La historia estará basada en alguno de los compañeros que forman parte del equipo, éste deberá invitar a los demás para irse de excursión el fin de semana, por lo tanto deberán planear entre todos qué es lo que necesitan para realizar su paseo.
- La lista de las cosas que necesitan deberán escribirla en las hojas blancas; el Instructor debe especificar que pueden ser cualquier tipo de cosas las que se necesiten para realizar su excursión (permiso de sus padres, dinero, comida; lo que sea). Los participantes contarán con 15 minutos para realizar este ejercicio.
- Cuando el tiempo del ejercicio haya concluido se solicitará a cada equipo que escoja un representante para que pase al frente y transcriba en la hoja de rotafolio la lista de las cosas que va a necesitar para realizar su plan.
- El Instructor propiciará la reflexión a través del contenido de la lista, detectando lo que no contempló cada equipo dentro de sus planes y haciendo mención de ello para crear conciencia de que planear y calcular todo lo que puede o no suceder es necesario para cumplir nuestros objetivos.

HOJA DE LOS PARTICIPANTES " HORARIO "

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
6:30 A 7:00							
7:00 A 8:00							
8:00 A 9:00							
9:00 A 10:00							
10:00 A 11:00							
11:00 A 12:00							
12:00 A 13:00							
13:00 A 14:00							
14:00 A 15:00							
15:00 A 16:00							
16:00 A 17:00							
17:00 A 18:00							
18:00 A 19:00							
19:00 A 20:00							
20:00 A 21:00							
21:00 A 22:00							
22:00 A 23:00							
23:00 A 24:00							

MÓDULO 3
LA LECTURA

MÓDULO 3



LA LECTURA

Objetivo.- El alumno determinará la importancia y la comprensión de la lectura a través de la aplicación de las técnicas complementarias como son: el subrayado, el esquema, el resumen y el método de EPL2R.

La importancia de la lectura radica, en que es una de las estrategias cognitivas básicas para el aprendizaje significativo y autónomo, siendo esta una de las habilidades más complejas del ser humano.

Su aprendizaje constituye un largo proceso que se prolonga durante todo el periodo escolar e incluso toda la vida.

MÓDULO 3

LA LECTURA

Objetivo particular: El estudiante determinará la importancia de la comprensión en la lectura a través de la aplicación de la técnica del subrayado.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
3.1 LA LECTURA : IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE DISTINGUIRÁ LA IMPORTANCIA DE LA LECTURA	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICA DEL INTERROGATORIO	ROTA FOLIOS HOJAS BLANCAS	90 MINUTOS
3.2 TIPOS DE LECTURAS DEFINICIONES Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE ANALIZARÁ LOS DIVERSOS TIPOS DE LECTURAS QUE EXISTEN	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TÉCNICA EXPOSITIVA ANALIZA TU LECTURA	ROTA FOLIOS MATERIAL IMPRESO REVISTA, PERIODICO, COMIC, LIBRO.	60 MINUTOS
3.3 TÉCNICA DEL SUBRAYADO: CONCEPTO PROCEDIMIENTO PARA SUBRAYAR	EL ESTUDIANTE APLICARÁ LA TÉCNICA DEL SUBRAYADO EN ALGUNAS LECTURAS	TÉCNICA EXPOSITIVA , TÉCNICA DEL INTERROGATORIO DESCUBRE Y SUBRAYA LAS IDEAS PRINCIPALES	ROTA FOLIOS MATERIAL IMPRESO HOJAS BLANCAS LAPICES DE COLORES , DICCIONARIO.	60 MINUTOS

❖ APRENDIENDO A ESTUDIAR.

Usos:

- Permite reconocer las condiciones físicas del lugar y ambiente de estudio.

Recursos materiales.

- Salón de clases.
- Una grabadora
- Un texto breve

Duración:

- 24 minutos.

Tamaño del grupo:

- 16 a 20 personas.

Disposición del grupo:

- Se divide al grupo en 2 equipos.

