



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
MAESTRÍA EN DOCENCIA PARA LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR (MADEMS)
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
PSICOLOGÍA

**DESARROLLO DE ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE Y ESTUDIO EN
EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR**

TESIS

QUE PARA OPTAR POR EL GRADO DE
MAESTRA EN DOCENCIA PARA
LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR
EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

NANCY RUTH BORJA CARRANZA

TUTOR:

DRA. CAROLINA SANTILLÁN TORRES TORIJA
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

MIEMBROS DEL COMITÉ TUTOR

DRA. ANA ELENA DEL BOSQUE FUENTES
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
MTRA. ELSA GUADALUPE LÓPEZ MORALES
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
DRA. MÓNICA DÍAZ PONTONES
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO- CUAUTEPEC
DR. MIGUEL ÁNGEL MARTÍNEZ RODRÍGUEZ
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA

LOS REYES IZTACALA, TLALNEPANTLA, ESTADO DE MÉXICO, ENERO DEL 2020



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

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

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

DEDICATORIAS Y AGRADECIMIENTOS

“Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, puede cambiar el mundo”

Eduardo Galeano

Dedicado:

A mis padres, por ser mi gran ejemplo de constancia, por siempre cobijarme con su infinito apoyo y amor incondicional.

A mi hermano, por siempre motivarme a ser mejor y por siempre estar aún en mis peores momentos.

A Omar, por siempre caminar a mi lado, por ser mi puerto seguro, por motivarme siempre a cumplir mis sueños. ¡Te amo!

A mi Sophie, por siempre recordarme que la ilusión no debe perderse y por brindarme el amor más bonito y puro.

A mi familia, por todo el apoyo y amor.

Agradecimientos:

A la Dra. Carolina Santillán, por siempre ser mi guía en este camino.

A la Dra. Ana Elena y a la Mtra. Elsa, por sus aportaciones siempre valiosas en mi crecimiento profesional.

A la Dra. Mónica y al Dr. Miguel por sus comentarios tan valiosos para este trabajo.

A los participantes de este trabajo, por toda su disposición y excelente colaboración.

A la Universidad Nacional Autónoma de México, al Colegio de Ciencias y Humanidades y a la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, por ser mi casa y darme grandes herramientas de vida.

Índice

	Pág.
Introducción	1
Capítulo 1. Desarrollo del Adolescente	2
1.1.Aspecto biológico de la adolescencia	3
1.2.Aspecto psicológico de la adolescencia	5
1.3.Aspecto social de la adolescencia	6
Capítulo 2. Generalidades de la Educación Media Superior en México	9
2.1.Inicio de la Educación Media Superior en México	10
2.2.La Educación Media Superior en la actualidad	11
2.2.1 Modalidades de la Educación Media Superior	13
2.3. La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades	15
2.3.1 El modelo y los objetivos educativos de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades	16
Capítulo 3. Estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio	19
3.1. Características del aprendizaje	20
3.1.2. Factores que interviene en el aprendizaje	21
3.1.2.1 Factor cognitivo	22
3.1.2.2 Factor afectivo-social	23
3.1.2.3 Factor ambiental y de organización de estudio	23
3.2. Salud y bienestar psicológico	24
3.3. Estrategias de aprendizaje	25
3.3.1. Clasificación de las estrategias de aprendizaje	25
3.4. Técnicas de estudio	27
Capítulo 4. Rendimiento académico y su relación con las estrategias de aprendizaje y estudio	30
4.1. Investigaciones relacionadas	33
Capítulo 5. Metodología	38
5.1. Procedimiento	41
5.2. Descripción de las sesiones	42
Capítulo 6. Resultados	44
Capítulo 7. Discusión	57
Capítulo 8. Conclusiones	59
Referencias	61
Apéndice 1. Escala ACRA	67
Apéndice 2. Cuestionario sobre Técnicas de Estudio. Herrera y Gallardo (2006)	69
Apéndice 3. Planeaciones del taller	73
Apéndice 4. Mini-guía: “Estrategias y técnicas de aprendizaje y estudio”	76

Índice de Tablas

	Pág.
Tabla 1. Diferencias del desarrollo fisiológico masculino y femenino.	4
Tabla 2. Diferencias por etapas del desarrollo fisiológico masculino y femenino.	4
Tabla 3. Aspectos psicológicos y cognitivos por etapas de la adolescencia.	5
Tabla 4. Factor cognitivo operaciones de pensamiento	22
Tabla 5. Clasificación de las estrategias de aprendizaje	26
Tabla 6. Métodos de estudio más utilizados	28
Tabla 7. Características de la investigación	39
Tabla 8. Definición conceptual de la variable dependiente e independiente	39
Tabla 9. Instrumentos de evaluación	40
Tabla 10. Conversión de las puntuaciones directas del pre y pos-test a percentiles del ACRA	50
Tabla 11. Resultados de la prueba de normalidad de Shapiro Wilk	51
Tabla 12. Resultados del estadístico t de Student	52
Tabla 13. Resultados de lugares específicos donde estudian los alumnos	53
Tabla 14. Resultados del reactivo: ¿Con quién comparte el lugar de estudio	53
Tabla 15. Resultados de los reactivos sobre organización del estudio	54
Tabla 16. Resultados del porcentaje de los reactivos sobre estrategias de aprendizaje	55

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1. Etapas del desarrollo social de la adolescencia.	6
Figura 2. Tipos de bachillerato.	11
Figura 3. Principios básicos del CCH.	17
Figura 4. Factores que intervienen en el aprendizaje.	21
Figura 5. Programas compensatorios para revertir los efectos del rezago educativo	32
Figura.6. Descripción de las actividades del taller	42
Figura 7. Género de los alumnos	44
Figura 8. Tipo de escuela de procedencia	44
Figura 9. Porcentaje de alumnos que trabajan	45
Figura 10. Frecuencia de promedios académicos que tienen los alumnos inscritos al taller	45
Figura 11. Porcentaje de alumnos del taller con materias reprobadas	46
Figura 12. Frecuencia de materias reprobadas por los asistentes al taller	46
Figura 13. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la escala de Estrategias de Adquisición de la información pre y pos-test	47
Figura 14. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la Escala de Codificación de la información pre y pos-test	48
Figura 15. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la Escala de Recuperación de la información pre y pos-test	48
Figura 16. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la Escala de Apoyo al procesamiento de la información pre y pos-test	49

Introducción

La presente investigación tiene por objetivo evaluar la eficacia de un taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio con alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Naucalpan.

Los resultados de este estudio son muy importantes ya que ofrece información que orienta a asumir acciones de mejora y toma de decisiones educativas. De acuerdo con Pérez (2017), en educación existen una gran variedad de explicaciones sobre las principales causas que provocan el bajo rendimiento académico en los estudiantes, sin embargo, una de las más frecuentes es la falta de implementación de métodos y técnicas de aprendizaje y estudio, debemos recordar que las técnicas y los métodos de estudio son los distintos procedimientos para mejorar el aprendizaje.

Por lo tanto en este trabajo, se describe una de tantas acciones que pretenden contribuir al desarrollo de estrategias de aprendizaje y estudio en alumnos de Nivel Medio Superior, para ello, el presente escrito se divide en ocho apartados, el primero se enfoca en hacer una descripción general de la etapa del desarrollo en la que se encuentran los alumnos de educación media, es decir la adolescencia; el segundo apartado, se enfoca en hablar sobre Educación Media Superior, sus orígenes, su situación actual, así como de los tipos de bachillerato que existen en nuestro país. En el tercer apartado, se abordan las características de las estrategias de aprendizaje y estudio, así como la importancia de los factores que intervienen en el aprendizaje.

En este sentido, el capítulo cuatro se enfoca en recuperar diferentes investigaciones, con el propósito de describir la relación entre rendimiento académico y las estrategias de aprendizaje y estudio; por su parte en el apartado cinco se explica la metodología que se utilizó para este trabajo.

Finalmente, en los últimos capítulos (seis, siete y ocho) se encuentran los resultados, la discusión y las conclusiones que se obtuvieron después de la implementación del taller para desarrollar las estrategias de aprendizaje y estudio en un grupo de alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan.

Capítulo 1. Desarrollo del adolescente

Es fundamental señalar que en este trabajo se inicia hablando de adolescencia debido a que es en esta etapa cuando los jóvenes cursan la Educación Media Superior en México, debido a que en este periodo se presentan diversos cambios en todos los aspectos de la vida de los alumnos, es de vital importancia tomarlos en cuenta.

Por esta razón, en este primer capítulo se describe el concepto de adolescencia como un proceso de desarrollo físico el cual implica crecimiento, cambios fisiológicos y bioquímicos, asimismo, se describen desde el ámbito psicológico los cambios cognitivos que pueden tener los adolescentes, como lo es el cambio de pensamiento concreto a términos abstractos e hipotéticos también se hace énfasis en sus sentimientos los cuales cambian constantemente y desde el aspecto social se describen las interacciones interpersonales que establecen con la familia y amigos, lo anterior se engloba en tres etapas las cuales son adolescencia inicial, intermedia y tardía.

De esta manera Iglesias (2013), señala que la adolescencia es el período ubicado entre la infancia y la adultez, en esta etapa se producen cambios significativos a nivel físico, psicológico y social que comienzan con los primeros signos de la pubertad y finaliza cuando el organismo termina de crecer, además es en este periodo donde se adquieren habilidades para afrontar la vida adulta.

Güemes, Ceñal e Hidalgo (2017), indican que el término adolescencia etimológicamente proviene del latín *adolescere*, del verbo *adolecer*, que hace referencia al crecimiento, desarrollo o maduración, de esta forma, la adolescencia se puede definir como un proceso que puede dividirse en tres etapas que se solapan entre sí:

- Adolescencia inicial: abarca aproximadamente desde los 10 a los 13 años
- Adolescencia media: comprende de los 14 a los 17 años
- Adolescencia tardía: abarca desde los 18 hasta los 21 años

A pesar de que durante mucho tiempo sólo se consideró un tránsito entre la infancia y la adultez, hoy existen motivos suficientes para considerarla como una etapa dentro del

proceso de desarrollo humano. Este período se caracteriza por ser una de las épocas de mayor transformación que implica cambios fisiológicos, psicológicos y sociales como a continuación se describe (Águila, Díaz y Díaz, 2017).

1.1 Aspecto biológico de la adolescencia

Lillo (2004), indica que desde la perspectiva biológica en la adolescencia se despliegan un conjunto de cambios corporales que van desde el crecimiento físico hasta los neuroendocrinos que ponen en marcha modificaciones corporales que finalizan en la consolidación de un cuerpo adulto.

Asimismo, Papalia, Wendkos y Duskin (2009), afirman que en esta etapa los primeros cambios físicos son resultado del aumento en la producción de las hormonas relacionadas con el sexo, lo cual ocurre en dos etapas:

“La primera de ellas caracterizada por la adrenarquia, que es la maduración de las glándulas suprarrenales que segregan andrógenos siendo la principal dehidroepiandrosterona (DHEA) que representa un papel en el crecimiento del vello púbico, axilar y facial, al igual que en un crecimiento corporal más rápido, mayor cantidad de grasa en la piel y desarrollo del olor corporal. La segunda caracterizada por la gonadarquia, que es la maduración de los órganos sexuales de ambos sexos, por ejemplo, los ovarios de las niñas aumentan su secreción de estrógenos, esto permite el crecimiento de los genitales femeninos, así como, el desarrollo de senos, vello púbico y axilar. Mientras que, en los varones, los testículos aumentan la producción de andrógenos, en particular testosterona, que estimulan el crecimiento de los genitales, masa muscular y vello corporal. Varones y niñas tienen ambos tipos de hormonas, pero las niñas tienen niveles más altos de estrógenos, mientras que los varones cuentan con niveles más altos de andrógenos” (Papalia, Wendkos y Duskin, 2009, p. 464).

De esta manera Lillo (2004), y Papalia, Wendkos y Duskin (2009), indican que los cambios anatómicos y funcionales se dan de la siguiente forma como se observa en las Tablas 1 y 2.

Tabla 1.

Diferencias del Desarrollo fisiológico masculino y femenino.

Características femeninas		Características masculinas	
Característica	Edad	Característica	Edad
Crecimiento mamario	6-13	Crecimiento de testículos y escroto	9-13.5
Crecimiento de vello púbico	6-14	Crecimiento de vello púbico	12-16
Crecimiento rápido del cuerpo	9.5-14.5	Crecimiento rápido del cuerpo	10.5-16
Menarquia	10-16.5	Crecimiento del pene, glándula prostática, vesículas seminales	11-14.5

Nota: Adaptado de “Desarrollo físico y salud del adolescente,” por D. E. Papalia, O. S. Wendkos, F. R. Duskin, 2009, México: Mc Graw Hill Educación, p. 465.

Tabla 2.

Diferencias por etapas del desarrollo fisiológico masculino y femenino.

Etapas	Características femeninas	Características masculinas
Adolescencia inicial 10 a los 13 años	Aparición de vello axilar Aproximadamente dos años después de la aparición de vello púbico	Cambio en la voz Prácticamente al mismo tiempo que el crecimiento del pene
Adolescencia media 14 a los 17 años	Aumento en la secreción de glándulas sebáceas y sudoríparas (que puede conducir a acné) Casi al mismo tiempo que la aparición de vello axilar	Espermarquia Cerca de un año después de comenzar el crecimiento del pene Aparición de vello facial y axilar Aproximadamente dos años después de la aparición del vello púbico Aumento en secreción de glándulas sebáceas y sudoríparas (que pueden conducir a acné) Casi al mismo tiempo que la aparición de vello axilar
Adolescencia tardía 18 hasta los 21 años	Se considera un desarrollo biológico óptimo	Se considera un desarrollo biológico óptimo

Nota: Adaptado de “Desarrollo físico y salud del adolescente,” por D. E. Papalia, O. S. Wendkos, F. R. Duskin, 2009, México: Mc Graw Hill Educación, p. 465; Lillo, E. J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría, 24 (90), p. 58.

1.2 Aspecto psicológico de la adolescencia

Como se comentó durante la adolescencia cambia el aspecto de los jóvenes; debido a los sucesos hormonales de la pubertad, sus cuerpos adquieren una apariencia adulta. Además, durante esta etapa cambia su pensamiento; son capaces de pensar en términos abstractos e hipotéticos y sus sentimientos cambian acerca de casi todo (Papalia, Wendkos y Duskin 2009).

Por consiguiente, hay que recordar que el desarrollo humano tiene por meta el enriquecimiento personal y social progresivo que avanza en la adolescencia mediante la actualización de capacidades que permitan la convivencia social, rescatando las necesidades personales y el progreso colectivo en un ajuste e integración, en el caso del funcionamiento psicológico, las dimensiones más destacadas del desarrollo adolescente se dan en el plano intelectual, sexual, social y en la elaboración de la identidad (Krauskopof, 1999), como se observa en la Tabla 3.

Tabla 3.

Aspectos psicológicos y cognitivos por etapas de la adolescencia.

Etapa	Psicológicas	Cognitivas
Adolescencia inicial 10 a los 13 años	Reestructuración del esquema e imagen corporal	Surgimiento del pensamiento abstracto o formal
	Fluctuaciones del estado del ánimo Relaciones grupales con el mismo sexo Movimientos de regresión y avance en la exploración y abandono de la dependencia	La toma de decisiones involucra habilidades más complejas, que son esenciales para la creatividad y el rendimiento académico, porque le permite al adolescente representar, explorar, resolver problemas y recrear importantes aspectos de su vida y esto es importante para el desarrollo de la identidad
Adolescencia media 14 a los 17 años	Diferenciación del grupo familiar Deseo de afirmar el atractivo sexual y social Exploración de capacidades personales Cuestionamiento de aspectos comportamentales y posiciones previas Preocupación por lo social Relaciones de pareja Búsqueda de autonomía	Incremento de las habilidades de pensamiento abstracto, razonamiento y de la creatividad El adolescente ya no acepta la norma, sino hasta conocer el principio que la rige. La posibilidad de razonar sobre su propia persona y los demás lo lleva a ser crítico con sus padres y con la sociedad en general

Tabla 3. (Continuada)

Aspectos psicológicos y cognitivos por etapas de la adolescencia.

Etapa	Psicológicas	Cognitivas
Adolescencia tardía 18 hasta los 21 años	Búsqueda de afirmación del proyecto personal-social	Pensamiento abstracto firmemente establecido, se alcanza el pensamiento hipotético-deductivo propio del adulto. Aumenta la habilidad para predecir consecuencias y la capacidad de resolución de problemas
	Reestructuración de las relaciones familiares	
	Avance en la elaboración de la identidad	
	Grupos afines en lo laboral, educacional, comunitario	
	Relaciones de pareja con diferenciación e intimidad	
Capacidad de autocuidado y cuidado mutuo		

Nota: Adaptado de “Desarrollo psicosocial del adolescente” por V. Gaete, 2015, *Revista Chilena de Pediatría*, 1 (2), p. 438; “El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios.” Por D. Krauskopf. 1999, *Revista Adolescencia Salud*, 1 (2), p. 2.

1.3 Aspecto social de la adolescencia

Gaete (2015), detalla el desarrollo social de la adolescencia en tres etapas, las cuales se señalan en la Figura 1.

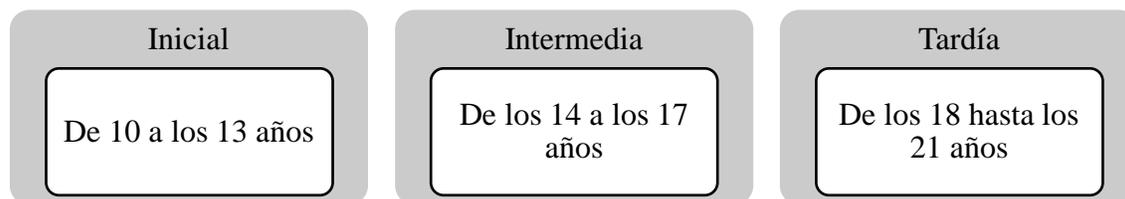


Figura 1. Etapas del desarrollo social de la adolescencia. Adaptado de “Desarrollo psicosocial del adolescente” por V. Gaete, 2015, *Revista Chilena de Pediatría*, 1 (2), p. 438.

Estas etapas se describen a continuación:

En la adolescencia inicial 10 a los 13 años. En el ámbito del desarrollo social se inicia con la movilización hacia afuera de la familia, es decir, aumenta el deseo de independencia del joven y disminuye su interés por las actividades familiares. El adolescente empieza a poner a prueba la autoridad, evidencia más resistencia a los límites a la supervisión y a aceptar consejos o tolerar críticas de parte de los padres, sin embargo, el joven continúa dependiendo de la familia como fuente de estructura y apoyo, entre otras cosas. El grupo de pares adquiere mayor importancia y el adolescente se hace más dependiente de las amistades como fuente de bienestar. El involucramiento con los pares se caracteriza por el contacto principalmente con aquellos del mismo sexo y la aparición de la necesidad de amistades exclusivas “mejores amigos” (Gaete, 2015; Krauskopof, 1999).

Para Gaete (2015), la adolescencia media va de los 14 a los 17 años. En esta fase el involucramiento del adolescente con sus pares es intenso e influyente, debido a que existe una fuerte preocupación por la afirmación personal y social el joven adopta la vestimenta, la conducta, los códigos y valores de su grupo de pares en un intento de encontrar su propia identidad. La presión de los pares puede influir tanto en forma positiva: motivando a destacar en lo académico, deportivo, a postergar el inicio de relaciones sexuales, etc., como negativa: favoreciendo que se involucre en conductas de riesgo. Las amistades y los grupos pasan a ser de ambos sexos, y frecuentemente se establecen relaciones de pareja. Las parejas desempeñan un rol progresivamente mayor a medida que avanza la adolescencia, sin embargo, las relaciones de amistad siguen siendo extremadamente importantes, ofreciendo compañía, un contexto para la apertura íntima y la satisfacción de otras necesidades.

Adolescencia tardía de los 18 hasta los 21 años. El desarrollo social en esta etapa se caracteriza por una disminución de la influencia del grupo de pares, cuyos valores se hacen menos importantes a medida que el adolescente se siente más cómodo con sus propios principios e identidad. Las amistades se hacen menos y más selectivas. Por otra parte, el joven se vuelve a acercarse a la familia y ahora puede apreciar los valores y la experiencia de sus padres, de esta manera al concluir la adolescencia el joven realiza un avance importante en el logro de la autonomía (Gaete, 2015).

De esta manera y para finalizar, como bien menciona Gaete (2015), debemos reconocer que el desarrollo no llega a su fin en esta etapa, debido a que el desarrollo es un proceso que continua a lo largo de toda la vida.

Como se puede apreciar los adolescentes no solo se enfrentan a cambios fisiológicos y bioquímicos, sino también, a cambios psicológicos y sociales que influyen en su conformación como seres humanos, estas etapas también son esenciales para que los adolescentes aprendan herramientas cognitivas y habilidades para desenvolverse de la mejor manera en su vida adulta.

Muchas de estas habilidades no solo se adquieren en el núcleo de la familia o en la convivencia con sus amigos y compañeros, sino también, en la educación formal, es por eso que aprender no solo se trata de adquirir conocimientos para poder pasar materias, sino que esos conocimientos los puedan trasladar a su vida cotidiana es decir adquirir habilidades que les permitan desempeñarse adecuadamente en su vida social, familiar y laboral.

Capítulo 2. Generalidades de la Educación Media Superior en México

En el presente capítulo se hace una descripción general de la Educación Media Superior (EMS) en México, asimismo, se muestran estadísticas de la población juvenil y de su asistencia a la escuela, posteriormente se hace un recuento histórico de la EMS en México para poder comprender el estado actual de este nivel de educación en el país donde podemos encontrar diferentes modalidades de bachillerato, posteriormente se describe con más detenimiento la modalidad de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades además se describen los tres principios básicos que rieguen su plan de estudios.

De acuerdo con Cardús (2011), a lo largo del tiempo la educación ha obtenido el estatus de derecho básico y de necesidad fundamental, prueba de ello es el hecho que se haya generalizado la escolarización universal y obligatoria para franjas de edad cada vez más amplias, además de una extensión de la educación profesional y superior hasta niveles nunca vistos. Sin embargo, hay una distancia cada vez mayor entre la conciencia social de la importancia de la educación y las expectativas sobre sus resultados, como de la excelencia que se esperaría obtener como resultado de las recientes reformas.

“El artículo 37° de la Ley General de Educación ([SEP-LGE], 2001) señala que la Educación Media Superior comprende el nivel de bachillerato, así como la educación profesional que no requiere bachillerato. Se cursa en dos o tres años y la edad típica de los alumnos oscila entre los 15 y los 18 años” (Monroy, 2009, p. 35).

Sin embargo, de acuerdo con información del Instituto Nacional de Estadística y Geografía ([INEGI], 2018) aunque se han establecido algunas condiciones para garantizar la educación para todos los jóvenes aún no es una realidad, de acuerdo con la Encuesta Intercensal 2015, el monto de la población joven de 15 a 29 años de edad ascendió a 30.6 millones, que representan 25.7% de la población a nivel nacional, de la cual 50.9% son mujeres y 49.1% son hombres. Del total de la población joven el 35.1% son adolescentes de 15 a 19 años y el 64.9% son jóvenes de entre 20 y 29 años de edad.

Datos de esta misma encuesta muestran que 66.8% de los jóvenes de 15 a 29 años no asiste a la escuela. Sin embargo, de los jóvenes de 15 a 19 años el número de asistentes (62.4%), a la escuela es superior al de los que no asisten (37.3 por ciento). Este

comportamiento puede ser explicado como la prioridad de un joven en lograr una meta educativa o la incorporación al mercado laboral, inclusive la combinación de ambas condiciones (INEGI, 2018).

2.1. Inicio de la Educación Media Superior en México

Zorrilla (2015), considera que el inicio de la Educación Media Superior (EMS) en México fue en 1867, cuando se fundó la Escuela Nacional Preparatoria (ENP), que tuvo su origen en el pensamiento liberal triunfante tras la derrota de Maximiliano de Habsburgo. Convirtiéndose en cuna de muchos debates literarios y políticos relevantes, sin embargo, los cambios políticos de la época la llevaron a que, en 1910, Justo Sierra la incorporara a la Universidad Nacional, con la Revolución Mexicana, la escuela fue militarizada y adjudicada administrativamente al gobierno del Distrito Federal. Posteriormente regresa a la Universidad Nacional, en 1921, cuando se crea la Secretaría de Educación Pública (SEP), de esta manera el ciclo básico quedó a cargo de la SEP, hasta 1929, cuando se declara la autonomía universitaria.

