

52  
2oj.

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO  
FACULTAD DE FILOSOFIA Y LETRAS  
COLEGIO DE PEDAGOGIA

PROPUESTA DE PROGRAMA DE HABITOS DE ESTUDIO  
PARA ALUMNOS QUE CURSAN EL 5° y 6° GRADO  
DE EDUCACION BASICA EN LAS ESCUELAS ASISTEN-  
CIALES.



T E S I N A

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE :

LICENCIADO EN PEDAGOGIA

P R E S E N T A :

LUCIA VAZQUEZ NAJERA

TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN

Ciudad Universitaria, septiembre de 1992.



## **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 está 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.

## I N D I C E

### I N T R O D U C C I O N

CAPITULO. 1 BASES TEORICAS DEL APRENDIZAJE.....	1
1.1. CONCEPTO DE APRENDIZAJE.....	1
1.2. TEORIAS DEL APRENDIZAJE.....	2
1.3. TIPOS DE APRENDIZAJE.....	10
1.4. FACTORES QUE FACILITAN EL APRENDIZAJE.....	14
CAPITULO. 2 HABITOS DE ESTUDIO.....	17
2.1. CONCEPTO DE HABITOS DE ESTUDIO.....	17
2.2. LOS HABITOS DE ESTUDIO Y SU RELACION CON EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.....	18
2.3. TECNICAS Y METODOS DE ESTUDIO.....	20
CAPITULO. 3 LAS ESCUELAS ASISTENCIALES.....	28
3.1. CARACTERISTICAS DE LAS ESCUELAS ASISTENCIALES, ANTECEDENTES HISTORICOS.....	28
3.2. ESTRUCTURA ACTUAL.....	30
3.3. OBJETIVOS Y FUNCIONES DE LAS ESCUELAS ASISTENCIALES.....	32
3.4. CARACTERISTICAS DE LA POBLACION ATENDIDA...	38

CAPITULO. 4 PROPUESTA DE PROGRAMA DE HABITOS DE ESTUDIO, PARA ALUMNOS QUE CURSAN EL 5º Y 6º GRADO DE EDUCACION BASICA EN LAS ESCUELAS ASISTENCIALES.....	40
4.1. OBJETIVOS DEL PROGRAMA.....	43
4.2. INSTRUMENTACION METODOLOGICA.....	43
4.2.1. ASPECTOS METODOLOGICOS EN LA MECANICA DEL TRABAJO.....	44
4.2.2. EVALUACION.....	46
4.3. ESTRUCTURA Y MANEJO DEL PROGRAMA.....	60
4.3.1. CONTENIDO TEMATICO.....	62
4.4. PLANIFICACION Y PRESENTACION POR UNIDADES..	64
UNIDAD I LO QUE APRENDEMOS Y COMO LO APRENDEMOS.....	64
UNIDAD II PLANIFICACION DEL ESTUDIO Y APRENDIZAJE PERSONAL.....	78
UNIDAD III DESARROLLO DE HABILIDADES BASICAS DE ESTUDIO.....	99
CONCLUSIONES.....	118
ANEXOS	
BIBLIOGRAFIA	

## I N T R O D U C C I O N

Una finalidad de las escuelas en todos los niveles, es enseñar al educando a estudiar; desafortunadamente la escuela descuida este aspecto tan decisivo en la formación del educando.

Los maestros invierten muy poco tiempo en instruir a sus alumnos en estrategias de estudio, la práctica común suele ser dejar deberes para realizar en casa como trabajo independiente quedando a criterio del estudiante la metodología de estudio.

Esta falta de orientación se traduce en muchos de los casos en fracaso escolar al no contar el alumno con técnicas de trabajo intelectual que le permitan enfrentar sus estudios con perspectivas de éxito.

El cómo estudiar es una necesidad prioritaria de todo escolar, por lo que es preciso proporcionarle una adecuada metodología de estudio que lo guíe hacia un aprendizaje autónomo y continuado. Esta acción debe iniciarse desde los niveles más elementales (primaria) a fin de servir de base a niveles educativos superiores, e ir facilitando así el proceso de estudio.

Proveer al educando de herramientas básicas de estudio que le permitan lograr un mejor aprovechamiento escolar, es una acción que debe planearse con detenimiento y llevarse a la práctica a través de programas que respondan a sus necesidades.

A la luz de esta necesidad de brindar estrategias de estudio, el pedagogo como profesional estudioso del fenómeno educativo y dada su formación en el campo de la Orientación Educativa, diseña y elabora programas encaminados a facilitar el proceso de aprendizaje en el alumno.

La Orientación Educativa como área de formación del pedagogo posibilita a éste, para definir el tipo de orientación que debe brindarse al educando en cada fase de su proceso educativo, así como proponer técnicas y métodos de estudio que faciliten el aprendizaje dentro y fuera de las aulas.

La Orientación Educativa es tema de análisis y reflexión en el campo de la Pedagogía, por lo que la incursión del pedagogo en ella se hace cada vez más necesarias.

El presente trabajo está enmarcado dentro de esta área, y aborda el tema de los hábitos y técnicas de estudio como

elementos básicos para promover un mejor aprovechamiento escolar. Responde a una necesidad e inquietud personal de brindar a los alumnos que cursan los últimos años de educación básica en las Escuelas Asistenciales, pertenecientes a la Secretaría de Educación Pública, un Programa de Hábitos de Estudio que permita favorecer su rendimiento escolar.

La propuesta busca lograr cambios positivos en el educando respecto a su forma de estudio, a través de la adquisición de técnicas de trabajo intelectual y desarrollo de hábitos de estudio personal.

El programa es de carácter formativo, ya que busca que el educando adquiera el aprendizaje de manera autónoma y continuada y finalmente se haga responsable de su propio proceso educativo.

En el Capítulo primero se aborda el fenómeno del aprendizaje, con la intención de ubicarlo dentro del contexto educativo, específicamente dentro del proceso de estudio. Se describen las teorías más representativas del aprendizaje que se reflejan actualmente en la práctica escolar resaltando sus aportaciones en relación a cómo se da el aprendizaje en el sujeto. Se anotan los diferentes tipos de aprendizaje y el proceso que se genera en el individuo para lograrlo. Se advierten los factores que facilitan el aprendizaje y lo promueven de una forma eficaz.

El segundo Capítulo aborda el tema de hábitos de estudio como parte importante de la formación educativa, y se establece la vinculación con el proceso de enseñanza-aprendizaje. En él se describen también algunas técnicas y métodos de estudio que se han utilizado con éxito en la práctica educativa.

En el Capítulo tercero se esbozan los antecedentes históricos, estructura y funcionamiento de las Escuelas Asistenciales pertenecientes a la S.E.P., con la intención de contextualizar el trabajo que se propone.

Por último en el Capítulo cuarto se presenta la propuesta "Programa de Hábitos de Estudio para alumnos que cursan el 5º y 6º grado de educación básica en las Escuelas Asistenciales de la S.E.P.", su contenido abarca los siguientes puntos: Introducción, objetivos, instrumentación metodológica, estructura y manejo del programa, contenido temático, guías didácticas, así como los contenidos de cada uno de las unidades que conforman el programa.

## CAPITULO 1

### 1.- BASES TEORICAS DEL APRENDIZAJE

#### 1.1 CONCEPTO DE APRENDIZAJE

El aprendizaje es una actividad básica que se realiza durante toda la vida del ser humano, en realidad nunca terminamos de aprender. Desde que nacemos tenemos la necesidad de aprender una infinidad de cosas; a caminar, distinguir objetos, construir frases, escribir, realizar operaciones matemáticas, etc. y cada vez con un nivel de complejidad más alto. No importa todo lo que hayamos aprendido, siempre nos faltará algo más por aprender.

Pero ¿qué es el aprendizaje?

Existen diferentes definiciones acerca de este concepto, por ejemplo se dice que "... aprender significa adquirir a través de la propia experiencia, conocimientos, hábitos, destrezas, etc. de tal manera que se pueda promover un cambio en el comportamiento del sujeto..."(1)

Otra definición considera que "... el aprendizaje, es el proceso mediante el cual el individuo por su propia actividad, cambia su conducta, su manera de pensar, de hacer y de sentir..."(2)

Una más dice que "... el aprendizaje es el proceso mediante el cual se obtienen nuevos conocimientos, habilidades o actitudes, a través de experiencias vividas que producen algún cambio en nuestro modo de ser y actuar..."(3)

Podrían citarse así muchas definiciones más, pero de esta pequeña muestra se puede advertir en ellas elementos afines que podemos analizar.

(1) Larroyo, Francisco. "Didáctica General". 5a. ed. México, Porrúa. 1976. pág. 72.

(2) Lippincott, Dixe. "La enseñanza y el aprendizaje en la escuela primaria". México, Limusa. 1978. pág. 10.

(3) Michel, Guillermo. "Aprender a Aprender". México, Trillas. 1981. pág. 19.

Es claro que la idea de aprendizaje se centra en aspectos muy concretos como son:

- Que el aprendizaje es un proceso que se da en el individuo.
- Que se da a través de experiencias vividas por él.
- Que permite la adquisición de conocimientos, habilidades, hábitos, actitudes, etc.
- Que promueve un cambio en la conducta del sujeto.

Tomando en cuenta estos aspectos podemos definir el aprendizaje como:

El proceso mediante el cual el individuo a través de la vivencia de experiencias significativas, adquiere conocimientos, habilidades, actitudes, etc, que producen un cambio duradero en su conducta.

De lo anterior podemos concluir que si deseamos promover el aprendizaje, deberemos analizar detenidamente cómo se da este proceso en el sujeto y orientar o encauzar las experiencias de aprendizaje convenientemente.

## 1.2.- TEORIAS DEL APRENDIZAJE

Existen diferentes enfoques acerca de lo que es el aprendizaje, cada una de ellas con criterios propios y firmes de cómo se dan ciertos procesos psicológico en el ser humano. Dado que desde hace mucho tiempo se han establecido teorías relativas a la naturaleza básica del proceso de aprendizaje resultará muy ambicioso tratar de citarlas todas en este pequeño inciso, por lo que sólo se presentará un bosquejo de las principales teorías del aprendizaje que se reflejan actualmente en las prácticas escolares.

Dos son las corrientes psicológicas que han influido notoriamente en la evolución del estudio del aprendizaje en nuestros días, éstas son, la Teoría Conductista y la Cognitiva.

### Teoría Conductista

La teoría conductista desarrolla sus investigaciones hacia el estudio de la conducta objetiva y explica el aprendizaje "... como un cambio conductual que se produce



por medio de estímulos y respuestas que se relacionan por principios mecánicos..."(4)

Dentro de esta Teoría existen dos modelos o puntos de vista en relación a cómo se da la mecánica del aprendizaje. Estos modelos son el Condicionamiento Clásico o Respondiente y el Condicionamiento Operante.

Dentro del Condicionamiento Clásico se advierten como principales representantes a John B. Watson y Guthrie, quienes coincidieron en afirmar que el aprendizaje es una cuestión de reflejos condicionados.

Según este modelo se logra modificar una conducta a partir de la asociación de un estímulo condicionado (estímulo que induce la respuesta) a uno incondicionado (estímulo que por sí sólo da la respuesta).

Cuando el estímulo condicionado es capaz por sí sólo de provocar una respuesta similar a la que provoca el estímulo incondicionado se podrá hablar de que ha habido aprendizaje. En otras palabras es el emparejamiento de un estímulo que produce una respuesta automática, a otra para producir la misma respuesta eliminando paulatinamente el primer estímulo.

El aprendizaje por reflejo condicionado es el más simple de los aprendizajes y por lo mismo es el que se lleva a cabo con mayor frecuencia. Sus principios han sido de gran utilidad para la enseñanza, pues permite explicar respuestas educativas y conductas emocionales.

El Condicionamiento Operante es el otro modelo que explica cómo y porqué se aprenden conductas. Si bien este modelo emplea los mismos componentes básicos de Estímulo y Respuesta para explicar el aprendizaje como lo hace el Condicionamiento Clásico, la diferencia estriba en la relación que se da entre los dos componentes.

El aprendizaje por condicionamiento operante se explica como el proceso mediante el cual se logra modificar o mantener una conducta a través de la aplicación de reforzadores.

Edward L. Thorndike (1874-1949) fue uno de los primeros investigadores que se interesó por la Psicología Educativa, estudió experimentalmente el aprendizaje animal y fue un teórico del refuerzo. Determinó que el aprendizaje se producía por ensayo y error y que "(5) la fijación de las conexiones estímulo-respuesta, dependían no simplemente del hecho que el estímulo y la respuesta se presentan juntas, sino de los efectos que seguían a la respuesta..." Se

(4) Morris. Bigge. "Teorías del aprendizaje para maestros". México, Pax, 1965. pág. 72.

(5) Hill. Winfred F. "Teorías contemporáneas del aprendizaje". Buenos Aires, Paidós, 1974. pág. 101.

refería concretamente a que si un estímulo era seguido por una respuesta y después por un factor de satisfacción, se fortalecería la conexión estímulo-respuesta. Sus ideas fueron muy importantes en Psicología ya que a partir de ellas se desarrollarían las leyes del refuerzo.

Contemporáneo de Thorndike, B.F. Skinner filósofo y psicólogo fue otro teórico del refuerzo, sus opiniones sobre el aprendizaje son un tanto análogas a las de su precursor. Propuso una formulación de la conducta que se desprendió de las observaciones del comportamiento de los animales. Consideró el refuerzo como un factor fundamental del aprendizaje, su Teoría se centra en el estudio de la conducta operante y asevera que las respuestas dadas por un sujeto en situación de condicionamiento, dependen no sólo de estímulos y reforzadores, sino también de las circunstancias en que se encuentra el sujeto al ser estimulado.

Destaca dos tipos de aprendizaje, cada uno comprende una clase distinta de conductas: conducta respondiente, que es producida por un estímulo específico..."(6). Es decir, dado un estímulo, la respuesta tiene lugar automáticamente y es lo que llamamos reflejos.

El otro tipo de conducta es la operante, que se caracteriza porque opera sobre el medio ambiente. En este caso no existe un estímulo particular que produzca la respuesta, es más bien producida por el organismo.

Skinner considera la conducta operante dependiente de las circunstancias que provocan la conducta y no de los estímulos que estén presentes. Es en sí una respuesta dada, condicionada en la que el reforzador presente en la ocurrencia de la respuesta va a ser determinante para que se vuelva a emitir la respuesta.

El condicionamiento operante o conducta operante, es el tipo de aprendizaje más importante para Skinner y es al que dedicó mayor tiempo de estudio.

La aplicación de reforzadores para lograr cierto tipo de aprendizaje fue su principal aportación a la Psicología del Aprendizaje, así como sus experimentos en relación a la discriminación y diferenciación de estímulos. La Teoría de Skinner es muy amplia y debido a que es estrictamente descriptiva, se requiere de mucho espacio para explicarla. La intención ha sido anotar los aspectos más relevantes de sus investigaciones y sus principales aportaciones a la Psicología Educativa.

---

(6) Ibidem. pág. 104.

Por último en el marco de la Teoría conexionista se citará a Leonard Hull y Neal Miller, quienes en el contexto experimental de la conducta tuvieron como propósito común elaborar una Teoría general del aprendizaje.

Siguiendo la tradición conexionista, realizaron una serie de estudios teórico-experimentales que los lleva a construir un sistema hipotético-deductivo. Sus postulados principales sobre aprendizaje se centran en cuatro elementos básicos que definen con precisión. Estos son: el impulso, la reducción del impulso, la fuerza del hábito y los estímulos reforzadores.

Ambos teóricos del refuerzo consideran a éste, de capital importancia para el aprendizaje, y la interrelación que se da entre este elemento y los anteriores constituyen en esencia la base principal de su Teoría del aprendizaje. A continuación se describen cada uno de ellos.

"... el impulso es un estado de excitación del organismo que impulsa al individuo a la acción, y se produce por estímulos internos y externos... Se pueden describir como la derivación de una necesidad del organismo no satisfecha, como el hambre y la sed..."(7)

Los impulsos tienen dos funciones, una es producir impulsos que indican la necesidad particular del organismo a satisfacer. La otra, es función activadora y vigorizante que lleva al organismo a lograr un impulso total, es decir elevar el nivel de actividad del individuo.

Un impulso implica siempre un fuerte estímulo y éstos orientan la respuesta y determinan cuál es la respuesta que se producirá.

"... La reducción del impulso es la satisfacción de la necesidad y sirve como recompensa, tiene la propiedad de que refuerza cualquier respuesta..."(8). Por último la fuerza del hábito debe ser entendida como un enlace que conecta un estímulo con una respuesta.

Todo aprendizaje implica la formación y fortalecimiento de hábitos.

Concluyendo, el aprendizaje se entiende como un proceso donde cada vez que se produce una respuesta en presencia de

(7) Ibidem. pág. 135

(8) Ibidem. pág. 136

un estímulo y éste es seguido de un reforzador, aumenta la fuerza del hábito de la conexión estímulo-respuesta.

El aprendizaje depende de la continuidad de los estímulos y las respuestas cercanamente asociadas al reforzamiento, este último es condición básica para que se afiance el enlace estímulo-respuesta.

Estas son algunas teorías del aprendizaje, las cuales son parte de la tradición conductista, todas ellas tienen en común que son teorías conexionistas, es decir que tratan de las conexiones estímulo-respuesta (con excepción de la teoría de Skinner) y todas ellas están enunciadas en un lenguaje más bien simple ya que utilizan poco las definiciones formales.

Estas dos características las separan de otras teorías que se describen a continuación.

### Teorías Cognitivas del Aprendizaje

A diferencia de las Teorías estímulo-respuesta, las teorías cognitivas del aprendizaje explican la conducta "...en función de las experiencias, información, impresiones, actitudes ideas y percepciones de una persona, y de la forma en que ésta las integra, organiza y reorganiza internamente..."(9) Conciben al hombre como un sistema procesador de información por lo que analizan los procesos cognitivos que se dan en él.

Las primeras interpretaciones cognitivas en relación al aprendizaje, tuvieron su origen en la llamada Psicología de la Gestalt.

Los teóricos gestaltistas hacen hincapié en el estudio de la percepción sobre todo de tipo visual y sostienen que lo percibido no es sólo el resultado de la suma de las partes, sino más bien, totalidades organizadas que dan la idea de unidad.

Marx Wertheimer (1880-1943). psicólogo alemán, considerado como precursor de la Teoría Gestaltista, inició sus investigaciones en el estudio del movimiento aparente, en donde la percepción juega un papel decisivo.

Introdujo el término "gestalt" para definir sistemas totales en donde las partes componentes están

(9) Clifford M. Margaret "Enciclopedia práctica de la pedagogía". vol. II Barcelona, Océano, 1982. Pág. 290

interrelacionadas dinámicamente. Una gestalt puede ser cualquier entidad definida que percibimos. Explicó cómo ésta puede llegar a destacarse de un trasfondo, definiendo los conceptos de figura y fondo.

Wertheimer compartió sus investigaciones con dos colegas, Wolfgang Hohler y Kurt Koffka. (ambos del campo de la gestalt). Sus investigaciones en relación al aprendizaje los llevó a definirlo como un proceso de obtención, y modificación de insight (término utilizado para designar la comprensión consciente y repentina que se da en el sujeto para la resolución de un problema dado).

El aprendizaje se produce a menudo en forma súbita, dicen los gestaltistas, aunado a la sensación de que en ese preciso momento se acaba de lograr una comprensión real del acontecimiento.

Formularon como base de su teoría, dos leyes en relación a la organización perceptual. La ley de la Proximidad y la ley del Cierre.

La primera se refiere a la proximidad aplicada a la percepción y explica que la cercanía de una cosa con otra, tiende a percibirse como unidad.

La segunda establece que las áreas cerradas tienden a formar unidades más rápidamente.

Con estas leyes se pueden explicar fenómenos del aprendizaje en relación a la retención de material percibido y la forma en que se advierte la información en unidades completas.

Como se puede observar los psicólogos gestaltistas conceden gran importancia a la percepción de totalidades organizadas porque consideran que el aprendizaje se da en la medida que se logra una visión global de la situación y se produzca un "insight".

Kurt Lewin (1890-1974) también psicólogo gestaltista, dirigió sus investigaciones hacia el estudio de la motivación, la personalidad y la conducta social. Centró su atención en los deseos y las metas de las personas, e intentó crear un sistema teórico que le permitiera conocer la conducta motivada de un individuo.

Desarrolló el concepto de "espacio vital" del sujeto, y lo definió como "... la totalidad de hechos que determinan la conducta de un individuo dado, en un momento determinado..."(10). Este espacio vital contiene a la

(10) Hill, Winfred F. Op. cit. pág. 170

persona misma, las metas que busca, las barreras a las que se enfrenta y los caminos que lo llevan a sus metas.

En este contexto la realidad es subjetiva, porque la persona es influida por la situación tal como ella la percibe de acuerdo a sus deseos y necesidades.

Lewin, trata con este modelo de predecir la conducta motivada del individuo, atendiendo a sus necesidades y tendencias que lo llevan hacia una dirección de acuerdo a sus expectativas, siendo ésta su principal aportación al estudio del aprendizaje.

Para concluir dentro de la tradición cognoscitiva se encuentra David P. Ausubel, para quien el aprender depende de dos cosas:

El grado de relación existente entre las experiencias pasadas y el material nuevo. Y la naturaleza de la relación que se establece entre ambas experiencias.

Su teoría del aprendizaje por "recepción significativa" explica cómo a partir del material verbal una persona adquiere información y la vincula a los acontecimientos previamente adquiridos dando así un significado especial, tanto al material recién adquirido como a la información almacenada con anterioridad.

Ausubel, al hablar de aprendizaje significativo involucra dos procesos básicos que operan en el individuo, y son: la asimilación y los organizadores de avance.

El primero lo define "... como el proceso por el cual se almacenan nuevas ideas en estrecha relación con experiencias anteriores..."(11) de la estructura cognitiva.

La asimilación es un componente importante para asegurar el aprendizaje ya que "... proporciona un significado adicional a la nueva idea, evita que las ideas se pierdan y olviden rápidamente al asociarse con experiencias afines y permite que la información almacenada se recupere fácil y rápidamente..." al estar debidamente clasificada.(12)

Los organizadores de avance que permiten vincular el nuevo material con el ya adquirido, se define como el marco de referencia que permite al sujeto construir y asociar conceptos a medida que éstos se presentan, se exponen y se repasan.

---

(11) Clifford. M. Margaret. Op. cit: pág. 291

(12) Ibidem. pág. 292

Para que este tipo de aprendizaje se pueda dar y no se mecanice sin sentido, es necesario que se cumplan dos condiciones básicas, éstas son:

Que la persona tenga disposición para el aprendizaje, es decir sea capaz de relacionar material nuevo con aprendizajes anteriores en forma significativa y útil.

Y en segundo término, que el material no sea vago o arbitrario, sino más bien intencionado y sustancial.

Ausubel interesado profundamente por la educación que se da en las aulas, estudio y explicó claramente cómo se da el aprendizaje significativo y estableció la diferencia que existe entre éste y el mecánico.

Hasta aquí se han abordado algunas teorías del aprendizaje de corte conexionista y cognoscitivo. Pese a las diferencias entre ellas, se puede considerar unitariamente su trabajo ya que ambas hacen del fenómeno del aprendizaje, su objeto de investigación y análisis.

Su propósito es el de promover una teoría general del aprendizaje, es decir formular un conjunto de leyes básicas que permitan explicar la conducta en una amplia gama de situaciones de aprendizaje.

Cada una de ellas realiza aportaciones importantes para el estudio del aprendizaje y es eslabón de nuevas investigaciones en este campo.

Actualmente en las aulas se realizan prácticas educativas con algunos de estos modelos teóricos, atendiendo básicamente el tipo de aprendizaje que se desea promover y el grado de efectividad que se desea alcanzar.

En el siguiente apartado se explica en forma breve los tipos de aprendizaje que existen.

### 1.3.- TIPOS DE APRENDIZAJE

Hablar de tipos de aprendizaje implica distinguir los procesos particulares que se dan en el individuo para adquirir el conocimiento. Si bien el hombre aprende a través de todo su cuerpo de manera integral, cuando requiere realizar un aprendizaje concreto, existe una predominancia de ciertos componentes que se ponen en juego, por ejemplo, dominar la conducta de abrochar un botón, comprender un concepto, aprender un principio, memorizar una canción, aprender otro idioma, realizar un cálculo mental, son diferentes tipos de aprendizaje. Así podemos hablar de habilidades motoras, de conceptos, de principios, verbal y de resolución de problemas. Cada uno de ellos presenta características definidas que se describen a continuación.

#### Aprendizaje Motor

Este tipo de aprendizaje puede considerarse como el punto de partida e instrumentos de todos los aprendizajes posteriores. Se inicia durante los primeros años de la infancia con el dominio de los movimientos de las diferentes partes del cuerpo y progresa a medida que el niño madura física y psíquicamente. Por tanto, la evolución intelectual del niño puede evaluarse atendiendo al grado de desarrollo que ha alcanzado con su conducta motora.

El aprendizaje de habilidades motoras, requiere de una secuencia de movimientos corporales y exige una coordinación de la percepción y de movimientos físicos. Su proceso involucra tres fases sucesivas:

Fase cognitiva; en la cual el individuo logra una comprensión de la tarea.

Fase asociativa; Aquí el sujeto requiere integrar una serie de respuestas aisladas a través del conocimiento preciso de las relaciones estímulo-respuesta y su sucesión progresiva. En esta fase se logra la espontaneidad y facilidad de movimiento.

Fase de autonomía; es la fase culminativa en donde se suele aumentar la velocidad de la ejecución y se consolida la asociación entre estímulos y respuestas.

Son ejemplos de aprendizaje motor con un mínimo de control de pensamiento, el gesticular, caminar, lavarse los dientes, sentarse, etc.



Son ejemplos de aprendizaje perceptivo-motor en donde las habilidades motoras están sujetas a un control del pensamiento, el dibujar, escribir, tocar el piano, conducir un automóvil, etc.

En el aprendizaje motor, la práctica o ejercicio repetitivo es un elemento primordial para el progreso, por lo que para su enseñanza debe tomarse muy en cuenta.

### Aprendizaje de conceptos

Se entiende por aprendizaje de conceptos un proceso intelectual centrado en la abstracción y generalización, que constituye el paso del conocimiento sensible, al intelectual; Implica la identificación de características de un conjunto de estímulos, por lo que se requiere capacidad de discriminación para lograr una diferenciación entre estímulos.(13)

"...Un concepto es una idea que presenta características comunes a varios objetos u acontecimientos.."(14) tiene la propiedad de poder representar la realidad consciente de manera simplificada, esquemática, selectiva y generalizada y hace posible la adquisición de ideas abstractas sin el contacto de experiencias empíricas concretas.

La naturaleza de los conceptos cambia con la experiencia y el paso del tiempo.

Es importante advertir que la mayor parte de la educación centra sus esfuerzos en la enseñanza de conceptos como: la responsabilidad, la sociedad, la cooperación, etc. por lo que se ha investigado la manera de cómo enseñar éstos convenientemente. Existen dos métodos muy conocidos actualmente: el Inductivo y el Deductivo.