Instrucciones específicas:

- Se retira del salón a uno de los equipos y solo quedará un equipo dentro del aula.
- Para el material impreso; se recomienda una lectura breve, que puede ser la letra de una canción o cualquier párrafo de un texto. El contenido no deberá exceder de los 5 renglones.

Desarrollo:

- Cada participante deberá tener una copia de la lectura, para poder realizar el ejercicio.

- El equipo que queda dentro del aula deberá de tratar de memorizar el contenido del texto y se procurará para ello que el salón permanezca en absoluto silencio. Sólo que darán 5 minutos para dicho ejercicio. Transcurrido este tiempo se recogen las hojas y se introduce el equipo que quedó afuera. Se pregunta quién de los participantes logró memorizar en su mayoría el párrafo que se les entregó y los participantes que así lo hayan conseguido pasarán al frente a recitar el párrafo frente al grupo.
- Posteriormente se deja fuera del aula al equipo que realizó el ejercicio y se dan las mismas instrucciones al equipo que queda dentro, pero ahora deberá haber ruido (grabadora), interrupciones, etc. Transcurrido el tiempo, se procede de la misma forma que el ejercicio anterior, es decir, se introduce al equipo que quedó afuera y se pregunta quién logró memorizar el ejercicio, muy probablemente no exista nadie que lo haya logrado, es aquí donde se concluye retomando las características del lugar de estudio.

MÓDULO 3

❖ ANALIZA TU LECTURA.

Usos:

- Permite distinguir los tipos de lecturas que existen.
- Analiza en qué forma se estructuran diversos textos

Recursos materiales:

- Una revista cultural
- Una revista juvenil
- Un libro.
- Un periódico
- Un comió.
- Una hoja impresa con un breve cuestionario que corresponderá al tipo de lectura que el equipo habrá de analizar, (ver hoja de los participantes).

Duración:

- 30 min.

Tamaño del grupo:

20 personas máximo.

Disposición del grupo:

- Subgrupos de 3 personal.

Instrucciones específicas:

- A cada equipo se le hará entrega de alguna de las lecturas mencionadas (libro, periódico y revistas), junto con el cuestionario correspondiente.

Desarrollo:

- Cada subgrupo contará con 15 minutos para analizar la lectura y contestar así el cuestionario que se les entregó.
- Posteriormente el mismo equipo escogerá algún representante para que frente al grupo exponga el trabajo de todo el equipo.

EL MÉTODO DE EPL2R

El método de EPL2R significa : exploración – preguntas – lectura – respuesta - revisión.

A continuación se explicitan estos cinco pasos.

- A) Exploración .- Está consiste en la observación del contenido de un tema sobre, los enunciados de los apartados y palabras claves.

- B) Preguntas.- Se trata de formular una serie de preguntas partiendo de la fase exploratoria. Pueden formularse transformando títulos y subtítulos en interrogantes o partiendo de nombres propios, fechas , etc

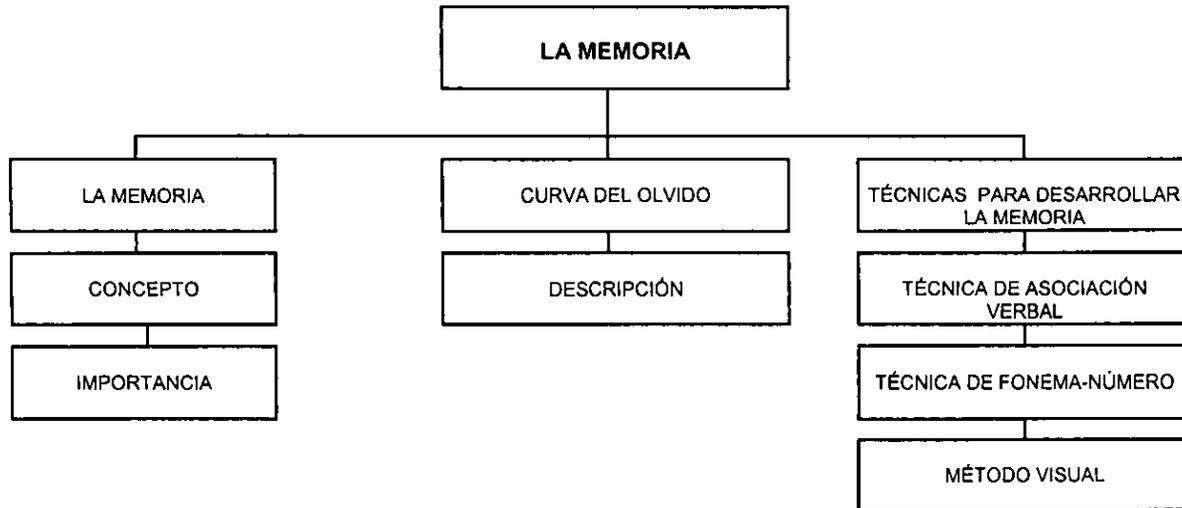
- C) Lectura.- Se refiere a la lectura integral y analítica del texto, para captar ideas fundamentales, distinguir lo principal de lo secundario, escoger detalles y ejemplos.