Posteriormente, en 1936 nace otra institución que es de suma importancia en la educación para México: el Instituto Politécnico Nacional (IPN). A esta institución se incorporan las antiguas escuelas de artes y oficios, lo que provocó una diferencia importante, la aparición de otro bachillerato, en este caso el técnico o vocacional. Es hasta 1974 que la SEP participaría directamente en el ámbito del bachillerato general, al abrirse el Colegio de Bachilleres México, de esta manera la SEP, habría de mantenerse cerca de la educación técnica, mediante la conducción del IPN (Zorrilla, 2015).

“Conforme se difundió en el país el modelo de educación vocacional o bachillerato técnico durante los años cincuenta y sesenta, se crea un verdadero subsistema de cobertura nacional de bachillerato técnico, administrado esta vez directamente desde la SEP. En 1978 se fundó el Colegio Nacional de Educación Profesional Técnica (CONALEP), como centro de formación de profesionales técnico sin equivalencia con el bachillerato, esta situación duraría hasta 1996, cuando se estableció la equivalencia con el bachillerato, específicamente como bachillerato técnico” (Zorrilla, 2015, p. 89).

Como se puede apreciar desde sus inicios la Educación Media Superior ha sido símbolo de transformación e incluso de rebeldía al surgir como respuesta a los cambios sociales de la época y dando cabida a los jóvenes que con sus inquietudes y singularidades han caracterizado a este nivel educativo como uno de los más importantes, debido a que en esta etapa la mayoría de los jóvenes deciden su futuro y de alguna manera el de la sociedad. Los constantes avances cada vez les iban dando más oportunidades a más jóvenes que querían o podían seguir preparándose, lo cual se puede entender como un avance para la sociedad de esa época, en la que se iba impulsando poco a poco la educación.

2.2. La Educación Media Superior en la actualidad

Actualmente contamos con cuatro grandes vertientes que atienden la demanda de Educación Media Superior en México como se observa en la Figura 2.

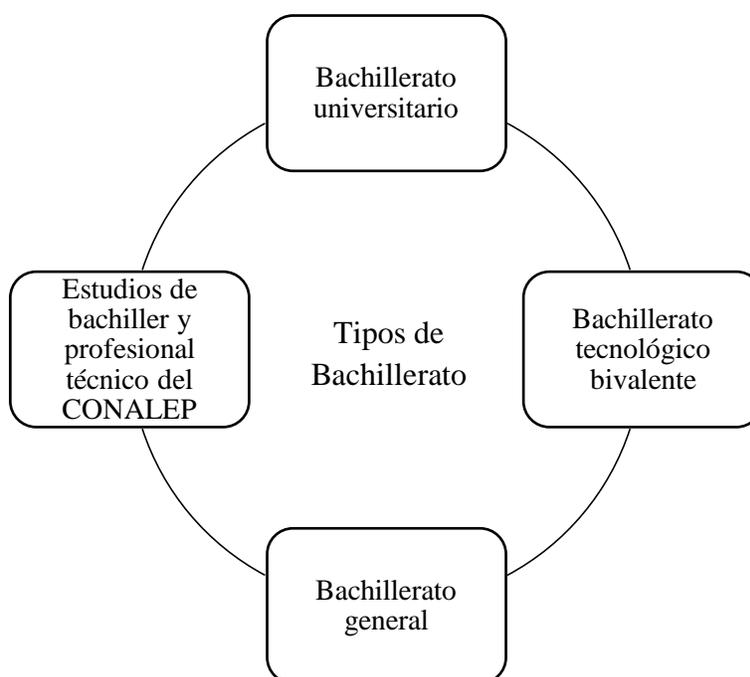


Figura 2. Tipos de bachillerato. Adaptado de “El sistema Educativo Mexicano: algunas reflexiones,” por M. Monroy, 2009, Tlalnepantla: UNAM-FES Iztacala, p. 36.

Como se puede observar existen diferentes tipos de bachillerato en México, los cuales serán explicados más adelante.

Asimismo, se busca ampliar la cobertura con equidad, es decir, además de ser laica y gratuita, sea de calidad e incluyente. Esto significa no sólo que el Estado debe garantizar el acceso a la escuela a todos los niños, niñas y jóvenes, independientemente de su entorno socioeconómico, origen étnico o género, asimismo se debe garantizar que la educación que reciban les proporcione aprendizajes y conocimientos significativos, relevantes y útiles para la vida, poniendo especial atención a los grupos más desfavorecidos para que todos puedan acceder a este nivel educativo, permanecer en los programas y terminar oportunamente sus estudios (Instituto de la Investigación sobre la Universidad y la Educación [IISUE], 2016).

De esta manera, Monroy (2009, p.36), resalta que *“se busca crear una educación con buena calidad, una reforma del currículo y la introducción de diferentes elementos pedagógicos relacionados con la educación basada en el aprendizaje, la formación y actualización de profesores. También, se intenta vincular este nivel educativo con el entorno, impulsar un sistema integrado, coordinado y flexible que facilite la movilidad y el intercambio de estudiantes entre los programas educativos, con la finalidad de darles una visión más global de la educación”*

Es por esto que recientemente el Gobierno Federal ha hecho pública la “Reforma Integral de la EMS en México: la creación de un sistema nacional de bachillerato en un marco de la diversidad” (SEP, 2008, como se citó en Alcántara y Zorrilla, 2010), en ella se señalan tres principios fundamentales que deben estar en la base de un consenso global:

- A. Reconocimiento universal de todas las modalidades y subsistemas del bachillerato.
- B. Pertinencia y relevancia de los planes de estudio.
- C. Tránsito entre subsistemas y escuelas.

Con esto no se pretende que las instituciones abandonen o modifiquen su vocación específica, sino que se busca reconocer que en el país existen distintas modalidades de EMS que responden a diversas filosofías educativas y realidades sociales (Alcántara y Zorrilla, 2010).

Asimismo, Villa (2014), hace mención de otra acción que las autoridades han implementado, en 2011 el Senado de la República aprobó la obligatoriedad de la educación

media superior, lo cual se ha puesto en marcha gradualmente a partir del ciclo 2012-2013, hasta que fuera universal en todo el país; a pesar de esto es necesario considerar que, actualmente, el paso de la educación básica obligatoria a la EMS sigue dependiendo de las posibilidades económicas de los estudiantes y sus familias, por lo tanto, la recién aprobada ley de obligatoriedad de la EMS no sólo no resuelve el problema, sino que, puede agravarse al dar un trato igual a los desiguales, es fundamental implementar políticas orientadas a mejorar la calidad de la educación ofrecida que respondan a las necesidades de la sociedad, del mercado laboral y de los jóvenes en edad de estudiar.

Sin embargo, aunque las intenciones son buenas, aún no se pueden apreciar los resultados favorables de las reformas, sino todo lo contrario, se aprecia que cada vez es más grande la brecha de desigualdad que enfrenta nuestro país en cuanto a educación, aumentado las cifras de jóvenes que no ingresan o no concluyen la EMS, por lo tanto, debemos poner especial atención en este sector de jóvenes y empezar a ver qué está pasando con ellos y qué están haciendo. De esta manera queda claro que en la EMS están inmersos muchos intereses y que se debe de responder a cada uno de ellos, debido a que no solo es un nivel educativo importante sino que como se mencionó anteriormente la mayoría de jóvenes que llegan a la EMS definirán su futuro, es decir, si se insertarán al mundo laboral formarán parte de la fuerza de trabajo del país o si deciden y tienen la oportunidad de continuar con sus estudios el estado deberá responder con mayores facilidades para que se logre el objetivo (Villa, 2014).

2.2.1. Modalidades de la Educación Media Superior

La Educación Media Superior está compuesta por tres niveles: educación profesional técnica, bachillerato general y el bachillerato técnico bivalente, dentro de ésta existen diferentes modalidades, cada una responde a necesidades distintas de la sociedad en todos o la mayoría de los sentidos, además de que cubren distintos objetivos dentro de la EMS (Weiss, 2012).

Alcántara y Zorrilla (2010), y Monroy (2009), mencionan que la modalidad propedéutica o general, busca formar al estudiante para que tenga acceso a la educación superior, de esta manera accede al estudio de las diferentes disciplinas humanísticas,

científicas y tecnológicas a fin de contar con una información y experiencia académicas que lo auxilien en la identificación de su campo de estudios profesionales, por ello, se dice que tiene carácter propedéutico o preparatorio, ya que proporciona la preparación básica general, se pretende una educación integral mediante la adquisición y aplicación de conocimientos; también crear en los alumnos una conciencia crítica que les permita adoptar una actitud responsable ante la sociedad. Al concluir los estudios se obtiene el certificado de bachillerato.

Otra modalidad es la de carácter bivalente, aquí se habla del bachillerato tecnológico, en el cual se combina una formación profesional en el ámbito técnico con los estudios de bachillerato que ofrecen una preparación para los estudios superiores, se caracterizan por la realización de actividades prácticas en laboratorios, en talleres y en espacios de producción, lo que incluye la realización de prácticas profesionales fuera de la escuela, y de actividades de servicio social como requisito para obtener el título de especialidad correspondiente ya que en el bachillerato bivalente la formación profesional conduce a la obtención de dos certificados: uno de una profesión técnica reconocida por la Dirección General de Profesiones y otro de bachillerato, que permite la continuación de estudios superiores (Alcántara y Zorrilla, 2010; Monroy, 2009).

La última modalidad es la Educación profesional técnica, que a diferencia del Bachillerato General y de manera similar al Bachillerato Tecnológico, es una modalidad terminal y propedéutica. Aunque se enfatizan los conocimientos técnicos, siempre se tiene la posibilidad de los estudios complementarios para obtener el certificado de bachillerato, el cual se requiere para realizar estudios superiores. Los títulos técnicos que ofrecen las opciones tecnológicas son de calidad profesional y se registran en la Dirección General de Profesiones de la SEP, previo cumplimiento de una tesis y del servicio social (COMIPEMS, 2008 como se citó en Monroy, 2009).

Asimismo, como menciona Weiss (2012), es importante resaltar que la sociedad ha ido dando valor a las diferencias de estas modalidades, si bien porque en algunas comunidades solo tienen acceso a una de ellas, o porque en el mejor de los casos se tiene la confianza de que estudiando este nivel educativo se tendrán mayores oportunidades de crecimiento tanto profesional como económico.

Con lo anterior queda muy claro que las diferentes modalidades que encontramos de EMS, han ido buscando satisfacer las demandas de la sociedad actual, no sólo mexicana, sino que también se trata de cumplir los estándares mundiales. Sin embargo, los problemas y retos que cada modalidad enfrenta no son tan distintos entre sí, ya que aún no se ha podido satisfacer la cobertura con equidad, la calidad educativa, entre otras, que sin duda afectan el desempeño educativo de los jóvenes estudiantes, que en la mayoría de los casos terminan desertando. Lo cual deja la tarea de mejorar la oferta de oportunidades para los jóvenes y brindar educación de calidad para todos los que la deseen (Instituto de la Investigación sobre la Universidad y la Educación [IISUE], 2016).

Dentro del bachillerato general encontramos a la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH) del que abordaremos algunos aspectos relevantes para este trabajo.

2.3. La Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades

De acuerdo a la página oficial de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades (CCH, 2018), su creación fue aprobada por el Consejo Universitario de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) el 26 de enero de 1971, durante el rectorado del Dr. Pablo González Casanova. Principalmente fue creado para atender la demanda de ingreso a nivel medio superior en la zona metropolitana y al mismo tiempo, para resolver la desvinculación existente entre las diversas escuelas y centros de investigación de la UNAM, así como para impulsar la transformación académica de la propia Universidad con una nueva perspectiva curricular y nuevos métodos de enseñanza.

Desde los inicios del CCH, la misión institucional se funda en el modelo de acción educativa, por lo que el colegio busca que sus estudiantes, al egresar sean responsables de su propia formación, capaces de obtener y validar información, utilizando diversos instrumentos para resolver con ello problemas cotidianos y académicos, haciendo uso de las principales áreas del saber, con conciencia de la necesidad de obtener herramientas para aprender (Página oficial del Colegio de Ciencias y Humanidades, 2018).

Además de esa formación, el CCH (2018), busca que sus estudiantes se desarrollen como personas integrales; con conciencia e intereses en las manifestaciones artísticas,

humanísticas y científicas; capaces de tomar decisiones, de ejercer liderazgo con responsabilidad y honradez, para que sean al mismo tiempo, ciudadanos respetuosos y solidarios en la solución de problemas sociales y ambientales.

En cuanto a la Filosofía del CCH:

“Se busca el desarrollo del alumno crítico que aprenda a aprender, a hacer y a ser, debido a que desde su origen consideró al estudiante como un individuo capaz de captar por sí mismo el conocimiento y sus aplicaciones. En este sentido, el trabajo del docente del Colegio consiste en dotar al alumno de los instrumentos metodológicos necesarios para poseer los principios de una cultura científica-humanística” (Página oficial del Colegio de Ciencias y Humanidades, 2018).

Por lo tanto, el concepto de aprendizaje cobra mayor importancia que el de enseñanza en el proceso de la educación, por ello, la metodología aplicada persigue que aprenda a aprender y que adquiera capacidad auto informativa (Página oficial del Colegio de Ciencias y Humanidades, 2018).

2.3.1 El modelo y los objetivos educativos de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades

Para lograr el conocimiento auténtico y la formación de actitudes, el CCH (2018) trabaja con una metodología en la que participa el alumno activamente en el proceso educativo bajo la guía del profesor.

El quehacer educativo del CCH (2018), se sintetizan en tres principios básicos como se observa en la Figura 3:

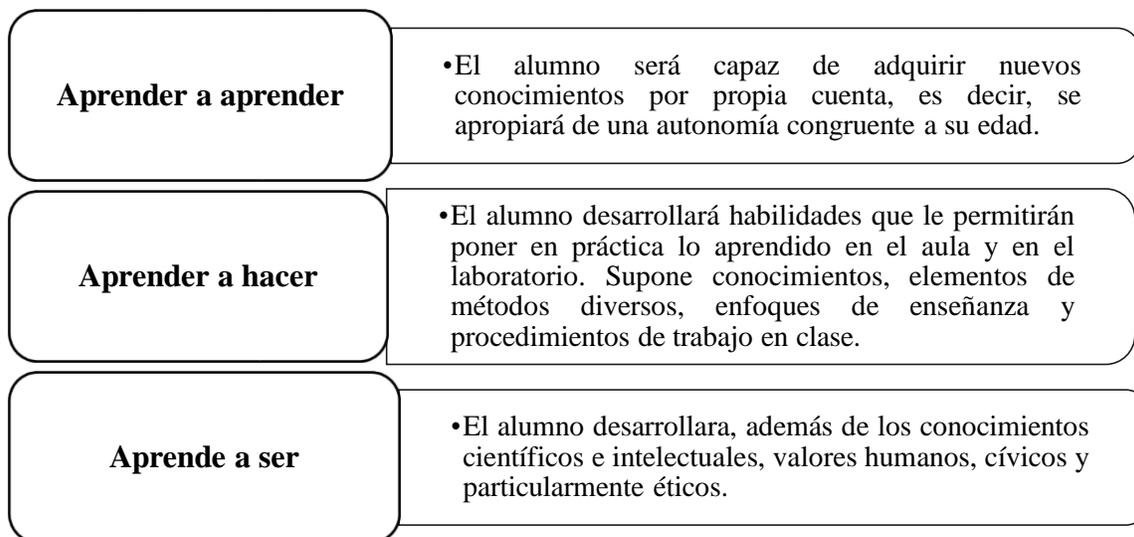


Figura 3. Principios básicos del CCH. Adaptado de “Misión y Filosofía” de la Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades, 2018, de <https://www.cch.unam.mx/misionyfilosofia>.

Como se mencionó, dentro de los pilares del CCH se prioriza el *aprender a aprender*, debido a que no se busca únicamente que el alumno aprenda a conocer, sino que, además, pueda dar cuenta de su proceso de aprendizaje, de la relación que tiene con su vida diaria y de las estrategias de las que puede hacer uso para aprender de una mejor manera y optimizar su proceso educativo (Colegio de Ciencias y Humanidades, 2018).

De esta manera García (2013), refiere que la habilidad de aprender a aprender involucra que el alumno adquiera aspectos cognitivos que le permitan conocer y regular sus propios procesos de aprendizaje, por lo tanto, que el alumno aprenda a aprender, va enfocado a que sea autónomo, es decir, que se comprometa en construir su propio conocimiento a partir de aprendizajes previos, con la finalidad de que adquiera herramientas que le permitan desenvolverse adecuadamente con base en la utilización y aplicación del conocimiento en diferentes contextos de su vida cotidiana.

El aprendizaje siempre será constante durante toda nuestra vida y la educación que recibimos es fundamental para poner en marcha las habilidades aprendidas y de esta manera llevar a cabo acciones para tratar de tener éxito en la vida, respecto al contexto académico los alumnos saben si han tenido éxito o no por las calificaciones que les asignan los profesores, sin embargo, ignoran los recursos que han utilizado para llegar a esos resultados,

es decir, no son conscientes de las herramientas que utilizan para alcanzar sus objetivos (Moreno, 2009).

Asimismo, Díaz-Barriga y Hernández (2004), resaltan que en la actualidad se ha priorizado la meta de que los estudiantes sean autónomos, independientes y autorregulados, con la finalidad de que puedan autorregular sus procesos de aprendizaje, que empleen estrategias de estudio acordes a la situación y que valoren su esfuerzo y mejoren, es decir, se busca que los alumnos aprendan a aprender.

Debido a lo anterior es importante que se implementen acciones relacionadas con el desarrollo de habilidades que permitan a los alumnos autorregular su forma de adquirir conocimiento, pero no sólo se trata de eso como se puede ver el alumno también deberá ser capaz de implementar dichos conocimientos en su vida cotidiana y aún más deberá ir incorporando esos conocimientos a su comportamiento, es decir, deberá desarrollar hábitos de estudio, de solución de problemas, habilidades sociales, entre otros.

Es por eso que se deben incorporar estrategias y técnicas de estudio que le permitan hacer lo anterior de una manera no solo más práctica sino más sencilla que le permita autorregular su forma de adquirir conocimiento y adquirir autonomía, es decir, que aprenda a aprender.

En resumen, en este capítulo se realizó una breve contextualización sobre la historia y características de la Educación Media Superior en México, como se pudo apreciar, existen diferentes modalidades, es importante señalar que este nivel educativo debe brindar atención a una población extensa y diversa, hablando específicamente del CCH el modelo educativo exige a docentes y alumnos un compromiso extra con el proceso de enseñanza-aprendizaje, debido a que uno de los pilares principales es el aprender a aprender.

Capítulo 3. Estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio

Este capítulo se enfoca en hacer una descripción del aprendizaje y sus características, los diferentes factores que intervienen en el proceso (cognitivo, social-afectivo y ambientales, así como, de organización del estudio), esto con la finalidad de abordar las estrategias de aprendizaje, las cuales se clasifican en cognitivas, metacognitivas y estrategias de manejo de recursos, así mismo, se definen las estrategias de estudio las cuales se resaltan: el subrayado, tomar apuntes, resumir textos, esquemas, mapas conceptuales, mapas mentales, cuadro sinóptico y analogías, con el propósito de identificar como se relacionan las estrategias de aprendizaje y estudio.

Por lo tanto, es importante señalar que *“la importancia de las estrategias de aprendizaje viene dada por el hecho de que engloban aquellos recursos cognitivos que utiliza el estudiante cuando se enfrenta al aprendizaje; pero, además, cuando hacemos referencia a este concepto vamos más allá de los aspectos considerados estrictamente cognitivos para incorporar elementos directamente vinculados tanto con la disposición y motivación como con las actividades de planificación, dirección y control que pone en marcha cuando se enfrenta al aprendizaje. Por tanto, aunque el hablar de estrategias suele ser sinónimo de “cómo aprender”, también es verdad que las razones, intenciones y motivos que guían el aprendizaje junto con las actividades de planificación, dirección y control de todo este proceso constituyen elementos que forman parte de un funcionamiento estratégico de calidad y que puede garantizar la realización de aprendizajes altamente significativos”* (Valle, González, Cuevas y Fernández, 1998, p. 54)

En consecuencia, las estrategias de estudio tienen un papel muy importante, debido a que son consideradas diferentes perspectivas o estrategias aplicadas al aprendizaje, las estrategias de estudio generalmente son fundamentales para alcanzar el éxito académico y conseguir buenas calificaciones, además, son útiles para la comprensión y entendimiento a lo largo de la trayectoria académica. Estas estrategias implican, a su vez, enfrentar los conocimientos desde diferentes percepciones, para que, a través de ensayo y error, se pueda llegar al método más eficiente para cada uno de los estudiantes (Álvarez, 2009; como se citó en Useche, 2009).

3.1. Características del aprendizaje

Para Angulo y García (2016), el aprendizaje es considerado una actividad, en la que intervienen todas las cualidades humanas, como lo son la inteligencia, la memoria, la motivación, la atención, la percepción, entre otras, todas ellas son necesarias porque participan en algún momento en el proceso de enseñanza-aprendizaje. También es un proceso fundamental en la vida de todo ser humano, en virtud de que no sólo ocurren en situaciones escolares, sino, en cualquier momento de nuestra vida, porque establecemos relaciones con el ambiente y con las personas.

Ciertamente, el aprendizaje se manifiesta en distintas formas, pero todas tienen en común que modifican de algún modo a la persona, ya que adquieren nuevos comportamientos o modifican los ya aprendidos, de esta manera es un proceso más activo que pasivo. El prestar atención para aprender algo es básico, pero no determinante, se requiere de otros procesos, por ejemplo, la retención de la información durante un periodo de tiempo largo es la más efectiva cuando se aplica simultáneamente una actividad. Igualmente, el aprendizaje se produce como resultado de realizar actividades simultáneas, recibir información y llevar a cabo alguna actividad. En otras palabras, el aprendizaje es un proceso por el cual el estudiante a través de su propia actividad llega a modificar la conducta (Sánchez, 2015).

Beltrán (1998), considera que los procesos centrales del aprendizaje son los procesos de organización, interpretación o comprensión del material informativo, ya que el aprendizaje no es una copia o registro mecánico del material, sino, el resultado de la interpretación o transformación de los materiales de conocimiento. El estudiante no se limita a adquirir conocimiento, también, lo construye usando la experiencia previa para comprender y moldear el nuevo aprendizaje, por lo que un principio básico del aprendizaje es establecer relaciones significativas.

3.1.2. Factores que intervienen en el aprendizaje

Aprender es un proceso complejo, que involucra el pensamiento y una serie de comportamientos, además, la persona está involucrada y requiere de la participación de múltiples factores para realizarlo con éxito, casi todo se aprende a gracias a la capacidad y las habilidades de las personas. El aprendizaje se da de acuerdo con determinados procesos y procedimientos tales como: las operaciones del pensamiento, el funcionamiento de los hemisferios cerebrales, la capacidad de concentración y memoria, así como, las técnicas y estrategias adecuadas. También, influyen y son muy importantes, la actitud, la motivación, las relaciones personales y la organización y todos estos procesos se pueden dividir en tres grandes factores: el cognitivo; el afectivo-social; el ambiente y de organización de estudio (García, Gutiérrez y Condemarín, 1999), los cuales se observan en la Figura 4.