El primero parte del objeto que se quiere conceptualizar y posteriormente se define. El segundo parte de la definición y después ejemplifica.

El método inductivo permite al sujeto descubrir el concepto ya que lo obliga a comparar y contrastar estímulos.

El método deductivo define el concepto de manera inmediata, por lo que requiere menor tiempo y esfuerzo en la enseñanza. El aprendizaje de conceptos es pieza fundamental

(13) Ibidem, pág. 315

(14) idem

para el aprendizaje de principios y de resolución de problemas.

### Aprendizaje de principios

Este tipo de aprendizaje consiste en captar el significado de nuevas ideas y enunciarlas en forma de proporciones. Los principios son enunciados que implican una relación entre dos o más variables en donde hay que aprender el significado de palabras aisladas cada una de las cuales representan un concepto. Cada principio incluye al menos dos conceptos fundamentales y muestra su relación entre ellos.

El aprendizaje de conceptos debe ser previo a este aprendizaje y puesto que los principios implican relaciones, es importante explicar éstas en un contexto significativo.

La experimentación y verificación consolidan este tipo de aprendizaje.

### Aprendizaje de Resolución de Problemas

"... Se llama resolución de un problema, al proceso de búsqueda y aplicación de un principio o conjunto de principios apropiados para encontrar la solución de un problema..."(15)

El hallazgo de una solución a un problema dependerá del conocimiento de conceptos y principios pertinentes, materia prima indispensable que se utiliza para formular una solución.

El procedimiento para la solución de un problema de acuerdo a las teorías cognoscitivas es mediante la comprobación de hipótesis y consiste en:

1. Conocer el problema, comprender lo que hay que hacer.
2. Enunciar una o más posibles soluciones.
3. Ordenar las soluciones en función de la probabilidad de que sean acertadas.
4. Probar cada una, hasta dar con la correcta.

Aprender a buscar respuestas a los nuevos problemas, es una tarea que cualquier estudiante debe practicar y la

(15) *Ibidem*. pág. 322

Escuela debe fomentar, sobre todo porque es una tarea a la que nos enfrentamos todos los días.

Son ejemplos de resolución de problemas:

- averiguar el significado de una palabra nueva
- elegir la música para una representación teatral
- elaborar un ensayo sobre un tema determinado

Para lograr dominar este aprendizaje, es necesario ser persistente y evitar la fijeza funcional, es decir la tendencia a pensar que los objetos sólo se usan de una manera convencional.

### Aprendizaje Verbal

El aprendizaje verbal requiere que la persona aprenda a responder apropiadamente a mensajes verbales. Para ello es necesario que el material que se aprende sea significativo. (16)

La esencia de este proceso reside en que ideas expresadas simbólicamente sean relacionadas de modo sustancial con otros conocimientos ya adquiridos. Además es fundamental que la persona manifieste una disposición para relacionar lo aprendido no de manera mecánica, sino intencional.

El aprendizaje verbal es un ejemplo claro de aprendizaje significativo ya que se da a través de la representación de símbolos.

Las palabras son símbolos convencionales, cada uno de los cuales representa un objeto, acontecimiento, situación o concepto. En principio son desconocidos para cualquier persona que se inicia en el lenguaje, luego entonces tiene que aprender lo que las palabras representan (objetos, ideas, etc.) y su significado (mismo que tiene que coincidir con los referentes).

Como se puede advertir el aprendizaje verbal, representa un proceso cognoscitivo, significativo y activo, en donde intervienen los equivalentes representativos de símbolos nuevos.

---

(16) El aprendizaje significativo lo define Ausubel, como el proceso mediante el cual el sujeto incorpora nuevos significados a sus esquemas cognoscitivos.

En las primeras etapas del aprendizaje verbal, las palabras tienden a representar objetos y acontecimientos reales, por lo que sus significados se igualan a imágenes relativamente concretas y específicas. Posteriormente a medida que las palabras comienzan a representar conceptos o ideas genéricas, se igualan con contenidos cognoscitivos más abstractos y categóricos. Se inicia entonces el aprendizaje conceptual.

#### 4. FACTORES QUE FACILITAN EL APRENDIZAJE

Existen una serie de factores que pueden favorecer y facilitar el aprendizaje, mismos que deben ser tomados en cuenta sobre todo por aquellos que tienen en sus manos la responsabilidad de la enseñanza.

Conviene clasificarlos para su descripción y análisis. Así puede hablarse de factores fisiológicos, psicológicos y ambientales.

**Factores fisiológicos:** dentro de los factores fisiológicos se pueden incluir todos aquellos que afectan el funcionamiento óptimo del organismo:

Los defectos sensoriales, la fatiga, la desnutrición, las enfermedades, los defectos físicos, son ejemplos muy concretos de elementos que afectan el aprendizaje. Se hablará brevemente de cada uno.

Los defectos sensoriales disminuyen considerablemente las posibilidades de un estudiante para lograr un aprendizaje efectivo. Por ejemplo la disminución de la visión o la insuficiente audición, tan común en las aulas es causa frecuente de retraso escolar. Es recomendable que se realice a todo estudiantes antes de iniciar su aprendizaje formal una revisión física que permita asegurar que los órganos de los sentidos, están en condiciones adecuadas para funcionar como es debido.

El cuerpo es el medio de comunicación entre el mundo exterior y la mente, por lo que el aprendizaje dependerá del funcionamiento adecuado de los sentidos y del estado físico en general del cuerpo.

La corrección oportuna de los defectos sensoriales, permitirá incrementar la eficiencia del aprendizaje.

**Factores psicológicos:** Los factores psicológicos constituyen una buena gama de factores que influyen

decididamente en el aprendizaje. En primer término se hablará de la maduración:

La maduración es la evolución natural de las capacidades del individuo que dan lugar a la adquisición de nuevas estructuras que facilitan el aprendizaje de cualquier tipo.

La maduración implica crecimiento y desarrollo y es requisito previo para adquirir nuevos aprendizajes. El aprendizaje en cada individuo dependerá considerablemente del grado de maduración que tenga.

En este contexto para que el aprendizaje pueda ser asimilado adecuadamente, los métodos de instrucción deben adaptarse al nivel de desarrollo del estudiante, es decir a su grado de madurez física, mental, social y emocional.

La inteligencia; es factor decisivo para el aprendizaje principalmente en cuanto a la forma en que puede aprender el individuo; es así mismo decisiva en lo que concierne a la aprensión y comprensión de lo que se desea aprender. Cuanto mayor es el nivel mental de un individuo, más fácil se torna el aprendizaje para él, en especial el de naturaleza eminentemente intelectual.

La retención; debe considerarse no solo como almacenamiento de información, sino como guardar información de tal manera que pueda ser incluida en la organización general que ya se posee en la memoria.

La motivación: el aprendizaje y la motivación están estrechamente relacionados, hay quienes afirman que sin motivación no hay aprendizaje, y otros que considera que la motivación no es condición indispensable para el mismo.

Lo que si se puede decir, es que la motivación juega un papel muy importante en el aprendizaje ya que estimula la voluntad de aprender.

La motivación es intrínseca al hombre, es decir los motivos existen dentro del individuo, por lo que no se puede motivar a la persona desde fuera, más bien hay que estimular al sujeto para que responda de acuerdo a sus propios motivos. En materia educativa lo importante es presentar a los alumnos, motivos adecuados que despierten su interés(17)

---

(17) El interés, es el sentimiento agradable producido por una idea o un objeto con el poder de aceptar y mantener la atención. En Pedagogía es base, en que se fundamenta la mayoría de los métodos, y sistemas educativos más modernos.

por aprender.

- Factores Ambientales

Dentro de estos factores se puede incluir todos aquellos que son externos al sujeto mismo y se relacionan con su entorno. Así encontramos factores socioeconómicos y culturales que van a ser decisivos para lograr un aprendizaje óptimo.

Los factores ambientales pueden ser innumerables, sin embargo considero conveniente destacar aquellos que se relacionan directamente con el aprendizaje en las aulas.

Así, encontramos factores como el clima en el salón de clases, que depende tanto del profesor como del grupo y cómo estén integrados. El clima en el salón, es definitivamente un factor que repercute en el aprendizaje escolar, ya que involucra aspectos como: el autoritarismo, la cooperación, la competencia, la conformidad, las experiencias de grupo, la interacción, etc. Muchos fracasos escolares se deben a las malas relaciones entre alumno-profesor, alumno-alumno y se transforma el salón en un verdadero campo de batalla.

---

base. en que se fundamenta la mayoría de los métodos. y sistemas educativos más modernos.

## CAPITULO 2 HABITOS DE ESTUDIO.

### 2.1. CONCEPTO DE HABITOS DE ESTUDIO

Para poder definir lo que son los hábitos de estudio, es necesario partir del concepto de hábito "... éste es, en esencia, una predisposición adquirida a sentidos o modos de acción, significa sensibilidad o accesibilidad a ciertas clases de estímulos..."(18).

El hábito implica voluntad por lo que se dan predilecciones y aversiones "... se distingue de la rutina o de la habituación en que éstas son repeticiones exactas e inevitables de respuesta aprendidas, mientras que el hábito, es una disposición a conducirse y comportarse..."(19)

Los hábitos se pueden definir como "... estado del ser y modos de comportarse, que por su acción el hombre se apropia. Estas apropiaciones se realizan a lo largo de la vida y se convierten en normas de comportamiento estable..."(20)

Los hábitos de estudio en este contexto, se conciben como "... modos constantes de actuación con que el escolar reacciona ante los nuevos contenidos para conocerlos, comprenderlos y aplicarlos..."(21)

Se dice que los hábitos de estudio, tienen un valor pedagógico incuestionable, ya que representan un factor formativo que permite desarrollar las habilidades básicas del aprendizaje. Constituyen una herramienta importante para el alumno en la adquisición de conocimientos, promoviendo un trabajo más fácil, rápido y profundo encaminado a lograr mejores resultados en su aprendizaje.

---

(18) Montes, Luis. "Psicología del Aprendizaje".  
Barcelona. Fontanela. 1971. pág. 101

(19) Varios. "Diccionarios de Ciencias de la  
Educación" México Santillana. 1971. pág. 101

(20) Idem

(21) Ibidem, pág. 714

## 2.2. LOS HABITOS DE ESTUDIO Y SU RELACION CON EL PROCESO ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

En todo proceso educativo están presentes dos elementos básicos que se relacionan y complementan entre sí, éstos son, la enseñanza y el aprendizaje. Constituyen un proceso simultáneo e inseparable en el cual los principales protagonistas son maestros y alumnos quienes realizan funciones específicas, unas encaminadas hacia la enseñanza y otras al aprendizaje.

La tarea del maestro está enfocada directamente hacia la enseñanza, que no es otra cosa que promover el aprendizaje y darle dirección, podría definirse como "... la forma de conducir al educando a reaccionar ante ciertos estímulos a fin de alcanzar objetivos concretos..."(22)

El maestro como promotor del aprendizaje debe motivar a los alumnos y orientarlos en el proceso de aprendizaje y sobre todo encaminarlos hacia una participación activa y crítica en relación a la adquisición de conocimientos.

La dirección de aprendizaje debe tener siempre presente, cómo aprende el hombre y las condiciones que favorecen el mismo, de tal manera que se obtengan el máximo de resultados de los esfuerzos del educando y del profesor.

El fenómeno del aprendizaje se puede enfocar desde dos puntos de vista; de la enseñanza que involucra directamente al profesor, y el aprendizaje, en donde el educando realiza el acto de aprender. Con respecto a éste último, ya se vió en el capítulo primero, que el aprendizaje implica cambio y crecimiento en el individuo, y que se promueve a través de la vivencia de experiencias significativas por parte del sujeto.

En el aula, el alumno es quien aprende, pero requiere dirección para no perderse en el logro de los objetivos educativos.

Sabemos que el aprendizaje supone cierta actividad por parte del sujeto, encaminada a organizar y dar sentido dinámico a toda información que recibe. Esta actividad funcional, es verdaderamente educativa porque da sentido a lo aprendido y permite un aprendizaje auténtico, que es precisamente el tipo de aprendizaje que le interesa a la escuela, porque logra penetrar en la estructura más íntima de la personalidad, es permanente, no ocasional, forma parte del sujeto y se convierte en motor de su comportamiento.

(22) Nércici.G. Imideo. "Hacia una didáctica general dinámica" Buenos Aires . Kapelusz, 1978. pág. 212



De este valor permanente del aprendizaje, depende la importancia que la escuela da al estudio como vía de adquisición de conocimientos. El estudio es una función escolar admitida por todos y ha tratado de ser sistematizada para servir como instrumento didáctico que permite optimizar el aprendizaje.

El saber estudiar no es una cualidad con la cual se nace, es más bien una habilidad que hay que desarrollar, y por ser una actividad tan personal no puede resolverse dando recetas de tal o cual método de estudio, más bien cada estudiante debe confeccionar su propio plan de trabajo que convenga a sus intereses y necesidades.

Los hábitos de estudio son en este sentido una herramienta importante que permite al alumno construir su propio sistema de trabajo con el cual logre aprender más en menos tiempo, más fácil y profundamente.

Existen varios factores que condicionan la tarea de estudio y predisponen o facilitan el rendimiento:

#### a) La Inteligencia.

No cabe duda que para aprender es necesario contar con inteligencia, que es la capacidad que posee un individuo para adaptarse a nuevas situaciones. Se constituye a través de la actividad del sujeto atendiendo a sus diferentes etapas evolutivas.

Esta aptitud cognoscitiva es básica para el aprendizaje escolar e involucra una serie de procesos mentales que promueven o facilitan el aprendizaje como la atención la observación, la asociación, la síntesis y el orden.

#### b) Actitud y Esfuerzo

La actitud hacia el estudio, está íntimamente relacionada con la motivación, ya que se requiere contar con la participación activa del sujeto para que se logre un aprendizaje eficaz.

Lo que ha de aprender el alumno debe ser de interés para él y estar acorde con su proceso evolutivo así como responder a sus necesidades, de lo contrario no se logrará un aprendizaje auténtico.

La práctica pedagógica debe buscar cómo acercar al alumno al proceso de aprendizaje, ya sea por vía intelectual, emotiva o social

### c) Factores Ambientales

Definitivamente existen un sin número de factores ambientales que pueden perturbar el estudio, los más frecuentes son:

El lugar de estudio, la hora de estudio, las herramientas de trabajo, el ruido, la temperatura, el clima, la distribución de espacio, entre otros. Cada uno de ellos obstaculiza de manera particular el momento de estudio.

### d) Distractores emocionales

Son también fuente de perturbación, que aunque no estén presentes en el medio, están en la mente de quien estudia. Toda preocupación que aqueja a una persona distrae considerablemente su concentración hacia el estudio. Los alumnos frecuentemente se enfrentan a situaciones problemáticas de tipo familiar económicas o sentimentales, sin embargo ésto no debe ser motivo para abandonar los estudios. Lo mejor en estos casos, es dedicar tiempo a cada cosa por separado, dando prioridad a quien lo merezca más.

### e) Los métodos y técnicas de estudio

Estos constituyen un apoyo para la formación de hábitos, además que son un elemento operacional necesario para las actividades de aprendizaje. Su implementación debe ir acorde con los diversos tipos de actividad de aprendizaje, por lo que su clasificación y utilización se tratará con más detenimiento en el inciso siguiente.

## 2.3. TECNICAS Y METODOS DE ESTUDIO

Las técnicas y métodos de estudio, constituyen un conjunto de trabajo intelectual, que capacita al sujeto para una más fácil, profunda y rápida asimilación de conocimientos.

Su importancia dentro de la actividad escolar, reside en que son factor de apoyo para el desarrollo de habilidades básicas del aprendizaje y promueven la formación de hábitos de estudio.

Se orientan básicamente hacia la fijación, retención e integración del aprendizaje mediante la sistematización de programas de trabajo encaminadas a la creación de condiciones adecuadas que permitan una eficaz asimilación de contenidos educativos.

Existe en la actualidad una gran gama de técnicas y métodos de estudio muy generalizados, orientadas a promover el autodidactismo educativo y la formación de hábitos de trabajo personal, guiando al estudiante en su proceso de aprendizaje y comprometiéndolo a responsabilizarse del mismo.

Pueden clasificarse en cuatro aspectos, atendiendo al tipo de actividades que se desea desarrollar o promover(23)

- Así encontramos: Técnicas que afectan las funciones de motivación para el estudio.
- Técnicas que afectan a las destrezas instrumentales básicas.
- Técnicas que afectan las condiciones físicas del estudio.
- Técnicas que afectan a métodos concretos de trabajo-- estudio.

#### Técnicas que afectan las funciones motivacionales

Dentro de las técnicas que afectan la motivación para el estudio, se incluyen todas aquellas que contribuyen a que el estudiante perciba la importancia de su preparación educativa como parte de su formación para la vida.

Algunas fuentes de motivación, son utilizadas como técnicas de motivación, como por ejemplo:

- Curiosidad natural del individuo
- Vida social que se tenga
- Ambiente escolar adecuado
- Aprobación social
- Sentido de competencia
- Deseos de evitar fracasos
- Necesidades económicas
- Necesidad de conocimientos
- Afán de distinguirse y ser eficiente

---

(23) No hay que olvidar que las técnicas de estudio, están orientadas en función del tipo de trabajo intelectual que los sistemas educativos desean promover.

- Aspiraciones personales

Toda técnica de motivación procura aprovechar las posibilidades energéticas de las fuentes para indicar y orientar los esfuerzos del educando en el proceso de aprendizaje.

Sus resultados positivos o negativos, dependerán de factores intrínsecos y extrínsecos al educando y de sus diferencias individuales, por lo que una técnica puede sensibilizar a un grupo de alumnos y otra no. De ahí la importancia que tiene el conocimiento de aptitudes y aspiraciones de cada alumno, a fin de proporcionarle en la medida de lo posible, trabajos que correspondan a sus posibilidades, necesidades y preferencias.

Las técnicas de Motivación se encaminan básicamente hacia:

- . la reflexión en torno a lo que se estudia y aprende
- . cómo lograr objetivos propuestos
- . cómo enfrentar situaciones problemáticas
- . fijar metas a corto, mediano y largo plazo
- . desarrollar al máximo las capacidades y potencialidades personales
- . lograr éxito en los estudios
- . promover la confianza en sí mismo

#### Técnicas que afectan las destrezas instrumentales básicas.

Estas técnicas apuntan en general a la resolución de problemas de velocidad, comprensión, puntuación, entonación de la lectura, así como la comprensión escrita, ortografía de las palabras, sintaxis y acumulación y ordenación de ideas en la composición escrita.

La lectura es condición indispensable para el estudio, quien no sabe leer(24) no logra estudiar eficazmente. Muchos alumnos no estudian porque no saben leer, se frustran rápidamente al comprobar que después de varias lecturas a su material de estudio, no retiene ni entienden nada. Por ello resulta particularmente importante enseñar a leer correctamente, no hay que olvidar que la práctica hace al maestro y quien practica llegará a dominarla.

---

(24) Leer no es reproducir pasivamente los estímulos impresos, es concentrar todos los recursos personales en la captación y asimilación de datos, relaciones y técnicas, con objeto de llegar a dominar el conocimiento.

Existen varios métodos para mejorar la técnica de la lectura, encaminados básicamente a lograr cierta velocidad y aceptables niveles de comprensión. A continuación se describen algunos de ellos.

- Método de ejercitación para la lectura; realización de los siguientes ejercicios.
  - . Ejercitar la lectura con materiales ligeros como periódicos, revista, cuentos, etc. y posteriormente continuar con lecturas más complejas.
  - . Ejercitar la fijación de la vista en las palabras y párrafos que se estén leyendo. Hay que mantener el movimiento de los ojos a través de la página.
  - . Practicar la lectura silenciosa para adquirir velocidad y fluidez, procurando poca detención en cada línea y evitando las regresiones.
  - . Adaptar la velocidad de la lectura a la intensidad con que se desea conocer un texto.
  - . Procurar el uso del diccionario para poder entender y comprender lo que se lee.
  - . Posterior a la lectura silenciosa, debe promoverse la lectura oral.
- Métodos de lectura de acuerdo a su intencionalidad.

Existen varios métodos de lectura atendiendo a su finalidad. El buen lector, varía siempre su velocidad y método de lectura para adecuarla al material que ésta leyendo y a la razón por la cual lo hace. Así, encontramos los siguientes tipos o métodos de lectura.

- . **Lectura exploratoria;** es como su nombre lo indica, una búsqueda rápida de algún punto de interés. Permite una visión general del libro o material. Para este tipo de lectura, hay que poner especial interés en el índice, prefacio, encabezados, títulos y subtítulos así como en las conclusiones, ya que representan puntos claves que dan un panorama general del contenido.
- . **Lectura para buscar información específica;** debe hacerse lenta y cuidadosamente para poder localizar el tema de interés. Es aconsejable subrayar los aspectos que se consideren importantes (palabras o frases) a fin de que se localice la información con mayor facilidad.

- . Lectura crítica; este tipo de lectura permite un juicio del material leído, y requiere de una lectura lenta.
- . Lectura de corrección; implica una revisión minuciosa de la estructura del texto y la ortografía.
- . Lectura recreativa; es de carácter placentero y suele hacerse rápida y superficial.
- En relación a la escritura, las técnicas se encaminan básicamente hacia aspectos de ortografía y redacción, para lograr mejor la ortografía se plantea una serie de ejercicios prácticos como son:
  - . Escribir varias veces correctamente la palabra que se dificulta
  - . Repasar las reglas ortográficas
  - . Leer atenta y continuamente
  - . Buscar en el diccionario palabras que se dificulten escribir

En cuanto a la redacción, los ejercicios que se sugieren son:

- Conocer bien el tema del que se va a escribir (documentarse)
- Antes de redactar, plantear la finalidad del escrito y elaborar un esquema
- Buscar bibliografía referente al tema y elabora fichas
- Procurar expresar las ideas propias con coherencia, - utilizando los signos de puntuación

### Técnicas que afectan las condiciones físicas del estudio.

Estas técnicas se orientan hacia las preguntas de ¿Cómo?, ¿Dónde?, y ¿En qué forma estudiar?, procurando dar soluciones a los problemas de horario de estudio, distribución del tiempo, lugar idóneo, condiciones físicas.

Ya se habló en puntos anteriores sobre los factores ambientales que condicionan el estudio y que existe una gran variedad de éstos, por lo que en este inciso, únicamente se señalarán algunas técnicas que se pueden seguir para favorecer las condiciones de estudio.

- . Procurar un lugar y horario fijo de estudio
- . Contar con una silla cómoda para sentarse, pero evitar los sillones demasiado confortables que inviten a dormir
- . Procurar iluminación natural, ventilación y limpieza en el cuarto de estudio
- . Eliminar en lo posible los ruidos que puedan distraer la atención
- . Organizar y seleccionar el material con que se van a estudiar y tenerlo a la mano cuando se requiera

### Técnicas que afectan a métodos concretos de trabajo-estudio

En este bloque se encuentran enmarcados las siguientes:

- Técnicas de trabajos en equipo; cuyo objetivo es, la formación de equipos de trabajo para la realización de actividades en común, favoreciendo la solidaridad y la cooperación. Además promueven la interacción entre los alumnos y permite desarrollar actitudes de respeto, comprensión y participación. Para la realización de esta técnica, se requiere madurez por parte de los estudiantes para que funcione eficientemente.

- Tácticas de memorización y estudio; pueden ser de dos tipos: de memorización por asociaciones ingeniosas utilizando la mnemotécnica(25), o de métodos concretos de estudio.

La memorización a partir de los recursos mnemotécnicos, permite la retención de contenidos, otorgándoles un sentido o una significación que por sí solos no tienen. Su función básica es transferir lo más rápidamente posible la información retenida en la memoria inmediata, a la memoria a largo plazo. Los métodos más utilizados son:

- a) Método de las asociaciones; que consiste en relacionar el dato que queremos retener en la memoria, con otro dato que nos resulte familiar.
- b) Método visual o topológico; permite recordar los datos que se han memorizado con arreglo a una ordenación gráfica en un lugar conocido.

---

(25) Mnemotécnica: técnica que permite favorecer el proceso de memorización, mediante la utilización de diversos métodos o recursos.

c) Los acrósticos mnémicos; son construcciones gramaticales elaboradas tomando las iniciales de los términos a retener.

d) Los métodos de verificación y canto; mediante los cuales se retiene en la memoria frases dotadas de música que se han hecho rimar.

Dentro de las técnicas que afectan los métodos concretos de estudio, encontramos aquellas que se abocan a la toma de notas y apuntes y a la preparación y realización de exámenes.

El tomar apuntes, no es otra cosa que anotar los puntos sobresalientes de una clase o conferencia. Es una actividad que apoya al estudio y el aprendizaje. Tiene dos funciones principales, organización y registro(26)

### Preparación de exámenes

Para preparar un examen debe echarse mano de todas las técnicas de estudio anotadas anteriormente, seleccionando aquellas que sean de más utilidad.

Hay que preparar sesiones regulares de estudio. Realizar una repaso efectivo, escribiendo, practicando e interrogando.

Elaborar esquemas que simplifiquen las notas. Utilizar métodos de memorización.

No importa el tipo de examen que se vaya a presentar, si se ha tenido una preparación constante sobre lo enseñado en clase y se ha utilizado un método de estudio sistematizado de trabajo, solo queda preparar los instrumentos necesarios para elaborar el examen como pluma, lápiz, goma, hojas blancas etc.

Cierran el inciso de Técnicas de Estudio, un conjunto de recursos de trabajo intelectual y práctico, que apoyan y facilitan el estudio efectivo.

- Recursos exhibidores; como gráficas, murales, mapas, esquemas, etc.

---

(26) Tomar apuntes. implica seleccionar y organizar mentalmente la información que se escucha, para anotar aquello que se considera importante. este registro nos permite posteriormente recordar lo que se dijo, aún días después.



- . Recursos clásicos; libros de texto y consulta, en biblioteca, hemeroteca, apuntes, fotocopias, mimeógrafo, periódicos, revistas, etc.
- . Recursos técnicos; medios audiovisuales como radio, televisión, discos, cassettes, cine.
- . Otros recursos; como teatro, museos, galerías, congresos y conferencias, cursos intensivos, entrevistas personales.

## CAPITULO 3 LAS ESCUELAS ASISTENCIALES

### 3.- CARACTERISTICAS DE LAS ESCUELAS ASISTENCIALES

#### 3.1. ANTECEDENTES HISTORICOS

En los albores del siglo XX, México se integra al proceso productivo a nivel mundial, lo que trae consigo un cambio de actividad laboral en la sociedad en su conjunto. La mujer se integra poco a poco al trabajo productivo(27) lo que lleva a descuidar de manera importante la labor de madre y cuidadora del hogar que hasta entonces había desempeñado.

La mayoría de estas mujeres trabajadoras, cubrían jornadas muy largas de trabajo, por lo que sus hijos quedaban prácticamente abandonados durante la jornada laboral.