- D) Respuestas.- Se refiere a la capacidad de responder a las preguntas formuladas, así como formular otras preguntas nuevas y contestarlas.

- E) Revisión.- Se trata de realizar una lectura rápida para revisar el tema leído.

MÓDULO 4
LA MEMORIA

MÓDULO 4



LA MEMORIA

Objetivo.- El estudiante aplicará diversas técnicas que le ayuden a desarrollar la habilidad de la memoria.

La memoria es aquella que permite almacenar conocimientos particulares interrelacionados, como los que ya se poseen.

Esta concepción de la memoria desempeña un papel constructivo y estructurado dentro del aprendizaje.

Este proceso incluye las siguientes fases : comprensión, fijación, retención, evocación y reconocimiento.

Cabe señalar algunos de los factores que favorecen el proceso del recuerdo.

Una buena percepción y comprensión ,una verdadera motivación e interés por el estudio ,unas perfectas condiciones físicas y psicológicas, un numero suficiente de repeticiones, una correcta organización del material de estudio y una asociación lógica de ideas.

MÓDULO 4

Objetivo particular : El estudiante aplicará diversas técnicas que le ayuden a desarrollar la habilidad de la memoria.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
4.1 LA MEMORIA : CONCEPTO , IMPORTANCIA Y APLICACIÓN	EL ESTUDIANTE IDENTIFICARÁ EL CONCEPTO DE MEMORIA Y DETERMINARÁ SU IMPORTANCIA	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TÉCNICA EXPOSITIVA	ACETATOS	30 MINUTOS
4.2 LA CURVA DEL OLVIDO: DESCRIPCIÓN	EL ESTUDIANTE ANALIZARÁ LA CURVA DEL OLVIDO	TÉCNICA DEL INTERROGATORIO TECNICA EXPOSITIVA	PIZARRÓN ACETATOS	30 MINUTOS
4.3 TÉCNICAS PARA DESARROLLAR LA MEMORIA	EL ESTUDIANTE APLICARÁ DIFERENTES TÉCNICAS PARA EJERCITAR SU MEMORIA	TÉCNICA EXPOSITIVA TÉCNICAS DE ASOCIACIÓN VERBAL TÉCNICA DE ASOCIACIÓN FONEMA- NÚMERO MÉTODO VISUAL	PIZARRÓN HOJAS BLANCAS LÁPICES MATERIAL IMPRESO	180 MINUTOS

❖ TÉCNICA DE ASOCIACION FONEMA – NÚMERO:

Usos:

- Esta técnica se utiliza para la memorización de fechas, fórmulas y teléfonos. En todo aquello en donde intervengan números. El método es muy parecido al de asociación visual. Se tiene que memorizar una consonante para cada uno de los dígitos del 0 al 9, los cuales se seleccionarán conforme se desee.

Recursos materiales:

- Hojas blancas.
- Lápices.

Duración:

- 50 min.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre.