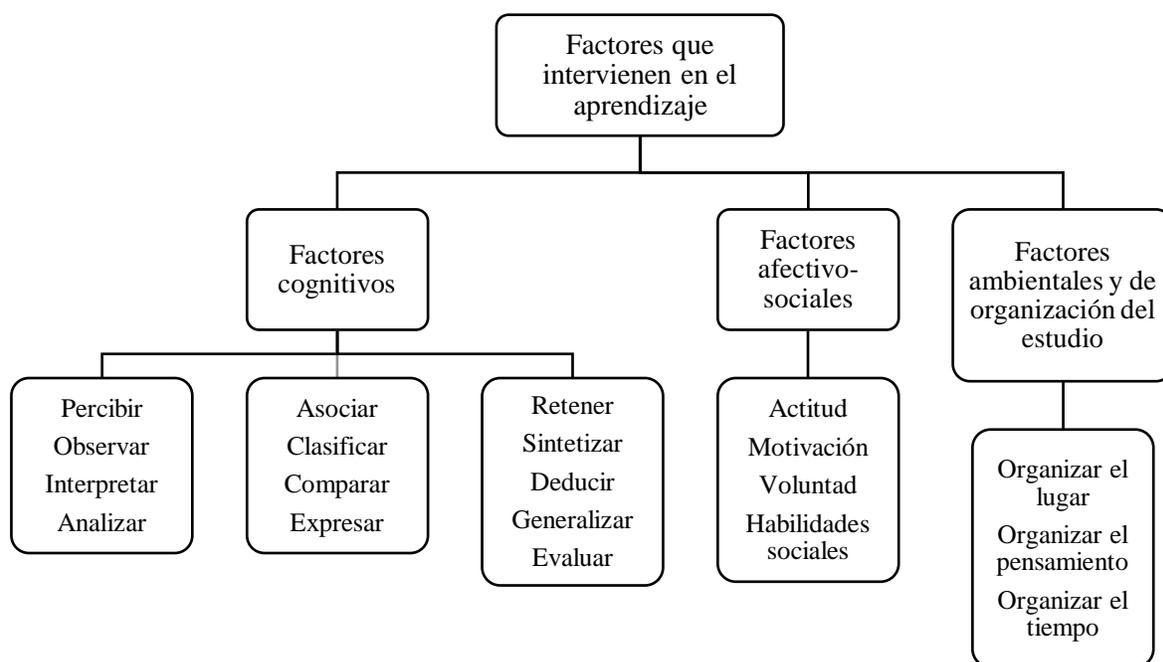


Figura 4. Factores que intervienen en el aprendizaje. Adaptado de “A estudiar se aprende” por H. B. García, G. M. Gutiérrez y G.E. Condemarín, 1999, Chile: Universidad Católica de Chile, p. 3.

A continuación, se realizará una breve descripción de cada uno de los factores que intervienen en el proceso de aprendizaje, de acuerdo con la información que nos proporcionan García, Gutiérrez y Condemarín (1999).

3.1.2.1 Factor cognitivo.

En el factor cognitivo, las operaciones de pensamiento son determinantes para el aprendizaje son procesos bien definidos y complejos como los que se observan en la Tabla 4.

Tabla 4.

Factor cognitivo operaciones de pensamiento

Percibir: recibir a través de los sentidos los datos proporcionados por el medio, es la forma personal de interpretar la información.

Observar: tomar conciencia del mundo que nos rodea, prestar estricta atención y vigilancia a un objeto o circunstancia, movido por un propósito definido a través de nuestros sentidos.

Interpretar: explicar el significado que tiene una experiencia, dando un supuesto cierto, seguro y razonable que, siendo válido, es incompleto y parcial porque tiene componentes subjetivos.

Analizar: es la distribución y separación de las partes en un todo hasta llegar a conocer sus principios elementales.

Asociar: es la acción de relacionar una cosa con otra

Clasificar: organizar elementos, agruparlos conforme a sus principios, categorías, encierra un proceso de análisis y síntesis que permite sacar conclusiones.

Comparar: establecer semejanzas, diferencias y relaciones en dos series de datos, hechos o conceptos.

Expresar: manifestar lo que se quiere dar a entender en forma clara de manera oral o escrita.

Retener: conservar en la memoria un acontecimiento, información o idea.

Sintetizar: componer un todo por la composición de sus partes, es el resumen o el compendio de una materia, es la conclusión de la comprensión.

Deducir: derivar de su origen o principio, partir de un principio general para llegar a un principio particular desconocido.

Generalizar: extender o ampliar una idea o concepto, hacer general o común las características afines de los elementos.

Evaluar: determinar la base sobre la cual se acepta haber aprendido o adquirido conocimientos es atribuir un valor al aprendizaje.

Nota: Adaptado de "A estudiar se aprende" por H. B. García, G. M. Gutiérrez y G.E. Condemarín, 1999, Chile: Universidad Católica de Chile, p. 2.

Las operaciones de pensamiento descritas en la Tabla 4 nos revelan la forma como enfrentar la realidad del mundo que nos rodea, la que es resultado de un proceso de comprensión que transmitimos a través del lenguaje, nos permiten darles significado a las vivencias y al material con el que trabajamos. Por lo tanto, cuando hablamos de organizar el pensamiento nos referimos a la importancia de cómo constituimos nuestro pensamiento ya que es primordial para el estudio, donde las estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio juegan un papel fundamental. En este aspecto es importante tener una idea general básica del tema que pretendemos estudiar, para luego analizar y deducir a fondo las partes que lo componen. No se puede aprender con eficacia una materia si previamente no se conoce la organización del material; es decir, la forma cómo éste se organiza para integrar una estructura completa (García, Gutiérrez y Condemarín 1999).

3.1.2.2 Factor afectivo-social

Del mismo modo, para García, Gutiérrez y Condemarín (1999), los factores afectivo-sociales, son factores que tienen relación con los sentimientos, las relaciones interpersonales y la comunicación que se deben establecer para el logro eficaz del proceso de aprendizaje. Si se considera el aprendizaje como un elemento de interacción de las personas con el medio, no se puede dejar de señalar que la actitud positiva hacia sí mismo, hacia los demás y hacia el medio es un factor determinante para el éxito del aprendizaje escolar, es por ello que la actitud, la motivación y las habilidades sociales juegan un papel importante.

3.1.2.3 Factor ambiental y de organización de estudio

Finalmente, de acuerdo a García, Gutiérrez y Condemarín (1999), los factores ambientales y de organización del estudio son todos aquellos elementos externos a uno mismo, es decir, elementos del medio ambiente que inciden favorable o desfavorablemente en la calidad del estudio realizado y la disposición ordenada de los elementos que conforman el acto de estudiar, entre los más importantes están organizar el lugar, el pensamiento y el tiempo de estudio. Organizar el lugar, se refiere a las condiciones físicas del espacio y lugar de estudio, el cual idealmente debe estar libre de distracciones, silencioso, solitario y bien iluminado, de temperatura agradable y aislada de interrupciones, además, de contar con

buena ventilación y renovación frecuente del aire, una mesa de trabajo con todo el material necesario a la mano y una postura corporal adecuada.

Por otra parte, la planificación y la organización del tiempo significan adaptarlo tanto al trabajo que se va a realizar como a las características propias de cada persona. Saber analizar qué tipos de tareas pueden hacerse en el último momento y cuáles hay que realizar a lo largo del tiempo es un factor relevante en el estudio y, por lo tanto, de un buen rendimiento académico. Una adecuada planificación del tiempo hace posible distribuir equilibradamente la jornada diaria y semanal para completar todo el trabajo escolar, facilita la concentración al crear el hábito de estudiar determinadas materias en un instante y lugar determinado y permite aprovechar el tiempo libre para la recreación (García, Gutiérrez y Condemarín 1999).

3.2. Salud y bienestar psicológico

Además de los factores anteriormente mencionados, Payán, Cervantes y Guevara (2011), mencionan que otro de los factores que influyen en el proceso de aprendizaje es la salud y el bienestar psicológico, puesto que desde las políticas educativas se enuncia la necesidad de una educación que contribuya al desarrollo integral del ser humano. De esta manera la salud mental no puede quedarse al margen si se pretende ser seres humanos vitales, sanos física y mentalmente, libres, educados, con el derecho al trabajo y con la consigna de hacer de la vida un proceso de bienestar y satisfacción.

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud ([OMS], 2007), la salud mental no es sólo la ausencia de trastornos mentales. Se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. Por lo tanto, la promoción de la salud mental requiere que se adopten medidas multisectoriales, en las que participen diversos sectores del gobierno y organizaciones no gubernamentales (Payán, Cervantes y Guevara 2011, p. 3).

En este sentido, como menciona Sánchez (2015), para que el aprendiz lleve a cabo sus proyectos con éxito, es importante que cuide su salud, vigilando diferentes aspectos, entre los que se pueden resaltar: una alimentación balanceada, suficientes horas de descanso, así

como, la realización periódica de ejercicio y actividades recreativas que fomenten la diversión y la convivencia con amigos y familiares, para ayudar a conservar el equilibrio en la salud psicológica y física.

3.3. Estrategias de aprendizaje

Las estrategias de aprendizaje son procedimientos o secuencias de acciones conscientes, voluntarias, controladas y flexibles, que se convierten en hábitos para quien se instruye, cuyo propósito es el aprendizaje y la solución de problemas tanto en el ámbito académico como fuera de él (Díaz-Barriga & Hernández, 2004). Esta forma de aprender concierne a la toma de decisiones y facilita el llamado aprendizaje significativo (Ausubel, 1963).

Según Díaz Barriga y Hernández (2004), hay una gran variedad de definiciones, pero todas tienen en común los siguientes aspectos:

- Son procedimientos.
- Pueden incluir varias técnicas, operaciones o actividades específicas.
- Persiguen un propósito determinado: el aprendizaje y la solución de problemas académicos y/o aquellos otros aspectos vinculados con ellos.
- Son más que los "hábitos de estudio" porque se realizan flexiblemente.
- Pueden ser abiertas (públicas) o encubiertas (privadas).
- Son instrumentos socioculturales aprendidos en contextos de interacción con alguien que sabe más.

Con base en estas afirmaciones podemos definir las estrategias de aprendizaje como: *“aquellos procedimientos (conjunto de pasos o habilidades) que un alumno adquiere y emplea de forma intencional como instrumento flexible para aprender significativamente y solucionar problemas y demandas académicas”* (Díaz-Barriga y Hernández, 2004, p. 234).

3.3.1. Clasificación de las estrategias de aprendizaje

Diversos autores como Valle et al. (1998), reconocen que, aunque existe una gran diversidad a la hora de categorizar las estrategias de aprendizaje, suele haber ciertas coincidencias, por lo que se pueden establecer tres grandes clases de estrategias: las

estrategias cognitivas, las estrategias metacognitivas, y las estrategias de manejo de recursos, como se observa en la Tabla 5.

Tabla 5.

Clasificación de las estrategias de aprendizaje

Estrategias de aprendizaje	Definición
Estrategias cognitivas	Hacen referencia a la integración del nuevo material con el conocimiento previo. En este sentido, serían un conjunto de estrategias que se utilizan para aprender, codificar, comprender y recordar la información al servicio de unas determinadas metas de aprendizaje.
Estrategias metacognitivas	Hacen referencia a la planificación, control y evaluación por parte de los estudiantes de su propia cognición. Son un conjunto de estrategias que permiten el conocimiento de los procesos mentales, así como el control y regulación de los mismos con el objetivo de lograr determinadas metas de aprendizaje.
Estrategias de manejo de recursos	Son una serie de estrategias de apoyo que incluyen diferentes tipos de recursos que contribuyen a que la resolución de la tarea se lleve a buen término. Tienen como finalidad sensibilizar al estudiante con lo que va a aprender; y esta sensibilización hacia el aprendizaje integra tres ámbitos: la motivación, las actitudes y el afecto (Beltrán, 1998).

Nota: Adaptado de “Las estrategias de aprendizaje: características básicas y su relevancia en el contexto escolar,” por A. Valle, C. González, G. Cuevas, y S. Fernández, 1998, *Revista de Psicodidáctica*. 6, p. 57-59; “Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje” por J. Beltrán, 1998, España: Síntesis, p. 34.

De esta manera podemos observar que las estrategias de aprendizaje juegan un papel fundamental en el aprendizaje significativo, además, son herramientas necesarias para mejorar el desempeño académico de los estudiantes, por lo tanto, es deber de los profesores darlas a conocer y fortalecerlas para que los alumnos puedan hacer un mejor uso de las mismas.

3.4. Técnicas de estudio

Por su parte, las técnicas de estudio son un conjunto de pasos que permiten hacer un trabajo de manera más rápida y eficaz, por lo que se afirma que las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas, fundamentalmente lógicas, que ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso estudio (Angulo y García, 2016).

Asimismo, Useche (2009), menciona que se trata de distintas perspectivas o estrategias aplicadas al aprendizaje, que generalmente son fundamentales para alcanzar el éxito académico, además, son útiles para la comprensión y entendimiento a lo largo de la vida académica. Implican, a su vez, enfrentar los conocimientos desde diferentes percepciones, leer, escribir, resumir, comparar, analizar, actuar, graficar, escuchar, discutir, exponer, entre otros.

Por lo tanto “al hablar de técnicas de estudio estamos refiriéndonos a destrezas que, una vez aprendidas, son automáticamente utilizadas en toda situación futura de aprendizaje. Además, las técnicas son estrictamente necesarias al momento de construir cualquier estrategia de aprendizaje, por lo que podemos afirmar que las técnicas de estudio son parte importante en la elaboración de una estrategia de aprendizaje” (Angulo y García, 2016, p. 48).

Para mejorar el uso de estrategias de aprendizaje y así responder a las exigencias de la formación académica del estudiante, es importante tener en cuenta la forma como se debe abordar a los estudiantes, identificar sus habilidades y las estrategias utilizadas a la hora de estudiar o de trabajar temas nuevos en su carrera o dentro de su quehacer profesional (Álvarez, 2009 como se citó en Useche, 2009).

Es importante tomar en cuenta que “en cada momento de la vida académica hay un espacio determinado para utilizar diferentes estrategias. Por ejemplo, cuando se está realizando la lectura de un libro o de un material, se puede emplear la estrategia del subrayado. Si se repasa la información de un tema visto en clase, se puede utilizar la toma de apuntes y el resumen. A su vez, este método sirve para estudiar los temas que se preguntarán en un examen” (Useche, 2009, p. 7).

A continuación, en la Tabla 6 se presentan algunos de los métodos de estudio más utilizados, con información del Manual de Estrategias y Técnicas de Aprendizaje del Programa de educación superior FAUTAPO (2011), y Useche (2009).

Tabla 6.

Métodos de estudio más utilizados

Técnica estudio	Definición
Subrayado	Es destacar mediante un trazo las frases esenciales y palabras claves de un texto. Saber identificar las ideas principales es lo verdaderamente importante.
Tomar apuntes	Es la elaboración de notas durante las exposiciones de un tema. Consiste en descubrir las ideas principales y registrarlas, es un método reflexivo, que requiere de una comprensión previa del concepto o mensaje recibido.
Resumir textos	Es expresar de manera integradora, condensada, coherente y con palabras de quien redacta el contenido esencial de un texto. Es el proceso mediante el cual se llega a la reconstrucción de un escrito.
Esquemas	Es una forma de representación gráfica de las ideas fundamentales de un texto informativo, ordenadas de tal manera que guarden relaciones lógicas entre sí. El esquema procura ubicar las ideas principales en el lugar que les corresponde y apta para propiciar el aprendizaje significativo.
Mapas conceptuales	Son un medio para visualizar ideas o conceptos y las relaciones jerárquicas entre los mismo. Presenta una representación gráfica ordenada de conceptos y sus interrelaciones. Se caracterizan por su simplificación, jerarquización e impacto visual.
Mapas mentales	Es un diagrama usado para representar las palabras, ideas, tareas, u otros conceptos ligados y dispuestos radialmente alrededor de una palabra clave o de una idea central. Utilizando palabras clave, presentadas de manera lógica, haciendo uso de colores, números para indicar la referencia e imágenes para representar la información. Se utilizan para la generalización, visualización, estructura y clasificación taxonómica de las ideas, y como ayuda interna para el estudio, organización, solución de problemas, toma de decisiones y escritura.

Tabla 6. (Continuada)

<i>Métodos de estudio más utilizados</i>	
Técnica estudio	Definición
Cuadro sinóptico	Es un resumen esquematizado, que permite visualizar la estructura y organización del contenido de un texto
Analogías	De lo que se trata es de comparar o relacionar dos o más objetos o experiencias, apreciando y señalando características generales y particulares, generando razonamientos y conductas basándose en la existencia de las semejanzas entre unos y otros. Pueden utilizarse para crear o fortalecer argumentos, también se puede utilizar para mejorar la comprensión de un tema comparándolo con otro, esto se realiza mediante la comparación de un tema o idea desconocido con uno que es bastante familiar, haciendo una relación.

Nota: Adaptado de “Manual de estrategias y técnicas de aprendizaje,” por Programa de educación superior FAUTAPO, 2011, Bolivia: Reino de los países bajos, p. 18-31; “Métodos de estudio. Herramientas para el asesor,” por G. V. Useche, 2009, Universidad de la Sabana, p. 7-14.

Como se puede observar las estrategias de estudio son diversas y la elección de cada una dependerá siempre del objetivo que se tenga.

“En este sentido se considera que para la elección de cualquier método de estudio se deben considerar aspectos como: lo que se escribe se recuerda mejor que lo que se lee, administrar el tiempo, organizar el pensamiento y el lugar de trabajo ayudan a mejorar el estudio, todo se aprende, a estudiar también se aprende, formar el hábito de estudio, es un proceso, el estudio requiere esfuerzo y concentración, no se debe aprender algo que no se comprenda, cuando se estudia conviene preguntarse : ¿quién?, ¿cómo?, ¿cuándo? y ¿para qué?, estudiar todos los días poco, es mejor que estudiar pocos días mucho y estudiar no es sinónimo de aprender, se aprende si se estudia bien” (Sánchez, 2015, p.50).

De acuerdo a lo descrito a lo largo del capítulo las estrategias de estudio son herramientas de suma importancia en el proceso de aprendizaje, debido a que los únicos encargados de llevarlas a cabo son los alumnos, por lo tanto, es importante que además de conocerlas sepan utilizarlas de la manera más efectiva.

A manera de resumen, podemos ver que las estrategias de aprendizaje y estudio tienen un papel fundamental en el aprendizaje significativo y es importante fomentar el uso adecuado de las mismas, para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Capítulo 4. Rendimiento académico y su relación con las estrategias de aprendizaje y estudio

Hasta el momento solo se han abordado las estrategias de aprendizaje y estudio, ahora es momento de hablar sobre la relación e importancia del uso de estas estrategias con el rendimiento académico, además de los trabajos que se ha realizado en este sentido, con la finalidad de dar paso a la importancia de la realización del taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio en educación media superior.

En consecuencia, es importante recordar que las estrategias, son reglas que permiten tomar decisiones apropiadas en relación con un proceso determinado, en el momento oportuno. En este sentido, el uso de estrategias de aprendizaje implica que el estudiante tiene un plan de acción. Cuando el estudiante sabe lo que hay que hacer para aprender, lo hace, y lo controla, está en la posibilidad de continuar aprendiendo en forma independiente o autónoma (Roux y Anzures, 2015).

En este sentido, se debe señalar que el estudio de las estrategias de aprendizaje en México, toma relevancia a partir de la Reforma Integral de la Educación Media Superior (RIEMS) implementada en 2011. La RIEMS señala que los estudiantes deben ser competentes para el aprendizaje independiente. Este aprendizaje, requiere que conozcan y usen distintas estrategias para, por ejemplo, motivarse, planificar, tomar decisiones, organizar información y controlar el contexto de estudio (Secretaría de Educación Pública, [SEP], 2011).

En este marco, muchas veces los profesores de bachillerato suponen que los estudiantes aprendieron a usar estas estrategias (de aprendizaje y estudio) durante su educación primaria, o durante sus estudios de secundaria, pero generalmente encuentran que no fue así. Por ello, el profesor debe asegurarse de que los estudiantes sepan utilizar las estrategias que facilitan su aprendizaje, o bien enseñar estas estrategias a sus estudiantes para que aprendan de manera independiente. Las estrategias se pueden enseñar junto con los contenidos curriculares de cada asignatura, o bien, en sesiones de clase especialmente destinadas para ello (Roux y Anzures, 2015).

Igualmente, Pérez (2017), señala que en la actualidad existen numerosos estudios que se enfocan en buscar explicaciones sobre el bajo rendimiento académico, los cuales describen diversos factores que inciden en este; si bien es cierto, no es una tarea fácil encontrar investigaciones concretas que expliquen las variables asociadas al éxito o fracaso académico. El rendimiento académico hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de un curso. En otras palabras, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que este ha aprendido a lo largo del proceso formativo.

Benítez, Giménez y Osicka (2000), coinciden en que en el mundo actual el rendimiento académico es considerado un problema multifactorial en el que puede intervenir distintos componentes, tales como: estilo docente, tipo de asignatura, entorno familiar, apoyo institucional, motivación, entre otras. Además, cada vez se presentan estadísticas alarmantes sobre reprobación y rezago es por ello que existe mayor preocupación por las instituciones educativas en estudiar estos indicadores con el objetivo de mejorarlo, así como identificar los factores que pueden influir y/o predecirlo; algunos con los que se ha asociado son: los programas de estudio, las metodologías de enseñanza utilizadas, los conceptos previos que tienen los alumnos, así como las estrategias de aprendizaje de los mismos entre otros.

Además, otra de las principales causas de los altos índices del bajo rendimiento académico en México, es el inadecuado desarrollo de los hábitos de estudio desde los niveles educativos básicos. Este problema genera dificultades de aprendizaje que van más allá de lo estadístico y refleja deficiencias tanto en la calidad educativa que manifiestan los estudiantes de todos los niveles de estudio (Tinto, 1992 como se citó en Mondragón, Cardoso & Bobadilla, 2017). En este sentido, como lo menciona Goleman (1996) el rendimiento escolar del estudiante depende del más fundamental de todos los conocimientos: aprender a aprender (como se citó en Edel, 2003).

Al respecto, Edel (2003), menciona que, para entender la situación actual del rendimiento académico, se debe hacer un análisis retrospectivo de las acciones emprendidas en el sector de la educación. De acuerdo con el autor, desde 1991 el gobierno mexicano ha diseñado y aplicado varios programas compensatorios para revertir los efectos del rezago

educativo, principalmente en el medio rural e indígena, ejemplo de estas acciones se pueden observar en la Figura 5.

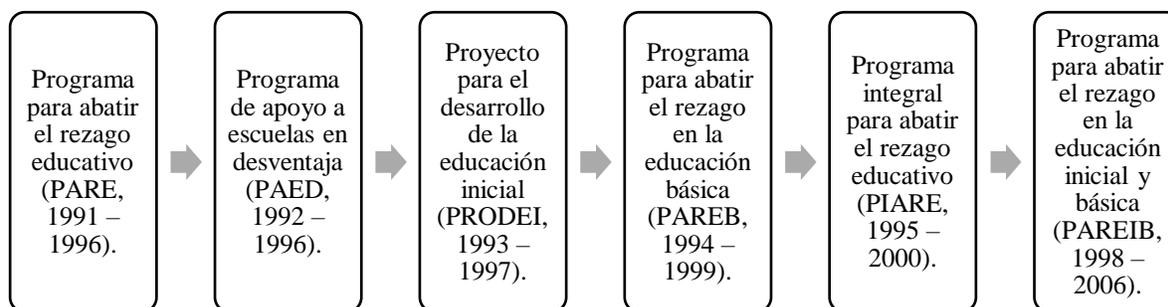


Figura 5. Programas compensatorios para revertir los efectos del rezago educativo. Adaptado de “El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo” por N. R. Edel, 2003 Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación, 1 (2), p. 12.

Sin embargo, en los niveles educativos básico y medio superior siguen los estudiantes evidenciando carencias en su formación y por ende manifestando dificultades académicas. Al igual que en la educación básica, en los niveles de educación secundaria y preparatoria, se trata de compensar las carencias a través de programas de apoyo para alumnos que presentan dificultades escolares. Contrariamente a la tendencia tradicional de explicar el rezago educativo por los factores extraescolares pobreza, regímenes políticos desinteresados en la educación, en estos casos las acciones buscan mejorar principalmente los factores intraescolares, para ello, han diseñado programas concebidos en forma integral (Gajardo, 2001, como se citó en Edel 2003, p. 12).

Por lo tanto, dentro del ámbito educativo se ha convertido en una necesidad identificar los hábitos de estudio y las estrategias de aprendizaje inadecuados para diseñar estrategias que permitan al alumno generar habilidades más funcionales, con la finalidad de reducir posibles deficiencias académicas; para que en el futuro se logre disminuir los porcentajes de deserción y reprobación.

Debido a que de acuerdo con la Subsecretaría de Educación Media Superior ([SEMS], 2013), la tasa de abandono en el país implica que 650 mil alumnos dejan la escuela cada año. Aunque es entre las familias con menores recursos, donde hay mayores posibilidades de abandono, hay tres factores relacionados con el ámbito

escolar: la baja asistencia a la escuela, reprobar y tener bajas calificaciones, que orillan significativamente a los alumnos a dejar la escuela (Villa, 2014, p. 36).