"Para asistir a mujeres en esta situación, se fundó en 1887 por iniciativa de la Sra. Carmen Romero de Díaz, esposa del entonces presidente Don Porfirio Díaz, la primera Casa Amiga de la Obrera, establecimiento dedicado a cuidar y educar a los hijos de las obreras mientras permanecían en sus centros de trabajo"(28). Estas casas constituían un segundo hogar para sus hijos, en donde se les proporcionaba todo aquello que dado sus escasos recursos económicos no podía, darles como: alimentación adecuada, atención médica, educación y todos los cuidados de los que carecían.

Dicho establecimiento se instaló provisionalmente en una casa, e inició su funcionamiento como medio-interno, atendiendo a los menores por espacio de 10 horas diarias.

La Casa Asistencial abría sus puertas a las 6:00 am. proporcionando alimento en dos turnos, desayuno y comida. Por la mañana se daba instrucción primaria elemental y por la tarde actividades formativas como: artesanías, dibujo, costura, plomería, zapatería electricidad, etc. Actividades planeadas con la intención de proporcionar preparación técnica al menor que le permitiera desarrollar una actividad manual que más adelante le sirviera para obtener una ocupación laboral y por consiguiente independencia económica

---

(27) La mujer trabajaba entonces básicamente en la Industria Textil, con jornadas aproximadas de doce horas diarias.

(28) Estructura y Funcionamiento de las Escuelas Asistenciales: Antecedentes Históricos. Documento informativo de las Escuelas Asistenciales 1984

La Sra. Romero de Díaz sostuvo totalmente la casa desde su fundación hasta el año de 1910 en que pasó a depender de la beneficencia privada que la tuvo a su cargo hasta 1916. Posteriormente la beneficencia pública se hizo cargo de ella hasta 1938, a partir de este año paso a la Secretaría de Asistencia con el nombre de Casa Amiga de la Obrera No. 1. Ya como escuela tuvo su ubicación inicial en la calle de Moras (actualmente República de Bolivia) con los números 8, 11 y 12 donde prestó sus servicios durante diez y siete años, hasta que fue trasladada a su edificio construido exprofeso en la calle de Dr. Jiménez No. 75 de la antigua Col. Hidalgo, hoy Colonia de los Doctores donde se encuentra actualmente.

A través del tiempo esta institución fue creciendo en número, creándose diez escuelas más, distribuidas en diferentes zonas del Distrito Federal.

Así se crearon las escuelas.

Amiga de la Obrera No. 2	el 28 de noviembre de 1928
Amiga de la Obrera No. 3	en enero de 1943
Amiga de la Obrera No. 4	en 1945
Amiga de la Obrera No. 5	en 1952
Amiga de la Obrera No. 6	en 1955
Amiga de la Obrera No. 7	en noviembre de 1958
Amiga de la Obrera No. 8	en 1959
Amiga de la Obrera No. 9	en 1958
Amiga de la Obrera No. 10	en 1961
Amiga de la Obrera No. 11	en 1968

Estas escuelas al inicio de su fundación, recibieron niños de todas las edades desde recién nacidos hasta de 12 ó 13 años. Se les proporcionaba alimentación y cuidados maternos a los más pequeños, a los más grandes (de 6 a 13 años) se les impartía educación primaria y actividades manuales. Mas adelante el servicio se proporcionó únicamente a niños en edad escolar, otorgando alimentación y educación básica y complementaria, así como atención médica y psicológica.

Posteriormente debido a la insuficiencia de presupuesto para brindar el servicio que se pretendía, cuatro de las escuelas desaparecen(29) quedando en funcionamiento siete de ellas, las cuales siguen prestando asistencia en la actualidad.

Por acuerdo presidencial del 2 de enero de 1951, los profesores que impartían educación elemental, pasan a

---

(29) Se cierran las escuelas num. 2, 5, 6 y 11 por incosteables.

depender de la Secretaría de Educación Pública, quedando los demás servicios a cargo de la Secretaría de Asistencia.

Después de 44 años de pertenecer éstas escuelas a la Secretaría de Salubridad y Asistencia pasan a depender del Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia. (D.I.F.)

Debido a la política de austeridad y reducción presupuestal, en 1982 por decreto presidencial publicado en el Diario Oficial, la Dirección de Asistencia Social dependiente de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, se fusiona al DIF, cambiando de nombre las Escuelas "Amiga de la Obrera", al de "Escuelas Asistenciales", quedando éstas integradas al Departamento de Escuelas Asistenciales de la Subdirección de Desarrollo Social.

De las 11 Escuelas que se fundaron, sólo quedan siete que actualmente funcionan y dependen de la Secretaría de Educación Pública (S.E.P.), por acuerdo firmado el 10. de septiembre de 1990. Las Escuelas a partir de esta fecha pasan a la Unidad de Internados de la Dirección de Educación Extraescolar de la S.E.P.

Hasta la fecha, han cumplido y siguen cumpliendo su cometido que es el de proporcionar atención integral a niños en edad escolar de madres trabajadoras de condición social económica baja.

### 3.2. ESTRUCTURA ACTUAL

Como ya se menciona en el punto anterior, las Escuelas Asistenciales pertenecen a la S.E.P. directamente a la Unidad de Internados a la Dirección de Educación Extraescolar.

A continuación, se describe la organización funcional de las Escuelas Asistenciales conforme a su estructura actual.

Una Escuela Asistencial está integrada por los siguientes servicios:

- . Administración
- . Apoyo administrativo
- . Dirección
- . Trabajo Social
- . Servicio Médico
- . Servicio Odontológico
- . Servicio Psicopedagógico
- . Servicio de Nutrición
- . Servicio Educativo
- \* Docentes que imparten educación básica
- \* Profesores de enseñanzas diversas

A raíz del último cambio institucional de las escuelas, se estableció un acuerdo entre S.E.P. y D.I.F en cuanto a la prestación de los servicios. El DIF hasta antes de la trasferencia controlaba todos los servicios de salud, trabajo social, psicopedagógico, alimentación, educación complementaria, servicios generales, así como la administración de todas las escuelas.

Actualmente es la Dirección de S.E.P. quien ejerce la autoridad máxima de la escuela y tiene bajo su mando la administración, el servicio educativo (básico y complementario), alimentación y los servicios generales.

El DIF, por su parte apoya con la prestación de los Servicios Médicos, Psicopedagógico y Trabajo Social(30)

Dada la estructura de las escuelas, se puede advertir que se dividen en dos áreas básicas: Educativa y Asistencial.

Area Educativa; está integrada por el director y los maestros de educación básica y complementaria. Este servicio es controlado y supervisado por autoridades de la S.E.P.

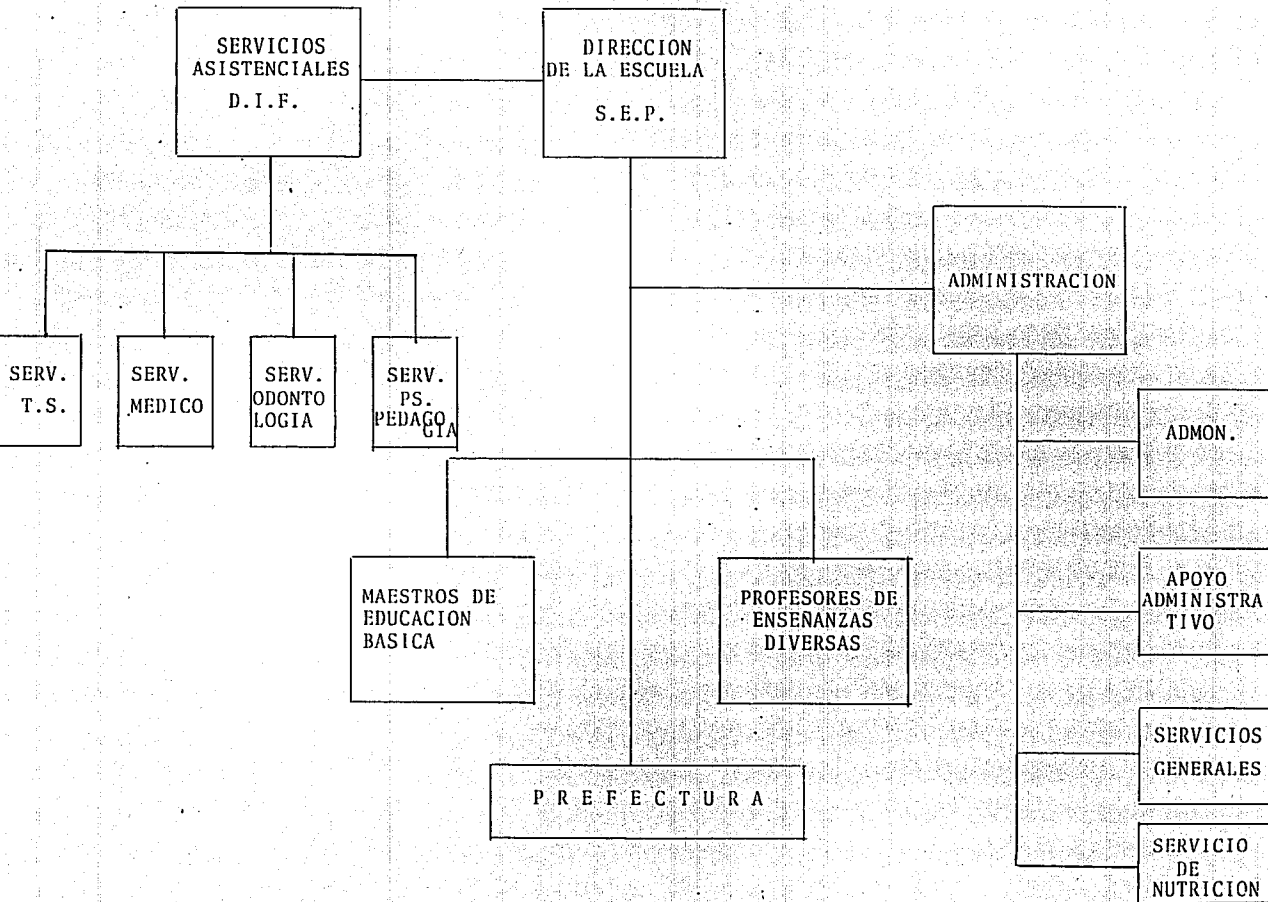
Area Asistencial; formado por equipo multidisciplinario; médico enfermera, odontólogo, psicólogo y trabajador social, supervisado y dirigido por personal del D.I.F.

El servicio administrativo es apoyo de la dirección y controla y dirige el aspecto administrativo, servicios generales así como el servicio de alimentación de la escuela (Se anexa organograma de una Escuela Asistencial).

Todo este personal trabaja coordinadamente para brindar atención integral al menor asistido.

---

(30) El personal que atiende estos servicios, son profesionistas comisionados por la Coordinación Técnica Operativa de Programas del Depto. de Educación Asistencial del D.I.F., para apoyar en las Escuelas, el servicio integral que se da al menor.



### 3.3. OBJETIVOS Y FUNCIONAMIENTO DE LAS ESCUELAS ASISTENCIALES

Las escuelas asistenciales desde su nacimiento han tenido como objetivo fundamental "proporcionar educación integral a menores en edad escolar, sanos física y mentalmente, hijos de madres trabajadoras cuya situación socioeconómica es precaria".

Teniendo como Objetivos Específicos:

- Educar a los menores en edad escolar a través de realizar actividades que favorezcan su conducta de integración moral en sociedad.
- Impartir educación primaria con base en los programas oficiales que marca la SEP.
- Reforzar la enseñanza integral del menor a través de programas de educación complementaria.
- Proporcionar alimentación y atención primaria de salud a los menores asistidos.

Para el logro de estos objetivos, las escuelas cuentan con diferentes servicios que funcionan de manera interrelacionada con equipo profesional y técnico, así como con programas acordes a los requerimientos de la población infantil.(31)

Las escuelas funcionan de lunes a viernes en un horario de 7:00 am. a 17:00 hrs.

Por la mañana los niños reciben los siguientes servicios:

- alimentación; desayuno de 7:15 a 7:45 a.m.
- educación básica, de 8:00 a 12:00 hrs.
- atención médica, odontológica y psicopedagógica de 8:00 a 15:00 hrs.
- - servicio de trabajo social, de 8:00 a 15:00 hrs.

---

(31) Cabe hacer mención que no todas las escuelas cuentan con el equipo multidisciplinario completo, en algunas escuelas faltan Psicólogos, Trabajadoras Sociales, Enfermera o Médico. Esto debido a la falta de presupuesto para cubrir al personal que renuncia. Sin embargo se brinda apoyo de una escuela a otra.

Por la tarde

- alimentación; comida de 12:00 a 14:00 hrs.
- educación complementaria, de 15:00 a 17:00 hrs.

## ¿COMO FUNCIONA CADA UNO DE LOS SERVICIOS EN LAS ESCUELAS?

### SERVICIO EDUCATIVO

Este servicio está integrado por:

- El Director de la escuela
- Maestros de educación básica
- Profesores de enseñanzas diversas

Su objetivo es "brindar educación básica y complementaria a menores de edad escolar a fin de elevar su nivel educativo y cultural".(32)

El director es la máxima autoridad de la escuela, su función es la de organizar y controlar de manera eficiente los recursos humanos, materiales y financieros de la escuelas a su cargo.

Es el encargado de coordinar y vigilar el adecuado cumplimiento de las actividades de los servicios que se prestan.

Orienta y supervisa constantemente las actividades educativas y participa en la planeación y evaluación de los programas establecidos.

Mantiene una estrecha coordinación con las autoridades del D.I.F. para la prestación de los servicios de Salud y Trabajo Social(33)

La educación básica está a cargo de maestros normalistas y se brinda conforme a los programas oficiales que marca la S.E.P. Se imparte de 8:00 a 13:00 hrs. para los grados de lo. a 6o.

La educación complementaria la imparten personal habilitado en su mayoría (denominado profesores de enseñanzas

---

(32) Manual de Organización de la Sección de Escuelas Asistenciales del DIF, 1990.

(33) La dirección de la escuela únicamente funciona durante el turno matutino.



diversas), apoyándose en programas no formales elaborados por los mismos profesores(34)

Estos programas son de carácter recreativo artístico y cultural y comprenden las áreas de:

- . Música
- . Danza
- . Teatro
- . Artes plásticas
- . Manualidades
- . Corte y confección
- . Educación Física

Estos talleres se imparten de las 15:00 a las 17:hrs. para todos los grados(35)

La supervisión de este servicio está a cargo de la S.E.P., quien vigila la aplicación de los programas y brinda asesoría técnica y pedagógica a los maestros y profesores de enseñanzas diversas.

El Servicio educativo es apoyado por prefectura, quienes realizan actividades encaminados a mantener la disciplina escolar y de orientación a los menores en cuanto a los servicios que se brindan en la escuela y en la realización de sus tareas escolares.

#### SERVICIO MEDICO

Este servicio tiene como objetivo "elevar el nivel de salud física del escolar mediante acciones dirigidas a la prevención y control de la salud del menor asistido. Se realizan las siguientes acciones:

- . Vigilancia del crecimiento y desarrollo del menor
- . Promoción de la salud
- . Prevención de enfermedades y tratamiento de las mismas

---

(34) El programa de educación física es el único que es de la SEP y los profesores son egresados de la ESEF.

(35) Existe actualmente una carencia importante de profesores de enseñanzas diversas en todas las escuelas, por lo que no se imparten todos los talleres en la mayoría de ellas.

. Control epidemiológico

. Atención de Urgencias

Para este servicio se cuenta con 1 médico y 1 enfermera, así como con el equipo necesario para la atención del niño(36).

#### SERVICIO DE ODONTOLOGIA

Este servicio se avoca a la prevención y control de la salud bucodental del niño mediante exámenes dentales periódicos, aplicación de flúor, amalgamas, resinas, pulpotomías y extracciones. Se cuenta con 1 cirujano dentista, unidad dental y equipo necesario. La enfermera apoya también este servicio(37)

#### SERVICIO DE ALIMENTACION

Con el propósito de elevar el estado nutricional de los escolares, se proporciona alimentación balanceada, equilibrada y suficiente al menor, tratando de cubrir el 70% de sus requerimientos nutricionales diarios.

La nutricionista es la responsable directa del servicio de cocina-comedor y coordina las acciones de cocineros, almacenistas, meseros y ayudantes de cocina.

#### SERVICIO DE TRABAJO SOCIAL

Su objetivo es "promover actividades encaminadas a favor la interrelación entre la escuela, el núcleo familiar y la comunidad, a fin de contribuir al desarrollo físico, intelectual y social del niño".

Las funciones básicas de la trabajadora social son:

- . Promover y difundir los servicios de las Escuelas en las comunidades de sujetos de asistencia social.

---

(36) Únicamente hay médico en las escuelas 1, 3, 4, 7, 8, y 10 y enfermera en la 1, 4 y 9. Esto debido a renuncias o jubilaciones del personal médico.

(37) Prácticamente todas las escuelas cuenta con Odontólogo, únicamente la escuela no. 8 no tiene.

- Realizar entrevistas a las solicitantes del servicio y estudio socioeconómico a quienes han sido admitidos
- Canalizar a los menores que requieran atención especializada. (problemas de aprendizaje, conducta, lenguaje, etc.)
- Brindar orientación a padres de familia en cuanto a la atención del menor.

#### SERVICIO DE PSICOPEDAGOGIA

El servicio de psicopedagogía tiene como objetivo fundamental, promover el bienestar psicosocial del menor y su familia a través de la orientación educativa y estimulación psicológica.

Para el logro de este objetivo instrumenta acciones de tipo preventivo y formativo.

Las funciones que lleva a cabo el psicólogo responsable del servicio son:

- Valoraciones psicológicas para nuevo ingreso
- Valoraciones psicológicas a niños que presenten problemas de conducta y/o aprendizaje.
- Sesiones de estimulación psicológica con menores
- Canalizaciones a niños que requieran atención especial
- Impartir pláticas de desarrollo infantil y orientación familiar a la comunidad escolar y padres de familia.
- Impartir pláticas de orientación educativa y vocacional a los alumnos de 6o. grado.

Estas funciones se realizan con base en el programa de psicopedagogía en el cual se describe claramente cómo deben llevarse a cabo cada una de ellas.

Si bien el psicólogo es el responsable del servicio en la escuela, la supervisión del mismo esta a cargo de un pedagogo y un psicólogo del área de supervisión y evaluación de la Coordinación Técnica Operativa de Programas, quienes brindan orientación y asesoría en cuanto al manejo del Programa Psicopedagógico, y son responsables de la evaluación y seguimiento al mismo.

El apoyo del pedagogo a este servicio, esta encaminado a brindar orientación metodológica para la elaboración e

implementación de programas de orientación educativa y vocacional, y para la realización de acciones encaminadas a favorecer el aprovechamiento escolar de los educandos. Dentro de este quehacer el pedagogo analiza las actividades que se llevan acabo en torno a la orientación educativa y vocacional que se proporciona al menor, advirtiendose lo siguiente:

Existe un programa de orientación vocacional que contempla la impartición de diez temas, uno por mes que se complementan con asesoría individual en caso que el alumno lo solicite. Los temas que se tratan son:

- 1.- Importancia de seguir estudiando
- 2.- Distribución del tiempo
- 3.- La memoria
- 4.- Manejo de la Lectura
- 5.- Aprender a tomar apuntes
- 6.- Cómo preparar exámenes
- 7.- Cómo preparar la exposición de un tema
- 8.- Cómo elaborar trabajos escolares
- 9.- Información de diferentes escuelas secundarias
- 10.- Informe de las diferentes carreras

Este programa de orientación vocacional, en la práctica no se lleva a cabo como está indicado, únicamente se llega a dar ocasionalmente a los grupos de 6o. grado, información en relación a las diferentes carreras que se imparten a nivel técnico y profesional.

Es importante advertir que los ocho primeras pláticas que se indican en este programa, estan relacionadas con métodos y técnicas de estudio más que con la orientación vocacional y que desafortunadamente no se imparten a los menores por no constituir en si una acción organizada y sistematizada por el mismo servicio de psicopedagogía.

No obstante existe el interés por parte de los responsables de este servicio, de que se brinde a los niños orientación educativa a fin de favorecer el rendimiento escolar de los educandos sobre todo aquellos que se encuentren cursando los últimos grados de su educación primaria.(38)

La Coordinación Técnica Operativa de Programas, ha solicitado a su Area de Evaluación y Supervisión, la

(38) Únicamente hay psicólogo en las escuelas 1.  
3. 8 y 9

elaboración de un Programa de Orientación Educativa y Vocacional que responda a las necesidades de las menores de las Escuelas Asistenciales.

#### SERVICIO ADMINISTRATIVO

Existe en cada una de las escuelas un administrador quien en estrecha relación con el director coordina y vigila el adecuado cumplimiento de las actividades que se realizan en los diferentes servicios que se prestan en la escuela.

Su función se orienta más hacia aspectos técnicos administrativos que se derivan de la administración escolar.

El área administrativa cuenta con el siguiente personal de apoyo: secretaria, estafeta, cajero y auxiliar administrativo.

Los servicios generales como intendencia, vigilancia y conserjería están también bajo la supervisión del administrador.

Cabe recordar que los servicios médico, odontológico, psicopedagógico y trabajo social dependen del D.I.F., su supervisión, apoyo y asesoría está a cargo de la Coordinación Técnica Operativa de Programas dependiente del Departamento de Educación Asistencial de esta institución.

#### 3.4. CARACTERISTICAS DE LA POBLACION ATENDIDA

Para el ciclo escolar 90-91, las Escuelas Asistenciales atienden una población de menores en edad escolar (de 6 a 14 años) en los grados de 1o. a 6o. con las siguientes características (se anexa cuadro de distribución de la población por Escuela, grados y grupos):

- Son hijos de madres y/o padres trabajadores de condición socioeconómica precaria.
- Los padres en su mayoría son trabajadores que laboran en el sector privado como: obreros, costureras, domésticas, albañiles, comerciantes: con jornadas de trabajo prolongadas y salarios que van del mínimo a 2 o 3 salarios mínimos.
- En un porcentaje importante son hijos de madres solteras, abandonadas, viudas divorciadas o donde la figura paterna está ausente.

- La escolaridad de los padres va de primaria, secundaria o nivel técnico.

- En la mayoría de las familias o comunidad donde viven los menores asistidos, existe algún tipo de problemática como alcoholismo, drogadicción, hacinamiento, vagancia y/o pandillerismo.

- El número de promedio de integrantes de la familia de los menores es de 5 a 8 miembros.

DISTRIBUCION DE LA POBLACION POR ESCUELA, GRADO Y GRUPO 1991

CUADRO 2

ESCUELA	1o.	2o.	3o.	4o.	5o.	6o.	Total de grupos	Población total
No. 1	3	3	3	2	2	2	15	368
No. 3	1	1	1	1	1	1	6	181
No. 4	2	2	2	2	2	2	12	327
No. 7	3	3	2	1	1	1	11	321
No. 8	2	1	2	1	1	1	9	292
No. 9	2	2	2	2	1	2	11	292
No. 10	3	2	2	2	3	3	15	438
	de 6 a 7 Edades	de 7 a 9 Edades	de 8 a 10 Edades	de 9 a 11 Edades	de 10 a 12 Edades	de 11 a 14 Edades	79	2219

#### **CAPITULO 4**

### **PROPUESTA DE PROGRAMA DE HABITOS DE ESTUDIO PARA ALUMNOS QUE CURSAN EL 5º Y 6º GRADO DE EDUCACION BASICA EN LAS ESCUELAS ASISTENCIALES**



## I N T R O D U C C I O N

El presente programas intenta ser un instrumento que permita favorecer la formación de hábitos de estudio a nivel escolar, está dirigido a los alumnos que cursan el 5o. y 6o. grado de educación básica en las Escuelas Asistenciales dependientes de la Secretaría de Educación Pública.

Estas escuelas en su calidad de escuelas oficiales atienden una población importante de niños en edad escolar y brindan el servicio de educación básica y asistencial.

Es precisamente como apoyo a su educación básica que se diseñó este programa, con la intención de dotar a los alumnos de los últimos grados, de las herramientas necesarias que le permitan lograr un mejor aprovechamiento escolar.

Está pensado para manejarse como un curso introductorio al inicio del ciclo escolar y como instrumento de trabajo para el orientador, quien tiene la misión de brindar orientación educativa al educando como parte de su formación escolar.

El programa está estructurado de manera sencilla en tres unidades y contiene los elementos metodológicos necesarios para su aplicación.

En primer término contempla los objetivos del programa: general y particulares.

Posteriormente describe la metodología de trabajo a seguir para la aplicación del programa, en donde se incluye la evaluación que se llevará a cabo y que permitirá conocer en qué medida el programa contribuye a adquirir o mejorar los hábitos de estudio de los educandos.

El punto número tres, define la estructura y manejo del programa. Se describe con detalle cómo está estructurada cada unidad, así como los elementos que la integran. También se incluye en este punto el contenido temático y las guías didácticas que servirán de apoyo al orientador y facilitarán la planeación diaria de sus actividades.

Estas guías didácticas compactan información básica para el orientador, de tal suerte que al consultarlas advierta en forma global los elementos que abarca cada unidad sin necesidad de consultar cada unidad temática.

Las guías didácticas incluyen: título de la unidad, objetivo particular y los objetivos específicos, el contenido

de cada tema a tratar, las actividades que se proponen para cada subtema y los materiales que se requieren para realizarlas. Se incluye también el tiempo estimado en sesiones para el desarrollo de los temas.

El último punto que se incluye en el programa es, la planificación y presentación por unidades, en donde se desglosan cada uno de los contenidos de las unidades que el orientador deberá manejar ágilmente en cada sesión de trabajo.

Cada unidad está compuesta por su objetivo particular y sus objetivos específicos, su introducción y sus contenidos específicos, así como por las sugerencias de actividades para cada tema. El programa no es rígido ni en su estructura ni en su manejo, más bien pretende adecuarse a las necesidades de los grupos, por lo que ofrece flexibilidad para que el orientador pueda manejarlo como considere más conveniente.

#### 4.1.- OBJETIVOS DEL PROGRAMA

##### OBJETIVO GENERAL

FAVORECER LA FORMACION DE HABITOS DE ESTUDIO EN ALUMNOS QUE CURSAN EL 5o. Y 6o. GRADO DE EDUCACION BASICA DE LAS ESCUELAS ASISTENCIALES, A TRAVES DE LA IMPLEMENTACION DE TECNICAS DE ESTUDIO ACORDES A SUS NECESIDADES EDUCATIVAS.

##### OBJETIVOS PARTICULARES

BRINDAR A LOS EDUCANDOS, HERRAMIENTAS BASICAS DE ESTUDIO QUE LES PERMITA LOGRAR UN CAMBIO POSITIVO EN SU METODOLOGIA DE ESTUDIO Y PROCESO DE ADQUISICION DEL APRENDIZAJE.

DESARROLLAR LAS HABILIDADES BASICAS DEL ESTUDIO (LECTURA, TOMA DE APUNTES, ESCUCHAR Y REPASAR) EN LOS ALUMNOS, A FIN DE FACILITAR EL APRENDIZAJE EN EL AULA.