Instrucciones específicas:

- Ninguna.

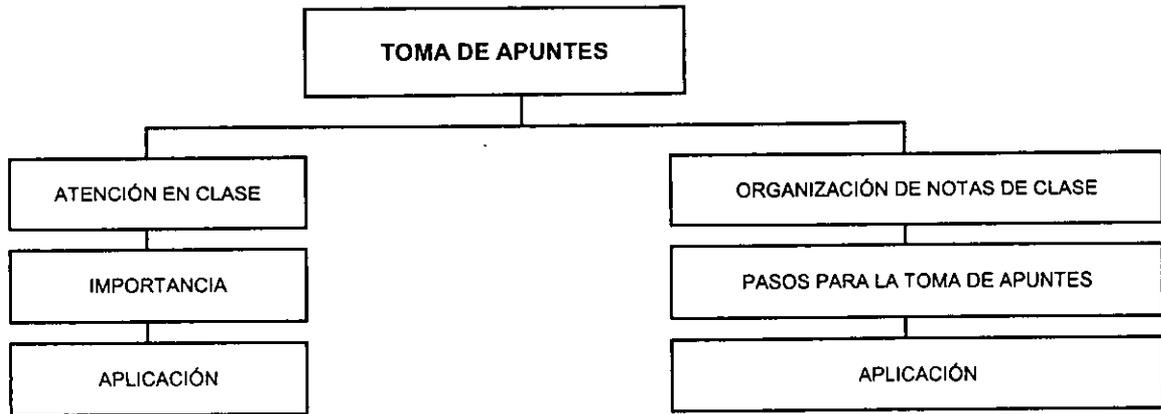
Desarrollo:

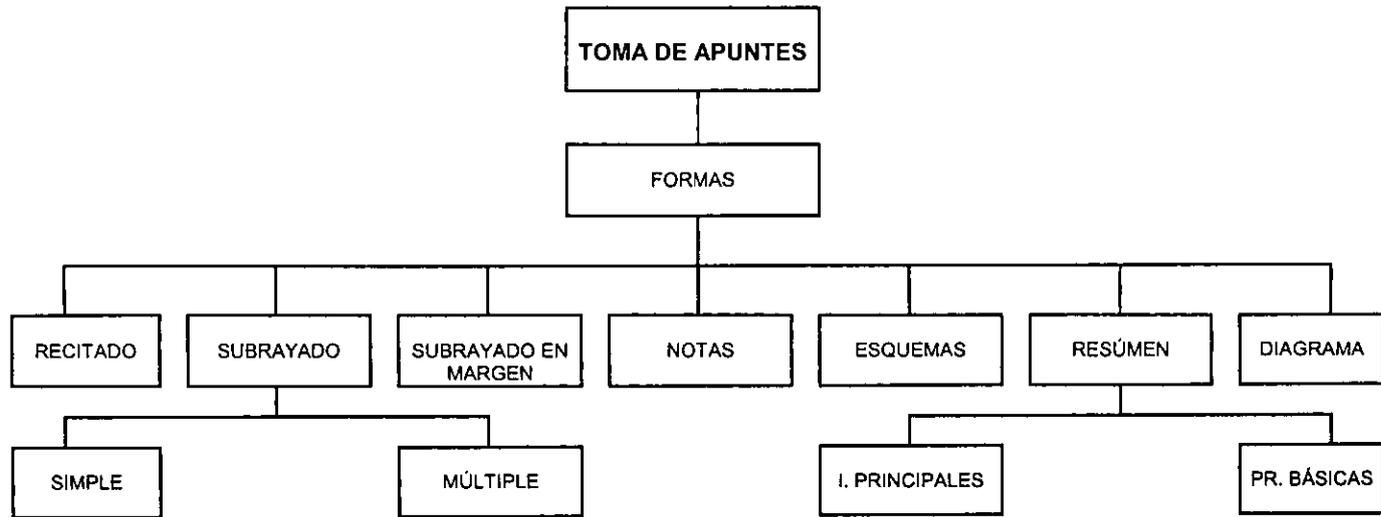
- Se escriben en el pizarrón los números del 0 al 9; posteriormente los estudiantes darán una consonante a cada uno de los números. Si el instructor lo considera necesario, puede el mismo establecer de antemano las consonantes para cada número. Como lo indica el siguiente ejemplo:

D,T	1
N	2
M	3
C (en ca, co, cu)	4
L	5
S, C (ce, ci)	6
F., J, G (ge, gi)	7

MÓDULO 5
LA TOMA DE
APUNTES

MÓDULO 5





TOMA DE APUNTES

Objetivo.- El estudiante determinará la importancia de la atención en clase y aplicará los pasos que deberá seguirse para la toma de apuntes.

La importancia de la toma de apuntes radica en dos razones fundamentales:

Para ayudar a entender las presentaciones del maestro y en el estudio del exámen correspondiente .

Todo esto requiere de una concentración para poder adquirir el proceso de aprendizaje.

MÓDULO 5

Objetivo particular: El estudiante determinará la importancia de la atención en clase y aplicará los pasos que deben seguirse para la toma de apuntes.

CONTENIDO	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	ESTRATEGIAS	RECURSOS DIDÁCTICOS	TIEMPO
5.1 LA ATENCIÓN EN CLASE: IMPORTANCIA	EL ESTUDIANTE DETERMINARÁ LA IMPORTANCIA DE PONER ATENCIÓN DURANTE LA CLASE	TÉCNICA EXPOSITIVA	ROTAFOLIOS	30 MINUTOS
5.2 ORGANIZACIÓN DE LAS NOTAS DE CLASE: PASOS A SEGUIR PARA LA TOMA DE APUNTES	EL ESTUDIANTE APLICARÁ LOS PASOS PARA LA TOMA DE APUNTES	TÉCNICA EXPOSITIVA APRENDIENDO A TOMAR NOTAS EN CLASE	ACETATOS HOJAS RAYADAS PLUMAS	90 MINUTOS

MÓDULO 5

❖ APRENDIENDO A TOMAR APUNTES.

Usos:

- Ayuda al reconocimiento de la importancia que tiene el poner atención durante la clase.
- Permite tomar apuntes de manera organizada.

Recursos materiales:

- Hojas rayadas.
- Bolígrafos para cada participante.
- Duración:
- 20 minutos.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Libre.

Instrucciones específicas:

- Ninguna.

Desarrollo:

- El instructor entregará a cada participante una hoja rayada y una pluma.
- Cada participante tomará notas de manera individual sobre lo que el instructor exponga durante la sesión, teniendo como base los pasos que se expusieron durante la clase Toma de Apuntes.
- Los estudiantes posteriormente se intercambiarán sus notas de clase entre sí y el expositor retomará los pasos de la toma de apuntes para que cada participante verifique si el trabajo realizado, reúne las características expuestas.

❖ **DESCUBRE Y SUBRAYA LAS IDEAS ESENCIALES**

Usos:

- Permite descubrir y extraer las ideas principales de un texto.
- Ayuda a la elaboración de resúmenes.

Recursos materiales.

- Cualquier tipo de lectura (copias para todos los participantes).
- Lápices de colores rojo y azul.
- Una hoja blanca para cada participante.
- Un diccionario.

Duración:

- Depende del tamaño de la lectura.

Tamaño del grupo:

- Ilimitado.

Disposición del grupo:

- Primera etapa: Individual.
- Segunda etapa: Subgrupal.
- Tercera etapa: Plenaria.

Instrucciones específicas.

- Cada participante deberá contar con una copia de la lectura, una hoja blanca además de los colores rojo y azul que le servirán para subrayar el texto.