4.1. Investigaciones relacionadas

Como se ha venido describiendo, el tema de rendimiento académico y su relación con las estrategias de aprendizaje y estudio es extenso, por lo cual es importante citar algunas investigaciones que han abordado esta problemática. Comenzaremos con los estudios que se han realizado respecto al rendimiento académico y las estrategias de aprendizaje que utilizan los estudiantes, para posteriormente mencionar algunas investigaciones que abordan las técnicas de estudio y su relación con el rendimiento académico y finalizar con las acciones que ha puesto en marcha el Colegio de Ciencias y Humanidades.

En primer lugar, tenemos el trabajo de Ramos, López y Serrano (2011), quienes realizaron un estudio con el objetivo de identificar los tipos de estrategias que utilizaban un grupo de estudiantes, así como estudiar la relación del uso de éstas con el rendimiento académico y el índice de reprobación. Los resultados encontrados demuestran que la estrategia que más utilizan los estudiantes son el ayuda y la constancia, además se observó una correlación significativa del rendimiento académico con el factor de aprovechamiento del tiempo, constancia, lectura y metacognición, lo cual puede indicar que el uso que el alumno hace de su tiempo y espacio así como también del esfuerzo de este para llevar día a día cada una de sus asignaturas se ven reflejados en su rendimiento escolar; el índice de reprobación presentó una correlación negativa significativa con elaboración, lectura, ayuda, constancia, pensamiento crítico y metacognición, lo cual significa que a menor uso de este tipo de estrategias mayor será el índice de reprobación en los estudiantes, esto deja en evidencia que los alumnos que presentan índice de reprobación no piden ayuda a sus compañeros, no tienen constancia en las actividades de refuerzo para cada uno de sus cursos, no cuenta con un buen establecimiento de metas así como tampoco son capaces de repasar el material de sus clases.

Lo que se los autores concluyeron de este estudio fue hacer notar la necesidad de apoyar al alumno en el desarrollo de una metodología de estudio y de trabajo que sea apropiada a las exigencias del primer año de la carrera, ofrecerle apoyo y supervisión en temas de mayor dificultad en las diferentes asignaturas.

Por su parte Roux y Anzures (2015), realizaron una investigación correlacional para conocer el uso de estrategias de aprendizaje de 162 estudiantes de EMS en un colegio privado del noreste de México en sus clases de física. Los objetivos eran identificar las estrategias de aprendizaje más utilizadas y conocer la relación entre las estrategias empleadas y el desempeño académico durante el semestre anterior a la realización del estudio. Para la recolección de datos se usó el Cuestionario de Evaluación de las Estrategias de Aprendizaje para Estudiantes Universitarios (CEVEAPEU). Los resultados mostraron que las estrategias más utilizadas fueron las motivacionales y las metacognitivas. La estrategia que mostró mayor correlación con el rendimiento académico fue: tomar apuntes en clase, que es una estrategia de procesamiento y uso de información.

En esta misma línea Rodríguez y Madrigal (2016), indagaron sobre las estrategias de aprendizaje que utilizaban los estudiantes del Centro Universitario Valle de México y su relación con el rendimiento académico, participaron 186 estudiantes, para esta investigación se utilizó la Escala de Estrategias de Aprendizaje ACRA, los resultados evidenciaron que para los alumnos del Centro Universitario Valle de México solo existe correlación significativa entre las estrategias de automanejo y el rendimiento académico.

Por otro lado, respecto a las investigaciones sobre el rendimiento académico y las técnicas de estudio, encontramos la realizada por Marcelo (2011), el objetivo de este trabajo fue determinar la relación que existe entre las técnicas de estudio y el rendimiento académico de dos grupos de estudiantes (estudiantes sobresalientes y estudiantes regulares) de la Universidad Adventista de Bolivia. Los resultados evidencian que existe una relación estrecha entre el rendimiento académico y las estrategias de estudio ya que, aunque ambos grupos utilizan las técnicas, aquellos con rendimiento sobresaliente lo hacen de manera más efectiva. Además, se identificó que los hábitos adquiridos en la familia, y sus primeros años de formación repercuten significativamente en el rendimiento.

En este marco, encontramos la investigación realizada por Granados y Alfaro (2013), quienes realizaron un estudio correlacional, con el objetivo de determinar si existía relación estadísticamente significativa entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primer año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, para esta investigación se utilizó el inventario de hábitos de estudio CASM 85, el cual fue aplicado al 90% de la población de estudiantes del primer año de Psicología, los resultados obtenidos

mostraron que existe una correlación estadísticamente significativa entre hábitos de estudio y rendimiento académico, es decir cuánto más adecuados sean los hábitos de estudio, mayor será el nivel de rendimiento académico.

Para finalizar con las investigaciones sobre técnicas de estudio y rendimiento académico, encontramos el trabajo realizado por Huertas (2017), quien con el objetivo de determinar la relación entre las formas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión, adaptó el Cuestionario de evaluación de la variable hábitos de estudio, del autor: Luis Alberto Vicuña, con un total de 60 estudiantes, encontró que existe correlación significativa entre las variables hábitos de estudio y el rendimiento académico, también se encontró que existe correlación entre la dimensión formas de estudio y el rendimiento académico, las formas de estudio están referidas a cómo debe estudiar el alumno para obtener un mejor rendimiento, evidenciando que no solo es necesario tener las estrategias de estudio sino a que además se deben aplicar de una manera adecuada.

Como se ha venido describiendo, se resalta la relación que existe entre las estrategias de aprendizaje y estudio y el rendimiento académico, por lo cual es importante incluir acciones educativas que contribuyan a mejorar estas estrategias, en este punto el taller juega un papel importante, debido a que “se puede adaptar a las necesidades específicas de un contexto educativo, además propicia el aprendizaje colectivo, en el cual la participación activa es el fundamento y donde el docente tiene el rol de facilitador promoviendo y dinamizando el trabajo, realizando los correctivos y ajustes necesarios” (Ander-Egg, 2005, como se citó en Aponte, 2015, p. 51). De esta manera, el taller resulta una vía idónea para formar hábitos, desarrollar habilidades y fortalecer capacidades que permitan a los estudiantes construir conjuntamente el conocimiento, cuando observan y experimentan.

Un claro ejemplo de los trabajos que se han realizado es el de Ortega (2016), quien hace una propuesta innovadora con el objetivo principal de mejorar el rendimiento académico de los estudiantes de primer año de enfermería y de favorecer en su totalidad el método de estudio independiente del estudiante proporcionando estrategias y técnicas de aprendizaje y estudio, garantizando así un aprendizaje eficaz y fomentando su independencia. Para efectos de este trabajo se diseñó el taller básico de estrategias de aprendizaje dirigidas a estudiantes de primer ingreso de la Escuela de Enfermería “Juana María Cruz Centeno” La Trinidad-

Estelí, el taller consistió en tres sesiones de tres horas cada una, en los que se abordaron los temas de: hábitos de estudio, estilos de aprendizaje y estrategias de aprendizaje. La autora concluye que el desarrollo de estrategias y técnicas que faciliten el autoestudio contribuye al auto aprendizaje en el proceso de transición de la educación media superior a la superior, además, es importante mencionar que los estudiantes señalaron ser conscientes de la necesidad de aprender diferentes estrategias y técnicas de aprendizaje y manifestaron su disposición por aprender estrategias y técnicas que faciliten su autoestudio y promuevan su autoaprendizaje y mejora académica.

Por su parte el Colegio de Ciencias y Humanidades ha implementado diversas estrategias para que sus alumnos logren un mejor desempeño académico y puedan fortalecer los saberes que reciben en el aula, además de ampliar o mejorar sus estrategias de estudio, incluso detectar necesidades disciplinares, de integración y vocacionales.

De acuerdo con Villegas (2019), la primera de estas acciones es el Programa Institucional de Tutorías (PIT), el cual tiene dos tipos de intervención: preventiva y remedial y tiene como propósitos diagnosticar los aspectos académicos que obstaculizan el logro y la calidad de los aprendizajes; solucionar los problemas académicos, en conjunto con los profesores del grupo, y orientar a los alumnos en las soluciones de problemas relativos a la deserción, reprobación y rezago. También, apoyar el desarrollo de la responsabilidad y autonomía académica de los alumnos; mejorar la calidad de sus aprendizajes en todas las asignaturas y promover la responsabilidad y autonomía de los estudiantes en concordancia con el Modelo Educativo del Colegio. Todo lo anterior para disminuir los índices de reprobación, rezago y deserción escolar.

Asimismo, como parte de las acciones implementadas por el Colegio se encuentra la Red Universitaria de Aprendizaje (RUA) que es una plataforma tecnológica que reúne recursos educativos de acceso libre y gratuito. Este recurso, creado por la Universidad para sus estudiantes, también incluye temas de interés general y se encuentra organizado en: lo que se debe saber, recursos para aprender, autoevaluación, recursos para el profesor y para saber más (Villegas, 2019).

Por último, encontramos el Programa Institucional de Asesorías (PIA) que como menciona Villegas (2019), está dirigido a estudiantes que desean saber más o profundizar en un tema específico, es una alternativa para quien tiene problemas académicos, ya que

representa una posibilidad de comprender lo necesario para incorporarse en su curso y tener un mejor desempeño. El objetivo de las asesorías es orientar a los alumnos para que desarrollen habilidades para estudiar toda la vida, como búsqueda de información, administración del tiempo, incluso para que sepa cuándo pedir ayuda. En estas asesorías se da la prioridad de que se atiendan materias con mayor índice de reprobación. De esta manera el Programa Institucional de Asesorías no sólo ataca rezago, mejora el desempeño académico.

En resumen, como se ha descrito en las páginas anteriores, se han realizado diversas acciones para mejorar la forma en la que aprenden y estudian de los alumnos de distintas instituciones, hablando específicamente del CCH, son tres las acciones principales que se implementan actualmente, sin embargo, sigue siendo prioridad diseñar nuevas opciones que contribuyan a este fin. Por lo cual, en los siguientes apartados se presenta un intento por contribuir a este propósito a partir de una intervención educativa tipo taller en el contexto de la Maestría en Docencia para la Educación Media Superior.

Capítulo 5. Metodología

En concordancia con lo que se ha descrito anteriormente, a continuación, se presenta el trabajo realizado con el cual se pretende contribuir al desarrollo de las estrategias de aprendizaje y estudio de un grupo de alumnos de Educación Media Superior.

Objetivo general:

Desarrollar, implementar y evaluar la eficacia de un taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio en alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Naucalpan.

Objetivos particulares:

- a) Diseñar un taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio.
- b) Evaluar las estrategias de aprendizaje y estudio que poseen los alumnos de Nivel Medio Superior mediante la Escala ACRA y el Cuestionario de Técnicas de Estudio.
- c) Implementar un taller para mejorar las estrategias de aprendizaje y estudio de alumnos de Nivel Medio Superior.
- d) Evaluar si el taller generó cambios en las estrategias de estudio de los alumnos de Nivel Medio Superior mediante la aplicación de la Escala ACRA y el Cuestionario de Técnicas de Estudio.

Pregunta de investigación:

¿Será efectiva la implementación de un taller para mejorar las estrategias de aprendizaje y estudio en un grupo de estudiantes de Nivel Medio Superior?

El diseño de la investigación fue cuasi-experimental con pre-test y pos-test, ya que con base en Hernández, Fernández y Baptista (2014), en estos diseños se pueden manipular una o más variables independientes para observar su efecto sobre una o más variables dependientes, además, se trabaja con grupos ya conformados como se hizo en esta investigación, asimismo, en la Tabla 7 se observa el tipo de muestra, los participantes y los criterios de exclusión e inclusión.

Tabla 7.

Características de la investigación

Diseño de la investigación	Muestra	Participantes
Cuasi experimental con pre-test y pos-test	No probabilística intencional de un grupo alumnos de Nivel Medio Superior Criterios de exclusión: alumnos que no hayan asistido a todas las sesiones del taller.	Un grupo de 37 alumnos, de sexto semestre del turno matutino pertenecientes al CCH-Naucalpan. Criterios de inclusión: alumnos (hombres y mujeres) inscritos a educación media superior del turno matutino.

Fuente: Elaboración propia

A continuación, en la Tabla 8 se presentan las definiciones de las variables dependiente e independiente:

Tabla 8.

Definición conceptual de la variable dependiente e independiente

Tipo de variable	Variable	Definición conceptual
Dependiente	Estrategias de estudio	Las estrategias de estudio son procedimientos o secuencias de acciones voluntarias, controladas y flexibles, que se convierten en hábitos, abarcan procesos de organización, transformación, elaboración, memorización, práctica o transferencia de información, el monitoreo activo (evaluación), la regulación y planificación del propio proceso cognitivo así como de factores de expectativas con respecto a las acciones durante la ejecución inciden en las estrategias del alumno (León, Risco y Alarcón, 2014; Solano, Manzanal y Jiménez, 2016)
	Estrategias de aprendizaje	Las estrategias de aprendizaje son procedimientos o secuencias de acciones conscientes, voluntarias, controladas y flexibles, que se convierten en hábitos para quien se instruye, cuyo propósito es el aprendizaje y la solución de problemas tanto en el ámbito académico como fuera de él (Díaz-Barriga y Hernández, 2004).
Independiente	Taller	El taller es un instrumento de trabajo. De acuerdo a Hodget (1981) un grupo se forma cuando existe al menos una meta en común, un sentido de pertenencia, de interdependencia y de participación para la satisfacción de necesidades de todos los integrantes del mismo. Mientras que para Díaz (1994), el grupo desarrolla conductas de mantenimiento que aportan a su auto-conservación y conductas de progresión que provocan su transformación. Esta característica dinámica del grupo, es la que facilita que la intervención se adapte a temas específicos generando en el mejor de los casos, cambios positivos (citados en Beltrán, Torres, Saldivar, Martínez, Vázquez y Barrientos, 2013).

Fuente: Elaboración propia.

Los instrumentos que se utilizaron para las evaluaciones fueron la Escala ACRA de Román y Gallego (1994) y el Cuestionario sobre Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006), la descripción de estos materiales se observan en la Tabla 9.

Tabla 9.

Instrumentos de evaluación

Nombre del instrumento	Descripción
Escala ACRA Román y Gallego (1994) (Ver Apéndice 1)	El instrumento consta de 120 preguntas, divididas en cuatro escalas de estrategias, la primera: Estrategias de Adquisición de información, formada por 20 preguntas, las cuales miden aquellas que favorecen el control o dirección de la atención, y que optimizan los procesos de repetición. Entre ellas están las estrategias atencionales y estrategias de repetición, la segunda: Estrategias de Codificación de información constituida por 47 reactivos, mide los niveles de procesamiento y de acuerdo con éstos se aproxima a la comprensión y significado, la tercera: Estrategias de Recuperación de información establecida por 18 ítems, que miden aquellas estrategias que favorecen la búsqueda de información en la memoria y la generación de respuesta y finalmente la cuarta escala: Estrategias de Apoyo al procesamiento, mide el apoyo y como potencian el rendimiento de las estrategias de adquisición, codificación y recuperación, incrementando la motivación, la autoestima y atención, incluye 35 preguntas. Cada ítem admite una puntuación de 1 a 4. Respecto a la interpretación de la escala ACRA es necesario realizar una conversión de las puntuaciones directas a percentiles teniendo en cuenta los siguientes cortes: Alto (+80) Medio (50-79) Bajo (-50).
Cuestionario sobre Técnicas de Estudio Herrera y Gallardo (2006) (Ver Apéndice 2)	El instrumento consta de 67 reactivos en una escala Likert (Nunca, A veces, A menudo y siempre) divididas en tres escalas de estrategias, la primera: Lugar y condiciones de estudio formada por 18 reactivos, la segunda: Organización de estudio constituida por 17 y la tercera: Estrategia de aprendizaje por 32.

Fuente: Elaboración propia

El **análisis de los datos** se realizó mediante estadística descriptiva e inferencial tomando en cuenta el pre-test y el pos-test, esto con la finalidad de analizar si el taller tuvo un efecto sobre las estrategias de aprendizaje y estudio que ya tenían los estudiantes, para ello se hizo uso de las Medidas de Tendencia Central, utilizando gráficas y tablas para su presentación, además se aplicó la prueba t de Student para muestras relacionadas con la intención de hacer la comparación de las medias del pre y pos-test, para la realización de dichos análisis se utilizó el paquete estadístico para ciencias sociales, (Statistical Package for the Social Sciences, SPSS, versión 25) ya que de acuerdo con Hernández, Fernández y

Baptista (2014), lo primero que se debe buscar es describir los datos para posteriormente realizar análisis estadísticos que ayuden a relacionar las variables.

5.1. Procedimiento

- 1) Se contactó a la profesora titular de un grupo de sexto semestre del CCH-Naucaupan, se pidió su autorización para trabajar con dicho grupo y se le presentó la planeación del taller, para acordar las fechas y horarios de trabajo.
- 2) Antes de dar inicio al taller, se llevó a cabo el pre-test, por lo que se le pidió al grupo, que contestaran la Escala ACRA, así como el cuestionario sobre Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006).
- 3) Se llevó a cabo el taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio, el cual inició el 30 de enero y concluyó el 6 de marzo del 2019.
- 4) Al finalizar el taller se realizó la aplicación pos-test, por lo que se les pidió a los alumnos contestaran nuevamente la Escala ACRA, así como el cuestionario sobre Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006).
- 5) Se tenía programado realizar una tercera aplicación de los instrumentos, sin embargo, por cuestiones ajenas no se pudo realizar.

Fases:

Fase I: Diseño del taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio, durante esta etapa se elaboraron las seis sesiones del taller el cual llevó por título “Desarrollo de estrategias de aprendizaje y estudio” (ver Apéndice 3). Además, se diseñó un mini manual de estrategias de aprendizaje y estudio como material de apoyo (ver Apéndice 4).

Fase II: Pre-test. Durante esta fase se realizó la primera evaluación de las estrategias de aprendizaje y estudio, con la aplicación de los instrumentos de evaluación.

Fase III: Implementación del taller.

Fase IV: Post-test. El día 6 de marzo se realizó la última evaluación de las estrategias de aprendizaje y estudio, con la aplicación de los instrumentos de evaluación.

5.2. Descripción de las sesiones del taller

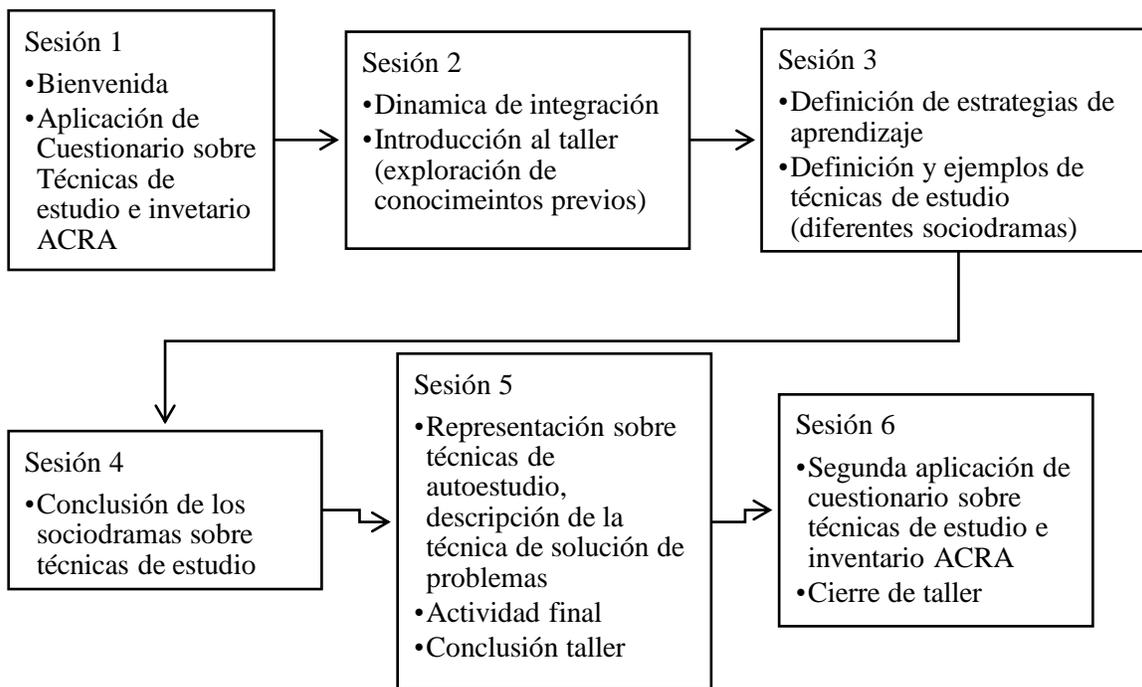


Figura 6. Descripción de las actividades del taller

Como se puede apreciar en Figura 6, el taller constó de seis sesiones, las cuales a su vez constituyen tres etapas, la primera, evaluación pre-test (sesión 1), la segunda, aplicación del taller (sesiones 2 a la 5) y finalmente, evaluación pos-test (sesión 6), durante las cuales el trabajo fue constante, con la participación de 37 alumnos.

A continuación, se realiza una breve descripción de las actividades realizadas en cada sesión.

La primera sesión inició el día 30 de enero, este día fue el primer contacto con el grupo, se realizó una pequeña presentación y finalmente se aplicaron los instrumentos de evaluación (Escala ACRA y el Cuestionario sobre Técnicas de Estudio).

En la segunda sesión, la primera actividad fue el terminar de aplicar los instrumentos de evaluación. Posteriormente, se realizó una dinámica con la finalidad de que los alumnos se integraran y poder realizar una introducción de los conceptos principales del taller.

Respecto a la sesión tres, se profundizó en las definiciones de estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio, además de asignarles un tema del cual debían hacer una exposición a través de una forma creativa y divertida.

El 20 de febrero, se realizó la sesión cuatro, los jóvenes hicieron diferentes presentaciones de los temas asignados, las actividades que los jóvenes realizaron incluyeron desde sociodramas, hasta canciones que tenían que ver con las estrategias de estudio asignadas.

Durante la sesión cinco, se realizaron diferentes actividades, con el propósito de que los jóvenes reflexionarán sobre el uso de las técnicas de aprendizaje y estudio que utilizaban, además, los alumnos diseñaron planes de acción para mejorar sus métodos de aprendizaje y estudio.

En la última sesión del taller, se pidió a los jóvenes que nuevamente realizaran el llenado de los instrumentos de evaluación (Cuestionario de Técnicas de Estudio y Escala ACRA), para finalizar el taller se agradeció la participación de los alumnos.

Es importante señalar que se había programado una tercera aplicación de los instrumentos de evaluación la cual se realizaría en el mes de mayo al finalizar el semestre, sin embargo, por cuestiones de agenda de la profesora titular del grupo en el que se trabajó esta evaluación ya no se pudo realizar.

Capítulo 6. Resultados

Para el análisis de los resultados solo se tomaron en cuenta 37 alumnos, debido a que 7 alumnos no concluyeron el taller, por lo que se utilizó el criterio de exclusión para tomar esa decisión, a continuación, se presenta el análisis de los 37 alumnos.

Los datos demográficos indican que la muestra del taller estuvo constituida por el 54% de mujeres y el 46% hombres. De los participantes el 84% provenían de escuelas secundarias públicas y sólo el 16% de escuelas privadas, estos datos se pueden observar en las Figuras 7 y 8, respectivamente.