PROMOVER EN LOS ALUMNOS EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO ATRAVES DE LA FORMACION DE HABITOS DE ESTUDIO QUE LOS CONDUZCA A UNA REALIZACION PERSONAL DENTRO Y FUERA DE LAS AULAS

#### 4.2.- INSTRUMENTACION METODOLOGICA

- UNIVERSO DE TRABAJO. El programa se llevará a cabo en las Escuelas Asistenciales pertenecientes a la S.E.P.
- POBLACION. El programa está dirigido a los alumnos que cursan el 5o. y 6o. grado de educación básica en las Escuelas Asistenciales.
- LUGAR. El programa se impartirá en las aulas de las Escuelas Asistenciales.
- DURACION. El programa se aplicará con carácter de Curso Introdutorio al ciclo escolar. Tendrá una duración de tres meses, iniciando en septiembre y concluyendo en noviembre.

- RECURSOS.

**HUMANOS:** Psicólogos de las Escuelas Asistenciales, quien impartirán el curso y serán denominados orientadores en el presente programa.

**PEDAGOGO:** Responsable de la implementación y seguimiento del programa, de la supervisión, asesoría y evaluación del mismo.

**MATERIALES:** Aulas, bancas e instalaciones de las Escuelas.

**RECURSOS DIDACTICOS:** Material impreso, pizarrón, borrador, gises, hojas, rota folio y láminas.

4.2.1 Aspectos metodológicos en la mecánica de trabajo.

Debido a las características de la población y la organización interna que presentan las Escuelas, no es posible instrumentar el programa como un Curso General a lo largo de todo un ciclo escolar. En su defecto, se propone como un Curso Introdutorio al ciclo escolar.

- El curso se llevará a cabo durante los tres primeros meses del ciclo escolar (septiembre, octubre y noviembre).

- El horario en que se impartirá el curso será de 14:00 a 14:45 hrs. tiempo en que los alumnos tienen un receso antes de iniciar sus actividades educativas complementarias.

- Debido a que no todas las Escuelas cuentan con el mismo número de grupos de 5o. y 6o. grado y que sólo se cuenta con un psicólogo en cada escuela, será necesario que en las escuelas donde existen dos grupos de 5o. y 6o. año, se fusione en uno sólo, de tal suerte que sólo se tenga un maestro por grupo para trabajar por grado. De esta manera únicamente se trabajará con un máximo de dos grupos.

- Se trabajará dos veces a la semana con cada grupo, 45' por sesión

- Los días de la semana destinados para trabajar con el programa, los determinará la orientadora, conforme a su calendario de actividades de trabajo, pero una vez determinados deberán ser fijos.

- Se establece para los contenidos específicos, un tiempo estimado para su realización, en sesiones. Se indicará si un

\* ver cuadro 2 de distribución de la población por escuela grado y grupo.

tema requiere de una o más sesiones. Este tiempo no es rígido, sino más bien flexible, se estableció a fin de programar el tiempo de realización total y parcial del curso.

- Si bien el curso de Hábitos de Estudio, está programado para concluirse en 19 sesiones, éstas pueden alargarse si en el momento de la operatividad se hace necesario reforzar algún tema o actividad.

- El pedagogo responsable del programa, dará a conocer éste a los orientadores en sesión especial de trabajo, en la cual se establecerá la fecha de inicio del programa y los pormenores del mismo. El pedagogo será el encargado de la supervisión y asesoría a los orientadores, así como de la evaluación y seguimiento del programa.

**SUPERVISION:** Se realizarán dos visitas al mes a cada escuela.

Los aspectos a supervisar son:

- 1.- Que se imparta en las fechas y horarios establecidas.
- 2.- Que se trabaje con base en el programa
- 3.- La exposición de los temas y la conducción del grupo.
- 4.- El manejo del programa

**ASESORIA:** Se brindará en el momento mismo de la supervisión.

También se programaren reuniones mensuales de asesoría con los orientadores que permitan al mismo tiempo intercambiar experiencias. Estas se llevarán a cabo en la Coordinación Técnica Operativa de Programas previos calendarización. Se solicitará a cada orientador un informe mensual de actividades, mismo que deberá entregarse el día de la junta mensual.

#### SEGUIMIENTO Y EVALUACION

El seguimiento del curso se realizará a través de las reuniones mensuales de asesoría y la supervisión.

La evaluación se realizará:

- 1.- A través del análisis de los informes mensuales.
- 2.- De las observaciones recogidas durante la supervisión.
- 3.- De las observaciones recogidas en las junta mensuales.

#### 4.- De los resultados obtenidos en las evaluaciones inicial y final de cada grupo.

##### 4.2.2. EVALUACION

La evaluación es un proceso que permite valorar los avances que el estudiante ha logrado a lo largo de un periodo de enseñanza-aprendizaje.

Para el presente curso, se propone una modalidad de la evaluación, que es la "autoevaluación", verificación del aprendizaje que efectúa el educando a través de la apreciación de sus propios resultados en el proceso de adquisición de conocimiento, y lo induce a reflexionar sobre si mismo y tomar conciencia de su realidad como estudiante.

Se propone este tipo de evaluación con la intención de que el alumno tome conciencia de sus deficiencias en el estudio, de sus deberes como estudiante, de sus aptitudes, posibilidades y aspiraciones en el ámbito escolar.

Para llevar a cabo la autoevaluación se aplicará un instrumento evaluativo en forma de cuestionario de hábitos de estudio, a fin de que sea el alumno quien analice en forma individual, su situación personal respecto a sus hábitos de estudio.

El instrumento no es un diseño exclusivo para este curso, se retomó del libro "Aprende a estudiar con éxito", de José Luis Díaz Vega. Ed. Trillas. Consta de 70 preguntas en relación a actitudes, habilidades o conductas deseables o indeseables para el estudio. Incluye una hoja de respuesta, un cuadro para graficar los resultados y una escala de puntuación específica.

El cuestionario, la hoja de respuestas, el cuadro y las indicaciones para su desarrollo, se localizan al final de este inciso.

##### PROCEDIMIENTO DE EVALUACION.

La autoevaluación se realizará en dos momentos: al inicio del curso y concluyendo éste. Consistirá en ambos casos en la aplicación del cuestionario evaluativo en el cual el alumno analizará su situación respecto a sus hábitos de estudio.

La autoevaluación inicial se aplicará el primer día del curso, una vez que el orientador haya explicado los objetivos

del curso y dado un panorama general del contenido del mismo. El orientador repartirá a cada uno de los alumnos, un cuestionario evaluativo, una hoja de respuestas y un cuadro para graficar. Explicará en voz alta las instrucciones para ser contestado y ejemplificará para un mejor entendimiento. Concederá 25' minutos para su ejecución.

En la hoja de respuesta, el alumno anotará las claves correspondientes que le permitirá posteriormente graficar y analizar sus resultados.

Posteriormente con la información de cada uno de los alumnos, el orientador deberá elaborar su propia gráfica donde concentre toda la información y pueda advertir la situación grupal que existe respecto a los hábitos de estudio y así orientar sus esfuerzos hacia aquellos aspectos que requieran mayor atención y apoyo.

La autoevaluación final se efectuará al concluir el curso. Nuevamente los alumnos responderán el cuestionario de hábitos de estudio, siguiendo las mismas indicaciones para su realización. A partir de esta autoevaluación, el alumno podrá comparar con su autoevaluación inicial, si ha logrado cambios significativos en su forma de estudiar.

El orientador, por su parte, también podrá establecer una comparación entre la evaluación inicial y final, a fin de determinar si hubo cambios positivos en el sistema de estudio a nivel grupal.

Podrá graficar en el mismo cuadro los resultados de la última evaluación y así advertir rápidamente los logros alcanzados.

## RESULTADOS E INTERPRETACION

Una vez que todos los alumnos hayan terminado de responder el cuestionario, se concentrará la información en la hoja de respuesta a fin de proceder a su interpretación.

Para poder efectuar la interpretación de los resultados, será necesario que cada alumno transcriba a su hoja de respuesta la clave de contestación según corresponda:

Clave de contestación

s= siempre  
a= a menudo  
r= rara vez  
n= nunca

- Deberá escribir la letra correspondiente a la respuesta que dió en la línea que se encuentra a continuación del número de la pregunta en la hoja de respuesta.

Ejemplo:

cuadro de  
puntuación

1.      S      

--

línea del no. de la  
pregunta

Si el alumno contestó a la pregunta 1 - "siempre", deberá escribir una "s" en la línea antes del cuadro de puntuación.

- A cada clave de respuesta se le asignará una puntuación que se anotará en el "cuadro de puntuación".

La escala de puntuación es la siguiente:

Para reactivos que se refieren a actitudes, habilidades o conductas deseables se anotará como sigue:

3 puntos si la respuesta es s= siempre  
2 puntos si la respuesta es a= a menudo  
1 punto si la respuesta es r= rara vez  
0 puntos si la respuesta es n= nunca

Ejemplo:

Si la respuesta a la pregunta 1 es s= siempre, se anotará en el cuadro el valor de 3 puntos por corresponder a un reactivo de actitudes, habilidades o conductas deseables.

1.-      S      

3
---

      cuadro de puntuación

Para reactivos que se refieren a actitudes, habilidades o conductas indeseables se tomará en cuenta la siguiente puntuación:

3 puntos si la respuesta es n= nunca  
2 puntos si la respuesta es r= rara vez  
1 punto si la respuesta es a= a menudo  
0 puntos si la respuesta es s= siempre



Ejemplo:

Si la respuesta a la pregunta 2, es s= siempre, se anotará en el cuadro el valor 0 puntos, por corresponder a actitudes habilidades o conductas indeseables.

2.-            S      

0
---

      cuadro de puntuación

Hay que tener mucho cuidado de no equivocarse las puntuaciones. Para evitar confusiones, los reactivos de actitudes, habilidades o conductas indeseables, están señalados con un asterisco en la hoja de respuestas.

- Una vez establecido los puntos en la hoja de respuesta, se deberán sumar los de cada columna y anotarlos en los cuadros de totales.

- Por último se deberá graficar la puntuación de cada columna en el cuadro para graficar.

Las áreas incluidas en esta gráfica y que se consideran en el cuestionario son:

- DT (distribución de tiempo)
- ME (motivación para el estudio)
- DE (distractores durante el estudio)
- NE (cómo tomar notas en clase)
- OL (optimización de la lectura)
- OP (cómo prepara un examen)
- AC (actitudes y conductas productivas en el estudio)

- A través de la gráfica el alumno podrá observar el perfil de los hábitos de estudio que le es propio, y conocer su situación actual como estudiante.

## AUTOEVALUACION DE LOS HABITOS DE ESTUDIO

**INSTRUCCIONES:** Lee cuidadosamente cada pregunta y marca con una X la respuesta que estimes identifica mejor tus hábitos de estudio.

Ejemplo:

¿Escucho con atención las indicaciones de mis maestros?

siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ rara vez X nunca \_\_\_\_\_

¿Como bocadillos o golosinas mientras estudio?

siempre \_\_\_\_\_ a menudo X rara vez \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_

Recuerda que tus respuestas deben ser honestas, ya que a través de ellas obtendrás información muy útil para ti.

CUESTIONARIO  
EVALUATIVO (39)

- 1.- ¿Tomo en cuenta todas mis materias al distribuir el tiempo de estudio?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 2.- ¿Culpo a otras personas o a las circunstancias de mis fracasos académicos?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 3.- ¿Hay personas conversando o ruidos que me molesten o distraigan mientras estudio?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 4.- ¿Escribo notas de todas mis clases?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 5.- ¿Adopto una actitud crítica respecto de lo que leo y obtengo mis propias conclusiones?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 6.- ¿Durante un examen distribuyo mi tiempo de acuerdo con el número de preguntas formuladas?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 7.- ¿Falto a mis clases?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 8.- ¿Planifico mis actividades?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 9.- ¿Siento satisfacción al intervenir en actividades relacionadas con el estudio?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 10.- ¿Interfieren mis problemas personales en mis intenciones de estudio?  
siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_

(39) Instrumento evaluativo retomado del libro "Aprender a estudiar con éxito" de José Luis Díaz Vega. Ed. Trillas.

- 11.- ¿Utilizo abreviaturas para escribir más rápido?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 12.- ¿Subrayo las ideas que me parecen más importantes durante la lectura?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 13.- ¿Señalo de manera visible las respuestas de un examen?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 14.- ¿Frecuento a compañeros que presentan un bajo rendimiento académico?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 15.- ¿Destino tiempo fuera de clase para mis materias?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 16.- ¿Estoy seguro de que el estudio es lo que verdaderamente me gusta hacer?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 17.- ¿Mientras estudio me distraigo con asuntos ajenos al tema?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 18.- ¿Anoto textualmente las fórmulas, las leyes, los principios, las reglas, etc., que expone el maestro en la clase?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 19.- ¿Exploro e investigo el contenido general de un libro antes de empezar su lectura sistemática?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 20.- ¿Durante un examen leo dos veces la misma pregunta antes de contestarla?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 21.- ¿Aclaro mis dudas con el profesor?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_

- 22.- ¿Elaboro un horario de estudios antes de empezar mi período de clases?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 23.- ¿Me siento decepcionado por ser estudiante?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 24.- ¿Cuando estudio tengo cerca distractores visuales tales como televisión, el retrato de mi novio (a) de artistas o carteles?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 25.- ¿Me resulta fácil concentrarme en la exposición del maestro?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 26.- ¿Repito en voz alta y con el libro cerrado el material que considero más relevante, a fin de asimilarlo?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 27.- ¿Tengo confianza en mis conocimientos o capacidades antes de presentar un examen?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 28.- ¿Adopto actitudes positivas ante mis compañeros y maestros?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 29.- ¿Inicio y concluyo puntualmente cada una de mis actividades?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 30.- ¿Encuentro agradable el ambiente de la institución educativa en la que estudio?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 31.- ¿Cuando estudio, tengo demasiados objetos sobre mi mesa?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 32.- ¿Cuento con hojas y pluma o lápiz durante cada una de mis clases?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_

- 33.- ¿Leo cuando me siento fatigado?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 34.- ¿Estoy nervioso antes de presentar un examen?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 35.- ¿Cumplo con mis tareas o actividades extraclase?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 36.- Cuando estudio me concentro durante periodos cortos y dedico más tiempo a fantasear  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 37.- Dudo cuando tengo que tomar una decisión respecto a mis estudios  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 38.- ¿Busco apuntes o libros en los momentos en que debería estar estudiando?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 39.- ¿Copio los ejemplos que proporciona el maestro?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 40.- ¿Elaboro resúmenes a fin de seleccionar y sintetizarlo que he leído?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 41.- ¿Duermo normalmente la noche anterior al examen?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 42.- ¿Investigo por iniciativa propia aspectos relacionados con las diferentes materias de estudio?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 43.- ¿Reviso diariamente el horario que elaboré por escrito para saber cuál es la actividad planeada para determinada hora?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 44.- ¿Considero que el estudio es tedioso y desagradable?  
 siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_

- 45.- ¿Cuento con un área bien ventilada, iluminada y ordenada para estudiar?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 46.- ¿Pido prestados apuntes de mis compañeros de clase?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 47.- ¿Tengo dificultades para comprender lo que leo?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 48.- ¿Reviso mis respuestas en los exámenes antes de entregarlos?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 49.- ¿Me quedo con mis dudas sobre lo expuesto por el profesor?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 50.- ¿Utilizo el mayor tiempo en actividades productivas y significativas?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 51.- ¿Estoy dispuesto y tengo deseos de estudiar en cualquier momento?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 52.- ¿Acudo a bibliotecas o a centros de información?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 53.- ¿Mis apuntes de clase están limpios, ordenados y legibles, de tal manera que puedo entenderlos posteriormente?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 54.- ¿Consulto el diccionario cuando desconozco el significado de una o más palabras?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 55.- ¿Escribo legiblemente mis respuestas en los exámenes?
- siempre----- a menudo----- raras veces----- nunca-----
- 56.- ¿Estudio diariamente en mis apuntes de clase?

- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 57.- ¿Tengo un registro del tiempo que destino al estudio cada día?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 58.- ¿Me fijo una calificación mínima por obtener en cada una de mis materias de un periodo escolar?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 59.- ¿Escucho música mientras estudio?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 60.- ¿Vuelvo a leer los apuntes de clases anteriores?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 61.- ¿Me formulo preguntas a partir de las lecturas que realizo?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 62.- ¿Respondo de manera precisa las preguntas que se me formulan en los exámenes?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 63.- ¿Durante la clase intercambio con mis compañeros comentarios ajenos a la misma?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 64.- ¿Cuento con un programa de actividades diarias?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 65.- ¿Cuando tengo que estudiar me encuentro cansado, somnoliento?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 66.- ¿Antes de empezar a estudiar consigo papel, goma de borrar, pluma o lápiz y demás recursos necesarios?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_
- 67.- ¿Utilizo mis propias palabras para redactar los apuntes de clase?
- siempre \_\_\_\_\_ a menudo \_\_\_\_\_ raras veces \_\_\_\_\_ nunca \_\_\_\_\_



68.- ¿Elaboro resúmenes, empleando mis propias palabras, sobre los temas expuestos en los libros?

siempre\_\_\_\_\_ a menudo\_\_\_\_\_ raras veces\_\_\_\_\_ nunca\_\_\_\_\_

69.- ¿Preparo con anticipación los exámenes?

siempre\_\_\_\_\_ a menudo\_\_\_\_\_ raras veces\_\_\_\_\_ nunca\_\_\_\_\_

70.-¿Asisto puntualmente a cada una de mis clases?

siempre\_\_\_\_\_ a menudo\_\_\_\_\_ raras veces\_\_\_\_\_ nunca\_\_\_\_\_

AUTOEVALUACION DE LOS HABITOS DE ESTUDIO (40)

Autoevaluación de los hábitos de estudio

Hoja de respuesta

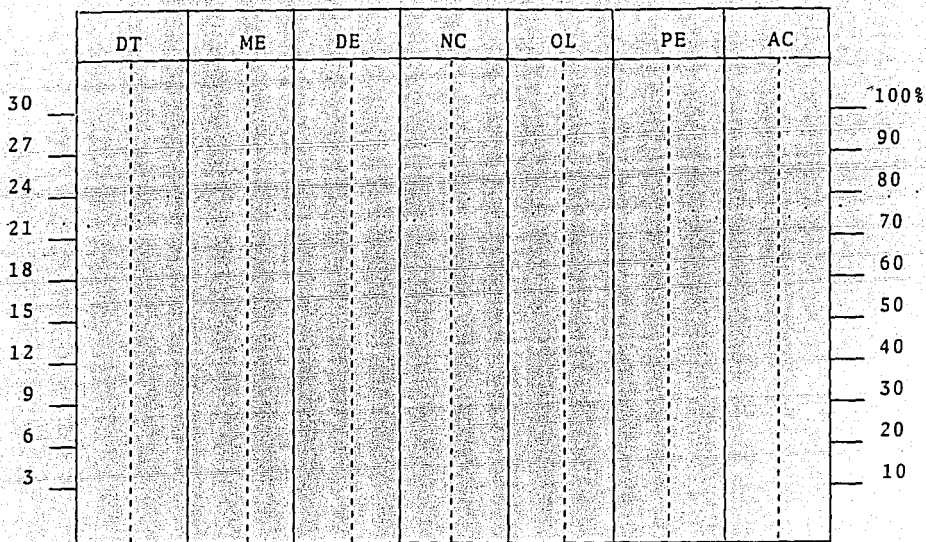
Nombre: \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Institución: \_\_\_\_\_ Escolaridad: \_\_\_\_\_

	P	P	P	P	P	P	P
1		*	*				*
8			*				*
15		*	*				
22		*	*				
29	*		*		*		
36		*	*				
43		*		*	*		
50							
57			*				*
64		*					
Total	DT	ME	DE	NC	OL	PE	AC

(40) Diaz, Vega José Luis. "Aprender a estudiar con éxito. México, Trillas, 1983. pág. 23.

GRAFICA DE HABITOS DE ESTUDIO (41)



(41) Ibidem, pág 26.

#### 4.3.- ESTRUCTURA Y MANEJO DEL PROGRAMA

El Programa está estructurado en tres unidades temáticas, cada una de las cuales comprende un bloque compacto de contenidos.

Las unidades temáticas no representan una secuencia entre sí, con excepción de a Unidad I "Lo que aprendemos y cómo lo aprendemos", que se propone para desarrollarse como tema inicial. Su propósito es de exploración y autoconciencia, permite al alumno darse cuenta de sus deficiencias en el estudio y de su proceso de aprendizaje llevándolo a considerar a éste último como precondition para el desarrollo de su permanente progreso. Las Unidades II y III pueden trabajarse enseguida de la Unidad I indistintamente.

Los contenidos específicos que conforman el bloque de unidad, están divididos en temas, los cuales guardan una relación estrecha entre sí, en cuanto al tema central de la unidad (título), pero no de secuencia para ser trabajados. Cada tema puede ser elegido en cualquier orden y volverse a trabajar si el orientador lo considera necesario, de esta manera el margen de acción de la orientadora se amplía permitiendo adecuar los temas en su desarrollo a las características y necesidades específicas de cada grupo.

Los contenidos específicos de cada unidad, no fueron trabajados de manera exhaustiva, sino representativamente, el orientador puede y debe ampliarlos de acuerdo a las necesidades del grupo.

Cada una de las unidades está integrada por:

- Título de la unidad
- Introducción
- Objetivos particulares y específicos
- Contenidos específicos
- Sugerencias de actividades para cada tema
- Materiales

. Título de la Unidad: constituye el tema central de la unidad en torno al cual se estructuran los contenidos específicos.

- . **Introducción:** en ella se describe brevemente la importancia que tienen los contenidos a tratar en la unidad para el alumno dentro de su proceso de aprendizaje.
- . **Objetivos particulares y específico:** los objetivos particulares representan de manera integral lo que se espera que el alumno alcance al término de cada unidad.
- . **Objetivos específicos:** no presentan una correlación directa entre objetivos y actividades, sino que constituyen aspectos globalizadores que el alumno deberá desarrollar una vez concluida la unidad.
- . **Contenidos específicos que se proponen en cada unidad:** se estructuran en torno al tema central que es el título de la unidad. Los temas se subdividen en subtemas que constituyen aquellos aspectos que el alumno deberá asimilar para el logro de los objetivos propuestos.
- . **Las actividades;** son ejercicios prácticos que el alumno deberá realizar para reforzar y reafirmar los contenidos aprendidos. Fueron seleccionados atendiendo las características y necesidades de los alumnos, como edad, maduración, exigencias escolares. Para cada tema en específico se indican algunas actividades que podrán realizarse. Sólo son sugerencias, en ningún momento son obligatorias.

Existe una gran variedad de actividades que se pueden realizar en torno a cada uno de los temas. El orientador podrá retomar las sugerencias, modificar o enriquecer éstas o emprender otras de acuerdo a las características y necesidades del grupo.

**Los Materiales;** se indican los materiales que se requieren para realizar las actividades propuestas.

#### 4.3.1 CONTENIDO TEMATICO

### UNIDAD I LO QUE APRENDEMOS Y COMO LO APRENDEMOS

#### TEMA 1 COMO APRENDEMOS

- 1.1. QUE ES EL APRENDIZAJE
- 1.2. EL PROCESO DE APRENDIZAJE
- 1.3. TIPOS DE APRENDIZAJE

#### TEMA 2 LA MOTIVACION EN EL APRENDIZAJE

- 2.1. QUE NOS MOTIVA A ACTUAR
- 2.2. MOTIVACION PARA EL ESTUDIO
- 2.3. ACTITUDES POSITIVAS ANTE EL ESTUDIO

#### TEMA 3 LIMITACIONES Y OBSTACULOS

- 3.1. LIMITACIONES Y OBSTACULOS PERSONALES
- 3.2. OBSTACULOS Y LIMITACIONES DEL MEDIO AMBIENTE

### UNIDAD II PLANIFICACION DEL ESTUDIO Y APRENDIZAJE PERSONAL

#### TEMA 1 AUTOADMINISTRACION

- 1.1. DISTRIBUCION DEL TIEMPO
- 1.2. PLAN DE ESTUDIO PERSONAL
- 1.3. CONDICIONES PARA EL ESTUDIO

#### TEMA 2 LA MEJOR MANERA DE ESTUDIAR Y RETENER

- 2.1. COMO UTILIZAR LA MEMORIA
- 2.2. COMO MEJORAR LA MEMORIA
- 2.3. ATENCION, CONCENTRACION Y MEMORIA

#### TEMA 3 COMO PREPARAR LOS EXAMENES

- 3.1. QUE ES UN EXAMEN
- 3.2. TIPOS DE EXAMEN
- 3.3. COMO PREPARAR LOS EXAMENES
- 3.4. ASPECTOS A TOMAR EN CUENTA ANTES DE RESOLVER UN EXAMEN

## UNIDAD III DESARROLLO DE HABILIDADES BASICAS DE ESTUDIO

### TEMA 1 LA LECTURA

- 1.1. IMPORTANCIA DE LA LECTURA EN EL ESTUDIO
- 1.2. TIPOS DE LECTURA
- 1.3. OPTIMIZACION DE LA LECTURA

### TEMA 2 LOS APUNTES

- 2.1. IMPORTANCIA Y FUNCION DE LOS APUNTES EN EL ESTUDIO
- 2.2. REGLAS PARA TOMAR NOTAS

### TEMA 3 COMO ESCUCHAR

- 3.1. QUE ES ESCUCHAR
- 3.2. VICIOS QUE OBSTACULIZAN EL ESCUCHAR
- 3.3. RECOMENDACIONES PARA ESCUCHAR MEJOR Y COMPRENDER

### TEMA 4 EL REPASO

- 4.1. FUNCION DEL REPASO
- 4.2. METODOS DE REPASO

**GUIAS DIDACTICAS PARA LA OPERATIVIDAD DEL PROGRAMA**



UNIDAD I LO QUE APRENDEMOS Y COMO LO APRENDEMOS

OBJETIVO PARTICULAR: QUE EL ALUMNO CONOZCA - LOS ELEMENTOS BASICOS, QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE, ASI COMO EL PAPEL QUE EL MISMO JUEGA DENTRO DEL PROCESO, A FIN DE QUE LOGRE COMPROMETERSE CON SU APRENDIZAJE ACADEMICO Y EN TERMINOS GENERALES CON LAS METAS QUE SE PROPONGA.

OBJETIVOS ESPECIFICOS: QUE EL ALUMNO:

- Identifique los elementos básicos que intervienen en el proceso de aprendizaje.
- Formule claramente y en orden de importancia sus objetivos de aprendizaje.
- Reflexione sobre su actitud hacia el estudio y oriente ésta hacia aspectos positivos.
- Identifique y reflexione sobre sus propias limitaciones como persona, así como los obstáculos que deberá enfrentar de su medio durante su aprendizaje.