Desarrollo:

- Se les solicita a los participantes que primeramente realicen una lectura en silencio de todo el texto, tratando de comprender lo que están leyendo y en todo caso descubrir aquellas palabras de las cuales desconocen su significado; posteriormente a éste primer ejercicio, se localizan en el diccionario las palabras que los estudiantes no hayan comprendido, si es que se presenta dicho caso.
- A continuación se les pide realicen una segunda lectura del texto, pero ahora con un mayor detenimiento; ya que al mismo tiempo, deberán ir subrayando las ideas principales con el color rojo y las ideas secundarias con el color azul.
- Finalizando la tarea anterior, se les pide que formen subgrupos de 3 o 4 participantes para que realicen un análisis, en donde comparen las ideas que cada uno subrayo y puedan elaborar un resumen por equipo.
- Finalmente cada equipo expondrá su trabajo frente al grupo. Se llega a conclusiones.

ANEXO B
CUESTIONARIO DE
HÁBITOS Y TÉCNICAS
DE ESTUDIO

Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio

Apellidos _____ Nombre _____
Edad _____ Sexo _____ Centro _____ Curso _____

Instrucciones:

A continuación encontrarás unas preguntas que se refieren a tu forma de estudiar. Léelas con detenimiento y contéstalas marcando en la Hoja de respuestas el espacio del SI, si lo que dice coincide SIEMPRE o CASI SIEMPRE con tu forma de estudiar. NO, si lo que se dice NO coincide NUNCA o CASI NUNCA con tu forma de estudiar.

En caso de duda, contesta SI o NO teniendo en cuenta lo que te ocurre con más frecuencia. Recuerda que sólo debes dar una respuesta a cada pregunta. Si te equivocas debes borrar cuidadosamente la marca y señalar la otra.

Debes ser sincero y contestar las preguntas, pues estos datos servirán para conocer cual es tu situación en el estudio personal y mejorar, si es necesario, aquellos aspectos que lo requieran. Si no has comprendido algo puedes preguntarlo ahora.

NO COMIENCES A CONTESTAR HASTA QUE TE LO INDIQUEN

1. ¿Tienes claras las razones por las que estudias?..... Sí No
2. ¿Sueles cambiar con cierta frecuencia el lugar donde estudias en tu casa?.....Sí No
3. ¿Procuras estudiar en aquellas horas en que te encuentras en mejores condiciones para aprender?..... Sí No
4. ¿Te has parado a pensar sobre el número de actividades que realizas cada día y el tiempo que le dedicas a cada una de ellas?.....Sí No
5. ¿Acostumbras a mirar el índice y los apartados más importantes de un tema antes de comenzar a estudiar?.....Sí No
6. ¿Tomas nota de las explicaciones de los profesores?.....Sí No
7. ¿Lees con detenimiento los enunciados de las preguntas?.....Sí No
8. ¿Consideras el estudio una ocasión para aprender?.....Sí No
9. ¿Tu lugar de estudio está alejado de ruidos y otras cosas que impidan concentrarte?.....Sí No
10. Antes de empezar un trabajo, ¿haces un esquema de los aspectos más importantes que va a desarrollar?..... Sí No
11. ¿Sueles dormir, por lo menos, 8 horas cada día?.....Sí No
12. ¿Tienes una idea general de lo que vas a estudiar a lo largo del curso en cada materia o asignatura?..... Sí No
13. Antes de estudiar el tema con profundidad, ¿realizas una lectura rápida del mismo para hacerte una idea general?.....Sí No
14. Antes de escribir la respuesta ¿piensas detenidamente lo que vas a contestar y cómo lo vas a hacer?.....Sí No
15. Cuando comienzas a estudiar, ¿tardas bastante tiempo en concentrarte?.....Sí No
16. En el lugar donde estudias habitualmente, ¿hay personas o cosas que distraen tu atención?.....Sí No
17. Cuando tomas notas, ¿sueles copiar al pie de la letra lo que dice el profesor?.....Sí No
18. ¿Sueles dormir mal y por la mañana te sientes cansado y poco repuesto?.....Sí No
19. ¿Has elaborado un plan de trabajo en función del tiempo de que dispones y de las asignaturas que tienes?Sí No
20. Cuando has de hacer un trabajo, ¿sueles comentar con tu profesor el esquema y desarrollo del mismo?.....Sí No
21. Después de una primera lectura del tema, ¿haces una lectura lenta y reposada para buscar las ideas más importantes?..... Sí No
22. Cuando faltas a clase ¿Sueles informarte a través de un compañero o del profesor de lo que se ha realizado y se ha de realizar?..... Sí No
23. En un examen o ejercicio, ¿repartes el tiempo para cada pregunta?..... Sí No
24. Cuando no comprendes algo, ¿lo anotas para luego consultarlo?.....Sí No
25. ¿Tienes luz suficiente (luz natural o lámpara) para estudiar sin forzar la vista?.....Sí No
26. ¿Combinas el tiempo que dedicas al estudio con el tiempo de descanso?.....Sí No
27. ¿Dedicas a cada asignatura el tiempo necesario que pueda asegurarte un buen resultado?.....Sí No
28. ¿Subrayas las ideas más importantes a medida que vas estudiando un tema?.....Sí No
29. ¿Sueles abrir un poco puerta/ventana de tu habitación de estudio para que se ventile?.....Sí No
30. En el caso de que necesites información para hacer un trabajo, ¿sabes cómo encontrarla?.....Sí No
31. ¿Cuidas de que tu expresión escrita sea clara, ordenada y comprensiva?.....Sí No
32. ¿Tratas de estudiar sólo lo justo para una prueba o control?.....Sí No
33. ¿Has notado que los resultados en tus estudios son bajos porque tienes el tiempo demasiado ocupado en otras cosas?..... Sí No
34. ¿Sigues el plan de trabajo que te has propuesto desde el principio de curso?.....Sí No
35. En tu lugar de estudio, ¿dispones de suficiente espacio para tener organizado y a mano el material que necesitas?.....Sí No
36. Antes de empezar a estudiar, ¿piensas lo que vas a hacer y como vas a distribuir el tiempo?.....Sí No
37. ¿Resumes lo más importante de cada uno de los apartados del tema para elaborar después una síntesis general?.....Sí No
38. ¿Cabe en tu mesa todo lo que necesitas para el estudio?.....Sí No