Género de alumnos

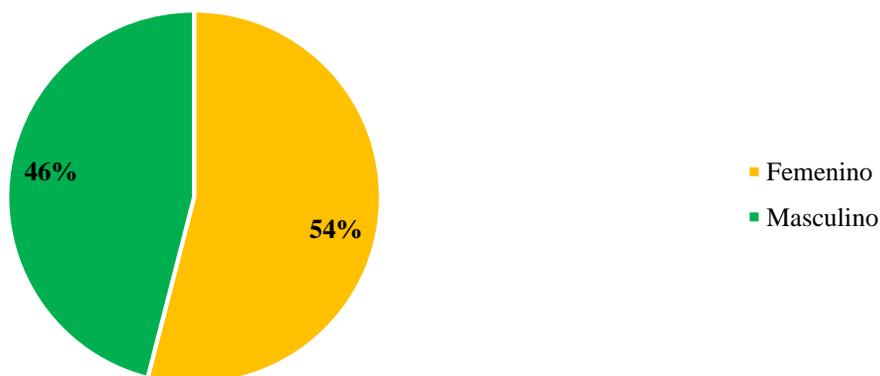


Figura 7. Género de los alumnos

Tipo de escuela de procedencia

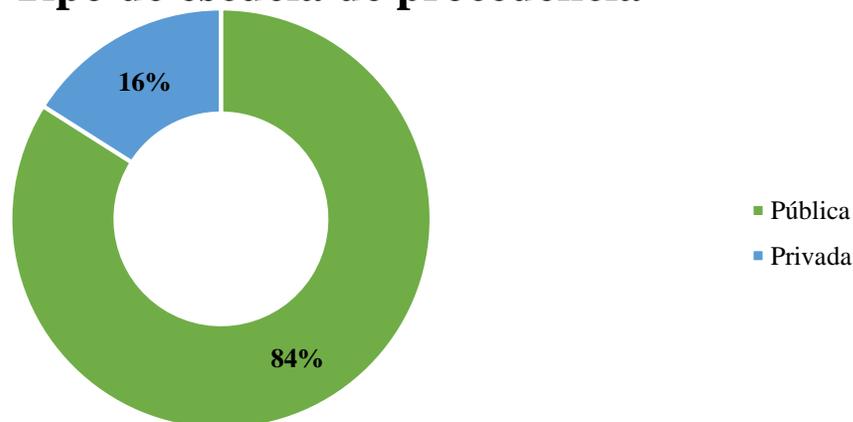


Figura 8. Tipo de escuela de procedencia

Por otra parte, en la Figura 9 se observa que el 14% de los participantes indicó que además de estudiar también se dedican a trabajar medio tiempo, entre los trabajos se destacan son: fotógrafa en agencia de modelos, vendedor en dulcería, profesor de natación, empacador en tienda y bailarina en XV años.



Figura 9. Porcentaje de alumnos que trabajan

Respecto al promedio académico actual de los participantes, el 41% (15 alumnos) se encuentra en un rango que va de 7.1 a 8.0, mientras que el 11% (cuatro alumnos) tienen promedio por debajo del 7 y el 48% que representa el resto del grupo se encuentran en promedios del 8 al 10 (18 alumnos), estos datos observan en la Figura 10.

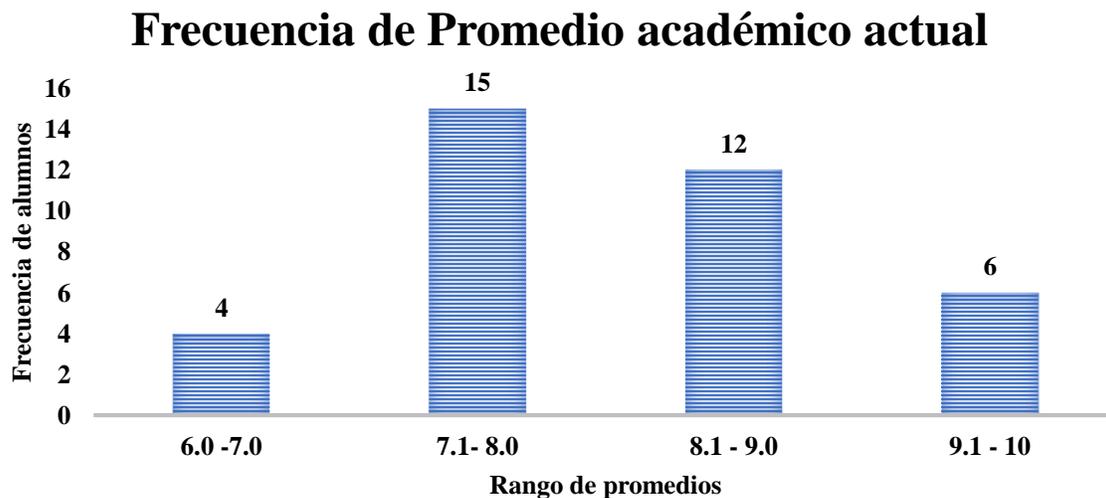


Figura 10. Frecuencia de promedios académicos que tienen los alumnos inscritos al taller.

En relación a las materias reprobadas que tienen los alumnos se encontró que el 43% no tienen materias adeudadas, mientras que el 57% de los alumnos indicó que sí tienen materias reprobadas, esta información se puede ver en la Figura 11.

¿Tienes materias reprobadas?

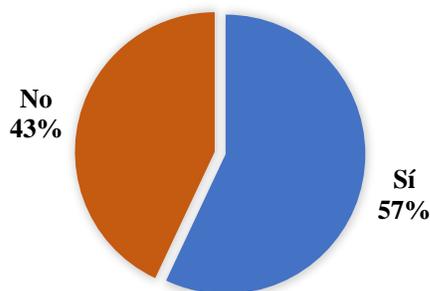


Figura 11. Porcentaje de alumnos del taller con materias reprobadas.

Desglosando los datos de los alumnos que reprobaron materias, encontramos un rango de entre 1 a 8 materias reprobadas; se encontró que 7 alumnos (19%) tiene una materia reprobada, tres alumnos (8%) tiene dos materias, cinco alumnos (13%) tiene tres materias reprobadas, dos alumnos (6%) tienen cuatro materias, un alumno (3%) tiene cinco materias, dos alumnos (6%) adeudaban siete materias y un alumno (3%) ocho materias, esta información se puede apreciar en la Figura 12.

Frecuencia de materias reprobadas

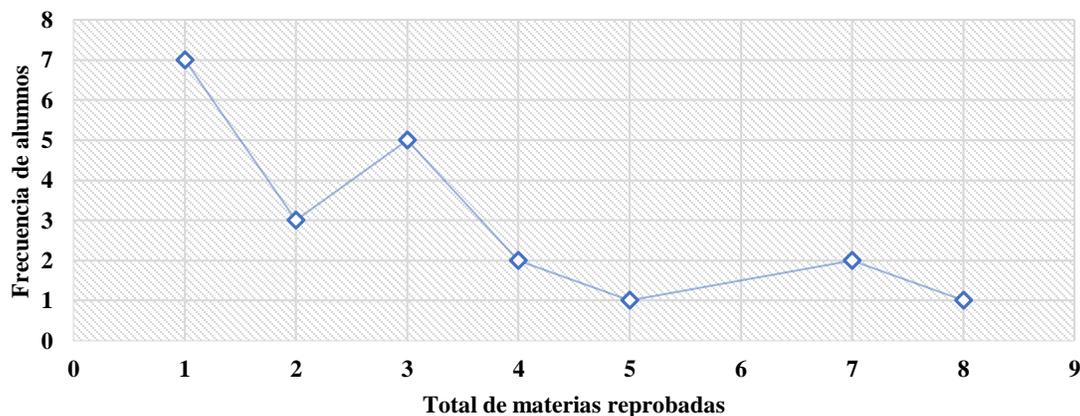


Figura 12. Frecuencia de materias reprobadas por los asistentes al taller

En relación a los resultados obtenidos de la escala ACRA, la cual mide estrategias de Adquisición, Codificación, Recuperación de la información y estrategias de Apoyo al procesamiento, en las Figuras 13, 14, 15 y 16 se observan los resultados obtenidos en cada una de las escalas tanto en el pre-test como en el post- test.

Respecto a las estrategias de adquisición de la información, las cuales favorecen el control o dirección de la atención y que optimizan los procesos de repetición, en la Figura 13 podemos apreciar que la frecuencia de alumnos que se encontraban en el pre-test en un nivel bajo y medio disminuyó en el pos-test, también, se puede apreciar que la frecuencia en el nivel alto aumento en el pos-test lo cual nos indica que los alumnos adquirieron un mejor dominio de las estrategias de adquisición de la información.

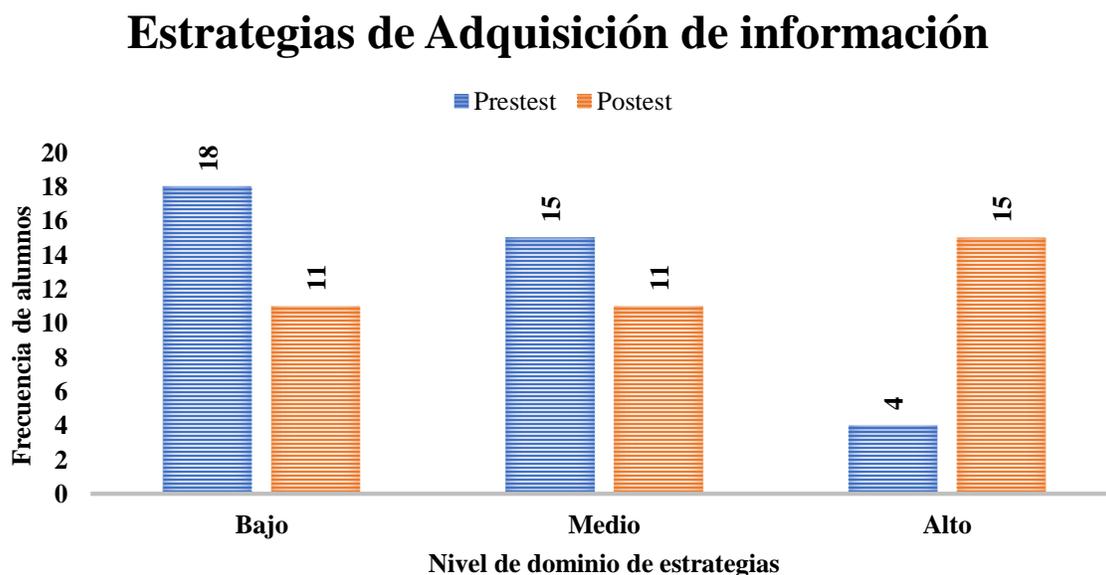


Figura 13. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la escala de Estrategias de Adquisición de la información pre y post-test

En cuanto a las estrategias de codificación que miden los niveles de procesamiento y la comprensión de la información, en la Figura 14 se puede observar que las frecuencias en el nivel bajo disminuyeron en el pos-test, mientras que en el nivel medio y alto aumentaron después de la implementación del taller.

Estrategias de Codificación de información

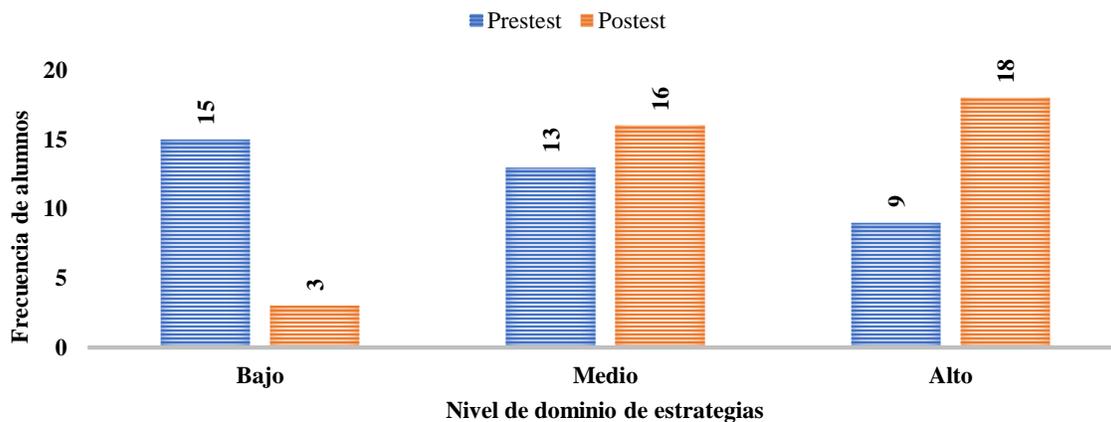


Figura 14. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la escala de Estrategias de Codificación de la información pre y post-test

En la Figura 15 se muestran los resultados respecto a las estrategias que favorecen la búsqueda de información para la generación de mejores respuestas (estrategias de recuperación de información), como se puede apreciar en la Figura 15 en el pos-test hubo una ligera disminución en la frecuencia en el nivel bajo y medio, mientras, que el nivel alto aumento ligeramente después de la implementación del taller.

Estrategias de Recuperación de información

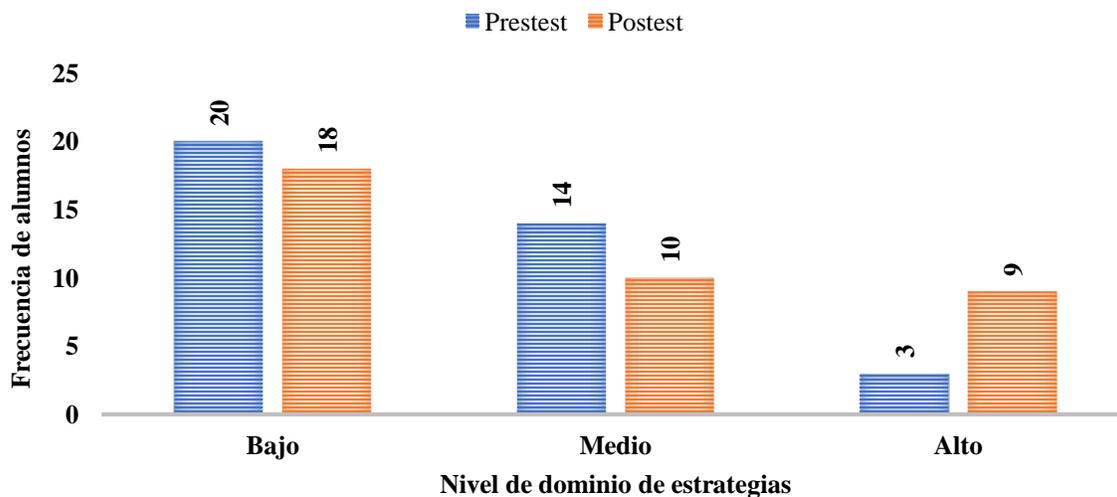


Figura 15. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la escala de Estrategias de Recuperación de la información pre y pos-test

Finalmente se puede observar en la Figura 16, que las estrategias de apoyo al procesamiento que se refieren al apoyo y como mejoran el rendimiento de las estrategias de adquisición, codificación y recuperación, es decir, al incrementando la motivación, la autoestima y atención, se vieron medianamente beneficiadas debido a que se observa un incremento de frecuencia en los alumnos pasando del nivel bajo al medio.

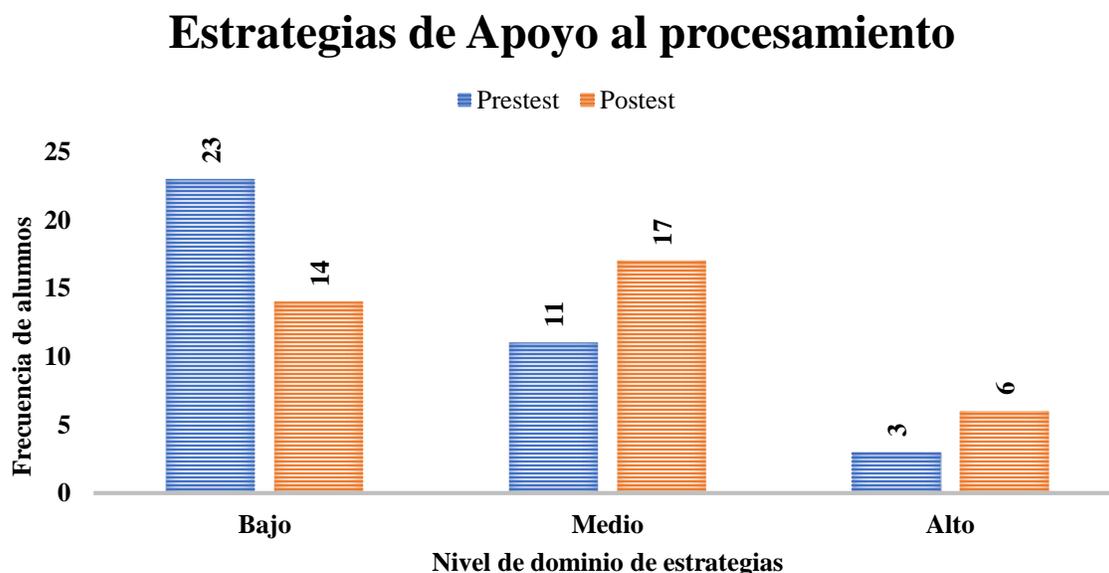


Figura 16. Frecuencia de alumnos en cada nivel para la escala de Estrategias de Apoyo al procesamiento de la información pre y pos-test

En resumen, los resultados que se obtuvieron en este proceso para el pre-test fueron que en tres escalas (adquisición, recuperación y estrategias de apoyo al procesamiento) los alumnos se encontraron en un nivel bajo y solo la escala de codificación tenían un nivel medio, esto nos indica que los alumnos tienen pocas estrategias de aprendizaje. Posterior a la implementación del taller, las escalas de adquisición, recuperación de la información y de apoyo al procesamiento se modificaron, pasando al nivel medio; sin embargo, los niveles de las estrategias de codificación se mantuvieron en un nivel medio, dichos resultados se pueden observar en la Tabla 10.

Tabla 10.
Conversión de las puntuaciones directas del pre y pos-test a percentiles del ACRA

Escala	Pre-Test		Pos-Test	
	Percentil	Punto de Corte	Percentil	Punto de Corte
I. Estrategias de Adquisición de información	47	BAJO	63	MEDIO
II. Estrategias de Codificación de información	54	MEDIO	73	MEDIO
III. Recuperación de información	42	BAJO	56	MEDIO
IV. Estrategias de Apoyo al procesamiento	41	BAJO	50	MEDIO

Fuente: Elaboración propia

Resultados ACRA *t* Student

Con el propósito de conocer si existían diferencias significativas en cuanto a los resultados del pre y pos-test de la escala ACRA, se utilizó la prueba *t* de Student.

Es importante señalar que antes de la aplicación de la prueba *t* de Student, con la finalidad de comprobar la normalidad de los datos, se realizó la prueba de normalidad de los datos de Shapiro Wilk, debido a que de acuerdo con Segnini (2008), la única condición para aplicarla es que el tamaño de la muestra debe ser igual o menor a 50, además, es una de las pruebas más consolidadas y con mayor potencia estadística entre las existentes actualmente (Arcones y Wang, 2006, como se citó en Pedrosa, Juarros, Robles, Basteiro y García, 2015).

A continuación, se presentan los criterios para determinar normalidad de los datos para la prueba de Shapiro Wilk de acuerdo con Segnini (2008):

- P-Valor = $\alpha > 0.05$ (igual o mayor a alfa) los datos vienen de una distribución normal por tanto se acepta la H_0
- P-Valor < 0.05 (menor que alfa) los datos no provienen de una distribución normal por lo tanto se acepta H_1

Los resultados de la prueba Shapiro Wilk se pueden observar en la Tabla 11, en ellos se puede apreciar la normalidad de los datos, debido a que se obtuvieron valores mayores a 0.05, por lo tanto, se acepta H_0 , y se afirma que los datos siguen una distribución normal, lo que nos permite aplicar el estadístico *t* de Student.

Tabla 11.

Resultados de la prueba de normalidad de Shapiro Wilk

Prueba de normalidad	Shapiro-Wilk Estadístico	gl	Sig.
Pre-test Estrategias de Adquisición de la información	.948	37	.082
Pre-test Estrategias de Codificación de la información	.928	37	.020
Pre-test Estrategias de Recuperación de la información	.954	37	.127
Pre-test Estrategias de Apoyo al procesamiento	.961	37	.225
Pos-test Estrategias de Adquisición de la información	.917	37	.009
Pos-test Estrategias de Codificación de la información	.919	37	.010
Pos-test Estrategias de Recuperación de la información	.954	37	.126
Pos-test Estrategias de Apoyo al procesamiento	.966	37	.313

Nota: Tabla recuperada del SPSS

Posterior a la realización de la prueba de normalidad se aplicó el estadístico t de Student para muestras relacionadas, de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), la hipótesis de investigación propone que los grupos difieren entre sí de manera significativa y la hipótesis nula plantea que los grupos no difieren significativamente, además, se debe recordar que la hipótesis nula se acepta cuando: $P > 0.05$ (cuando el valor de p es mayor que 0.05) y la hipótesis de investigación se acepta cuando: $P < 0.05$ (cuando el valor de p es igual o menor 0.05).

Por lo tanto, para esta investigación las hipótesis fueron:

Hi: Existe diferencia significativa entre el pre-test y el pos-test de la escala ACRA

Ho: No existe diferencia significativa entre el pre-test y el pos-test de la escala ACRA

Los resultados del estadístico t de Student se observan en la Tabla 12, en los cuales podemos ver que en las escalas de estrategias de adquisición de la información y las estrategias de codificación de la información los valores son menores a 0.05 por lo cual se acepta la Hi, lo que quiere decir que estas escalas tuvieron diferencias significativas, por lo tanto, nos indican que los alumnos después del taller mejoraron en estas estrategias.

Por otro lado, los resultados de las estrategias de recuperación de la información y la escala de apoyo al procesamiento, indican que al contrario de las primeras en estas no existe diferencias significativas, debido a que se acepta la Ho ya que los valores son superiores al

0.05, por lo tanto, el taller implementado no tuvo un efecto significativo en este tipo de estrategias.

Tabla 12.

Resultados del estadístico t de Student

Prueba de muestras emparejadas		Media	Desv. Desviación	Desv. Error promedio	95 % de intervalo de confianza de la diferencia		t	gl.	Sig. (bilateral)
					Inferior	Superior			
Par 1	Pre-test Estrategias de Adquisición de la información - Pos-test Estrategias de Adquisición de la información	-16.216	30.083	4.946	-26.247	-6.186	-3.279	36	.002
Par 2	Pre-test Estrategias de Codificación de la información - Pos-test Estrategias de Codificación de la información	-19.784	17.938	2.949	-25.765	-13.803	-6.709	36	.000
Par 3	Pre-test Estrategias de Recuperación de la información - Pos-test Estrategias de Recuperación de la información	-13.595	28.353	4.661	-23.048	-4.141	-2.917	36	.006
Par 4	Pre-test Estrategias de Apoyo al procesamiento -Pos-test Estrategias de Apoyo al procesamiento	-8.811	23.082	3.795	-16.507	-1.115	-2.322	36	.026

Nota: Tabla recuperada del SPSS

Respecto al cuestionario los resultados obtenidos se describirán por categorías las cuales son: lugar y condiciones de estudio, organización del estudio y estrategias de aprendizaje.

Hablando del lugar de estudio los datos se encuentran descritos en la Tabla 13 donde se aprecia que el lugar en el que se estudia se modificó reduciendo notablemente los porcentajes de los alumnos que estudiaban en la cocina, comedor y sala de la casa, por lugares más tranquilos como la habitación, estos cambios se dieron posterior a la realización del taller en el cual se abordaron aspectos relacionados a los lugares más óptimos en los que se podía estudiar.

Tabla 13.
Resultados de lugares específicos donde estudian los alumnos

Lugar	Pre-test		Lugar	Pos-test	
	<i>f</i>	<i>%</i>		<i>f</i>	<i>%</i>
Sala de la casa		13	Sala de la casa		8
Cocina/comedor		31	Cocina/comedor		24
Habitación		18	Habitación		38
Patio		6	Patio		6
Cuarto de estudio		3	Sin respuesta		24
Azotea		5			
Sin respuesta		24			

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la pregunta sobre con quién compartían el lugar de estudio se encontró que hubo una reducción de los alumnos que estudian con hermanos y un aumento en los que estudiaban solos, en congruencia con la pregunta anterior, se puede apreciar que la forma en la que los alumnos estudian se comenzó a modificar, esto se puede observar en la Tabla 14.

Tabla 14.
Resultados del reactivo: ¿Con quién comparte el lugar de estudio?

Personas	Pre-test		Personas	Pos-test	
	<i>f</i>	<i>%</i>		<i>f</i>	<i>%</i>
Hermanos	29	74	Hermanos	23	63
Tía	1	2	Tía	1	2
Padres	3	8	Nadie /solo	13	35
Nadie /solo	6	16			

Fuente: Elaboración propia.

Respecto al rubro de la organización del estudio los resultados obtenidos se pueden observar en la Tabla 15.

Tabla 15.