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 1 COMO APRENDEMOS</p> <p>1.1. Qué es el aprendizaje</p> <p>1.2. El proceso de aprendizaje</p> <p>1.3. Tipos de aprendizaje</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 1.2. Técnica grupal "Tres experiencias positivas"</p>	<p>Material impreso (descripción de la técnica) consultar anexo 1-A</p>
<p>TEMA 2 LA MOTIVACION EN EL APRENDIZAJE</p> <p>2.1. Qué nos motiva a actuar</p> <p>2.2. Motivación para el estudio</p> <p>2.3. Actitudes positivas ante el estudio</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 2.1. El alumno planeará sus objetivos a corto, mediano y largo plazo, así como lo que tiene que hacer para alcanzarlos.</p> <p>Para el punto 2.2. El alumno elaborará un dibujo en donde se proyecte en el futuro y plasme cómo se vería entonces.</p> <p>El alumno analizará sus motivos para estar en la escuela.</p> <p>Para el punto 2.3. El alumno responderá a un cuestionario</p>	<p>- Lápices y hojas</p> <p>- Cartulina, lápices y colores</p> <p>- Material impreso "Encuesta de motivos para estar en la escuela. Consultar anexo 2-A</p> <p>- Material impreso. Cuestionario sobre actitudes positivas ante</p>

UNIDAD II PLANIFICACION DEL ESTUDIO Y APRENDIZAJE PERSONAL

OBJETIVO PARTICULAR: QUE EL ALUMNO CONOZCA LAS VENTAJAS DE LA PLANEACION Y ORGANIZACION DENTRO DE SU PROGRAMA DE ESTUDIO Y UTILICE ADECUADAMENTE LAS ESTRATEGIAS DE ESTUDIO QUE LE PERMITAN FAVORECER SU RENDIMIENTO ESCOLAR.

OBJETIVOS ESPECIFICOS: QUE EL ALUMNO:  
 - Elabore un plan de actividades diarias, con horarios establecidos y describa las mejores condiciones para un estudio efectivo.  
 - Ejercite los hábitos de memoria, atención, concentración y la habilidad de pensar en su contexto de estudio.  
 - Modifique su actitud ante los exámenes al considerarlos como formas de reconocimiento a su aprendizaje, evitando el erróneo concepto que tiene de ellos.

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 1 AUTOADMINISTRACION</p> <p>1.1. Distribución del tiempo</p> <p>1.2. Plan de estudio personal</p> <p>1.3. Condiciones para el estudio</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 1.2.                      El alumno elaborará un listado con base en las actividades que realiza semanalmente y distinguirá aquellas que tengan horario fijo, horario flexible y sean actividades básicas.</p> <p>Con base en el ejercicio anterior el alumno elaborará un horario semanal.</p> <p>Para el punto 1.3.                      El alumno analizará sus condiciones de estudio y propondrá alternativas de solución a su problemática concreta.</p> <p>- Ejercicio de respiración                      - Ejercicio de relajación</p>	<p>- Material: hojas, lápices de colores rojo, azul, amarillo.</p> <p>- Material: impreso (formato de horario), lápices.                      Consultar anexo 2-F</p> <p>- Lápices, hojas blancas</p> <p>- Material: impreso (instrucciones para la realización de los ejercicios).                      Consultar anexo 2-C / 2-D</p>

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 3 LIMITACIONES Y OBSTACULOS</p> <p>3.1. Limitaciones y obstáculos personales.</p> <p>3.2. Obstáculos y limitaciones del medio ambiente.</p>	<p>1 sesión</p>	<p>nario en relación a las acciones - que debe emprender como estudiante para conseguir sus metas.</p> <p>Para el punto 3.1. El alumno analizará su capacidad de comprensión para c/u de las asignaturas que cursa.</p> <p>Para el punto 3.2. El alumno señalará por escrito, por lo menos 3 obstáculos medioambientales escolares que afecten su rendimiento en la escuela.</p>	<p>el estudio. Consultar anexo 2-B</p> <p>- Lápices color rojo, hojas blancas</p> <p>- Hojas blancas</p>

CONTENIDO,	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 2 LA MEJOR MANERA DE ESTUDIAR Y RETENER</p> <p>2.1. Cómo utilizar la memoria</p> <p>2.2. Cómo mejorar la memoria</p> <p>2.3. Atención, concentración y memorización</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 2.2. Ejercicio de atención y memoria</p> <p>Para el punto 2.3. Ejercicio de atención y concentración.</p> <p>Para el punto 2.3. Ejercicio de sumas rápidas Ejercicio de sumar de uno en uno, dos en dos, etc. Ejercicio de concentración y clasificación.</p>	<p>- Diferentes objetos (lápices, plumas, cuadernos, libros etc.)</p> <p>- Material impreso (anexo 2-G) instrucciones para su realización.</p> <p>- Consultar anexo 2rE y E' Para realizar los ejercicios.</p> <p>- Consultar anexo 2-H</p>
<p>TEMA 3 COMO PREPARAR LOS EXAMENES</p> <p>3.1. Qué es un examen</p> <p>3.2. Tipos de examen</p> <p>3.3. Cómo preparar los exámenes</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 3.3. El alumno describirá los pasos básicos para preparar un examen</p>	<p>- Hojas blancas, lápices.</p>

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
3.4. Aspectos a tomar en cuenta antes de resolver examen.		<p>El alumno elaborará una guía de estudio junto con el orientador.</p> <p>Para el punto 3.4. Prueba de 3 minutos</p>	<p>- Pizarrón, hojas, lápices, gises.</p> <p>- Material impreso (instrucciones para el desarrollo de la técnica y cuestionario) anexo 2-1</p>

UNIDAD III DESARROLLO DE HABILIDADES BASICAS DE ESTUDIO

OBJETIVO PARTICULAR: QUE EL ALUMNO CONOZCA - Y DESARROLLE LAS HABILIDADES BASICAS PARA EL ESTUDIO; LECTURA, TOMA DE APUNTES, ESCUCHAR Y REPASAR, A FIN DE QUE LOS UTILICE COMO HERRAMIENTAS UTILES EN SU PROCESO DE ESTUDIO.

OBJETIVOS ESPECIFICOS: QUE EL ALUMNO:  
 - Desarrolle la habilidad lectora, y domine algunos principios básicos y estratégicos del aprendizaje de la lectura.  
 - Desarrolle la habilidad de tomar apuntes con calidad y domine las técnicas necesarias que le permitan una eficiente toma de apuntes.  
 - Desarrolle la habilidad de escuchar y utilice las recomendaciones básicas para una escucha activa.  
 - Reconozca la importancia del repaso en su proceso de estudio y lo adapte como técnica indispensable en sus sesiones de estudio.

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 1 LA LECTURA</p> <p>1.1. Importancia de la lectura en el estudio.</p> <p>1.2. Tipos de lectura.</p> <p>1.3. Optimización de la lectura</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>1.2. El alumno practicará los diferentes tipos de lectura.</p> <p>Para el punto 1.3. El alumno practicará la lectura utilizando el Método PQRST.</p>	<p>- Libros de texto</p> <p>- Material de lectura opcional</p>
<p>TEMA 2 LOS APUNTES</p> <p>2.1. Importancia y función de los apuntes en el estudio.</p> <p>2.2. Reglas para tomar apuntes</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 2.1. El alumno analizará su situación personal con respecto a la toma de apuntes.</p> <p>Para el punto 2.2. El alumno reorganizará sus apuntes de ese día, con base en las reglas para tomar apuntes.</p>	<p>- Material impreso " Cuestionario" Consultar anexo 2-J Importancia de los apuntes en los estudio.</p> <p>- Hojas blanca, apuntes, lápices y pizarrón.</p>

CONTENIDO	TIEMPO ESTIMADO	ACTIVIDADES	MATERIAL
<p>TEMA 3 COMO ESCUCHAR</p> <p>3.1. Qué es escuchar.</p> <p>3.2. Vicios que obstaculizan el escuchar.</p> <p>3.3. Recomendaciones para escuchar - mejor y comprender.</p>	<p>1 sesión</p> <p>1 sesión</p>	<p>Para el punto 3.1. Desarrollo de la técnica "Círculo Mágico".</p> <p>Para el punto 3.3. Ejercicio de escuchar activamente</p>	<p>- Consultar anexo 1-B (instrucciones para su desarrollo)</p> <p>- Consultar anexo 2 - K Material impreso, lápices, hojas</p>
<p>TEMA 4 EL REPASO</p> <p>4.1. Función del repaso</p> <p>4.2. Métodos de repaso</p>	<p>1 sesión</p>	<p>Para el 4.2. Ejercicios de repaso</p>	<p>- Apuntes, libros de texto.</p>

## 5. PLANIFICACION Y PRESTACION POR UNIDADES

### UNIDAD I LO QUE APRENDEMOS Y COMO LO APRENDEMOS

#### OBJETIVO PARTICULAR:

**OBJETIVO:** QUE EL ALUMNO CONOZCA LOS ELEMENTOS BASICOS QUE PARTICULAR INTERVIENEN EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE, ASI COMO EL PAPEL QUE EL MISMO JUEGA DENTRO DEL PROCESO, A FIN DE QUE LOGRE COMPROMETERSE CON SU APRENDIZAJE ACADEMICO Y EN TERMINOS GENERALES CON LAS METAS QUE SE PROPONGA.

#### OBJETIVOS ESPECIFICOS

**QUE EL ALUMNO:** IDENTIFIQUE LOS ELEMENTOS BASICOS QUE INTERVIENEN EN EL PROCESO DE APRENDIZAJE.

FORMULE CLARAMENTE Y EN ORDEN DE IMPORTANCIA - SUS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE.

REFLEXIONE SOBRE SU ACTITUD HACIA EL ESTUDIO, - Y ORIENTE ESTA HACIA ASPECTOS POSITIVOS.

IDENTIFIQUE Y REFLEXIONE SOBRE SUS PROPIAS LIMITACIONES COMO PERSONA, ASI COMO LOS OBSTACULOS LOS QUE DEBERA ENFRENTAR DE SU MEDIO DURANTE SU APRENDIZAJE.



## I N T R O D U C C I O N

Todos los días el ser humano realiza el acto de aprender, ya que su vida transcurre cambiando su comportamiento desde que nace hasta que muere. Sin embargo, este cambio se lleva a cabo en su mayor parte en forma no intencional, provocado por la misma experiencia de vivir. Las experiencias permiten al individuo ir incorporando a su vida aprendizajes concretos que lo llevan a un crecimiento intelectual y emocional, a asimilar su realidad y aún a transformarla en beneficio de sí mismo.

La educación representada principalmente por la escuela, busca el cambio de comportamiento, es decir el aprendizaje de manera consciente e intencional en el individuo, tiende a promover aprendizajes de actitudes, hábitos, habilidades y conocimientos reconocidos como los mejores por el medio social.

Pero el aprendizaje no es algo que se dé por arte de magia, constituye un proceso paulatino que requiere de estímulos del medio y un esfuerzo constante por parte del sujeto para asimilar cuanto se le presente.

Resulta de primordial importancia que el alumno conozca cómo se da el proceso de aprendizaje y advierta cuál es el papel que juega dentro del mismo, a fin de que sea parte activa y no simplemente receptor de información que almacenará sin saber cómo utilizarla.

En esta unidad se describe brevemente lo que es el aprendizaje, los elementos que intervienen en el proceso, así como los factores condicionantes que están presentes para que se dé satisfactoriamente.

## TEMA 1 COMO APRENDEMOS

### 1.1. Qué es aprendizaje

El aprendizaje ha sido definido de muchas maneras de acuerdo a diferentes enfoques teóricos, sin embargo lo importante no es tener una definición estricta de este concepto, sino más bien identificar cuáles son los elementos básicos que están presentes en toda concepción a fin de que puedan ser analizados y comprendidos, permitiendo así elaborar una definición propia del mismo.

En la mayoría de las definiciones se hace énfasis en que el aprendizaje es un proceso que se da en el individuo, a través de experiencias vividas por él, que permite la adquisición de conocimientos, habilidades, hábitos, actitudes, etc. y que promueve un cambio en la conducta del sujeto.

De acuerdo a estos indicadores el aprendizaje es concebido como un proceso que se da en el individuo a partir de la vivencia de experiencias significativas que le permiten la adquisición de conocimientos, habilidades, actitudes, etc. que producen un cambio en su conducta.

### 1.2. El proceso de aprendizaje

El aprendizaje es un proceso que se lleva a cabo a nivel del sistema nervioso. El hombre aprende de manera integral con todo su cuerpo, y lo hace de un modo unitario y concreto. Sin embargo se pueden identificar tres momentos básicos del proceso, que se dan independientemente del tipo de aprendizaje que se esté realizando. Estos son:

Momento inicial; en el que el sujeto recibe el impacto de una nueva situación, la cual de inmediato no tiene un significado aparente. El el segundo momento; las partes del todo percibido son analizadas separadamente a fin de ser aprendidas en su individualidad y en sus relaciones con las partes próximas. En el momento final; las partes son unidas mentalmente con base en todo aquello que es fundamental para la formación de un todo mayor, comprensivo y lógico que es el conjunto de la situación. Las partes ahora pierden sus detalles para ser aprendidas en sus aspectos fundamentales con relación a la situación total en que se encuentran insertas. De este esfuerzo mental de síntesis resulta la representación simplificada de todas las partes integradas en un todo.

El ser humano comienza el proceso de aprendizaje a una edad muy temprana y aprende en la medida que adquiere información sobre todo aquello que le rodea, por ello requiere de estímulos o experiencias que le permitan extraer toda la información necesaria para que pueda ir construyendo un aprendizaje cada vez más complejo.

De acuerdo a los diferentes tipos de aprendizaje que existen se distinguen procesos particulares que se dan en el individuo y que ponen en juego componentes específicos para la adquisición de conocimientos.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Técnica grupal "Tres experiencias positivas" (consultar anexo 1 - A)

#### MATERIAL

Material impreso donde se describe la técnica.

### 1.3. Tipos de aprendizaje

A lo largo de la vida, el hombre aprende una infinidad de cosas aparentemente sencillas como comer, caminar, hablar, leer, escribir, etc., poco a poco el nivel de complejidad de lo que se aprende va en aumento sin tener un límite establecido. Los diferentes tipos de aprendizaje han sido clasificados precisamente en función del grado de complejidad que se requiere para su ejecución y de los componentes que se ponen en juego para un tipo particular de aprendizaje.

**Aprendizaje motor;** es el inicio para alcanzar aprendizajes posteriores, se inicia en la infancia con el dominio de los movimientos de las diferentes partes del cuerpo y progresa a medida que el individuo madura física y mentalmente.(40)

El aprendizaje de habilidades motoras, requiere de una secuencia de movimientos corporales y exige una coordinación de la percepción y de movimientos físicos. Son ejemplos de aprendizaje motor con un mínimo de control de pensamiento: pararse, sentarse, caminar, peinarse, bañarse, etc.

Son ejemplos de aprendizaje perceptivo-motor en donde las habilidades motoras requieren de un control del pensamiento: el dibujar, escribir, conducir un auto, tocar la guitarra, etc.

En el aprendizaje motor, la práctica o ejercitación es un elemento primordial para su progreso.

**Aprendizaje de conceptos;** Este tipo de aprendizaje involucra en mayor grado a la memoria lógica y se refiere a los conocimientos de naturaleza teórica. Se centra en la abstracción y generalización e implica la identificación de características de un conjunto de estímulos.(41) Son ejemplos de aprendizaje de conceptos: el concepto de responsabilidad, sociedad, familia, educación, etc. porque tienen la propiedad de poder representar la realidad consciente de manera simplificada, esquemática y generalizada, haciendo posible la idea de un concepto, sin necesidad de la experiencia empírica.

**Aprendizaje de principios;** tiene como base el aprendizaje de conceptos y consiste en captar el significado de nuevas ideas y enunciarlas en forma de proporciones. Cada prin-

(40) Clifford, M. Margaret, Op. cit. pág. 326

(41) Ibidem, pág. 316

cipio incluye al menos dos conceptos fundamentales y muestra su relación entre ellos.(42)

La experimentación promueve este tipo de aprendizaje, por ejemplo, el principio de Arquímedes. "todo cuerpo sumergido en un líquido experimenta un empuja de abajo hacia arriba, igual al peso del líquido desalojado". Este principio puede ser comprobado experimentalmente por cualquier persona.

Aprendizaje de resolución de problemas; aprender a resolver un problema implica un proceso de búsqueda y la aplicación de principios apropiados para encontrar la solución.(43)

El procedimiento más usual para la solución de un problema, es mediante la comprobación de hipótesis y consiste en:

- Conocer el problema y comprender lo que hay que hacer
- Ordenar las soluciones
- Probar cada una de estas hasta dar con la correcta.

Aprendizaje significativo; es el proceso mediante el cual el sujeto incorpora nuevos significados a sus esquemas de conocimientos. El aprendizaje verbal, es un ejemplo claro de aprendizaje significativo ya que se da a través de la representación de símbolos. Las palabras son símbolos convencionales, cada uno de los cuales representa un objeto, acontecimiento, situación o concepto. En las primeras etapas de este aprendizaje, las palabras tienden a representar objetos y acontecimientos reales y concretos, posteriormente éstas se igualan con contenidos abstractos, iniciándose el aprendizaje de conceptos.

## TEMA 2 LA MOTIVACION EN EL APRENDIZAJE

### 2.1. Qué nos motiva a actuar

Existen en la vida un sin número de factores que impulsan al individuo a actuar; satisfacción de necesidades, deseos de triunfar, la competencia por ser mejor, obtener dinero, etc. Cada uno de esos factores forman parte de objetivos o metas que se fijan constantemente en la vida y son fuente de motivación para la misma. La motivación puede de-

(42) Ibidem. pág. 321

(43) Ibidem. pág. 322

finirse como la fuerza interior que impulsa a una persona hacia el logro de un objetivo, y toda actividad requiere de esa fuerza para que se realice con entusiasmo y efectividad.

Sin motivación difícilmente se logra triunfar, pero tampoco sin esfuerzo y dedicación. La voluntad y el interés son elementos claves para alcanzar lo deseado. La voluntad no es un don que sólo tienen algunas personas, ésta se construye con el interés y la disciplina y deseos verdaderos de llegar a ser o lograr algo en la vida. Nadie puede lograr cambios constructivos mediante el simple hecho de desearlo, debe querer cambiar y tener confianza en sí mismo y en lo que está haciendo.

Pero no basta únicamente estar motivado y ser muy entusiasta, es necesario trazar un camino que nos lleve a la meta deseada. Una forma eficaz para orientar nuestra actuación es planear objetivos a corto mediano y largo plazo a fin de establecer prioridades y avanzar paulatinamente.

Los objetivos a corto plazo sientan las bases para alcanzar los objetivos a mediano plazo y éstos a su vez, llevan a conseguir los propósitos a largo plazo. ¿Cómo se puede hacer esta planeación?. Planear es definir las actividades que tenemos que realizar para lograr lo que nos hemos propuesto y prever o anticipar las consecuencias que nos ocasionaría el no llevar a cabo estas actividades. Así, para planear objetivos a corto mediano y largo plazo hay que anticipar las actividades que se necesitan realizar para alcanzar cada uno de los objetivos propuestos.

## ACTIVIDADES SUGERIDAS

Para el punto 2.1.

El alumno planeará sus objetivos a corto, mediano y largo plazo, así como lo que tiene que hacer para alcanzarlos.

Descripción: Pida a los alumnos que escriban cuáles son sus objetivos escolares a corto, mediano y largo plazo. Posteriormente pídale que reflexionen sobre lo que necesitan hacer para alcanzarlos y lo anoten debajo de cada objetivo.

**MATERIALES:** Lápices y hojas

## 2.2. Motivación para el estudio

Es muy importante que el alumno analice los motivos por los que está en la escuela, muchos estudiantes se sienten comprometidos con sus padres o maestros y sólo por ello estudian, otro se sienten obligados a estudiar sin encontrar ellos mismos un motivo agradable en el estudio, por lo que se desorientan y frustran. Lo que sucede, es que actúan por inercia sin saber el porqué de su conducta, no reflexionan sobre lo que hacen y para qué lo hacen.

Si se tienen objetivos en la vida es necesario prepararse adecuadamente para alcanzarlos y uno de los métodos más eficaces es estudiar, porque el estudio proporciona conocimientos, no de un tema en específico sino de la vida misma.

El estudio, al igual que cualquier otra labor valiosa, requiere de trabajo arduo, algunos piensan que es agradable, satisfactorio e incluso emocionante, pero nadie lo encuentra fácil. El estudio es como una escalera, mientras más se estudia más alto se puede llegar. Debe ser considerado como una actividad positiva que prepara para enfrentar obstáculos, no sólo para el futuro, sino también en el presente.

Es natural que el estudio produzca cansancio similar al que provoca cualquier actividad física, sin embargo, resulta aún más pesado cuando se hace con desgano o pereza. Para superar este inconveniente se debe meditar que al estudiar se acumulan conocimientos, a la vez que se ejercita la inteligencia y nos prepara para enfrentar obstáculos.

El estudio debe ser algo inherente al sujeto, no hay que olvidar que la vida es en sí un proceso de aprendizaje. El hombre aprende cuando enfrenta obstáculos y siente la necesidad de vencerlos, así, todo aprendizaje no es otra cosa que ir venciendo obstáculos, es el resultado del esfuerzo de superarse a sí mismo, venciendo obstáculos.

### ACTIVIDADES SUGERIDAS

Para el punto 2.2; El alumno elaborará un dibujo en donde se proyecte en el futuro y plasme cómo se vería entonces.

Descripción: Pida al alumno que elabore un dibujo en una cartulina, de cómo se vería en el futuro. Permita que lo elaboren con todos los detalles que quieran y lo colóreen. Los que deseen lo comentarán con el grupo.

**MATERIAL:** Cartulina, lápices y colores

## Actividad 2

- El alumno analizará sus motivos para estar en la escuela

Descripción: Pida a los alumnos que contesten la encuesta "Motivos para estar en la escuela", lo más verazmente posible. Los resultados de la misma se comentarán con el grupo para sacar conclusiones.

### MATERIAL

Material impreso "Encuesta de motivos para estar en la escuela", consultar anexo 2.A.



### 2.3. Actitudes positivas ante el estudio

Lo principal para estudiar es estar motivado, es decir tener un motivo para hacerlo, sea cual sea, una vez dispuesto a estudiar se debe acondicionar la mente con ideas positivas respecto al estudio, ésto es:

- . Pensar qué se podrá aprender
- . Que se retendrá lo estudiado
- . Que se obtendrá satisfacción
- . Que se obtendrá nueva información

Si se enfrenta con entusiasmo la actividad de estudio, al considerarla como algo interesante y útil, es muy factible que adquiere propiedades reforzantes.

Otras sugerencias que pueden ser de utilidad para promover un estudio eficaz son:

- No faltar a clases y asistir puntualmente a éstas.
- Frecuentar compañeros que estudien y estén motivados para ello.
- Procurar no distraerse en clase, intercambiando comentarios con otros compañeros, ajenos a la clase.
- Poner atención a las explicaciones del maestro
- Plantear todas las dudas al maestro sin temor a hacer el ridículo
- Participar en clase.
- Cumplir con las tareas o actividades extraclase.
- Estudiar para aprender no para memorizar y si se requiere memorizar primero comprender lo que ha de memorizarse.
- Realizar investigación particular sobre los temas de estudio.
- Repasar notas a apuntes el mismo día que se tomaron.
- Descansar entre períodos de estudio.
- Cuidar la presentación y contenido de los trabajo que se entregan.

- No desanimarse cuando sea mucho lo que hay que estudiar.

#### **ACTIVIDADES SUGERIDAS**

El alumno responderá a un cuestionario en relación a las acciones que debe emprender como estudiante para conseguir sus metas. "Cuestionario sobre Actitudes Positivas Ante el Estudio"

Descripción: Pida a los alumnos que contesten el cuestionario, reflexionando antes de contestar. El cuestionario es personal y sólo se comentará con el grupo si así lo desean.

#### **MATERIAL**

Material impreso, cuestionario anexo 2-3

## TEMA 3 LIMITACIONES Y OBSTACULOS

### 3.1. Limitaciones y obstáculos personales

Todo individuo en su proceso de aprendizaje, se encuentra con limitaciones y obstáculos que deberá afrontar y vencer, algunos son promovidos o parten de la persona misma y por lo mismo se denominan personales. Dentro de éstos se pueden mencionar:

- La desorganización; en términos prácticos y personales se refiere a la falta de organización, quiere decir olvido, descuido, falta de planeación e irresponsabilidad.

La desorganización es una limitante en toda actividad de estudio, porque promueve el desperdicio de tiempo y esfuerzo.

Al no planear las sesiones de estudio, no organizar el tiempo y los recursos de que disponen para las mismas, se realizará un doble esfuerzo sin sentido ni utilidad. Por lo que el estudiante deberá dar el paso de la desorganización a la organización y así tener un aliado más en su carrera como estudiante.

- La inconstancia; ésta es una característica muy frecuente en los estudiantes, fácilmente pierden el interés en el estudio, en sus planes, proyectos y dejan a un lado su planeación. Ser constante en lo que se hace es lo contrario a la inconstancia y permite lograr paulatinamente los objetivos propuestos pero no hay que ser constante solo un día o una semana, sino siempre y para todo lo que se planea.

- La constancia no sólo significa trabajo arduo, también contempla descansos para recuperar fuerzas y continuar adelante.

Fundamentalmente supone lo siguiente:

- 1.- Tener una idea clara de los objetivos de nuestra vida.
- 2.- Cumplir los planes y programas que nos hemos trazado.
- 3.- Persistir en una actividad hasta lograr ciertos resultados comprobables. No desistir de ninguna tarea hasta no sentir la satisfacción de verla terminada.

La superficialidad: cuando se hacen las cosas sólo por salir del paso "por cumplir", se cae inevitablemente en la superficialidad, si se estudia por acreditar un examen, para dar gusto a otros, para salir

de la escuela, se es superficial. Para evitar caer en este renglón, no existe una fórmula mágica, se requiere ser responsable de la actividad que se emprende y reflexionar sobre lo que se espera obtener.

- La distracción: a mayor distracción, menor eficacia y mayor cansancio, ésta es una regla inevitable en el estudio. Los alumnos constantemente se distraen en clase, pues no logran poner atención en la lección o explicación del maestro. Esto se debe a la falta de atención y concentración, porque no buscan, ni encuentran un significado a lo que están escuchando. Es preciso que el alumno se interese profundamente por lo que se le enseña en el aula a fin de que evite la distracción y logre un aprendizaje eficaz y satisfactorio.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno analizará su capacidad de comprensión para cada una de las asignaturas que cursa.

Descripción: Pida a los alumnos que anoten en una hoja todas las materias que cursan y subrayen con color rojo aquellas que se le dificulten más. Posteriormente pídale que anoten qué es lo que ocasiona que se les dificulte la materia.

#### MATERIAL

Hojas blancas, lápices, color rojo.

### 3.2. Obstáculos y limitaciones del medio ambiente

En el medio ambiente escolar no siempre los conocimientos que se aprenden en el aula tiene un valor importante a los ojos de quien evalúa el aprendizaje, en ocasiones cuenta más que el alumno sea ordenado (es decir que no hable en clase) y obediente, que repita todo lo que el maestro dice al pie de la letra, o simplemente, dé la razón en todo.