39. Cuando buscas información en un libro, enciclopedia, etc., para realizar un trabajo, ¿te limitas a copiar al pie de la letra lo que lees? Sí No
40. ¿Sueles interrumpir tus sesiones de estudio en casa? Sí No
41. ¿Te has acostumbrado a hacer esquemas, croquis, cuadros, gráficos, etc., cuando estudias un tema? Sí No
42. ¿Intentas sobreponerte con interés, con ánimo, ante un bajón en las notas? Sí No
43. ¿A tu silla de estudio le falta respaldo? Sí No
44. ¿Tienes organizado todo el material que se ha trabajado en cada materia? Sí No
45. ¿La altura de tu silla de estudio te permite apoyar bien los pies en el suelo? Sí No
46. Cuando terminas tu sesión de estudio personal, ¿sueles acabar las tareas que te habías propuesto? Sí No
47. ¿La altura de la mesa está proporcionada a la de la silla? Sí No
48. ¿Tienes la costumbre de preparar los exámenes con poco de tiempo de antelación? Sí No
49. ¿Relacionas el tema estudiado con lo aprendido anteriormente? Sí No
50. ¿Descuidas la redacción y presentación del trabajo? Sí No
51. ¿Acostumbras a memorizar las ideas más importantes que has resumido en un tema o lección? Sí No
52. ¿Pones de tu parte todo lo que puedes para asegurarte unos buenos resultados en tu tarea escolar? Sí No
53. ¿Te acercas excesivamente sobre el libro cuando estudias? Sí No
54. ¿Aprovechas algún momento del fin de semana para repasar aquellos temas que te han quedado más flojos? Sí No
55. ¿Si te sobra tiempo, ¿entregas el examen inmediatamente sin repasar de nuevo las respuestas? Sí No
56. ¿Sueles indicar el nombre de todos aquellos materiales (libros, enciclopedias, revistas, etc.) que has utilizado en el trabajo? Sí No