Resultados de los reactivos sobre organización del estudio

Pregunta	Porcentaje Pre-test				Porcentaje Pos-test			
	Nunca	A veces	A menudo	Siempre	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Suelo planificar el tiempo que voy a dedicar al estudio	24.3%	48.6%	18.9%	8.1%	8.1%	51.4%	35.1%	5.4%
¿Cumples con la planificación realizada?	21.6%	51.4%	18.9%	8.1%	2.7%	62.2%	32.4%	2.7%
Comienzo a estudiar desde el principio del curso	27.0%	62.2%	10.8%	0%	16.2%	56.8%	21.6%	5.4%
Estudio sólo cuando se acercan los exámenes	2.7%	18.9%	51.4%	27.0%	0%	16.2%	56.8%	27.0%

Fuente: Elaboración propia

Como se puede apreciar, después de implementar el taller se encontró aumentó en la planificación de tiempo de estudio pasando en el pre-test de un 48.6% (a veces) y un 18.9 (a menudo) a un 51.4% (a veces) y 35.1% (a menudo) en el pos-test.

Respecto a si cumplen con la planificación realizada se encontró un aumento debido que en el pre-test un 51.5% indica que a veces y un 18.9 a menudo, mientras que en el pos-test se observa un aumento ya que un 62.2% indica que a veces y un 32.4 a menudo.

Sin embargo, se observa que gran parte de los alumnos no estudian desde el principio del curso y solo lo hacen cuando se acercan los exámenes por lo que se observa en el pos-test un 56.8% que lo hace a menudo y un 27.0% siempre por lo que estas dos categorías contienen el 83.8% de los alumnos que representa más de la mitad.

Los resultados de la última categoría (estrategias de aprendizaje), se observan en la Tabla 16.

Tabla 16.
Resultados del porcentaje de los reactivos sobre estrategias de aprendizaje

Pregunta	Porcentaje Pre-test				Porcentaje Pos-test			
	Nunca	A veces	A menudo	Siempre	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
Memorizo los apuntes para el día del examen	0%	48.6%	43.2%	8.1%	2.7%	37.8%	48.6%	10.8%
Tomo apuntes de las explicaciones de los profesores/as	0%	21.6%	29.7%	48.6%	0%	21.6%	35.1%	43.2%
Fotocopio los apuntes de algún compañero o compañera	45.9%	37.8%	10.8%	5.4%	45.9%	35.1%	13.5%	5.4%
Amplío la información con bibliografía complementaria	18.9%	59.5%	13.5%	8.1%	21.6%	64.9%	8.1%	5.4%
Cuando estudio relaciono los contenidos de la materia con otras asignaturas	2.7%	56.8%	29.7%	10.8%	5.4%	32.4%	45.9%	16.2%
Antes de estudiar en profundidad suelo hacer una lectura superficial	5.4%	32.4%	43.2%	43.2%	5.4%	37.8%	37.8%	18.9%
Cuando tengo dudas suelo preguntárselas al profesor/a	5.4%	40.5%	32.4%	21.6%	0%	37.8%	40.5%	21.6%
Cuando estudio dispongo de toda la información y materiales necesarios	0%	27.0%	43.2%	29.7%	0%	27.0%	32.4%	40.5%
Repaso los apuntes frecuentemente	0%	51.4%	40.5%	8.1%	5.4%	51.4%	37.8%	5.4%
Subrayo el material de estudio	10.8%	27.0%	35.1%	27.0%	8.1%	18.9%	51.4%	21.6%
Hago esquemas del material a estudiar	18.9%	54.1%	21.6%	5.4%	21.6%	40.5%	24.3%	13.5%
Siempre realizo un resumen de cada uno de los temas a estudiar	24.3%	48.6%	18.9%	8.1%	16.2%	40.5%	27.0%	16.2%
Los términos que no entiendo suelo consultarlos en un diccionario, enciclopedia o páginas de internet	5.4%	32.4%	32.4%	29.7%	5.4%	32.4%	37.8%	24.3%
Cuando estudio para un examen me planteo preguntas que pueden incluirse en el examen	5.4%	18.9%	35.1%	40.5%	5.4%	13.5%	54.1%	27.0%
El día anterior al examen lo dedico a repasar	0%	18.9%	37.8%	43.2%	2.7%	5.4%	35.1%	56.8%
Cuando realizo un examen comienzo por la primera pregunta sin leer el resto	35.1%	29.7%	16.2%	18.9%	32.4%	29.7%	18.9%	18.9%
Repaso el examen antes de entregarlo al profesor/a	5.4%	8.1%	10.8%	75.7%	5.4%	5.4%	29.7%	59.5%
Considero que las calificaciones obtenidas están en función de mi estudio y esfuerzo	0%	13.5%	43.2%	43.2%	0%	18.9%	51.4%	29.7%

Fuente: Elaboración propia

Después de implementar el taller se encontró que el 48.6% de los alumnos a menudo eligen mejor memorizar los contenidos, un 43.2% siempre toma apuntes y un 45.9% nunca prefiere fotocopiar los apuntes, respecto ampliar los contenidos con bibliografía complementaria el 64.9% a veces lo hace, el relacionar el contenido con otras materias el 45.9% a menudo lo hace, mientras que la estrategia de lecturas superficiales 37.8% indica que a veces lo hace y el 37% que a menudo lo realiza, asimismo los alumnos indican que cuando estudian 40.5% refieren siempre tener el material e información necesaria para estudiar.

La estrategia de preguntarle al profesor sus dudas en el pos-test el 40.5% indica hacerlo a menudo, el 51.4% indica que a veces suele repasar los apuntes, el 51.4% a menudo utiliza la técnica de subrayado, el 40.5% a veces hace esquemas o resúmenes por tema, respecto a los conceptos que no conocen el 37.8% indica a menudo buscarlos, el 54.1% indicó que a menudo se plantea posibles preguntas que podrían venir en el examen, el 56.8% siempre repasa los apuntes un día antes del examen, el 32.4% indica que nunca contesta el examen sin antes leer el resto, el 59.5% indica que siempre revisa el examen antes de entregarlo y el 51.4% piensa que a menudo considera que las calificaciones obtenidas están en función de su estudio y esfuerzo.

Capítulo 7. Discusión

De acuerdo con los resultados obtenidos, se puede observar que después del taller dos de las escalas presentan diferencias significativas (las escalas de estrategias de adquisición de la información y las estrategias de codificación de la información), lo que nos indica que los alumnos después del taller mejoraron la forma en que obtienen la información del medio exterior y la manera en que los alumnos procesan o codifican dicha información para tener un mejor desempeño. Lo anterior se puede ver apoyado con lo que dice Rinaudo, Chiecher y Donolo (2003) quienes indican que hay márgenes de acción que el docente podría capitalizar para favorecer mayores niveles de motivación y de uso de estrategias por parte de los alumnos, que puede llevarse a cabo mediante diversas formas entre ellas el taller (como se citó en Ramos, López y Serrano, 2011).

Por otro lado, los resultados de las estrategias de recuperación de la información y la escala de apoyo al procesamiento, indican que al contrario de las primeras en estas no existen diferencias significativas, por lo tanto, el taller implementado no tuvo un efecto significativo en este tipo de estrategias. Dichos resultados coinciden con lo reportado por Malander (2014), quien encontró que los alumnos de primer año (recién egresados de bachillerato), son los que tienen medias más bajas, en las estrategias de aprendizaje y estudio, lo que indica que son los que más dificultades presentan en cuanto a la utilización y previa adquisición de estrategias de aprendizaje y de estudio.

En consecuencia y de acuerdo con Salazar y Retamozo (2004), para ayudar a combatir el problema del rendimiento académico es importante promover, por parte de la institución y del docente, el manejo de estrategias en los estudiantes, favoreciendo con esto el desarrollo de aspectos motivacionales centrados en el esfuerzo, compromiso e involucramiento en el proceso de aprendizaje; sin embargo se debe tomar en cuenta que no tiene sentido enseñarle al alumno habilidades técnicas si no se logra paralelamente que desarrolle una mayor cantidad de esfuerzo, persistencia, organización y aprovechamiento del tiempo.

Asimismo, para que un estudiante pueda poner en práctica una estrategia, antes debe conocerla y saber cómo, cuándo y por qué es pertinente usarla; debe conocer, por ejemplo, las estrategias de repasar, subrayar, resumir, hallar un lugar adecuado para estudiar. Es decir,

para aprender significativamente, el estudiante tendría que saber qué hacer, cómo hacerlo, pero además debería desarrollar su metacognición para conocer cómo está actuando en cada situación y cómo corregir sus acciones si es necesario (Ramos, López y Serrano, 2011).

De esta manera, es importante continuar implementado diferentes programas como lo son los talleres para contribuir al desarrollo de estrategias de aprendizaje y estudio en los estudiantes, de acuerdo con Sobrado, Cauce y Rial (2002), las razones para la implementación de programas que desarrollen hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje son: (a) el aumento considerable de información con la que se enfrentan los estudiantes; (b) una toma de conciencia, de parte del estudiante, de desarrollar técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje; (c) la nueva concepción del alumno como sujeto activo del aprendizaje; y (d) la existencia de un vacío entre el saber y el hacer, el alumno no nace sabiendo estudiar, necesita aprender a estudiar, como una práctica cotidiana.

Asimismo, de acuerdo con Monereo (1990), *“es importante que además de los programas, cada docente, vincule los contenidos de su espacio curricular con la enseñanza de estrategias de aprendizaje, utilizando estrategias que permitan incluir no solo el qué aprender, sino también el cómo aprender un tema en cuestión”* (como se citó en Malander, 2014, p. 21), todo lo anterior con la finalidad de desarrollar las estrategias de aprendizaje y estudio de los estudiantes permitiéndoles tener mayores herramientas para la mejora académica.

Capítulo 8. Conclusiones

El propósito de la presente investigación consistió en desarrollar, implementar y evaluar la eficacia de un taller sobre estrategias de aprendizaje y estudio en alumnos del Colegio de Ciencias y Humanidades plantel Naucalpan.

Como se puede observar en los resultados, el taller sólo fue eficaz en algunas estrategias de aprendizaje y estudio, debido a que los cambios sólo son significativos en dos escalas, las escalas de estrategias de adquisición de la información, las cuales engloban procesos de atención, que se relacionan con la selección, transformación y transmisión de la información mediante procesos de repetición y en las estrategias de codificación de la información, las cuales miden los niveles de procesamiento de la información, la comprensión y significado que se le da.

Mientras que las estrategias de estudio fueron las siguientes: memorizar, relacionar los contenidos, disponer de toda la información y materiales, preguntar dudas y consultar el diccionario, asimismo se ve modificado el lugar donde estudian prefiriendo lugares con menos distracciones visuales y auditivas, sin embargo, no se ve modificada la forma en que se organizan para estudiar. Como se puede apreciar no existieron cambios que impactan directamente la manera de estudiar de los participantes, sin embargo, los pequeños cambios que se dieron indican que este tipo de intervenciones son útiles y necesarias para los estudiantes y que si se realizaran con mayor duración tal vez se podrían apreciar cambios más significativos.

Aunque los cambios no fueron totalmente significativos se debe valorar que si existieron, resaltando la importancia de que este tipo de acciones continúen implementándose, debido a que estos hallazgos inciden favorablemente sobre los procesos de aprendizaje de los alumnos, además de que es sabido que el acudir al uso de estrategias no depende exclusivamente del estudiante, la actuación del docente en este aspecto es fundamental para generar estos conocimientos, pues se supone que no se desarrollan espontáneamente. Por lo que se evidencia la necesidad de enseñar a usar estrategias de aprendizaje, ya que, aunque los alumnos igualmente aprenden, aunque no se las enseñen, el

hecho de hacerlo puede favorecer aprendizajes de mayor calidad (Ramos, López y Serrano, 2011).

Teniendo en cuenta lo anterior para futuras investigaciones es importante resaltar que las sesiones que se realizaron fueron escasas lo que puede influir en los resultados, asimismo, es importante establecer una línea base que tenga estabilidad de las mediciones de la conducta de estudio con la finalidad garantizar la validez interna al eliminar una posible influencia de factores extraños, es decir, que los cambios que existan aunque sean mínimos se deban a la intervención del taller y no a otros factores.

También, se recomienda tomar en cuenta la realización de grupos focales posteriores al taller para indagar a través de preguntas claves por qué no se modificaron algunas áreas, por ejemplo, en esta investigación no se vieron diferencias en el área de organización del estudio, algunas cuestiones que quedan a pendientes se presentan a continuación como una propuesta de las preguntas que se pudieran resolver, en futuras investigaciones: ¿Cuáles son las mejores condiciones para estudiar de manera periódica?, ¿Por qué estudio solo cuando tendré exámenes?, ¿Es necesario estudiar desde el inicio el curso para pasar un examen?, ¿Me cuesta trabajo organizarme para estudiar?, ¿Me cuesta trabajo cumplir con la planificación realizada?.

Respecto a los siete alumnos que no asistían al taller, es necesario realizar un seguimiento para indagar las causas de su inasistencia e incluso motivarlos para que asistan al taller o si fuera necesario canalizarlos al departamento de psicopedagogía con la finalidad mejorar su desarrollo personal y académico en el colegio.

Referencias:

- Águila, C. G., Díaz, Q. J. y Díaz, M. P. (2017). Adolescencia temprana y parentalidad. Fundamentos teóricos y metodológicos acerca de esta etapa y su manejo. *Revista Medisur, 15 (5)*, 649-700.
- Alcántara, A. y Zorrilla, A. J. (2010). Globalización y educación media superior en México. En búsqueda de la pertenencia curricular. *Perfiles Educativos, 22 (127)*, 38-55.
- Angulo, B. O. y García, M. D. (2016). *Estrategias de aprendizaje*. México: UNAM.
- Aponte, P. R. (2015). El taller como estrategia metodológica para estimular la investigación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación superior. *Boletín Redipe, 4 (10)*, 49-55.
- Ausubel, D. (1963). *The Psychology of Meaningful Verbal learning*, New York: Grune & Stratton.
- Beltrán, G., J., Torres, F., A., Saldivar, G., H., Martínez, P., G., Vázquez, N., F. y Barrientos, G., C. (2013). El taller como Estrategias de Intervención Preventiva su aplicación en el caso de niños con TDAH. Recuperado el 1 de noviembre de 2018 de: <https://www.uv.mx/psicologia/files/2013/06/TallerHiperactividad2.pdf>
- Beltrán, J. (1998). Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje. Madrid: Síntesis.
- Benítez, M., Giménez, M., y Osicka, R. (2000). Las asignaturas pendientes y el rendimiento académico: ¿existe alguna relación? Recuperado de <http://www.unne.edu.ar/cyt/humanidades/h-009.pdf>
- Cardús, S (2011). El valor cultural de la educación. En: Cardús, S.; Feinberg.W.; Hanushek, E.; Heredia, B.; Marina, J., A.; Rizzo, S.; Schulte-Tenckhoff, I. y Stella, G., A. (2011). *Los laberintos de la educación*. Barcelona: Gedisa.
- Díaz-Barriga A., F. y Hernández R. G. (2004). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista*, 2ª Ed. México: Mc Graw Hill.

- Edel, N. R. (2003). El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo. *REICE. Revista Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación*, 1 (2). 1-15.
- Escuela Nacional Colegio de Ciencias y Humanidades (2018). Misión y Filosofía. Recuperado de la página electrónica <https://www.cch.unam.mx/misionyfilosofia>
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86 (6), 436-443.
- García, E. P. (2013). Aprender a aprender. *Eutopía. Revista del colegio de ciencias y humanidades para el bachillerato*, 16, 110-112.
- García, H, B.C., Gutiérrez, G.M. y Condemarín, G.E. (1999). A estudiar se aprende. Chile: Universidad Católica de Chile, 17-54.
- Granados, P, J. y Alfaro, V, R. (2013). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes del 1.º año de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Lima, Perú. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 6 (2), 48-53.
- Güemes, H. M., Ceñal, G. M. y Hidalgo, V. M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Revista Pediatría Integral*, 21 (4), 233–244.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C. y Baptista, L. M. (2014). Metodología de la investigación. 6ª Ed, México: Mc Graw Hill.
- Herrera, T. L. y Gallardo, V. M. (2006). Cuestionario sobre Técnicas de Estudio. Diseño de cuestionarios de evaluación para el alumnado participante en proyectos de innovación tutorial. I Congreso Internacional de Psicopedagogía: ámbitos de intervención del psicopedagogo. Granada: Proyecto de Innovación Docente “Plan de Mejora del Prácticum de Psicopedagogía en Melilla”, 1-18.
- Huertas, P. N. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión – sede Huaral durante el año académico 2015. *Logos*, 7 (1), 1-10.

- Iglesias, D. J. (2013). Desarrollo del adolescente: aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Revista Pediatría Integral*, 18 (2), 88-93.
- Instituto de la Investigación sobre la Universidad y la Educación [IISUE]. (2016). El Modelo Educativo en México: el planteamiento pedagógico de la Reforma Educativa. *Perfiles Educativos*, 38 (154), 216-225.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía [INEGI]. (2018). Estadísticas a propósito del día internacional de la juventud (12 de agosto). Datos nacionales. Comunicado de prensa núm. 350/18, 8.
- Krauskopof, D. (1999). El desarrollo psicológico en la adolescencia: las transformaciones en una época de cambios. *Revista Adolescencia Salud*, 1 (2), 1-12.
- León, U. A., Risco, E., Alarcón, S. C. (2014). Estrategias de aprendizaje en educación superior en un modelo curricular por competencias. *Revista de la Educación Superior*. 43 (172), 123-144.
- Lillo, E. J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 24 (90), 57-71.
- Malandar, N. (2014). Estrategias de aprendizaje y hábitos de estudio en el nivel medio superior: Diferencias según el año de cursado. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*. 4 (1), 9-22.
- Marcelo, Z. E. (2011). Técnicas de estudio y rendimiento académico. *Scientia Revista de Investigación*. 1 (1), 5-26.
- Mondragón, A. C., Cardoso, J. D. y Bobadilla, B. S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Teajupilco, 2016. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8 (15), 1-25.
- Monroy, M. (2009). El sistema Educativo Mexicano: algunas reflexiones. En: M. Monroy, Contreras, O. Desatnik. *Psicología Educativa*. Tlalnepantla: UNAM-FES Iztacala.

- Moreno, A. (2009). Aprender a aprender. *Instituto Nacional de Evaluación y calidad del sistema educativo*. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- Ortega, M. S. (2016). Propuesta de un taller básico sobre estrategias y técnicas de auto aprendizaje dirigida a estudiantes de primer ingreso. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua.
- Papalia, D. E., Wendkos, O. S. y Duskin, F. R. (2009). Desarrollo físico y salud del adolescente. En D. E. Papalia, O. S. Wendkos y F. R. Duskin (Ed.), *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. 458-482. Ciudad de México, México: Mc Graw Hill Educación.
- Payán, M. C., Cervantes, S. C. y Guevara, L. C. (2011). La salud mental y el desempeño escolar de los niños de educación primaria del estado de Chihuahua. En Consejo Mexicano de Investigación Educativa (Ponencia). XI Congreso Nacional de Investigación Educativa. Ciudad universitaria UNAM, México.
- Pedrosa, I., Juarros, B., Robles, F., Basteiro, J. y García, C. (2015). Pruebas de bondad y de ajuste en distribuciones simétricas, ¿qué estadístico utilizar? *Universitas Psychologica*, 14 (1), 15-24.
- Pérez, G. L. (2017). Incidencia de las técnicas y los métodos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de ciencias sociales de la FAREM-CHONTALES. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua.
- Programa de educación superior FAUTAPO (2011). *Manual de estrategias y técnicas de aprendizaje*. Bolivia: Reino de los países bajos.
- Ramos, E. D., López, V. M. y Serrano, E. D. (2011). Estrategias de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico e índice de reprobación. En Consejo Mexicano de Investigación Educativa (Ponencia). XI Congreso Nacional de Investigación Educativa, Ciudad universitaria, UNAM, México
- Rodríguez, P. I. y Madrigal, A. A. (2016). Rendimiento académico y estrategias de aprendizaje. *Revista de Docencia e Investigación Educativa*, 2 (6), 26-34.

- Román, J. y Gallego, S. (1994). ACRA. Escalas de Estrategias de Aprendizaje. Madrid, TEA Ediciones.
- Roux, R. y Anzures, G. E. (2015). Estrategias de aprendizaje y su relación con el rendimiento académico en estudiantes de una escuela privada de educación media superior. *Revista Electrónica "Actualidades Investigativas en Educación"*, 15 (1), 1-16.
- Salazar, B. A. y Retamozo, A. C. (2004). Estrategias de aprendizaje. Perú: Instituto Superior Pedagógico. Recuperado de <http://files.estrategias2010.webnode.es/200000057-48c3e49bde/Microsoft%20Word%20-%20estrategias-aprendizaje.pdf>
- Sánchez, E. L. (2015). *Estrategias y hábitos de estudio*. México: UNAM.
- Secretaría de Educación Pública. (2011). Reforma Integral de la Educación Media Superior en México. México: SEP.
- Segnini, S. (2008). Fundamentos de bioestadística. Venezuela. Universidad de los Andes.
- Sobrado, F. L., Cauce, S. A. y Rial, S. R. (2002). Las habilidades de aprendizaje y estudio en la educación secundaria: estrategias orientadas de mejora. *Tendencias Pedagógicas*, 7, 155-177.
- Solano, P. N., Manzanal, M. A., y Jiménez, T. L. (2016). Estrategias de aprendizaje, comprensión lectora y rendimiento académico en Educación Secundaria. *Psicología Escolar e Educativa*, 20 (3), 447-456.
- Useche, G. V. (2009). Métodos de estudio. Herramientas para el asesor. Universidad de la Sabana.
- Valle, A., González, C., Cuevas, G. y Fernández, S. (1998). Las estrategias de aprendizaje: características básicas y su relevancia en el contexto escolar. *Revista de Psicodidáctica*, 6, 53-68.
- Villa, L. L. (2014). Educación Media Superior, jóvenes y desigualdad de oportunidades. *Innovación Educativa*, 14 (64), 33-46
- Villegas, G. H. (12 de agosto de 2019). Herramientas contra la reprobación. *Gaceta CCH*, 1541, 4-6.

Weiss, E. (2012). Jóvenes y bachillerato. México. ANUIES.

Zorrilla, A. J. (2015). El bachillerato mexicano; un sistema académicamente precario. Causas y consecuencias. México. IISUE. Consultado en <http://www.acuedi.org/ddata/11393.pdf>

Apéndices

Apéndice 1. Escala ACRA

Este instrumento es una escala de Estrategias de Aprendizaje, llamado ACRA, publicado por TEA Ediciones y elaborado por José María Román Sánchez y Sagrario Gallego.

Las siglas ACRA corresponde con los tres procesos, **A**dquisición, **R**ecuperación y **C**odificación, además de la Escala **A**poyo que corresponde, a aquellos procesos que inciden en el rendimiento de los otros tres y que son de carácter metacognitivo o socioafectivo.

La edad para la que han sido pensadas es de los 12 a los 16 años (debido a que es la edad de la enseñanza secundaria obligatoria en España, país de origen de esta escala) sin embargo, los autores no descartan que se puedan utilizar para niveles educativos superiores como el universitario, no siendo así con alumnos menores de 12 años.

Se trata de cuatro escalas independientes que evalúan el uso que hacen los estudiantes de:

Escala I: 7 Estrategias de Adquisición de información

Escala II: 13 Estrategias de Codificación de información

Escala III: 4 Estrategias de Recuperación de información

Escala IV: 9 Estrategias de Apoyo al procesamiento

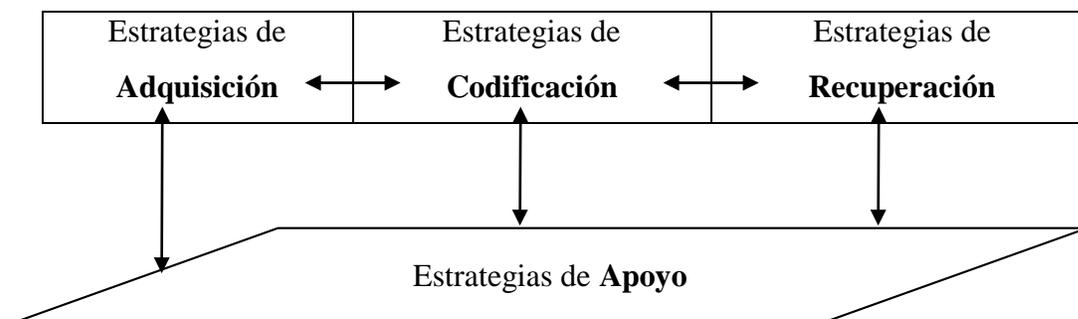
Las escalas pueden ser aplicadas en distintas fases (evaluación inicial, final o de seguimiento) y tipos de intervención psicoeducativa: preventiva, correctiva y optimizadora. La aplicación completa del instrumento es de aproximadamente 50 minutos, no obstante, no tiene límite de tiempo.