Esto obstaculiza definitivamente un buen aprendizaje, porque el estudiante se da cuenta que los valores que se están manejando realmente no son los que pregona la escuela y el profesor, sino que son estrictamente materialistas, y quien sabe más es el que memoriza y repite, no es el que piensa y da su punto de vista.

Otro obstáculo importante lo constituye la ausencia de estímulos en el aula ya que porque el salón de clases es muy rígido y sombrío las bancas están clavadas sin posibilidad de movimiento, el grupo es tan numeroso que cualquiera se pierde en la multitud o porque el profesor mismo no pone empeño en que su clase sea amena y distinta cada vez, sino que se concreta a llenar el pizarrón de fórmulas o problemas y hablar y hablar sin detenerse a preguntar si lo que dice o hace está siendo entendido.

Estos son sólo algunos ejemplos de obstáculos o limitaciones que se puedan encontrar en el medio ambiente. La intención es que se reflexione sobre ellos y se busquen mecanismos de solución en conjunto maestros y alumnos.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno señalará por escrito por lo menos tres obstáculos medio ambientales escolares que afecten su rendimiento en la escuela.

#### MATERIAL

Hojas blancas, lápices.

## UNIDAD II PLANIFICACION DEL ESTUDIO Y APRENDIZAJE PERSONAL

### OBJETIVO PARTICULAR

QUE EL ALUMNO CONOZCA LAS VENTAJAS DE LA PLANEACION Y ORGANIZACION DENTRO DE SU PROGRAMA DE ESTUDIO Y UTILICE ADECUADAMENTE LAS ESTRATEGIAS DE ESTUDIO QUE LE PERMITAN FAVORECER SU RENDIMIENTO E S C O L A R

### OBJETIVOS ESPECIFICOS: QUE EL ALUMNO:

- Elabore un plan de actividades diarias, con horarios establecidos y describa las mejores condiciones para un estudio efectivo.
- Ejercite los hábitos de memoria, atención, concentración y desarrolle la habilidad de pensar en su contexto de estudio.
- Modifique su actitud ante los exámenes al considerar los como forma de reconocimiento a su aprendizaje, de sechando el erróneo concepto que tiene de ellos.

## I N T R O D U C C I O N

El alumno debe tener clara la necesidad de planificarse. Son múltiples las actividades que lo reclaman, estudio, deportes, ocio, etc. Si se quiere tener suficiente tiempo para atender debidamente a todo aquello que le interesa no se tiene más remedio que organizarse. Hay que prever y dosificar el tiempo que se dedicará a las diferentes actividades según los objetivos que se quiera conseguir en cada una de ellas. Distribuir correcta y adecuadamente el tiempo puede dar grandes satisfacciones.

Para el estudiante, el estudio ocupa la mayor parte de su tiempo y es necesario que conozca cómo puede planear sus actividades en forma realista y efectiva.

En la presente unidad se brindan una serie de indicaciones y pautas que se consideran importantes para la planificación del estudio con la intención de que cada alumno se organice conforme a su situación concreta y obtenga mayor rendimiento en sus estudios. Además se contemplan algunos aspectos de tipo personal que pueden favorecer el estudio, tales como la atención, concentración, reflexión y la utilización y desarrollo de la memoria.

Por último se aborda el tema de la preparación de exámenes como un elemento necesario en el proceso de estudio y planeación del mismo.

## TEMA 1. AUTOADMINISTRACION

### 1.1 Distribución del tiempo

Uno de los problemas que se presentan con más frecuencia, cuando se es estudiante, es la administración del tiempo. El alumno promedio no sabe autoadministrarse, desperdicia el tiempo sin darse cuenta que es parte de su vida y que no podrá recuperarlo jamás.

La administración del tiempo es indispensable para el logro de los objetivos, es un hábito que todo estudiante debe poseer y poner en práctica al planear su estudio.

Administrar el tiempo quiere decir planear lo que se va hacer, organizar las actividades a realizar y distribuir adecuadamente el tiempo de que dispone. Algunas ventajas que se obtienen cuando se planea el tiempo de estudio son:

- Permite organizar las actividades conforme a propósitos personales (más tiempo a materias difíciles, menos a las que se aprenden fácil).
- Aprovechar el tiempo al máximo (tiempo para estudiar y para diversiones).
- Evita distracciones al estudiar.
- Permite estudiar cotidianamente en forma gradual, logrando mayor retención en lo estudiado.
- Reduce la tensión al estudiar sin presión.
- El tiempo de preparación para los exámenes se convierte en un repaso de lo que se ha estudiado poco a poco.
- Evita improvisaciones.
- Permite establecer compromisos consigo mismo y obtener satisfacciones personales. Obliga a ser responsable.

### 1.2. Plan de estudio personal

Un plan de estudio personal es un proyecto general del proceso de estudio, e implica la planeación y organización del mismo.

Partiendo del hecho de que la principal actividad del estudiante es el estudio, y que ésta se encuentra inmersa en una serie de ocupaciones cotidianas que debe realizar, a la



hora de elaborar su plan de estudio personal, el estudiante debe partir del contexto vital en que se encuentra, ubicar todas aquellas actividades que demandan su atención, sean de carácter recreativo cultural, de estudio o de necesidades básicas (comer, dormir, asearse, etc.).

Elaborar un programa de actividades con horario semanal, es una forma práctica de organizar el estudio, se sugiere seguir los siguientes pasos:

- 1.- Averiguar las horas disponibles a la semana de que se dispone para el estudio, para ello será necesario desconstar el tiempo que se dedica al resto de las actividades-cotidianas sean éstas básicas, recreativas, horas de -- clases, transportación, actividades imprevistas, etc.
- 2.- Una vez que se ha determinado el tiempo real de que se dispone para estudiar, ha de distribuirse esas horas entre las distintas materias, atendiendo dos aspectos importantes:
  - 1o. La importancia de cada materia.
  - 2o. La dificultad personal que se tiene en cada una de ellas; el estudiante ha de tener en cuenta sus aptitudes y grado de preparación para cada una de las materias, qué asignaturas le resultan más fáciles, cuales más difíciles. Es evidente que para sacar - adelante las que le resultan más difíciles, deberá dedicarles más esfuerzo, más tiempo, en comparación con las más fáciles, donde requiere menos esfuerzo.
- 3.- Programar sesiones de estudio para todos los días de la semana. Algunas recomendaciones para realizar una sesión de estudio son:
  - Iniciar el estudio con las materias que resulten más agradables, a fin de conseguir un nivel de atención y concentración idóneo, posteriormente se puede pasar - a tareas más difíciles.
  - Establecer periodos de descanso entre sesiones de estudio
  - Preparar todo el material que se va a necesitar con anticipación, lápices, cuaderno, reglas, etc.
  - Iniciar cada sesión con un repaso de la sesión anterior
  - Respetar el tiempo asignado para estudiar
  - Finalmente es importante que los últimos minutos de

la sesión de estudio se dedique a hacer una recapitulación de todo lo que se ha estudiado y a partir de aquí planificar el contenido de estudio de la siguiente sesión.

Una vez elaborado el programa de estudio hay que tenerlo a la mano a fin de que se tengan presentes los compromisos de estudio.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno elaborará un listado de actividades con base en las actividades que realiza semanalmente y distinguirá aquellas que tengan horario fijo, horario flexible y sean actividades básicas.

**DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD:** Pida a los alumnos que elaboren una lista con las actividades que realizan durante la semana (las actividades pueden anotarse en desorden). Posteriormente pídale que identifiquen cuales de ellas las realiza siempre en horario determinado, subrayándolas con color rojo.

Ahora pídale que distingan aquellas que realizan con horario flexible, subrayándolas con azul.

Por último una vez identificadas las de horario fijo y flexible pídale que subrayen con color amarillo las que sean actividades básicas (comer, dormir, vestirse, asearse, etc.)

Comente con el grupo el ejercicio.

#### MATERIAL

Hojas, lápices de colores, rojo, azul y amarillo

#### ACTIVIDAD 2.

- Con base en el ejercicio anterior, el alumno elaborará un horario semanal.

## DESCRIPCION

Pida a los alumnos que elaboren su horario semanal de actividades utilizando el formato del anexo 2-F

Anotarán en las columnas de los días de la semana, las actividades que realiza cada día, y su horario respectivo.

Sugiera a los alumno que elaboren una copia del horario a fin de que tengan uno en su casa y otro lo lleven siempre a la escuela.

## MATERIAL

Fotocopias del formato de horario, lápices (si no se puede sacar copia del formato, el alumno lo puede elaborar en una hoja blanca).

### 1.3. Condiciones para el estudio

No cabe duda que es necesario rodearse de un ambiente o condiciones que favorezcan el estudio, a menudo uno de los problemas que más interfieren en el aprendizaje es la falta de concentración, misma que es provocada por numerosos distractores internos y externos al sujeto. Por ello hay que controlar los estímulos que se presentan antes y durante la sesión de estudio, a fin de que todas las energías se dediquen a la tarea que se está realizando y se obtenga un rendimiento óptimo en ese tiempo.

Existen una serie de factores o condiciones que pueden incidir positiva o negativamente en el estudio y que conviene analizar. Unas son físicas, ambientales, personales y sociales.

a) Factores físicos; para poder rendir en el estudio es importante que el alumno se encuentre en perfectas condiciones físicas, en aspectos como:

. La salud; es decir no estar enfermo

. La alimentación; alimentarse adecuadamente con una dieta balanceada, comer a una hora fija y no entre comidas

. El descanso; éste es imprescindible para recuperarse tanto física como mentalmente del esfuerzo realizado en el estudio y en el resto de las actividades. Hay que dormir por lo menos 8 hrs diarias.

. La actividad física; es un aspecto relacionado a la vez con la salud y el descanso. Un ejercicio físico y mejor si es al aire libre, es fundamental uno o dos días a la semana para mantenerse en forma físicas y mental. La actividad física hace trabajar a todo el cuerpo, al mismo tiempo que permite el descanso de la mente.

b) Factores ambientales; Dentro de este rubro se encuentran todos aquellos estímulos del medio ambiente que interfieren en nuestra conducta de estudio y se reflejan básicamente a:

. El lugar donde se estudia y las condiciones que le rodean. Lo ideal es disponer de una habitación exclusiva pero si no es posible debe buscarse dentro de la casa donde no exista mucho ruido. Debe

ser acondicionado para tal función, debe ser un lugar ventilado con buena iluminación, con mesa y silla cómoda. También en el lugar de estudio se debe disponer de todos los materiales necesarios para realizar la tarea a fin de que no interrumpen constantemente la actividad.

Una recomendación importante es tratar de que en el lugar de estudio no existan distractores auditivos, visuales, o de personas que impidan la concentración, como la radio, televisión, carteles, periódicos, cuentos, conversaciones, etc.

- c) Factores personales o mentales; Aquí se contemplan todos aquellos factores de tipo psicológico que afectan al sujeto en su estabilidad emocional y provocan falta de concentración y agotamiento en el estudio.

Las distracciones psicológicas suelen ocasionarse a partir de los siguientes problemas:

- . Falta de armonía en las relaciones familiares
- . Problemas económicos en la familia
- . Enfermedad de algún familiar ó amigo, etc.

Los estudiantes que tienen problemas personales manifiestan alteraciones en su conducta, la fatiga y el desgano suelen ser síntomas de ello, se encuentran mal anímicamente reflejándolo en un bajo rendimiento intelectual y físico.

En caso de que el estudiante tenga algún tipo de problema personal, es conveniente que busque la manera de resolverlo si es posible y si no, de contrarrestar sus efectos adoptando una postura positiva ante el problema y dejarlo de lado mientras se estudia.

- d) Factores sociales; éstos están íntimamente relacionados con factores familiares y escolares, se pueden mencionar las costumbres familiares que en ocasiones interfieren en nuestra actividad de estudio como el ser muy fiesteros, muy religiosos, ser muy autoritarios y rígidos. Dentro de los escolares podemos distinguir el ambiente físico de la escuela, a veces suele ser muy sombrío, o el ambiente de convivencia, en donde no siempre hay armonía o camaradería.

Es importante que el estudiante busque una armonía tanto en su ambiente familiar como en el escolar a fin de que no afecte su concentración en el estudio.

## ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno analizará sus condiciones de estudio y propondrá alternativas de solución a su problemática concreta.

## DESCRIPCION

Pida a los alumnos que describan sus condiciones de estudio ambientales, mentales, sociales y físicas. Anotando en cada condición, su principal problemática y lo que puede hacer para solucionarla.

## MATERIAL

Lápices, hojas.

- Ejercicios de respiración
- Ejercicios de respiración y relajación

## MATERIAL

Consultar anexo 2-C.2-D para la realización de los ejercicios.

## TEMA 2 LA MEJOR MANERA DE ESTUDIAR Y RETENER

### 2.1. Cómo utilizar la memoria

La memoria es un recurso al servicio del aprendizaje, que permite retener lo aprendido para sacarlo a la luz cuando sea necesario. De aquí la importancia de no convertirla en basurero, sino en depósito de riqueza intelectual donde se almacena información con cuidado, orden y disciplina. Cuanto mejor organizada se encuentre la memoria, resultará más eficaz y poderosa para el estudio.

Es importante advertir que existen dos tipos de memoria, la mecánica y repetitiva y la comprensiva. La primera se utiliza para acumular datos que no son vinculados a información previamente adquirida y en la mayoría de los casos, más que favorecer dificultan el proceso de recuerdo y por tanto del aprendizaje.

La segunda, permite establecer un tipo de asociaciones lógicas entre el conocimiento o información que ya se tenía y el nuevo que se acaba de adquirir. Este tipo de memoria comprensiva involucra un proceso que permite estimular y promover nuevos esquemas de conocimientos y optimizar los métodos de registro de información.

El proceso de memoria involucra una serie de pasos que deben ser analizados para que se pueda optimizar el proceso mismo.

- 1o.- El primer paso es la comprensión de lo que se va a estudiar, esto significa entender las partes y el todo, distinguir lo fundamental y lo secundario. Si no hay una verdadera comprensión no hay un estudio eficaz.
- 2o.- El segundo paso es la fijación, es decir la adquisición e integración del conocimiento. Esta es la etapa del recuerdo o memorización propiamente dicha.  
La fijación del conocimiento se adquiere con la repetición.
- 3o.- El tercer paso es la retención o conservación de los recuerdos durante un periodo de tiempo.
- 4o.- El último es la evocación, que consiste en sacar los conocimientos que hemos ido almacenando, en un momento determinado, es decir, precisamente en el momento que lo necesitamos.

La memoria será verdaderamente eficaz, cuando se logre evocar con rapidez, sin gran esfuerzo y en el preciso momento en que sea necesario los conocimientos o información que queramos.

## 2.2. COMO MEJORAR LA MEMORIA

Definitivamente es necesario ejercitar constantemente la memoria para que no se atrofie. Durante el proceso de recuerdo, se crean múltiples conexiones entre los nuevos datos y los ya obtenidos. Así cuando se quiere recordar algo es necesario relacionar y asociar el máximo posible de datos que se tengan almacenados en la memoria. Todo aquello que pueda relacionarse con lo ya aprendido queda mejor grabado y es más fácil de recordar. Algunas reglas básicas para mejorar la memoria son:

- Comprender siempre lo que se va a memorizar; cuando las cosas carecen de significado, de sentido para quien debe recordarlas, resulta casi imposible retenerlas. La mente, retiene mejor las cosas los hechos que tienen un cierto sentido y lógica, que aquello que no lo tiene.

Si un material debe ser aprendido por el estudiante - y éste logra establecer una serie de relaciones o asociaciones lógicas con los datos adquiridos y a su vez con los conocimientos previos, tendrá mayor posibilidad de retener y recordar la información.

- Seleccionar los puntos más importantes de recordar; no siempre es necesario memorizar todo un texto para exponer en clases o resolver un examen, resulta mucho más práctico extraer solo los puntos importantes del mismo y sobre ellos tratar de recordar y explicar el contenido aprendido.
- La repetición activa como la recitación o la transcripción ayuda a memorizar.
- La secuencia de la memorización debe ser igual a la secuencia lógica del material que se ha de estudiar.



- Un extenso material de estudio debe ser memorizado en partes más cortas. El fragmentar y estructurar el tema, permite una mayor comprensión del mismo, así como establecer conexiones entre sus diferentes partes
- En caso de tener que aprender de memoria, puede ser de gran ayuda utilizar patrones rítmicos como el caso las tablas de multiplicar.

Existen también algunos factores en relación al sujeto que aprende que contribuyen a facilitar el proceso de recuerdo como:

- . El interés y actitud hacia el estudio; cuando hay una verdadera motivación e interés por el estudio, la adquisición y fijación del conocimiento será más sólida e intensa, ya que una fuente motivacional facilita la concentración y la atención. El alumno sólo aprenderá a asimilar y recordar, aquello que le interesa y motiva.
- . La atención; fijar la atención en lo que se repasa facilita su retención y despierta el interés y promueve el aprendizaje significativo.
- . La concentración; para lograr la concentración será necesario que el estudiante suprima en lo posible las causas de distracción como el ruido, las preocupaciones, los amigos, etc.
- . Organización del material de estudio; si el estudiante organiza su material de estudio, utilizando diagramas, cuadros, gráficas o resúmenes, de acuerdo a sus propias necesidades logrará asimilar y retener con mayor facilidad ya que estará creando su propio sistema de aprendizaje.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

Ejercicios de atención y memoria

#### DESCRIPCION

Pida a los alumnos que:

- Tomen un objeto cualquiera (lápiz, reloj, libro, etc.)

- Lo miren durante tres minutos y observen todos los detalles que puedan de él como peso, tamaño, configuración etc.
  - Escriban en una hoja, todos los detalles que observaron y lo dibujen en la misma hoja, pero ahora sin ver el objeto.
  - Comparen su descripción y dibujo con el objeto mismo
  - Concluyen si son buenos observadores
- Se puede practicar el ejercicio varias veces con diferentes objetos.

#### MATERIAL

Diversos objetos como lápices, plumas, cuadernos sacapuntas, etc.

### 2.3. Atención, concentración y memoria

La atención y la concentración son elementos básicos para lograr memorizar contenidos educativos, por lo que es importante que el alumno los analice y advierta su importancia dentro del proceso de aprendizaje.

Atender implica prestar atención en lo que se trata de aprender, desde luego a veces no resulta fácil mantenerse atento, sin embargo, si se identifican las causas que provocan las distracciones, es posible que se pueda hacer algo para evitarlas y controlarlas.

Los factores que causan distracción pueden ser, personales o del medio ambiente, dentro de los personales están los problemas emocionales y dentro de los medioambientales están todos aquellos que son parte del ambiente y perturban la atención y concentración (en el punto sobre condiciones para el estudio ya se habló de los factores que afectan el estudio).

La concentración es una mejor comprensión y retención de lo que estudia, implica un esfuerzo del sujeto por evitar los distractores que abundan en su medio, por lo que requiere de un acondicionamiento mental que le permita concentrarse en lo que va a estudiar, y este acondicionamiento puede lograrse a través de ejercicios de respiración y relajamiento

La práctica diaria de la concentración, permite dominar esta habilidad, favorecer la atención y la retención de conocimientos.

La atención y concentración como aspectos que puedan desarrollarse, requieren de esfuerzo y ejercitación, así como de la reflexión por parte del estudiante de los factores que pueden influir en la concentración. No hay que olvidar que un ambiente agradable favorece y estimula la atención y concentración, y permite que la memoria se consolide y afiance.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

- Ejercicios de atención y concentración
- Ejercicios de sumas rápidas
- Ejercicio de suma de uno en uno, dos en dos, etc.
- Ejercicios de concentración y clasificación

#### MATERIAL

Consultar anexos 2-G, 2-E-E' para la realización de los ejercicios. así como el 2-H.

## TEMA 3 COMO PREPARAR LOS EXAMENES

### 3.1. Qué es un examen

Un examen es un instrumento evaluativo que permite tanto al maestro como al alumno, comprobar y analizar la cantidad y calidad de conocimientos adquiridos en un periodo determinado.

Debe ser considerado por el alumno como un elemento más de su evaluación continua y formativa que va a permitir ir comprobando los niveles de aprendizaje que va adquiriendo dentro de su formación educativa.

Existen en la generalidad de los estudiante un marcado temor a los exámenes, algunos los consideran como un cruel instrumento de tortura o como la hora de venganza del profesor, algo así como el juicio final. Este temor les hace asumir actitudes negativas, como estudiar hasta morir un día antes del examen, elaborar acordeones o sentarse junto a algún compañero estudioso para poder copiar, etc.

Debe desterrarse el prejuicio y falso concepto que existe sobre los exámenes y darles su justo valor. Deben considerarse como:

- Un medio adecuado para evaluar el aprendizaje
- Son motivaciones para el estudio
- Sirven para aprender
- Permiten conocer dónde el aprendizaje fue efectivo o deficiente.

### 3.2 TIPOS DE EXAMEN

Los exámenes suelen ser de dos tipos fundamentalmente orales y escritos.

Los exámenes de tipo oral no son muy frecuentes en la escuela primaria, sin embargo suelen aplicarse por lo que hay que analizarlos, ver sus ventajas y desventajas.

Primeramente nos encontramos con que suelen provocar una elevada tensión y miedo, debido a la situación de encuentro cara a cara con el profesor.

Se dispone de poco tiempo para responder a los cuestionamientos y se corre el riesgo de no reflexionar lo sufi-

ciente y contestar de forma atropellada y confusa.

Implica la necesidad de dominar muy bien el tema.

Por el contrario, las ventajas de este tipo de examen son:

- Se puede pedir al profesor una aclaración en caso de que no se haya entendido la pregunta.
- El alumno se puede sentir estimulado al ver que se le escucha con atención.
- Durante la exposición el profesor puede ayudar a encauzar el tema, intentado evitar que se caiga en divagaciones.

El alumno ha de enfrentar este tipo de exámenes con la confianza de que está preparado y no tiene nada que temer. Únicamente se ha de preocupar responder en forma reflexiva a las preguntas que le formulen e intentar dar una buena impresión, demostrando que se domina el tema.

Algunas recomendaciones para enfrentar este tipo de examen son:

- . Demostrar confianza y seguridad en sí mismo manifestando tranquilidad y una actitud abierta y participativa.
- . Ha de prestarse la misma atención a las preguntas o temas a desarrollar, de ella dependerá en parte el que las respuestas se adapten a las preguntas formuladas.
- . Antes de comenzar a responder, es conveniente reflexionar sobre la pregunta hecha y contestar con seguridad.
- . En caso de duda y olvido, pedir que se repita la pregunta, o pasar a otra y luego regresar a esa.

Examen escrito; es el más usual en la escuela primaria y suele elaborarse en dos modalidades básicas; uno en el que requiere de las respuestas a preguntas concretas formulada, que se denomina examen tradicional, y otro en el que el alumno debe buscar la respuesta entre diferentes opciones o coordinar y emparejar diferentes conceptos, se denomina Prueba Objetiva.

Para resolver un examen el alumno debe contar con la siguiente información antes de resolverlo:

¿Hay que responder todas las preguntas, o hay alguna opcional?

¿Se debe seguir un orden, o se puede comenzar por la pregunta que se quiera?

¿Todas las preguntas tienen el mismo valor, o tienen diferentes niveles de puntuación?

¿ De qué tiempo se dispone para resolver el examen?  
Además atender las siguientes recomendaciones:

- Leer todas las preguntas antes de responder para tener una visión global del examen.
- Leer o atender cuidadosamente las indicaciones del profesor para cada pregunta.
- Detectar el nivel de dificultad de cada pregunta.
- Tener claro el tiempo de que se dispone para cada respuesta
- Se ha de comenzar por aquellas preguntas que se tenga clara la respuesta, o por las que el profesor considere más importantes.
- Distribuir el tiempo entre las preguntas que faltan por desarrollar. No debe detenerse mucho tiempo en una pregunta que no se sabe, es mejor pasar a las de más y posteriormente regresar si sobra tiempo.
- Es muy importante cuidar los aspectos de presentación del examen. Procurar que no este sucio ni borrado ni tachoneado, escribir con letra clara, las respuestas. Esto permitirá al profesor valorar el contenido del examen con mayor facilidad y precisión.
- Por último antes de entregar el examen, se ha de efectuar un repaso general de las preguntas y respuestas, corrigiendo los errores cometidos.

## Modalidad prueba objetiva

Se denomina así debido a la objetividad que ofrecen en las respuestas y verificación de las mismas. En esta modalidad no se trata tanto de recordar, sino de reconocer la respuesta correcta.

Dentro de las pruebas objetivas, existen diferentes tipos, cada uno de ellos implica una forma de respuesta. Pueden ser de Opción Múltiple, de Evocación, de Correspondencia, de Jerarquización. (44).

### 3.3. Cómo preparar los exámenes

Los exámenes se deben ir preparando desde el primer día de curso, es necesario inculcar al alumno que una verdadera preparación comienza en el momento en que empieza a tomar notas en la primera lección y a partir de ahí, planificar el repaso.

Partiendo de la idea de que es mejor estudiar un poco cada día, que mucho en pocos días, el alumno deberá revisar la planificación de sus repasos con el fin de cubrir todos los temas marcados para el examen, y no encontrarse al final con agobios de última hora. Lo mejor es revisar los apuntes periódicamente e ir razonando lo que se estudia, resulta por demás práctico formular cuestionarios e ir aclarando dudas con el profesor durante las clases.

A medida que la fecha de examen se aproxima, será necesario, intensificar los repasos, éstos se han de hacer en periodos cortos pero frecuentes, con el fin de no saturar el cerebro y con ello provocar la aparición prematura de la fatiga o bloqueo mental.

Se ha de aprovechar el tiempo que se va a dedicar al estudio, al máximo. Es necesario localizar aquellos aspectos que se deben repasar y establecer un horario de estudio racional que permita tener un buen rendimiento de todo lo que se ha de estudiar. Nunca se debe forzar el ritmo que conduzca a un agotamiento físico, ni prolongar la jornada de estudio, reduciendo el tiempo de descanso, la alimentación y el descanso son esenciales para mantener el cerebro al máximo rendimiento.

---

(44) Consultar el libro "Elaboración de Test de Aprovechamiento" de Norma E. Gronlund Ed. Trillas, para mayor información.

Algunos aspectos a tomar en cuenta en la fase de preparación de exámenes son:

- Hacer un trabajo de síntesis de todo lo estudiado
- Es conveniente repetir las ideas y datos básicos.
- Reflexionar sobre los aspectos que son más importantes dentro del tema de estudio.
  
- Ejecutar ejercicios de simulación con el fin de familiarizarse con la situación de examen y comprobar el nivel de recuerdo que se tiene de los temas.
  
- Elaborar una guía de estudio

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno describirá los pasos básicos para preparar un examen.

#### DESCRIPCION

Pida a los alumnos que anoten en una hoja, cuales son los pasos básicos para preparar un examen, con base en la exposición previa y lo peguen en su cuarto de estudio.