La calificación de cada uno de los ítems va de 1 a 4 puntos de acuerdo al uno que se le dé a la estrategia que se evalúa (nunca o casi nunca, algunas veces, bastantes veces y siempre o casi siempre).

Fundamentos teórico-metodológicos de las Escalas ACRA

Las estrategias cognitivas de aprendizaje o estrategias de procesamiento pueden ser definidas como secuencias integradas de procesamiento o actividades mentales que se activan con el propósito de facilitar la adquisición, almacenamiento y/o utilización de la información. Existen cuatro tipos de estrategias:

- 1) Estrategias de Adquisición de información
- 2) Estrategias de Codificación de información
- 3) Estrategias de Recuperación de información
- 4) Estrategias de Apoyo al procesamiento de la información



I. ESCALA DE ESTRATEGIAS DE ADQUISICIÓN DE INFORMACIÓN

- a) Estrategias Atencionales
- b) Estrategias de repetición

II. ESCALAS DE CODIFICACIÓN DE INFORMACIÓN

- c) Estrategias de Nemotecnización
- d) Estrategias de elaboración
- e) Estrategias de organización

III. ESCALAS DE ESTRATEGIAS DE RECUPERACIÓN DE INFORMACIÓN

- f) Estrategias de búsqueda
- g) Estrategias de generación de respuesta

IV. ESCALAS DE ESTRATEGIAS DE APOYO AL PROCESAMIENTO

- h) Estrategias metacognitivas.
- i) Estrategias socioafectivas

Apéndice 2. Cuestionario sobre Técnicas de Estudio. Herrera y Gallardo (2006)



Universidad Nacional Autónoma de México
 Facultad de Estudios superiores Iztacala
 Maestría en Docencia para la Educación Media Superior
 Cuestionario de técnicas de estudio (Herrera y Gallardo,
 2006)



Datos sociodemográficos

Nombre: _____
 Edad: _____ años Sexo: (M) (F) Fecha de Nacimiento: _____
 Religión: _____ Estado Civil: _____ Número de hijos: _____
 Semestre: _____ ¿Trabajas en la actualidad? (Si) (No)
 Si la respuesta es NO: ¿Cuál es tu ocupación? _____
 Si la respuesta es SI, Especifica en qué trabajas: _____

Indicaciones: Por favor responde a las siguientes preguntas. Los datos obtenidos serán utilizados para fines de investigación y serán totalmente confidenciales, por lo que le solicitamos responder con completa honestidad.

I. LUGAR Y CONDICIONES DE ESTUDIO

	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. Dispongo en casa de un lugar fijo para estudiar				
2. Estudio en mi habitación				
3. Estudio en la sala de mi casa				
4. Estudio en otra habitación de mi casa				
5. Especifica en qué lugar: _____				
6. Estudio en la biblioteca				
7. Estudio en casa de un compañero/a o amigo/a				
8. El lugar donde estudias, ¿lo compartes con alguien?				
9. ¿Con quién? _____				
10. Tengo computadora en mi lugar habitual de estudio				
11. Me gusta estudiar cerca de la ventana				
12. Estudio con luz artificial (flexo o lámpara)				
13. En mi lugar de estudio hace una temperatura agradable				
14. El lugar donde estudio es ruidoso				

15. Estudio viendo o escuchando la televisión				
16. Estudio escuchando música				
17. ¿Qué tipo de música? _____				
18. Con frecuencia estudio o leo recostado en la cama o en el sofá.				

II. Organización del estudio

	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
19. Suelo planificar el tiempo que voy a dedicar al estudio				
20. ¿Cumples con la planificación realizada?				
21. Planifiqué también los contenidos que voy a estudiar				
22. ¿Cumples con la planificación de contenidos?				
23. Confeccioné un calendario de estudio en el que indico los días y las horas				
24. A la hora de estudiar comienzo por las asignaturas más fáciles.				
25. A la hora de estudiar comienzo por las asignaturas de mayor dificultad				
26. Comienzo a estudiar desde el principio del curso				
27. Estudio sólo cuando se acercan los exámenes				
28. En el tiempo que dedicó al estudio me preparo todas las asignaturas por igual				
29. Voy estudiando cada asignatura en función de su fecha de examen				
30. Cuando estudio suelo estar cansado				
31. Durante mi estudio suelo levantarme frecuentemente				
32. ¿Qué días estudias?	De lunes a viernes	Fin de semana	Todos los días	
33. Cuántas horas dedicas semanalmente al estudio:				
34. ¿A qué hora sueles ponerte a estudiar normalmente?:				
35. ¿A qué hora terminas de estudiar?:				

III. Estrategias de aprendizaje

	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
36. Memorizo los apuntes para el día del examen				
37. Suelo recordar lo estudiado después del examen				
38. Tomo apuntes de las explicaciones de los profesores/as				
39. Fotocopio los apuntes de algún compañero o compañera				
40. Cuando tomo apuntes copio al pie de la letra lo que dice el profesor/a				
41. Amplío la información con bibliografía complementaria				
42. ¿Con qué tipo de información la complementas?	Libros	Artículos	Apuntes	Internet
	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
43. Tengo dificultades en seguir las explicaciones del profesor/a en clase				
44. Cuando estudio relaciono los contenidos de la materia con otras asignaturas				
45. Antes de estudiar en profundidad suelo hacer una lectura superficial				
46. Considero la realización de trabajos una pérdida de tiempo				
47. Me siento más cómodo realizando los trabajos de forma individual				
48. Cuando tengo dudas suelo preguntárselas al profesor/a				
49. Cuando estudio dispongo de toda la información y materiales necesarios				
50. Repaso los apuntes frecuentemente				
51. Subrayo el material de estudio				
52. Hago esquemas del material a estudiar				
53. En la realización de esquemas utilizo muchas palabras				
54. Siempre realizo un resumen de cada uno de los temas a estudiar				
55. Para realizar los esquemas copio frases de los apuntes, libros, materiales...				

56. Hago mapas conceptuales de los temas de cada una de las materias para estudiar posteriormente				
57. Los términos que no entiendo suelo consultarlos en un diccionario, enciclopedia o páginas de internet				
58. Mi forma de estudiar cambia si el examen de una asignatura es tipo test o de desarrollo				
59. Cuando estudio para un examen me planteo preguntas que pueden incluirse en el examen				
60. El día anterior al examen lo dedico a repasar				
61. La noche anterior al examen suelo dormir poco				
62. Cuando tengo un examen me pongo nervioso/a				
63. Cuando realizo un examen comienzo por la primera pregunta sin leer el resto				
64. Repaso el examen antes de entregarlo al profesor/a				
65. Al salir de un examen compruebo con los apuntes las respuestas que he dado				
66. Considero que las calificaciones obtenidas están en función de mi estudio y esfuerzo				
67. Estoy satisfecho con las calificaciones que he obtenido en el curso anterior (o último curso que estudiaste)				

Apéndice 3. Planeaciones del taller.

Primera etapa: Evaluación diagnóstica

Objetivo: Evaluar los diferentes procesos cognitivos implicados en las estrategias de aprendizaje de los alumnos mediante la escala de estrategias de aprendizaje-ACRA y el cuestionario sobre Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006).

Sesión	Objetivo específico	Estrategia	Actividad		Tareas	Materiales	Tiempo
			Docente	Alumno			
1	El alumno identificará en qué consiste el taller que se implementará	Evaluación	1. Brindar información al alumno sobre qué consistirá el taller. 2. Proporcionar el consentimiento informado. 3. Se aplicará la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA 4. Aplicará es cuestionario de técnicas de estudio	1. Expresar dudas que tenga de la información que se le proporcionó. 2. El alumno firmará el consentimiento informado. 3. El alumno contestará la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA 4. El alumno contestará el cuestionario de técnicas de estudio	Ninguna	Escala de estrategias de aprendizaje-ACRA Cuestionario de Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006).	40 minutos

Segunda etapa: Implementación

Objetivo: Implementar un taller para mejorar las estrategias de aprendizaje y estudio de alumnos de Nivel Medio Superior

Sesión	Objetivo específico	Estrategia	Actividad		Tareas	Materiales	Tiempo
			Docente	Alumno			
2	El alumno conocerá los conceptos de estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio	Orientación teórica	Brindar información sobre estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio mediante exposición (30 minutos)	Expresar dudas que tenga de la información que se le proporcionó	Descripción anecdótica de sus actividades en la tarde por una semana	Presentación	50 minutos
3	El alumno identificará las estrategias de	Dinámica (Tabla comparativa)	Coordinar la realización de una tabla comparativa de las estrategias de	Prestar atención, realizar la tabla comparativa	Auto-registro de frecuencia de las estrategias que	Formato de cuadro comparativo	50 minutos

	estudio que posee en comparación a los que reviso El alumno reflexionará sobre las técnicas que utiliza y las que podría utilizar		estudio que él tiene vs las que vio en clase anterior		utilizan durante la semana	Formato de auto-registro de frecuencia	
4	El alumno reflexionará sobre las técnicas que utiliza y las que podría utilizar	Exposición	Coordinar la preparación para las exposiciones sobre técnicas de estudio	Presentar de manera creativa el tema sobre técnicas de estudio que se les asignó	Ninguna	Los necesarios para las presentaciones de cada equipo.	50 minutos
Segunda etapa: Implementación							
Objetivo: Implementar un taller para mejorar las estrategias de aprendizaje y estudio de alumnos de Nivel Medio Superior							
Sesión	Objetivo específico	Estrategia	Actividad		Tareas	Materiales	Tiempo
			Docente	Alumno			
5	El alumno conocerá la estrategia de toma de decisiones El alumno diseñará un plan de acción para mejorar sus estrategias	Estrategia de toma de decisiones	Brindar información sobre la estrategia de toma de decisiones Procedimiento: 1. Identificar la actividad académica a realizar 2. Hacer un listado de las técnicas de estudio que pueden ayudar a realizar la actividad académica 3. Balance de toma de decisiones (determinar ventajas y desventajas) para determinar la mejor	Prestar atención y expresar las dudas que tenga sobre la explicación y participar en la dinámica de clase (diseñar su propio plan de estudio, con base en la estrategia de toma de decisiones)	Implementación de su plan de estudio	Presentación Hojas blancas Formato estrategia toma de decisiones	50 minutos

			<p>estrategia para dicha actividad académica</p> <p>4. La técnica seleccionada se deberá realizar un plan para llevarla a cabo (tomando en cuenta las herramientas que posee y las que necesita desarrollar)</p>				
Tercera etapa: Evaluación final							
Objetivo: Evaluar si se generaron cambios en los diferentes procesos cognitivos implicados en las estrategias de aprendizaje y estudio de los alumnos mediante la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA, el cuestionario sobre Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006) y reflexión sobre su experiencia en el taller.							
Sesión	Objetivo específico	Estrategia	Actividad		Tareas	Materiales	Tiempo
			Docente	Alumno			
6	<p>El alumno realizará una autoevaluación sobre el plan de acción diseñado la sesión pasada</p> <p>El alumno responderá la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA y realizará una reflexión sobre su experiencia en el taller</p>	Evaluación	<p>1. Aplicará de la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA</p> <p>2. Aplicará es cuestionario de técnicas de estudio</p> <p>3. Pedirá que realicen una reflexión de su experiencia en el taller</p>	<p>1. Expresar dudas que tenga de la información que se le proporcionó.</p> <p>2. El alumno contestará la escala de estrategias de aprendizaje- ACRA</p> <p>3. El alumno contestará el cuestionario de técnicas de estudio</p> <p>4. El alumno realizará una reflexión sobre su experiencia en el taller</p> <p>5. El alumno realizará el ejercicio final del taller</p>	Ninguna	<p>Escala de estrategias de aprendizaje- ACRA</p> <p>Cuestionario de Técnicas de Estudio de Herrera y Gallardo (2006).</p>	40 minutos

Apéndice 4. Mini-guía: “Estrategias y técnicas de aprendizaje y estudio”

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
MAESTRÍA EN DOCENCIA PARA LA EDUCACIÓN
MEDIA SUPERIOR



Estrategias y técnicas de aprendizaje y estudio.

Mi mini-guía

Nombre:

Elaborado por: Lic. Nancy Ruth
Borja Carranza



Presentación

En la actualidad las demandas de la formación académica cambian de manera casi inmediata. Ya no se puede hablar de conocimientos fijos y perdurables, a hora el aprendizaje se encamina hacia el desarrollo de habilidades y competencias con la finalidad de que te ayuden a aprender a aprender. Es decir, ahora tienes que ser capaz de buscar, analizar y seleccionar la información que te servirá para generar el conocimiento necesario para la vida personal, académica y profesional.

Asimismo, como estudiante requieres llevar a cabo las actividades académicas con autonomía y autogestión, con la intención de que desarrolles habilidades cognitivas, procedimentales y afectivas necesarias para realizar un aprendizaje estratégico durante todo tu pase por el CCH, habilidades que también te serán de utilidad en la universidad y vida profesional.

Para lograr lo anterior, esta mini-guía tiene como propósito fundamental ayudarte a desarrollar habilidades de estudio, así como la aplicación de estrategias de aprendizaje que favorezcan el desempeño en diversos contextos de tu vida.

La presente mini-guía está conformado por cuatro capítulos, mismos que se describen en la Figura 1.

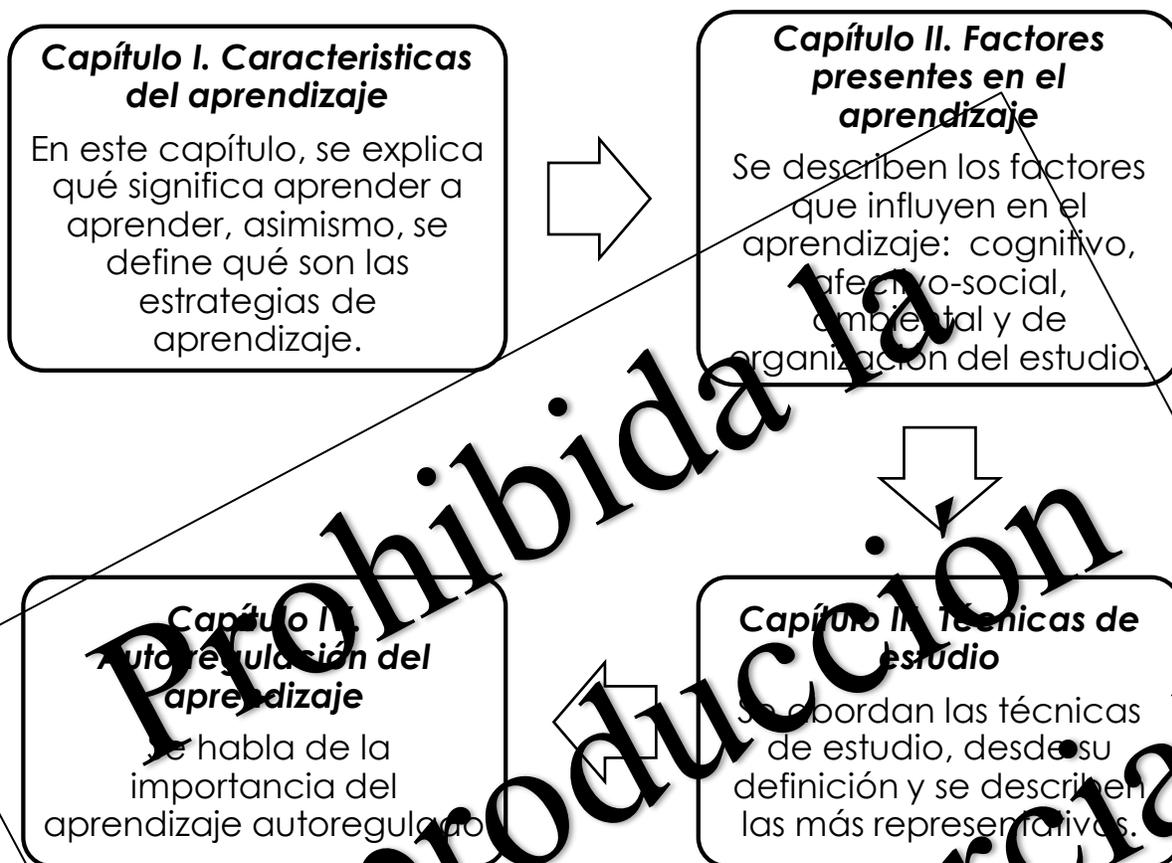


Figura 1. Descripción de los capítulos de la mini-guía

En síntesis, la finalidad de esta mini-guía es que desarrolles la autogestión, la autorregulación en el estudio, la autonomía y el aprendizaje significativo, para que abordes con mayor facilidad, consciencia y responsabilidad, tu formación académica, tu ejercicio profesional y la interrelación con los demás.

Comencemos...



Capítulo I. Características del aprendizaje

El aprendizaje es considerado una actividad, en las que intervienen todas las cualidades humanas, como lo son la inteligencia, la memoria, la motivación, la atención, la percepción, entre otras, todas ellas son necesarias porque participan en algún momento en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

También es un proceso fundamental en la vida de todo ser humano, en virtud de que no sólo ocurren en situaciones escolares, sino en cualquier momento de nuestra vida, porque establecemos relaciones con el ambiente y con las personas, por ejemplo, cuando aprendemos nuevas rutas, números telefónicos, direcciones o el nombre de un nuevo amigo.

¿Pero qué significa aprendizaje y qué es aprender a aprender?, eso lo podrás saber leyendo la Figura 2.

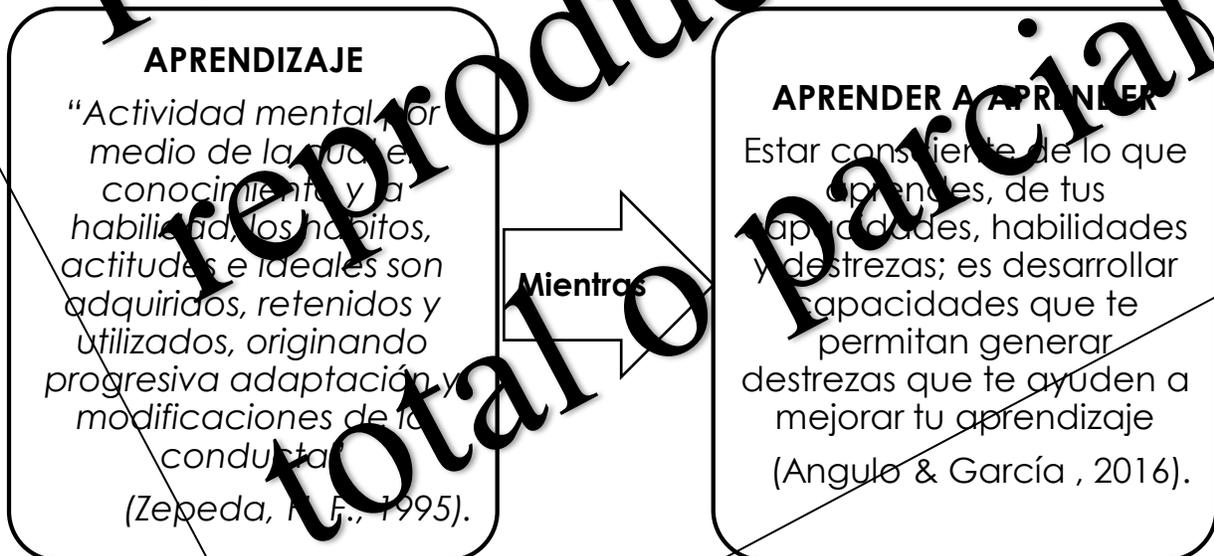
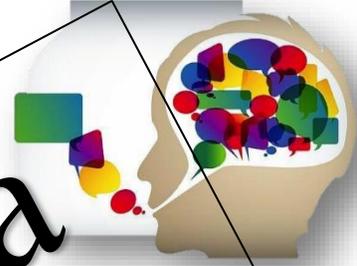


Figura 2. Concepto de aprendizaje y Aprender a Aprender

Lo anterior nos permite entender que un alumno es una persona activa, quien aprende constructivamente, es decir, genera su propio conocimiento a partir de conocimientos previos.



ACTIVIDAD PARA REFLEXIONAR

Me gustaría que reflexionemos sobre lo que acabamos de ver y lo relacionemos con tu vida académica o personal, para esto tendrás que poner dos ejemplos sobre un aprendizaje que te ha llevado a un aprender a aprender, como se muestra en el ejemplo.

Ejemplo: En el preescolar aprendí las vocales y el abecedario, esto me da la base para que en la primaria pueda aprender a leer y escribir, la importancia que tiene en mi vida es que me ayuda a leer los letreros de los camiones para tomar el transporte adecuado y no perderme, también me ayuda a expresarme mediante escritura en las redes sociales, poder realizar mis trabajos y aprender cosas nuevas mediante la lectura.

Con base en el ejemplo anterior y el contenido del capítulo uno reflexiona y escribe dos ejemplos.

1. _____

2. _____

¿Qué son las estrategias de aprendizaje?

Valle, González, Cuevas y Fernández (1998) consideran que las estrategias de aprendizaje engloban todo un conjunto de procedimientos y recursos cognitivos que los estudiantes ponen en marcha cuando se enfrentan al aprendizaje, es por eso que cuando el alumno se enfrenta al aprendizaje también se toman en cuenta otros factores como los que se observan en la Figura 3.

Las actividades de planificación, dirección y control.

La vertiente cognitiva del aprendizaje.

Cuando el alumno se enfrenta al aprendizaje también se toma en cuenta:

La motivación del estudiante.

La disposición del estudiante.

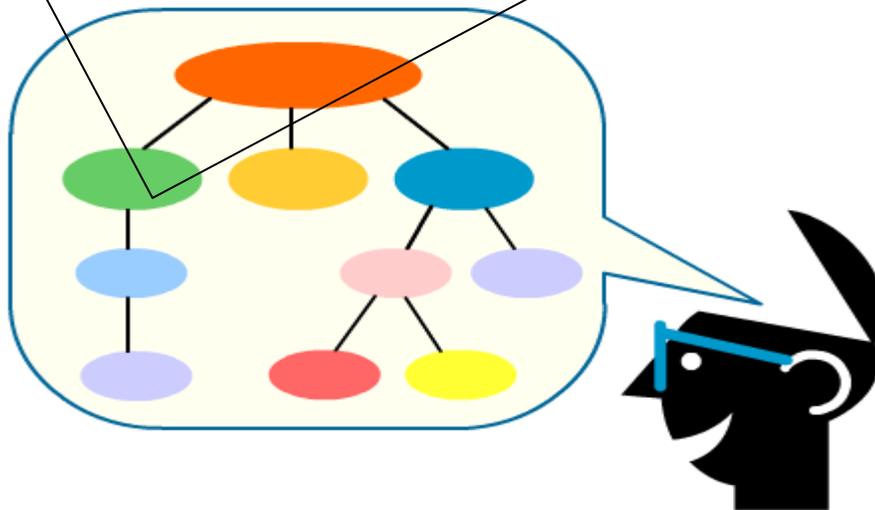
Figura 3. Variables que hay que tomar en cuenta en las estrategias de aprendizaje.

Por lo tanto, las estrategias implican:

- ✓ Una secuencia de actividades, operaciones o planes dirigidos a la consecución de metas de aprendizaje.
- ✓ Un carácter consciente e intencional en el que están implicados procesos de toma de decisiones por parte del alumno, ajustados al objetivo o meta que pretende conseguir.

De esta manera una **estrategia de aprendizaje** se puede definir de la siguiente manera:

El camino que se emplea de manera voluntaria e intencional para lograr un objetivo de aprendizaje. En este proceso se seleccionan una serie de conocimientos, procedimientos y técnicas de acuerdo con las exigencias de la tarea o el problema a resolver.



Las buenas estrategias de aprendizaje siempre comienzan con preguntas que ordenan nuestro pensamiento y conducta hacia el aprendizaje como las que se te muestran en la Figura 4.