**MATERIAL:** Hojas blancas, lápices.



### 3.4. Aspectos a tomar en cuenta antes de resolver un examen

Independientemente del tipo de examen que se vaya a hacer, es conveniente presentar lo siguiente:

Un día antes del examen es aconsejable:

- No aprender cosas nuevas, es decir, dedicar el máximo de tiempo a repasar lo que ya se aprendió y no iniciar con temas nuevos.
- Se recomienda descansar muy bien evitando en lo posible todo tipo de excitación o emociones violentas.
- Ha de prepararse todo aquello que se necesita para el examen como, lápices, goma, sacapuntas, reglas, hojas, etc.
- Debe procurarse realizar ejercicio de relajación antes de acostarse o leer algo ameno fuera de lo que es el estudio, para distraerse y relajarse.

El día del examen

- Hay que llegar seguro de lo que se ha estudiado, calmado y tranquilo.
- Anotar claramente los datos personales en el encabezado del examen.
- Escuchar con atención las indicaciones del profesor sobre la aplicación del examen.
- Sacar todos los útiles que se requieran para no distraerse.
- Cuando se reciba la orden de empezar, hay que dar una primera lectura general a la prueba para advertir las preguntas más fáciles así como las difíciles.
- No hay que apresurarse a contestar, es mejor leer con atención cada pregunta y ordenar mentalmente como se va a contestar.
- Debe iniciarse contestando las preguntas más fáciles y dejar para después las difíciles.
- Planear el tiempo durante el examen, dividiendo el mismo en el total de preguntas que han de responderse.

- No hay que excederse en las respuestas, lo que espera el maestros, son básicamente respuestas concretas.
- No debe esperarse que la memoria funcione al 100%, si algo se olvida, no hay que desesperarse, mejor es continuar con lo que se recuerda y posteriormente regresar a lo que está pendiente.
- Trabajar con la mayor fluidez que sea posible, desde el principio.
- Si hay duda en alguna pregunta hay que releerla o preguntar al maestro, para que la aclare.
- No hay que preocuparse si otros terminan antes, lo importante es responder acertadamente. Tampoco hay que tratar de ser el primero en terminar, porque esto pue de provocar equivocaciones.
- Escribir con letra clara y ordenando las ideas
- En los exámenes objetivos, no hay que responder lo primero que se le ocurra, no son adivinanzas.
- Finalmente se recomienda dar un repaso general a la prueba y efectuar las correcciones necesarias

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

Prueba de tres minutos

Descripción :

Reparta la prueba a c/u de los alumnos y de instrucciones de no hacer nada hasta que todos esten listos y usted de la orden de empezar. Cuando todos terminen de contestar la prueba, comenten el ejercicio.

#### MATERIAL

Prueba de 3 minutos (Consultar Anexo 2 - 1)

### UNIDAD III DESARROLLO DE HABILIDADES BASICAS DE ESTUDIO

#### OBJETIVOS PARTICULARES:

QUE EL ALUMNO CONOZCA Y DESARROLLE LAS HABILIDADES BASICAS PARA EL ESTUDIO; LA LECTURA, TOMA DE APUNTES, ESCUCHAR Y REPASAR, A FIN DE QUE LAS UTILICE COMO HERRAMIENTAS UTILES A SU PROCESO DE ESTUDIO.

#### OBJETIVOS ESPECIFICOS:

##### QUE EL ALUMNO:

- Desarrolle la habilidad lectora y domine algunos principios básicos y estratégicos del aprendizaje de la lectura.
- Desarrolle la habilidad de tomar apuntes con calidad y domine las técnicas necesarias que le permitan una eficiente toma de notas.
- Desarrolle la habilidad de escuchar y utilice las recomendaciones básicas para una escucha activa.
- Reconozca la importancia del repaso en su proceso de estudio, y lo adopte como técnicas indispensables en sus sesiones de estudio.

## I N T R O D U C C I O N

Todo estudiante se enfrenta en la escuela a la necesidad de leer y tomar notas, escuchar lo que el profesor dice y repasar sus clases a fin de afirmar lo aprendido.

Cada una de estas actividades requieren que el alumno desarrolle una serie de habilidades bien concretas que le permitan un amplio dominio de la actividad.

Desafortunadamente la mayoría de los estudiantes no cuentan con una técnica para desarrollar estas habilidades, sino que las practican sin más orientación que su sentido común les indica..

Muchos alumnos no estudian porque no saben leer, no entienden sus notas, no recuerdan las explicaciones de los maestros, porque no atienden si escuchan la clase y mucho menos repasan sus lecciones sino únicamente cuando tienen exámenes.

Estas deficiencias que arrastran durante varios años perjudican seriamente su aprovechamiento escolar, por ello es necesario proporcionarles estrategias que les permitan desarrollar estas habilidades satisfactoriamente a fin de que estén mejor preparados para enfrentar el binomio aprendizaje-estudio.

En esta unidad se aborda el tema de la lectura, los apuntes, el escuchar y el repaso como habilidades básicas de estudio, se especifica su importancia dentro del proceso de estudio y se proponen métodos y técnicas para optimizar su utilización.

## TEMA 1 LA LECTURA

### 1.1. Importancia de la lectura

El aprendizaje de la lectura juega un papel muy importante en el proceso de estudio, ya que es la mejor forma de adquisición de conocimientos, además que constituye una actividad intelectual que estimula la imaginación y el razonamiento.

No hay que olvidar que la mayor parte de la información a la cual se puede ascender, se encuentra en los libros. Mediante la lectura se adquiere conocimientos, se aumenta la cultura y el lector se entretiene y divierte. Estas y muchas otras ventajas hacen que la lectura sea una actividad enriquecedora.

Para obtener verdadero provecho de la lectura, es preciso entender que se está leyendo. Leer no es reproducir pasivamente los estímulos impresos, es concentrar todos los recursos personales en la captación y asimilación de datos con objeto de llegar a dominar el conocimiento.

Por tanto la lectura deberá ser dinámica y estar dirigida hacia la obtención de información. No se debe leer por leer.

El proceso de aprendizaje de la lectura, es muy complejo, consume tiempo y cuidado. Se trata de un proceso de recepción sensitiva que comprende algunos movimientos adecuado de los ojos, es además un proceso cerebral con el cual se elabora el significado de los símbolos impresos, de este modo no sólo se lee con los ojos, sino también con la mente.

Leer un libro supone actividad receptora y de interés, además una buena lectura implica cierta velocidad y comprensión. La velocidad se adquiere con la práctica y se adecúa a las características de la lectura. La comprensión requiere de actitud reflexiva y crítica por parte del lector.

La lectura es por lo tanto, una actividad ligada no sólo a la escuela sino también a la vida cotidiana, ya que permite conocer más palabras y precisar significados, permite también, mayor capacidad de expresión y si el lector se lo propone, además logrará comprensión y retención en su aprendizaje escolar.

## 1.2. Tipos de lectura

Existen distintas maneras de leer, que van desde pasar la vista por las páginas sin que se quede nada de lo leído, hasta la lectura en la cual se busca comprender y encontrar el significado de lo que se lee.

Atendiendo precisamente la finalidad de la lectura se puede advertir la siguiente clasificación:

- Lectura de información general: Da una visión general del texto, requiere solo una revisión rápida. En este tipo de lectura se hojea, poniendo especial interés en el índice, prefacio, encabezados, títulos, subtítulos, así como en las conclusiones, ya que representan puntos claves que dan panorama general del contenido. Es conocida también como lectura exploratoria.

- Lectura para dominar la información: Es el tipo de lectura que por lo general se realiza en el estudio, debe ser cuidadosa, lenta y repetida para poder así obtener el conocimiento, aquí interesa por supuesto la comprensión profunda del texto, es decir dominar lo que se esta leyendo.

- Lectura de repaso: Su finalidad es para reafirmar conocimientos, y se realiza a modo de lectura rápida sobre lo ya leído. Se utiliza principalmente cuando está próximo un examen, aunque debiera utilizarse diariamente para reafirmar los conocimientos adquiridos.

- Lectura para buscar información específica: Suele ser lenta y cuidadosa, sirve para encontrar respuestas concretas, por ejemplo, cuando se requiere contestar un cuestionario, o localizar un tema de interés, en este caso es aconsejable subrayar los aspectos importantes (palabra o frases clave a fin de que se localice la información con mayor facilidad).

- Lectura crítica: Se realiza con la intención de poder emitir un juicio sobre el material leído, requiere una lectura lenta.

- Lectura recreativa o de distracción: Es de carácter placentero, no se pretende en ella digerir el material ni evaluarlo críticamente, más bien es una lectura superficial que puede hacerse rápida o lentamente. Cuando es oportuna, la lectura ligera es de gran valor,

a través de ella se obtiene descanso, entretenimiento, diversión y gusto por la lectura.

Como se puede advertir los objetivos o propósitos de la lectura, son aspectos fundamentales en la determinación del tipo de lectura que se ha de realizar, así si se puede tener la intención de una visión general de un tema, captar la idea principal, comprender todo el texto en toda su complejidad y extensión, estudiar de cara un examen, consultar algunos detalles o sencillamente realizar una lectura recreativa.

#### **ACTIVIDADES SUGERIDAS**

El alumno practicará los diferentes tipos de lectura.

#### **DESCRIPCION**

Utilizando libros de texto (Sociales o Español) pida a los alumnos que realicen una lectura de información general, de repaso, de búsqueda de información específica y crítica.

Se comentará el ejercicio con el grupo.

#### **MATERIAL**

Libros de texto.

### 1.3. Optimización de la lectura

Una lectura eficaz es aquella en la que se comprende y retiene lo que se lee con un costo y tiempo mínimo invertido. Los dos aspectos fundamentales para una eficiencia lectora son: la comprensión y la velocidad. Si al leer no se entiende lo que se lee, la lectura no es eficaz. Si se comprende lo que se lee pero se necesita una cantidad enorme de tiempo, la lectura no es eficiente.

La comprensión es lo más importante para un buen lector, esto significa adaptar una actitud reflexiva, activa y crítica. Al leer hay que esforzarse en buscar las ideas y su encadenamiento. Siempre que se leer un texto hay que distinguir lo siguiente:

a) Ideas principales; es la esencia del texto, es el mensaje que el autor quiere comunicar. Si no se capta la idea principal es como si no se hubiera leído el texto.

b) Ideas secundarias; aparte de la idea principal en todos los textos suele haber ideas subordinadas que matizan amplían y aclaran la idea principal.

c) Datos accesorios; estos datos se refieren casi siempre a otras referencias que constituyen a la comprensión del texto (como la ciudad, un país, el año, etc.)

d) Ejemplos; muchas veces se incluyen ejemplos o anécdotas que no forman parte de la idea principal, sino que contribuyen a reforzarla.

e) Contenido explícito e implícito; el contenido explícito es lo que está escrito en el texto en forma objetiva, el implícito es el mensaje de fondo que el autor quiere comunicar.

En cuanto a la velocidad lectora, cabe decir que cada persona tiene su ritmo de lectura, sin embargo la fluidez al leer es importante para comprender el texto. Contrariamente a lo que mucha gente cree, el lector lento no es el que comprende más, un buen lector lee por conjunto de palabras, realiza pocas fijaciones por línea y por consecuencia lee rá-



vido. Algunos ejercicios que promueven una adecuada velocidad lectora son:

- Ejercitarse en la lectura de material ligero a la mayor velocidad que sea posible, imponiéndose la exigencia de no detenerse ni volver atrás durante la lectura (utilizar periódicos o revistas).

- Ejercicios para ampliar el campo visual; éste consiste en adiestrar los ojos para poder captar palabras cada vez más largas en una sola fijación.

- Ejercicio de lectura selectiva; aquí el lector debe dirigirse directamente a lo que busca, ésto es la idea principal, prescindiendo de la información redundante. La práctica cotidiana de este ejercicio posibilita conseguir velocidad y comprensión en la lectura.

Otros aspectos que favorecen la lectura son:

. La ampliación de vocabulario; este se puede lograr con el uso de nuevas palabras, consultando el diccionario.

. Utilizando el método PQRSST, que se explica a continuación.(45)

Este método, consta de cinco etapas que se suceden una a la otra y permiten al estudiante una sistematización de su estudio. Cada etapa corresponde a las claves de sus siglas. P = Preview (explorar), Q = Question (preguntar), R = Read (leer) S = State (recitar) T = Test (repasar).

**EXPLORAR:** Es un proceso similar a la lectura exploratoria citada con anterioridad, cuyo objetivo es tener una visión global del material de lectura.

**PREGUNTAR:** Consiste en formularse sencillas preguntas en relación al contenido que se esta leyendo, por ejemplo: ¿de qué se trata el libro?, ¿cuáles son los puntos que me interesan?, ¿qué espero obtener de esta lectura?, etc.

**LEER:** Significa captar lo que dice el autor y extraer la información que sea de nuestro interés.

---

(45) También conocido como método 2IL2R en español, que significa Inspeccione, Interrogue, Lea Recuerde y Revise. Citado en el libro "Como estudiar con Eficiencia" del I.I.E.S.M. pag.40

**RECITAR:** Implica el propósito de fijar en la memoria las principales ideas de lectura, ya sea repitiéndolas por si mismo en voz alta o redactándolas.

**REPASAR:** Es la última etapa del modelo, en la cual se pretende comprobar lo que se ha estudiado. Se requiere volver a la lectura y comprobar la exactitud de lo recordado.

#### **ACTIVIDADES SUGERIDAS**

El alumno practicará la lectura utilizando el método PQRS.

#### **DESCRIPCION**

Practique con los alumnos cada uno de los pasos del Método PQRS, utilizando el material de lectura que ellos prefieran.

#### **MATERIAL**

Libros de texto o cuentos o cualquier tipo de material de lectura.

## TEMA 2 LOS APUNTES

### 2.1. Importancia de los apuntes en el estudio

Los apuntes son importantes instrumentos de estudio, pues en ellos se registran las ideas o información más importante que expone el maestro a través de la clase, además de que permite al estudiante recordar el contenido y valor de lo expuesto. Es una actividad que apoya el estudio y el aprendizaje, se puede definir como, el acto de anotar los puntos sobresalientes de una clase, cuyo propósito fundamental es auxiliar a la memoria. No se trata de tomar dictado y escribir todo lo que el profesor dice, sino lo más importante, así los puntos seleccionados para incluirse en las notas deben ser suficientes para que permitan reconstruir el resto del material.

Los apuntes cumplen dos funciones principales en el aprendizaje, una que se lleva a cabo mientras se toman y otra después de que se ha tomado. Estas funciones son: la de organización y registro.

Función de organización: tomar apuntes implica seleccionar y organizar mentalmente la información que se recibe, para anotar aquello que se considera importante. Esta organización mental ayuda a mantener la atención en clase, evitando distracciones así como a comprender mejor propiciando el razonamiento activo y continuo.

Función de registro: los apuntes permiten tener un registro de lo dicho en clase, lo cual hace posible recordarlo un día después, además el apunte se puede repasar cada vez que se desee.

Cabe hacer mención que estas dos funciones no se dan solas, es necesario que el estudiante participe activamente relacionando el material nuevo con el que ya conoce a fin de que organice correctamente la información y posteriormente complete el registro.

Los apuntes se pueden utilizar para:

- Ubicar cada clase. Si se repasa la clase anterior se facilitará la comprensión de lo que se va a escuchar.
- Definir los puntos que a juicio del profesor son los más importantes del tema.
- Orientar la preparación de los exámenes, seleccionando los temas que se van a estudiar.
- Tener una fuente de consulta

## ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno analizará su situación personal con respecto a la toma de apuntes.

## DESCRIPCION

Pida a los alumnos que contesten el cuestionario sobre toma de apuntes, real y sinceramente.

Comente con el grupo los resultados.

## MATERIAL

Fotocopias del cuestionario, lápices. (si no se puede fotocopiar el material, puede anotarse en el pizarrón las preguntas del cuestionario y el alumno contestarlas en una hoja. Anexo 2 - J)

## 2.2. Reglas para tomar apuntes

Ya que las notas constituyen un apoyo al estudio y el aprendizaje, es conveniente saber cómo tomarlas.

Estas deben tener una determinada estructura y organización:

- . Deben ser breves y claras
- . Deben ser legibles a fin de que faciliten la lectura y comprensión
- . Tratar de elaborarlas en forma de esquema, es decir representaciones gráficas y simbólicas
- . Deben estar ordenadas, anotando fecha y nombre de la materia, y si es posible numerar las hojas.
- . Separarse en párrafos a fin de que cada párrafo incluya el desarrollo de una idea importante.
- . Deben contener ejemplos claros para facilitar la comprensión.
- . Estar al corriente para evitar algunas que impidan un repaso adecuado.
- . Permitir un espacio para aclaraciones o extensiones del tema.

Algunas recomendaciones para optimizar la toma de apuntes son:

- Siempre mantener limpias las notas, sin borrones, tachaduras o manchas.
- Destinar en lo posible una libreta para cada materia o utilizar separadores a fin de mantenerlas siempre juntas.
- Reorganizar los apuntes siempre que sea posible, esto sirve de repaso y permite identificar dudas.
- Procurar utilizar abreviaturas para que se pueda escribir más rápido (cada quien puede crear sus propias abreviaturas).
- Ampliar los apuntes con información de otras fuentes.

- Anotar comentarios e ideas personales.

Para lograr buenos apuntes no es necesario cumplir al pie de la letra todas estas recomendaciones, sin embargo el aproximarlas lo más posible favorecerá el aprendizaje.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

El alumno reorganizará sus apuntes de ese día, con base en las reglas para tomar apuntes.

#### DESCRIPCION

Pida a los alumnos que saquen los apuntes que hayan tomado ese día y que de acuerdo a las reglas para tomar apuntes, reorganicen su material.

#### MATERIAL

Hojas blancas, apuntes de ese día, lápices y pizarrón.

## TEMA 3 COMO ESCUCHAR

### 3.1. Qué es escuchar

Buena parte del tiempo se pasan las personas escuchando, ya sea la radio, la televisión, un conversación, una conferencia, la clase, etc. Parte del aprendizaje tanto escolar como vivencial se adquiere al escuchar. Aprender mejor en la escuela de las experiencias cotidianas, resulta más fácil si se sabe cómo escuchar.

Saber escuchar es una cualidad que apoya el aprendizaje, implica oír y comprender lo que se dice.

Oír, es sólo percibir las palabras sin darse cuenta de lo que significan. Comprender es interpretar adecuadamente o darle significado correcto a lo que se oye.

Para comprender lo que se oye, es indispensable atender lo que se dice, es decir, prestar atención haciendo a un lado los distractores y concentrándose en lo que se escucha.

No es fácil mantenerse atento, sobre todo si lo que se escucha no es de interés para el oyente.

Para mantener la atención es fundamental tomar una actitud activa, ésto implica:

- Relacionar lo que se oye, con lo que se sabe.
- Identificar el punto más importante alrededor del cual gira lo que se dice.
- Confrontar permanentemente lo que se oye
- Tomar nota de lo más importante
- Hacer preguntas.

Escuchar con atención apoya y favorece la comunicación verbal y mejora la comprensión de lo que se escucha, por lo que contribuye al aprendizaje.

## ACTIVIDADES SUGERIDAS

Desarrollo de la técnica. "Círculo Mágico"  
(Anexo 1-3)

### 3.2. Vicios que obstaculizan el escuchar

Para escuchar con atención es necesario vencer algunos hábitos que obstaculizan la comprensión correcta de lo que se oye. Algunos de estos hábitos son:

- 1.- Calificar lo que se dice como poco interesante o como ya conocido.
- 2.- Atender la apariencia del que habla en lugar de lo que expresa.
- 3.- Distraerse manteniendo la atención en recuerdos que no tienen relación con lo que se dice.
- 4.- Fijarse en otras cosas del lugar en que se está, en vez de atender lo que se explica.
- 5.- Dejarse llevar por prejuicios hacia el que habla.

Escuchar con atención es una acción susceptible de ser ejercitada y controlada por el sujeto mismo.

## ACTIVIDADES SUGERIDAS

Ejercicio de escucha activa

### DESCRIPCION

El orientador leerá un relato en voz alta, despacio, claro, como si lo estuviera platicando. (También se puede utilizar una grabación o un disco que narre un cuento o historia).

Pida a los alumnos que:

- Se concentre, con la intención de retener al máximo y responder a un cuestionario.
- Contesten el cuestionario
- Se comenten en grupo las respuestas del cuestionario

El orientador deberá seleccionar oportunamente el tema y debe también de elaborar el mismo, a fin de que los alumnos logren:

- . Captar las partes de la lectura



- . Describan cada parte
- . Diferencien la idea básica y las secundarias

### 3.3. Recomendaciones para escuchar mejor y comprender

El punto de partida del proceso de escuchar es oír bien, por lo que se recomienda, si es posible ubicarse en un lugar adecuado del salón de clases en donde se pueda oír sin dificultad y observar al profesor. Los gestos y posturas también presentan un elemento importante en la comunicación.

- Atender al maestro es otra recomendación para asegurar la escucha. No es aconsejable buscar la compañía de amigos indisciplinados o que hablen demasiado.

- Mantener la atención durante toda la clase, evitando distraerse con objetos, juegos o pensamientos ajenos al tema.

- Participar activamente en clase preguntando o aportando datos.

- No quedarse con dudas por temor a preguntar

- Adoptar una postura cómoda para no cansarse

- Tomar nota de lo que se expone, siguiendo el hilo de la explicación.

- Si es posible anticipar el tema a tratar para comprender mejor.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

Ejercicio de escucha activa

#### DESCRIPCION

Lea el texto una vez a los alumnos, en voz alta, despacio y claramente. Posteriormente pídale que anoten en su cuaderno u hoja, las preguntas correspondientes a cada texto y las contesten en seguida.

Vuelva a leer el texto para que los alumno identifiquen sus aciertos-errores.

#### MATERIAL

Material impreso (textos específicos con preguntas dirigidas) consultar anexo 2 - K

## TEMA 4 EL REPASO

### 4.1. Función del repaso

Muchos estudiantes ven en el repaso algo que deben hacer uno o dos días antes de los exámenes. Un repaso así es inoperante, puesto que es imposible aprender todo un contenido adecuadamente en tan poco tiempo. Un repaso debe ser regulado a través del curso escolar y estar presente en el horario de estudio.

El repaso es una actividad dentro del estudio que permite recordar información clasificarla y ordenarla mentalmente a fin de ser retenida con mayor facilidad.

Para optimizar el estudio se recomienda planear sesiones regulares de repaso. Dentro del horario personal se han de programar sesiones diarias, semanales y mensuales, estas últimas con mira a la evaluación de cada mes.

Cabe hacer mención que de acuerdo a la curva de olvido, los repasos más importantes son los que se realizan el mismo día de haber adquirido el conocimiento, por lo que el repaso diario tiene un valor importante dentro del proceso de estudio. Contribuye a aclarar, recordar y afianzar lo visto en clase.

Algunas recomendaciones para optimizar las sesiones de repaso son:

- Se ha de comprender lo que se vaya a repasar
- No se debe aprender material nuevo durante el repaso, repasar es simplemente volver sobre el material previamente entendido y memorizarlo.
- Ha de hacerse en periodos cortos
- Ha de planearse la periodicidad de los repasos
- Conformar y estructurar la información del tal manera que estimule a comprenderla, asimilarla y luego aplicarla

#### 4.2. Métodos de repaso

Con el fin de optimizar los repasos y evitar la monotonía de la lectura de notas o libros, se pueden emplear los siguientes métodos para repasar:

- 1.- Escribir todo el esquema que se recuerda de memoria a fin de visualizar lo que se repasó.
- 2.- Efectuar una repetición mental del esquema intentando recordar al máximo.
- 3.- Consultar con los apuntes o libros las lagunas y anotarlas para luego complementarlas.
- 4.- Elaborar un examen del tema preparado
- 5.- Autoevaluarse a intervalos regulares
- 6.- Utilizar métodos de memorización como el recitado, la rima, la asociación, etc.
- 7.- Hablar con alguien sobre el tema, para no provocar fatiga o bloqueo mental.
- 8.- Priorizar el repaso en aquellas materias que lo necesiten más.
- 9.- Ha de tratarse de lograr una visión de conjunto de toda materia estudiada.
- 10.- Dedicar más tiempo a repasar aquellos aspectos relevantes del tema.

#### ACTIVIDADES SUGERIDAS

Ejercicios de repaso

#### DESCRIPCION

Pida a los alumnos que repasen alguna lección utilizando algunos de los métodos expuestos.

## C O N C L U S I O N E S

1.- El aprendizaje como proceso de adquisición de conocimientos, requiere de orientación y dirección para que no se pierda en el logro de los objetivos educativos. Se complementa con el estudio al ser éste un refuerzo del primero y constituye una habilidad que hay que desarrollar en el educando para lograr mejores resultados en el aprendizaje.

2.- Una finalidad de la Escuela es enseñar al educando a estudiar; incomprensiblemente la escuela descuida este aspecto tan decisivo en la formación de educando, los docentes, invierten muy poco tiempo en instruir a sus alumnos en destrezas de estudio, más bien los dejan a su criterio y no siempre logran adquirir las más convenientes.

3.- La escuela exige en la actualidad una mayor participación del educando en el proceso enseñanza-aprendizaje, requiere de él, iniciativa, independencia, capacidad de análisis y síntesis entre otras cosas. Sin embargo, no incluye dentro de su formación, una orientación clara y formal sobre métodos y técnicas de estudio que le permitan responder satisfactoriamente a esta exigencia educativa.

4.- El éxito en el estudio no sólo depende de la capacidad intelectual del alumno, sino también de la eficacia en la utilización de métodos y técnicas de estudio.

5.- Se hace presente la necesidad de contar con técnicas y procedimientos de estudio y autoenseñanza que auxilien al estudiante en su paso por el sistema educativo y sea factor formativo de su carácter y personalidad.

6.- Debe promoverse la formación de hábitos de estudio desde la escuela primaria, a fin de iniciar buenos hábitos, desde el principio de la formación escolar para continuarlos hasta el término de la misma.

7.- Sería conveniente que se diseñaran técnicas y métodos de estudio acordes a las necesidades de los alumnos de primaria que respondan más directamente a las exigencias educativas de este nivel escolar.

8.- La orientación educativa es tema de reflexión y análisis en el campo de la Pedagogía, por lo que la inserción del pedagogo en ella se hace cada vez más presente. Dada la formación de éste en el campo de la orientación educativa le permite establecer y proponer el tipo de orientación que debe brindarse al educando en cada fase de su proceso educativo.

9.- Las acciones en materia de orientación educativa requieren de una planeación acorde a las necesidades de los educandos, por lo que el diseño y elaboración de programas encaminados a facilitar el proceso de aprendizaje en los alumnos, resulta una aportación útil y necesario por parte del pedagogo en el ámbito educativo

10.- El presente trabajo, es una propuesta de Programa de Hábitos de Estudio para alumnos que cursan el 5º y 6º grado de educación básica en las Escuelas Asistenciales de la S.E.P.

Dicha propuesta busca lograr cambios positivos en el educando respecto a su forma de estudio, através de la adquisición de técnicas de trabajo intelectual y desarrollo de hábitos de estudio personal, que promuevan mejor aprovechamiento escolar.

11.- El éxito del Programa dependerá no solo de la buena planeación y organización del mismo, sino también del apoyo que se brinde por parte de los recursos humanos que participen en la implementación del mismo, así como de los recursos materiales con que se cuente para su operación.

**A N E X O 1**  
**T E C N I C A S G R U P A L E S**

A N E X O 1 - A

TECNICA GRUPAL TRES EXPERIENCIAS POSITIVAS

NUM. DE PARTICIPANTES: Todo el grupo

TIEMPO: 40 minutos

MATERIAL: Lápices, papel, cartulinas y plumones

DESARROLLO:

El orientador indicará a los participantes que cada quien expresará por medio de dibujos 3 vivencias o experiencias positivas correspondientes a su infancia que hayan tenido gran significado en su vida.

Se realizará en forma personal y después se expondrá al grupo (los que deseen hacerlo, sin forzarlos).

OBSERVACIONES:

Para evitar situaciones difíciles de manejar, el orientador debe hacer la aclaración de que las experiencias que se narren sean positivas.

- Debe promoverse un ambiente de atención y respeto para todos los participantes.

## A N E X O I - B

### TECNICA GRUPAL CIRCULO MAGICO

NUM. DE PARTICIPANTES: Todo el grupo

TIEMPO: De 20 a 30 minutos

#### DESARROLLO:

1.- Se invita a la formación de subgrupos con cualquier procedimiento. Si el grupo es de 20 alumnos, se divide en 2 subgrupos de 10.

2.- El primer subgrupo que participará se dispondrá en círculo y los demás se colocarán alrededor como observadores.

3.- El orientador será el moderador del grupo participante.

4.- El orientador reafirmará la presencia de los integrantes, mencionando sus nombres; expresará que el objetivo es exponer una experiencia referente al tema que el designe.

5.- Una vez que el moderador designe el tema, los integrantes proceden a expresar su experiencia en forma espontánea.

Antes de iniciar se dan las siguientes indicaciones:

- Solo tienes que traer tu persona

- Cada quien tiene un turno para hablar, y deberá indicarlo levantando la mano



- Puedes hablar o no
- Es requisito escuchar al que esta hablando y no interrumpirlo
- No criticar, interpretar o evaluar

6.- El orientador resumirá lo expuesto por cada uno de los participantes, y reflejará el sentimiento inmediatamente después de que el alumno expresó su experiencia.

7.- Concluida la participación de los integrantes del círculo, el orientador invita a los participantes a que repitan si gustan lo que algunos de sus compañeros expresaron.

8.- Se pide a cada participantes que exprese cómo se sintió en ese momento.

9.- Se proponen conclusiones

Algunos temas que se sugieren son:

De conciencia:

- Algo que me gusta de lo que hago
- Cuando hice a alguien sentirse feliz

De Maestría:

- Algo que hice y me sentí orgulloso
- Algo que estoy tratando de cambiar
- Algo que me costó trabajo aprender

De interacción social:

- Alguna vez que pedí un favor
- Algo que hice y molestó (o agrado) a alguien

Nota: Los grupos cambian de rol, de espectadores a participantes.

ANEXO 2

EJERCICIOS

A N E X O 2 - A

MATERIAL PARA EL PUNTO 2.2.

TEMA 2 UNIDAD I

MOTIVOS PARA ESTAR EN LA ESCUELA

Es muy importante analizar los motivos por los que se está en la Escuela, a continuación se presentan algunos de ellos. Ordénalos según la importancia que tengan para ti. Escribe el número 1 en primer lugar y continúa con el 2, 3, 4, etc.

En caso de que no haya nada escrito que se adapte a tu caso, escríbelo al final, en las líneas.

1.- YO ESTOY EN LA ESCUELA PORQUE

- \_\_\_\_\_ Ya sé lo que quiero llegar a ser y necesito prepararme.
  - \_\_\_\_\_ Mis padres así lo ordenan
  - \_\_\_\_\_ Me divierto
  - \_\_\_\_\_ Quiero saber mucho del mundo, la ciencia y la vida
  - \_\_\_\_\_ Aquí están mis amigos
  - \_\_\_\_\_ Me gustan las actividades que aquí hacen
- 

2.- QUIERO TENER BUENAS CALIFICACIONES O EVALUACIONES

- \_\_\_\_\_ Para seguir en la escuela
  - \_\_\_\_\_ Agradar a mi familia
  - \_\_\_\_\_ Porque los maestros me lo exigen
  - \_\_\_\_\_ Para obtener premios en casa o en la escuela
  - \_\_\_\_\_ Conseguir el conocimiento adecuado de la ciencia, en beneficio de mi formación escolar.
-

3.- MI MOTIVO PARA OBTENER ALTAS CALIFICACIONES O EVALUACIONES ES

- \_\_\_\_\_ Probarme a mi mismo qué estoy aprendiendo.
  - \_\_\_\_\_ Darle gusto a mi familia
  - \_\_\_\_\_ Sobresalir en el grupo
  - \_\_\_\_\_ Obtener diplomas y premios.
  - \_\_\_\_\_ Ser querido por mis maestros
- 

4.- A VECES NO ESTUDIO CON TODA MI CAPACIDAD PORQUE

- \_\_\_\_\_ Tengo problemas personales.
  - \_\_\_\_\_ No me interesan las clases.
  - \_\_\_\_\_ Invierto mucho tiempo en otras actividades
  - \_\_\_\_\_ Estoy enfermo o me enfermo con frecuencia
  - \_\_\_\_\_ Me distraigo con facilidad
  - \_\_\_\_\_ No tengo completos mis libros y útiles
-

A N E X O 2 - B

MATERIAL PARA EL PUNTO 2.3.

TEMA 2 UNIDAD I

CUESTIONARIO SOBRE ACTITUDES POSITIVAS  
ANTE EL ESTUDIO

ESCRIBE LA RESPUESTA EN TU CUADERNO:

- 1) Qué es lo que quisieras para cuando seas adulto?
- 2) Qué acciones te propones realizar, hoy que eres estudiante, para conseguir tus metas?
- 3) Cuáles son tus planes a largo plazo para lograr esas mismas metas?
- 4) Cuáles crees que sean los mayores obstáculos para obtener dichas metas?
- 5) Cuáles crees que sean los mejores medios para combatir - estos obstáculos?
- 6) Quiénes crees que son tus mejores aliados para ayudarte a conseguir tus metas?
- 7) Qué personaje es tu modelo a quien tú quisieras imitar y seguir?
- 8) Tratas de conocer a fondo su vida, sus ejemplos, sus ideas, sus pensamientos?
- 9) Tienes siempre delante de ti su imagen, su retrato para que te recuerde sus ejemplos y te aconseje?
- 10) Qué decisiones tomarás desde hoy para imitar a este modelo y llegar a alcanzar las metas que te has propuesto?

A N E X O 2 - C

EJERCICIO PARA EL PUNTO 1.3.

TEMA I UNIDAD II

SESION DE RELAJACION

El orientador da las siguientes indicaciones:

Relájense sentados en una silla y con los pies rectos y juntos. La espalda apoyada perfectamente en el respaldo de la silla y con la cabeza cayendo suavemente sobre el pecho.

Estiren todos los miembros de su cuerpo. Aflojen la ropa, de forma que el cuerpo quede totalmente libre de las presiones de la ropa.

Estiren todos los miembros, desde la cabeza hasta los pies y déjenlos flojos completamente. Comprueben que descansan suavemente sobre la silla. Poner la columna vertebral bien recta, los pies ligeramente separados uno del otro y los brazos separados del cuerpo (unos 10 cm. aproximadamente)

Cierren los ojos tranquilamente haciéndose consciente de la respiración, respiren profundamente y siempre por el abdomen, pero sin mover el torax.

Inhalen profundamente por la nariz, ensanchen el pecho y después hacer una pausa reteniendo la respiración durante tres segundos y finalmente exhalen poco a poco por la boca a medida que se va contrayendo el abdomen.

Instrucciones para los alumnos:

Escuchen unicamente mi voz, unicamente mi voz, sin ningún esfuerzo y obedezcan mis instrucciones. Dejen el cuerpo suelto, flojo y sin tensión, "completamente suelto".

INHALACION	RETENCION	(1,2,3)	EXHALACION
INHALACION	RETENCION	(1,2,3)	EXHALACION
INHALACION	RETENCION	(1,2,3)	EXHALACION

Mientras descansan plácidamente aflojen todos tus músculos. Repetir la operación 1 vez más.

## INHALACION - RETENCION (1,2,3) EXHALACION

El cuerpo queda cada vez más suelto, más flojo y sin tensión, deja flojo y suelto, completamente suelto.

## INHALACION - RETENCION (1,2,3) EXHALACION

Y el cuerpo cada vez más suelto y abandonado, muy abandonado. Ahora dirijan la tensión a su brazo derecho, piensen únicamente en el brazo derecho. Contraigan el puño del brazo derecho y aflójenlo, suéltelo, aflójenlo más y más, déjenlo completamente suelto. Piensen en su brazo derecho, desde el hombro hasta la punta de los dedos, aflójenlo todo él, suéltelo, abandónenlo, aflójenlo más y más.

Ahora olvidense de su brazo derecho, piensen únicamente en su brazo izquierdo, contraigan el puño de su brazo izquierdo y aflójenlo, suéltelo, aflójenlo más y más, déjenlo totalmente flojo.

Ahora piensen en su brazo izquierdo, desde el hombro hasta la punta de los dedos y comprueben que queda flojo, muy flojo, que esta suelto, muy suelto.

Ahora piensen en su pierna derecha, desde la cadera hasta la punta de los dedos, aflójenla toda, suéltela, abandónenla, aflójenla más y más, mucho más floja, y abandónenla.

Olvidense de su pierna derecha y piensen en su pierna izquierda, contraigan hacia abajo los dedos del pie izquierdo, aflójenlo, suéltelo, déjenlos totalmente sueltos y flojos.

Comprueben ahora que toda su pierna izquierda está floja completamente floja.

Olvidensé de su pierna izquierda y comprueben que las dos piernas se encuentran sueltas, muy sueltas, muy flojas, blandas, completamente blandas y sin ninguna tensión.

Sus piernas y sus brazos se encuentran totalmente flojos, sueltos, muy sueltos y sin tensión.

Ahora continuar con los hombros, espalda, mandíbulas, la cabeza, la cara, ojos, oídos, boca, lengua, cuello y en general todas las partes del cuerpo.

Si todo el cuerpo está descansado y plácidamente, nada de lo que les rodea les debe interesar. Sus músculos están abandonados y sin tensión.

Ahora se encuentran en condiciones de hablar a su mente, de hablarse a sí mismos.

Imaginense ahora delante de un pizarrón negro en el cual pueden anotar todo lo que quieran lograr, lo que les preocupa, sus relaciones familiares, sus estudios, etc.

En cada sesión de relajación, pueden fijarse dos metas; una inmediata, a corto plazo y otra a largo plazo.

Finalmente cuando termine la sesión de relajación se van a despertar estirando todos los miembros y bostezando.

(Se puede utilizar música suave).



EJERCICIO PARA EL PUNTO 1.3.

TEMA 1 UNIDAD II

EJERCICIOS DE RESPIRACION

Esto se realiza de la siguiente forma:

Cuatro tiempos de inhalación profunda por la nariz.

Cuatro tiempos de retención del aire inhalado a fin de que purifique lo mejor posible la sangre que está en los pulmones y que luego irá al cerebro. Este necesita por lo menos el 20% y del oxígeno que respiramos.

Cuatro tiempos de expulsión profunda para arrojar el aire residual que permanece en los pulmones durante la respiración normal.

Cuatro tiempos de abstención, en que se deja de respirar, con objeto de lograr mayor inspiración de aire en los siguientes 4 tiempos.

A N E X O D 2 - E

MATERIAL PARA EL PUNTO 2.3.

TEMA 2 UNIDAD II

EJERCICIOS DE SUMAS RAPIDAS

+1	+2	+3	+4	+5	+6	+7	+8	+9	+10
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>

Efectúa mentalmente las operaciones. Hazlo en orden y también salteado. Procura obtener los resultados con la mayor rapidez. Ahora, si añadimos uno al primer sumando, el resultado quedará aumentado en uno. Practícalo.

+2	+3	+4	+5	+6	+7	+8	+9	+10	+11
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>

Contesta mentalmente. Realiza estas sumas pensando, de manera que las domines a la perfección, en orden y salteadas. Ahora si añadimos 2 al primer sumando, el resultado habrá aumentado en 2. Practícalo.

+3	+4	+5	+6	+7	+8	+9	+10	+11	+12	+13
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>

Obtén los resultados pensando, tratando de dominarlos perfectamente. Súmalos como el ejercicio anterior, en orden y luego salteados. Ahora añadamos 3 al primer sumando de las sumas básicas. Obviamente, el resultado aumentará en 3 unidades.

+4	+5	+6	+7	+8	+9	+10	+11	+12	+13	+14
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>

Contesta mentalmente. Ejercita tu mente de manera que resuelvas las sumas sin utilizar los dedos. Cuando obtengas los resultados inmediatamente y de forma salteada, habrás dado un gran paso en las sumas rápidas.

En este último ejercicio aumenta 4 al primer sumando de las sumas. Ahora el resultado aumentará en 4 unidades.

Realiza otros ejercicios similares con tu maestro.

A N E X O 2 - E'

MATERIAL PARA EL PUNTO 2.3.

TEMA 2 UNIDAD I

EJERCICIOS DE SUMAR DE UNO EN UNO, DOS EN DOS ETC.

Este es un ejercicio de dinámica mental que te servirá para dominar la suma y las tablas de multiplicar. Consiste en que vayas sumando, con la mayor rapidez posible, estas cantidades.

1o.- Ejercicio: suma de uno en uno

$$1 + 1 = 2 + 1 = 3 + 1 = 4, \text{ etc, hasta el } 100$$

2o.- Ejercicio: sumas de 2 en 2 hasta el 100

$$2 + 4 = 6 + 2 = 8, \text{ etc.}$$

3o.- Ejercicio: sumas de 3 en 3, hasta el 100

$$3 + 3 = 6 + 3 = 9 + 3 = 12, \text{ etc.}$$

Y así se siguen sumando de 4 en 4, de 5 en 5, etc, hasta el 100.

Esta es la base de las tablas de multiplicar, que muchos alumnos aprenden mecánicamente, sin pensar que 2 veces 3 es igual a 6, o sea  $2 \times 3 = 6$  etc.





## A N E X O S 2 - H

### EJERCICIOS PARA EL PUNTO 2.3.

#### TEMA 2 UNIDAD II

#### EJERCICIOS DE CONCENTRACION-CLASIFICACION

INSTRUCCIONES: Lee dos veces esta lista de 25 palabras, notarás que cada una tiene una característica que permitirá que las clasifiques. Tu mismo anotarás los encabezados que te permitirán iniciar la clasificación. Dentro de la lista de 25 palabras habrá una que no pueda ser clasificada correctamente por ser diferente de las demás la idea es que la encuentres y la dejes fuera de la clasificación.

Este ejercicio te permitirá entrenarte para clasificar y ordenar lo que en tus materias te enseñan.

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 1) José María Morelos | 13) Cristobal Colón    |
| 2) durazno            | 14) mamey              |
| 3) florero            | 15) Moctezuma          |
| 4) leopardo           | 16) La isla del tesoro |
| 5) nariz              | 17) pantera            |
| 6) Caperucita Roja    | 18) Robin Hood         |
| 7) cabeza             | 19) plátano            |
| 8) uva                | 20) ojo                |
| 9) Hernán Cortés      | 21) ciruela            |
| 10) boca              | 22) oreja              |
| 11) tigre             | 23) La vuelta al Mundo |
| 12) Heidi             | 24) león               |
|                       | 25) Guadalupe Victoria |

A N E X O S 2 - I

MATERIAL PARA EL PUNTO 3.4.

TEMA 3 UNIDAD II

PRUEBA DE 3 MINUTOS

1. Lea todo antes de hacer cualquier cosa.
2. Ponga su nombre en la parte superior derecha de la hoja.
3. Encierre en un círculo la palabra Nombre del enunciado No. 2.
4. Dibuje 5 pequeños cuadro en la parte superior izquierda de esta hoja.
5. Ponga una "X" dentro de cada cuadro.
6. Ponga un círculo alrededor de cada cuadro.
7. Firme con su nombre debajo del título de esta hoja
8. Después del título escriba..... si, si, si.
9. Ponga un círculo alrededor del enunciado siete.
10. Ponga una "X" en la parte inferior izquierda de esta hoja.
11. Trace un triángulo alrededor de la "X" que acaba de hacer
12. En la parte de atrás de esta hoja, multiplique 703 X 66.
13. Trace un rectángulo alrededor de la palabra hoja en la - proposición siete.
14. Diga fuerte su primer nombre cuando llegue a este punto.
15. Si usted piensa que ha seguido las instrucciones cuidado samente hasta este punto, en la prueba, diga fuerte "YO SI"
16. En la parte de atrás de este papel, sume 8950 y 9805
17. Ponga un círculo alrededor de su respuesta, ponga un -



cuadro alrededor del círculo.

18. Cuente en voz normal en orden decreciente del 10 al 1
19. Perfore tres pequeños hoyos en el margen superior con la punta del lápiz.
20. Si usted es la primera persona que llega a este punto, diga en voz alta y fuerte las palabras "YO SOY LA PRIMERA PERSONA EN LLEGAR A ESE PUNTO Y SOY UN LIDER EN SEGUIR LAS INSTRUCCIONES".
21. Subraye todos los números en esta hoja.
22. Diga gritando "ESTOY CERCA DEL FINAL Y HE SEGUIDO LAS - INSTRUCCIONES". Ahora que ya terminó de leer cuidadosamente, haga solamente lo indicado en los párrafos uno y dos.

A N E X O S 2 - J

EJERCICIO PARA EL PUNTO 2.1.

TEMA 2 UNIDAD III

CUESTIONARIO, IMPORTANCIA DE LOS APUNTES EN EL ESTUDIO

1.- Los apuntes que tomas:

- a ( ) te sirven para repasar tus clases
- b ( ) te ayudan a preparar los exámenes
- c ( ) no los entiendes
- d ( ) no te han sido útiles

2.- Conoces las funciones que desempeñan los apuntes

- SI ( ) NO ( )

3.- Para tomar los apuntes con rapidez:

- a ( ) escribes aprisa
- b ( ) utilizas signos taquigráficos
- c ( ) usas abreviaturas

4.- Al tomar los apuntes:

- a ( ) los distribuyes en columnas
- b ( ) usas toda la hoja sin dividirla
- c ( ) no sabes cómo distribuirlos

5.- Qué haces para tener buenos apuntes

- a ( ) los pasas en limpio
- b ( ) los organizas
- c ( ) los tienes al corriente
- d ( ) los amplias

A N E X O S 2 - K

MATERIAL PARA EL PUNTO 3.3.

TEMA 3 UNIDAD III

EJERCICIOS DE ESCUCHA ACTIVA

Aprender a escuchar y retener; el orientador leerá la información y posteriormente el alumno deberá responder el cuestionario.

EL TAMESIS

El Támesis, el río más importante de Inglaterra, atraviesa la ciudad de Londres. Tiene 365 Kilómetros de longitud y desemboca en el Mar del Norte, por encima del Estrecho de Dover, Londres, capital del Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte, es una ciudad con casi ocho millones de habitantes.

COMPLETA:

- 1.- El río más importante de Inglaterra es el \_\_\_\_\_
- 2.- Atraviesa la ciudad de \_\_\_\_\_
- 3.- Tiene una longitud de \_\_\_\_\_
- 4.- Desemboca en el \_\_\_\_\_
- 5.- Por encima del \_\_\_\_\_
- 6.- Es capital del Reino \_\_\_\_\_
- 7.- Tiene casi \_\_\_\_\_
- 8.- El título del ejercicio es \_\_\_\_\_

PUNTUACION \_\_\_\_\_

MEDEL

El descubridor de las leyes de la herencia, fue Gregor Johann Mendel ( 1822-1884), monje Agustino Austriaco. Fue profesor y prior del monasterio de Brunn, en cuyo jardín durante ocho años desarrolló sus experimentos sobre la herencia en las plantas, y llegó a la conclusión de que había factores que se transmiten sin mezclarse.

Sus experiencias se publicaron en 1865. Experimentos de hibridación en plantas. Ignorado en su tiempo, fue redescubierto en 1900.

COMPLETA:

- 1.- El descubridor de las leyes de la herencia fue \_\_\_\_\_
- 2.- Era monje \_\_\_\_\_
- 3.- Fue profesor y prior en el monasterio de \_\_\_\_\_
- 4.- Sus experimentos los realizó en \_\_\_\_\_
- 5.- Durante cuánto tiempo \_\_\_\_\_
- 6.- Los factores se transmiten sin \_\_\_\_\_
- 7.- Sus experiencias se publicaron en \_\_\_\_\_
- 8.- Sobre las plantas hizo experimentos de \_\_\_\_\_
- 9.- Fue redescubierto en \_\_\_\_\_
- 10.- El título del ejercicio es \_\_\_\_\_

PUNTUACION: \_\_\_\_\_

Nota: Por cada respuesta acertada se anotan 5 puntos

## B I B L I O G R A F I A

1. ALVAREZ, Manuel, et. al. Métodos de Estudio. Barcelona, Martínez Roca, 258 p.
2. AUSUBEL, David P. Psicología Educativa. México, Trillas, 1976. 769 p.
3. BOGER, Robert. Psicología de la Educación 5 ed. Barcelona Fontanella, 1971 350 p.
4. BOSSING, Nelson L. La pedagogía de la segunda enseñanza - México, PAX, 1965. 440 p.
5. BROWN, William Curso para el estudio efectivo. Manual para el instructor. Tr. Agustín Contin. México, Trillas, 1975 - 130 p.
6. CASTRO, García, Ana Ma. Los hábitos de estudio de los alumnos del CETIS, No. 5, Estudio de caso. Tesis profesional, México, UNAM. 1988.
7. CLIFFORD M, Margaret. Enciclopedia Práctica de la Pedagogía Barcelona, Océano, 1982, vol. I. II. III.
8. COLEGIO DE CIENCIAS Y HUMANIDADES. "Técnicas de Estudio". Curso Taller. México, UNAM, 1982. 180 p.
9. DIAZ Vega, José. Luis Aprende a Estudiar con éxito. México Trillas, 1983 129 p.
10. GONZALEZ Grandeano y Leticia Morales Pérez, Guía para el desarrollo y ejercitación de hábito de estudio. Tesis profesional, México, ENEP- Zaragoza, 1979. 63 p.
11. GUERRA Héctor, y Dermot Macclusdey. Como estudiar México, - Trillas, 1978. 160 p.
12. GUINER Morgan, Michel. Aprender a estudiar 2 ed. Barcelona Fontanella, 1971, 120 p.
13. GUTIERREZ Saenz, Raúl. Metodología del trabajo intelectual. México, Esfinge. 1973, 230 p.

14. HERRERA Montes, Luis. Psicología del Aprendizaje y los Principios de la Enseñanza.- México, S.E.P., 1963. 267 p.
15. HERROZ León, Gustavo. El Arte de Aprender a Estudiar.- México - Trillas, 1988. 138 p.
16. HILL Winfred, F. Teorías Contemporáneas del Aprendizaje Buenos - AIRES, PAIDOS, 1974 344 p.
17. INSTITUTO TECNOLOGICO DE ESTUDIOS SUPERIORES DE MONTERREY.- Como estudiar con eficiencia. 3 ed. México, I.T.E.SM., 1982 88 p.
18. LARROYO, Francisco. Didáctico general 5 ed. México, Porrúa 1976, 350 p.
19. LEINTNER, Sebastian. Así se puede estudiar Tr. Dolores Bordas, Barcelona, Occidente. 1964 110 p.
20. LIPPINCOT. Dixe. "La enseñanza y el aprendizaje en la escuela - primaria". México, Limusa, 1978. 350 p.
21. LOGAN, Frank A. Fundamentos de Aprendizaje y motivación, México, México, Trillas, 1973 239 p.
22. MARTINEZ Riza, Felipe. et. al. Las Herramientas Intelectuales. México, Trillas, 1988 129 p.
23. MATTHEW B, Miles. Aprendizaje de trabajo en grupo 2a. ed. Argentina, Troquel. 1966. 290 p.
24. MICHEL, Guillermo. Aprender a Aprender. 8a. ed. México Trillas, 1981 111 p.
25. MIRA Y LOPEZ, Emilio. Cómo estudiar y cómo aprender 7a. ed. Buenos Aires, Kapelusz, 1973 150 p.
26. MORRIS BIGGE, L. Teorías del Aprendizaje para maestros.- Tr. --- Agustín Contin. México, Pax 1965. 414 p.
27. NERICI Imideo, G. Hacia una didáctica general dinámica 2 ed. -- Buenos Aires, Kapelusz, 1978 535 p.
28. PETRIZ, Elvira Ma. del Rocío. El curso taller de técnicas y hábitos de estudio del CCH. Tesis Profesional, México, UNAM, 1989.
29. STATON Thomas, F. Cómo estudiar. Tr. Armando Torres. México, Trillas, 1972 130 p.
30. SYGLER Mussan, Bella. Manual y Métodos para el estudio productivo. Depto. de Enseñanza e Investigación.

31. UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO. Serie Guía del Estudiante 2a. ed. México, UNAM, 1986.
32. VIDALES Delgado, Ismael. Orientación Educativa. México, Limusa 1980. 50 p.

## BIBLIOGRAFIA COMPLEMENTARIA

1. GRONLUD, Norma E. Elaboración de Test de Aprovechamiento. México, Trillas, 1932, 155 p.
2. GUTIERREZ Saenz, Raúl Metodología del trabajo intelectual. México, Esfinge, 1973, 223 p.
3. OLEA, Franco P. y Francisco L. Sánchez del Campo. Manual de Técnicas de Investigación Documental. 7a. ed. México, Esfinge. -- 1978. 231 p.
4. VARIOS, Diccionario de las Ciencias de la Educación. México, -- Santillana, 1971. Vo. I y II.
5. VARIOS, Enciclopedia Técnica de la Educación. México, Santillana 1983, Vol. I al VI.
6. W. A. Kelly. Psicología de la Educación. 5a. ed. Madrid, Morata, 1972, 235 p.
7. ZENDEJAS Frutos, Ma. de Lourdes El Pedagogo como Orientador en el nivel primaria. Tesis Profesional, México, UNAM. 1986.

## DOCUMENTOS CONSULTADOS

- SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA Manual de Organización de Escuelas Asistenciales DIF, 1990.
- SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA Antecedentes Históricos de las Escuelas Asistenciales. Documento Informativo. DIF. 1984.
- SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA Estudio Socioeconómico a padres de los Niños que asisten a las Escuelas Asistenciales. Documento Informativo DIF, 1983.
- SISTEMA NACIONAL PARA EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA FAMILIA El perfil del Niño de las Escuelas Asistenciales. Documento Informativo. DIF., 1985.