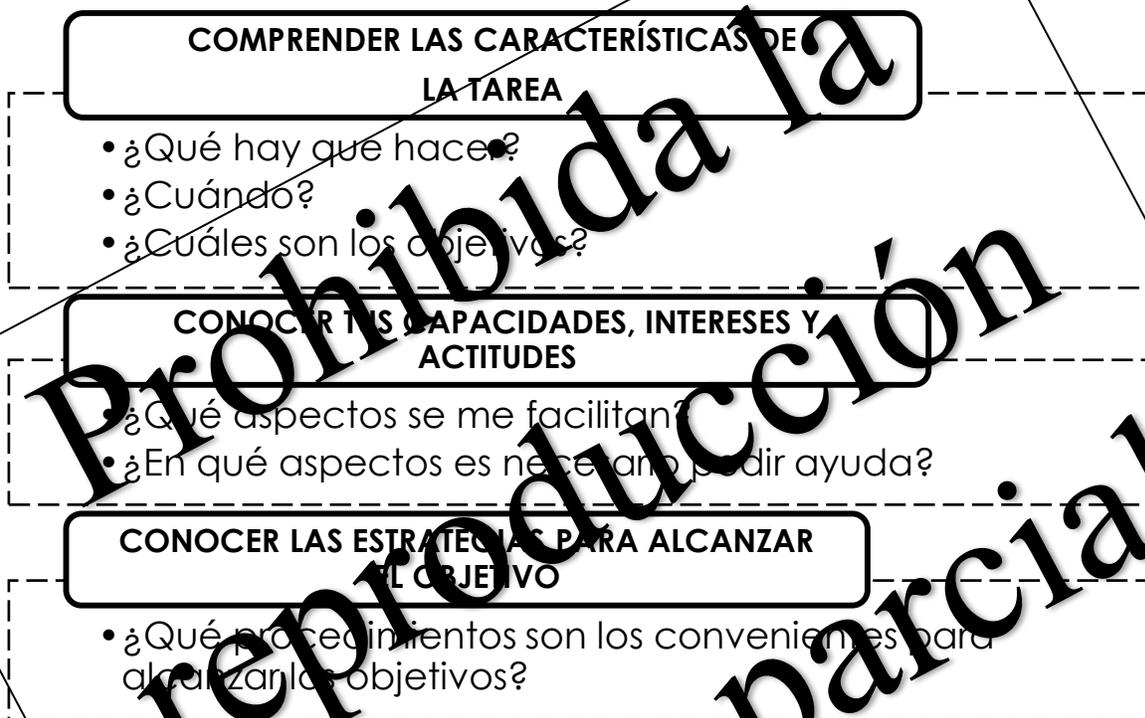
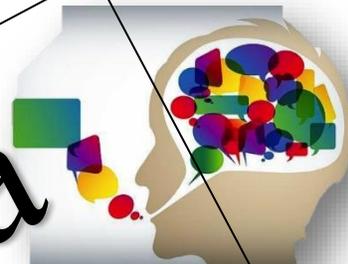


Figura 4. Preguntas clave para las estrategias de aprendizaje

Recuerda...

El estudiante hábil es aquel que hace uso de estrategias de aprendizaje, entendiendo por habilidad como “el desempeño que se aplica a la satisfacción de criterios presentes en tareas específicas de aprendizaje”.

ACTIVIDAD PARA REFLEXIONAR



Hasta el momento hemos visto que son las estrategias de aprendizaje, es momento de que reflexiones sobre cuáles son los procedimientos o técnicas que tú utilizas cuando haces tus tareas o estudias para un examen.

A continuación, describe qué haces...

Tareas:

Examen:

Prohibida la reproducción total o parcial

Capítulo II. Factores presentes en el aprendizaje

Recuerda que aprender es un proceso complejo que involucra el pensamiento y una serie de comportamientos, además la persona está involucrada y requiere de la participación de múltiples factores para realizarlo con éxito (García, Gutiérrez y Condemarín, 1999).

El aprendizaje se da de acuerdo con determinados procesos y procedimientos tales como: las operaciones del pensamiento, la capacidad de concentración y memoria, el funcionamiento de los hemisferios cerebrales, las técnicas y estrategias adecuadas. También influyen y son muy importantes la actitud, la motivación, las relaciones personales y la organización y todos estos procesos se pueden dividir en tres grandes grupos como se observa en la Figura 5.

Son tres grandes factores que influyen en el aprendizaje:



Figura 5. Factores que influyen en el aprendizaje

A continuación, te describiremos cada una de las áreas...

Factor cognitivo



En este rubro las operaciones de pensamiento son determinantes para el aprendizaje y son procesos bien definidos y complejos, como, por ejemplo:



Figura 6. Características del factor cognitivo

Expresar: manifestar lo que se quiere dar a entender en forma clara de manera oral o escrita.

Retener: conservar en la memoria un acontecimiento, información o idea.

Sintetizar: componer un todo por la composición de sus partes, es el resumen o el compendio de una materia, es la conclusión de la comprensión.

Deducir: derivar de su origen o principio, partir de un principio general para llegar a un principio particular desconocido.

Generalizar: extender o ampliar una idea o concepto, hacer general o común las características antes de los elementos.

Evaluar: determinar la base sobre la cual se acepta haber aprendido o adquirido conocimientos es atribuir un valor al aprendizaje.

Los procesos del pensamiento descritos anteriormente nos revelan la forma de cómo enfrentar la realidad del mundo que nos rodea, la que resulta de un proceso de comprensión que transmitimos a través del lenguaje, esto nos permite darles significado a las vivencias y al material en el que trabajamos.



Factores ambientales y de organización del estudio

Los factores ambientales son aquellos elementos externos a uno mismo, es decir, elementos del medio ambiente que inciden favorable o desfavorablemente en la calidad del estudio realizado.

**Prohibida la
reproducción
total o parcial**

Entre estos factores está la organización para el estudio: este es la disposición ordenada de los elementos que componen el acto de estudiar. Recuerda que los elementos de la organización son: lugar y tiempo como se ve en la Tabla 1.

Tabla 1

Elementos de la organización del estudio

Organizar el lugar	Organizar el tiempo
<p>Se refiere a las condiciones físicas del espacio y al lugar de estudio.</p> <p>Lo ideal es que sea libre de distracciones, silencioso, solitario y bien iluminado, de temperatura agradable y aislado de ruidos e interrupciones.</p> <p>Buena luz, ventilación y renovación frecuente del aire, una mesa de trabajo con todo el material necesario a mano y una postura corporal adecuada.</p>	<p>Significa adaptar el tiempo tanto al trabajo que se va a realizar como a las características propias de cada persona.</p> <p>Saber analizar qué tipos de tareas pueden hacerse en el último momento y cuáles hay que realizar a lo largo del tiempo es un factor relevante en el estudio, y por lo tanto, de un buen rendimiento académico.</p> <p>Una adecuada planificación del tiempo hace posible distribuir equilibradamente la jornada diaria y semanal para completar todo el trabajo escolar, facilita la concentración al crear el hábito de estudiar determinada materia en un instante y lugar determinado, y permite aprovechar el tiempo libre para la recreación.</p>

Recuerda...

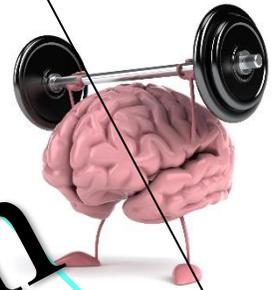
El tiempo que se necesita para cada asignatura, no es igual, dependerá de la "aptitud" que tengas, la preparación o conocimiento previo, tu interés y la dificultad de la materia.



Con base en la información anterior:

Reflexiona sobre la importancia de los factores involucrados en el estudio (cognitivos, afectivo-sociales y de organización) y **describe** cuál sería un buen lugar para estudiar.

Prohibida la
reproducción
total o parcial



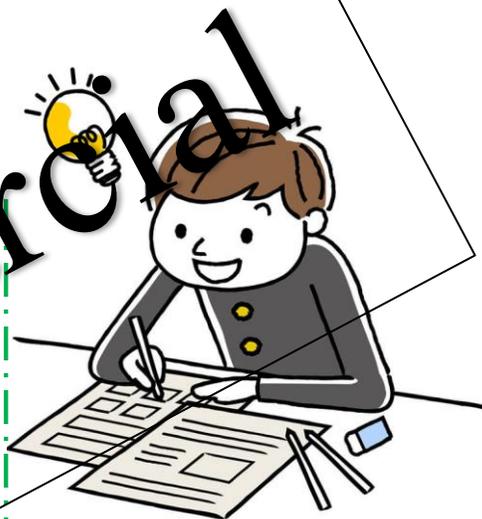
Capítulo III. Técnicas de estudio

Angulo y García (2016) mencionan que las técnicas de estudio son un conjunto de pasos que permiten hacer un trabajo de manera más rápida y eficaz, afirmamos que las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas, fundamentalmente lógicas, que ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de estudio.

Las técnicas de estudio, generalmente están asociadas a tomar nota, buscar superficialmente, fijar horarios, preparar exámenes, elaborar apuntes; pero frecuentemente se olvida pensar en el aprendizaje, en cómo está aprendiendo y en los aspectos de autoaprendizaje.

Función:

Al hablar de técnicas de estudio estamos refiriéndonos a destrezas que, una vez aprendidas, son automáticamente utilizadas en toda situación futura de aprendizaje. Además, las técnicas son estrictamente necesarias al momento de construir cualquier estrategia de aprendizaje, por lo que podemos afirmar que las técnicas de estudio son parte importante en la elaboración de una estrategia de aprendizaje.



Debido a lo anterior es importante que identifiques si actualmente posees adecuadas técnicas de estudio, utiliza el siguiente material para autoevaluar la manera en la que estudias. Recuerda contestar de manera individual y lo más honesto posible.

A continuación, responde con sinceridad a las preguntas, marcando con una **X** en la casilla correspondiente de acuerdo a los siguientes criterios:

Recuerda que:

0 significa *NO, nunca, casi nunca, respuesta negativa*

1 significa «a veces», *regular*

2 significa *SI, siempre o casi siempre, respuesta afirmativa*

Comprueba si sabes estudiar de manera exitosa García y García (2007)		0	1	2
1	¿Tienes un sitio fijo para estudiar?			
2	¿Procuras rodearte de silencio, evitando ruidos y otras distracciones?			
3	En la habitación y en tu mesa de trabajo, ¿predomina la limpieza y el orden en lugar de la suciedad y el desorden?			
4	¿Tienes una buena iluminación?			
5	¿Sueles comenzar a estudiar todos los días a la misma hora y dedicas al estudio al menos de una a dos horas cada jornada?			
6	¿Planificas bien tu tiempo con respecto a las dificultades de cada asignatura?			
7	Para estar más relajado y concentrado mentalmente, ¿te tomas espacios breves de descanso en tu tiempo de estudio?			
8	¿Has elaborado tu propio horario de estudio?			
9	¿Te consideras una persona organizada en el trabajo intelectual en clase y en casa?			
10	¿Entiendes siempre lo que lees?			
11	Antes de comenzar la lectura de un texto, ¿miras títulos, subtítulos, índice, cuestionarios, gráficas, ilustraciones... para formarte una idea general?			
12	¿Sabes encontrar las ideas principales y las secundarias?			
13	Después de leer cada párrafo, ¿tratas de reflexionar y resumir mentalmente el contenido?			
14	¿Sabes subrayar bien un texto?			
15	¿Haces tus propios esquemas de los temas, partiendo de las ideas principales y secundarias y de lo que has subrayado?			

16	¿Sabes hacer bien un resumen de los temas que tienes que estudiar?			
17	¿Prestas atención adecuadamente en clase y durante las lecturas que realizas?			
18	Sabes que la concentración depende del grado de interés y de atención. ¿Logras concentrarte al estudiar?			
19	¿Empleas algún sistema para memorizar mejor lo que estudias?			
20	¿Haces ejercicios para desarrollar y fortalecer tu memoria?			
21	¿Sueles relacionar lo aprendido en una asignatura con los contenidos de otras?			
22	¿Haces lo posible para que tu vocabulario básico sea más extenso y rico?			
23	¿Tomas apuntes en clase en las explicaciones de tu profesor, seleccionando las ideas principales?			
24	¿Tienes tus apuntes ordenados por materias para sacar el máximo provecho?			
25	¿Procuras aclarar con el profesor las dudas que te surgen durante la clase y después de tomar tus apuntes?			
26	Antes de iniciar a estudiar, ¿haces una primera lectura general de todo el contenido?			
27	Al finalizar el estudio de un tema, ¿tratas de dar respuesta a las siguientes preguntas?: ¿qué?, ¿quién?, ¿cómo?, ¿cuándo?, ¿dónde?, y ¿por qué?			
28	¿Antes de los exámenes vas estudiando con la suficiente anticipación, manteniendo seguridad, tranquilidad y confianza, con buena alimentación y suficientes horas de sueño?			
29	Cuando haces un examen, ¿ lees con atención las instrucciones, distribuyes bien el tiempo, compruebas haber entendido las preguntas, te concentras en lo esencial pasando después a los detalles, escribes claro y con buena letra...?			
30	¿Encuentras interesante saber más y mejor cada día?			
31	¿Te gusta estudiar?			

Resultados:

Suma los puntos obtenidos y anota el resultado: _____

Puntuaciones:

Puntuación	Interpretación
Menos de 30 puntos	<u>Necesitas mejorar tus técnicas de estudio y reflexionar sobre las mismas para ello pueden contar con la ayuda de tus profesores.</u>
De 30 a 40 puntos	<u>Aunque no eres mal estudiante, si aprendes las técnicas que intervienen en el estudio puedes ver mejorados los resultados académicos.</u>
De 40 a 50 puntos	Estudias con aprovechamiento y obtienes buenos resultados, pero <u>puedes obtener unos resultados excelentes perfeccionando todavía más un método para el aprendizaje eficaz</u>
De 50 a 60 puntos	<u>Dominas las técnicas de estudio, tus hábitos son buenos y tu estudio es exitoso.</u>

Después de tu autoevaluación es importante que conozcas algunas técnicas que podrás poner en práctica para mejorar tu manera de estudiar.

A continuación, se presentan algunas de las técnicas de estudio más representativas y útiles según la literatura (retomadas del manual de estrategias y técnicas de aprendizaje, 2011, del Programa de Educación superior FAUTAPO).



Subrayado

Subrayar es poner una raya debajo de los puntos, ideas, detalles y notas importantes del texto que se está leyendo o estudiando. Es destacar mediante un trazo (líneas, rayas u otras señales) las frases esenciales y palabras claves de un texto. Pero saber identificar las ideas principales es lo verdaderamente importante. Es importante que destagues sólo la información importante que te permita identificar la base del escrito.

Beneficios:

- ✓ Se llega con rapidez a la comprensión de la estructura y organización de un texto.
- ✓ Ayuda a fijar la atención.
- ✓ Favorece el estudio activo y el interés por captar lo esencial de cada párrafo.
- ✓ Se incrementa el sentido crítico de la lectura porque destacar lo esencial de lo secundario es condición indispensable para confeccionar esquemas y resúmenes.
- ✓ Favorece la asimilación y desarrolla la capacidad de análisis y síntesis.

¿Qué debemos subrayar?

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

Palabras técnicas o específicas del tema que estamos estudiando y algún dato relevante que permita una mejor comprensión.

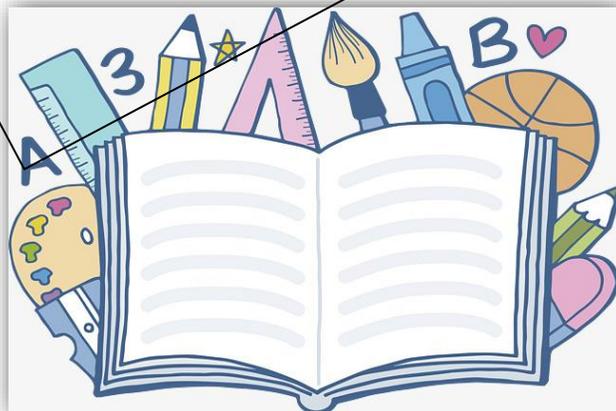
Recomendación:

Para comprobar que el subrayado se ha realizado correctamente, hacer preguntas sobre el contenido y si las respuestas están contenidas en las palabras subrayadas entonces, el subrayado estará bien hecho.

¿Cuándo se debe subrayar?

- ❑ Nunca en la primera lectura, debido a que podrías subrayar frases o palabras que no expresen el contenido del tema.
- ✓ Cuando conocemos el significado de todas las palabras en sí mismas y en el contexto que se encuentran expresadas.

Propuesta: para practicar puedes iniciar a subrayar el texto anterior con lo más importante de la lectura.



Tomar notas

Es registrar o anotar las ideas principales de una exposición oral. Tener buenos apuntes no supone escribir todo lo que dice el expositor sino condensar lo más importante de cada tema.

Beneficios:

- ✓ Sirve para ordenar los conocimientos, repasar y estudiar los contenidos, para facilitar el proceso de aprendizaje.
- ✓ Al tomar apuntes estamos poniendo un filtro, recogiendo la información que nos resulta más significativa, y de este modo, más que un registro, obtenemos una primera elaboración.

Recomendaciones:

Identifica y anota solo ideas principales.

Solo copia al pie de la letra datos como: fechas, definiciones, fórmulas, nombres importantes.

Deja espacios en blanco, para completar la idea posteriormente.

Emplea además de letras, gráficos o dibujos, formulas y/o esquemas.

Relaciona los temas con flechas.

Resumir textos

Es expresar de manera integradora, condensada, coherente y con palabras de quien redacta el contenido esencial de un texto. Es el proceso mediante el cual se llega a la reconstrucción de un escrito.

Finalidad:

Transformar la información de otro texto de manera abreviada y global, compartir los contenidos de un texto a alguien que necesita informarse en poco tiempo o que busca información específica.

Pasos a seguir:



Recuerda:

Idealmente el resumen no debe exceder en extensión al 25% del original

El resumen debe poder responder las siguientes preguntas:

- ✓ ¿Cuál es el tema principal del texto?
- ✓ ¿Dónde y cómo se desarrolla ese tema?
- ✓ ¿Cuáles son los temas secundarios del texto?
- ✓ ¿Las ideas principales y secundarias, están relacionadas entre sí?



Esquemas

Es una forma de representación gráfica de las ideas fundamentales de un texto informativo, ordenadas de tal manera que guarden relaciones lógicas entre sí. Se trata de un texto expositivo informativo, porque en él se encuentran datos.

Finalidad:

El esquema procura ubicar las ideas principales en el lugar que les corresponde, en forma coordinada y apta para propiciar el aprendizaje significativo.

Pasos a seguir:

1. Hacer una lectura comprensiva y realiza el subrayado para después jerarquizar los conceptos.

2. Elige palabras clave o frases cortas sin ningún tipo de detalles y forma breve.

3. Usa tu propio lenguaje o expresiones, repasando títulos y subtítulos del texto.

4. Verifica que el encabezado del esquema exprese de forma clara la idea principal que permita ir descendiendo a detalles que enriquezcan esa idea.

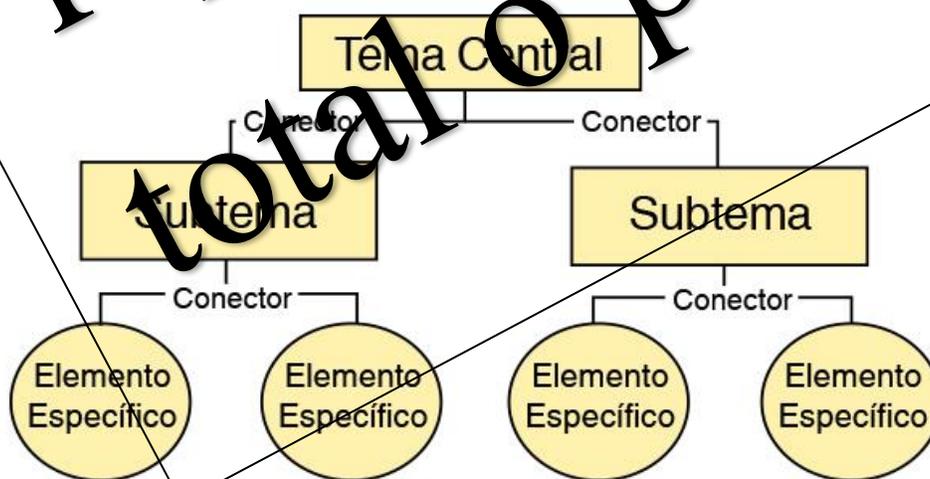
Mapas conceptuales

Los mapas conceptuales o mapas de conceptos son un medio para visualizar ideas o conceptos y las relaciones jerárquicas entre los mismo. Presenta una representación gráfica ordenada de conceptos y sus interrelaciones.

Se caracterizan por su simplificación, jerarquización e impacto visual.

Beneficios:

- ✓ Es útil para organizar información, sintetizar y presentarla gráficamente.
- ✓ Ayuda a apreciar el conjunto de la información que contiene un texto y las relaciones entre sus componentes, lo que facilita su comprensión que es el camino más satisfactorio y efectivo para el aprendizaje.
- ✓ Sirven para relatar oralmente o para redactar textos en los que se maneja lógica y ordenadamente cierta información.

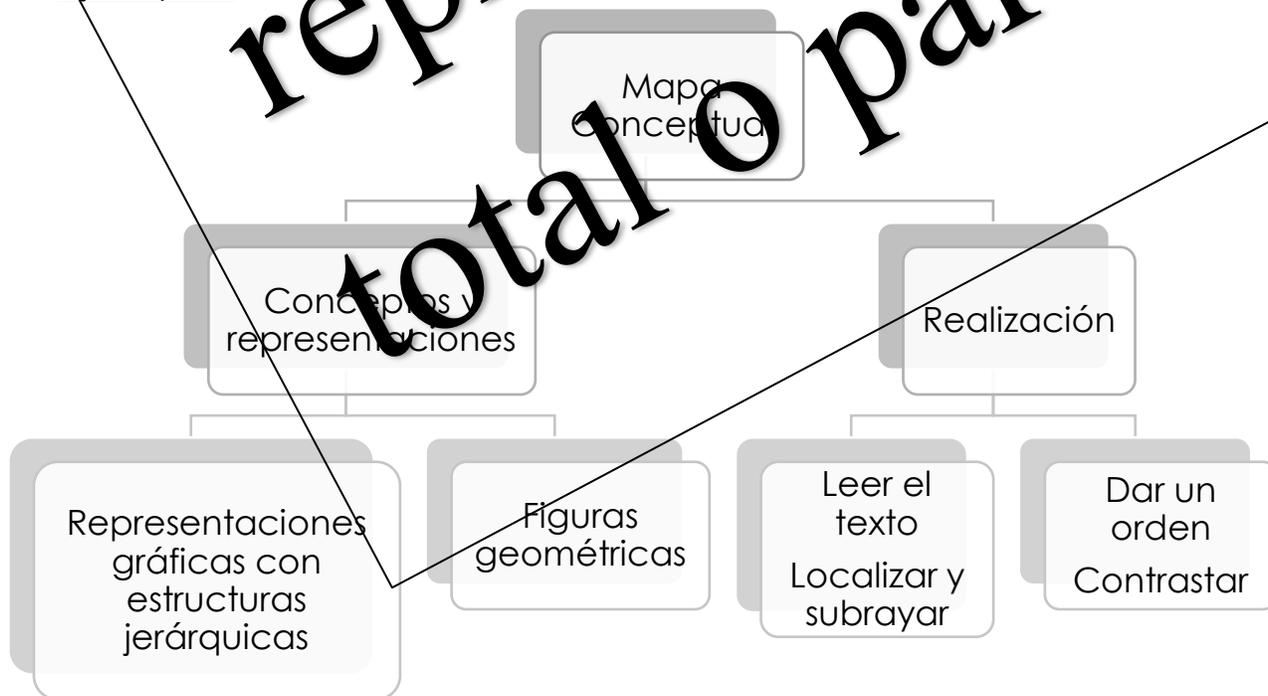


Pasos a seguir:

1. Identifica los conceptos clave del contenido que ordenarás en el mapa, posteriormente escríbelos en una lista de mayor a menor jerarquía de forma

2. Coloca el concepto principal o más general en la parte superior del mapa para ir uniéndolo con los otros conceptos según su nivel de generalización y especificidad.

3. Conecta los conceptos con palabras enlace, de manera que indique la dirección de la información.

Ejemplo:

Mapas mentales

Es un diagrama usado para representar las palabras, ideas, tareas, u otros conceptos ligados y dispuestos radialmente alrededor de una palabra clave o de una idea central. Utilizando palabras clave, presentadas de manera lógica, haciendo uso de colores, números para indicar la referencia e imágenes para representar la información.

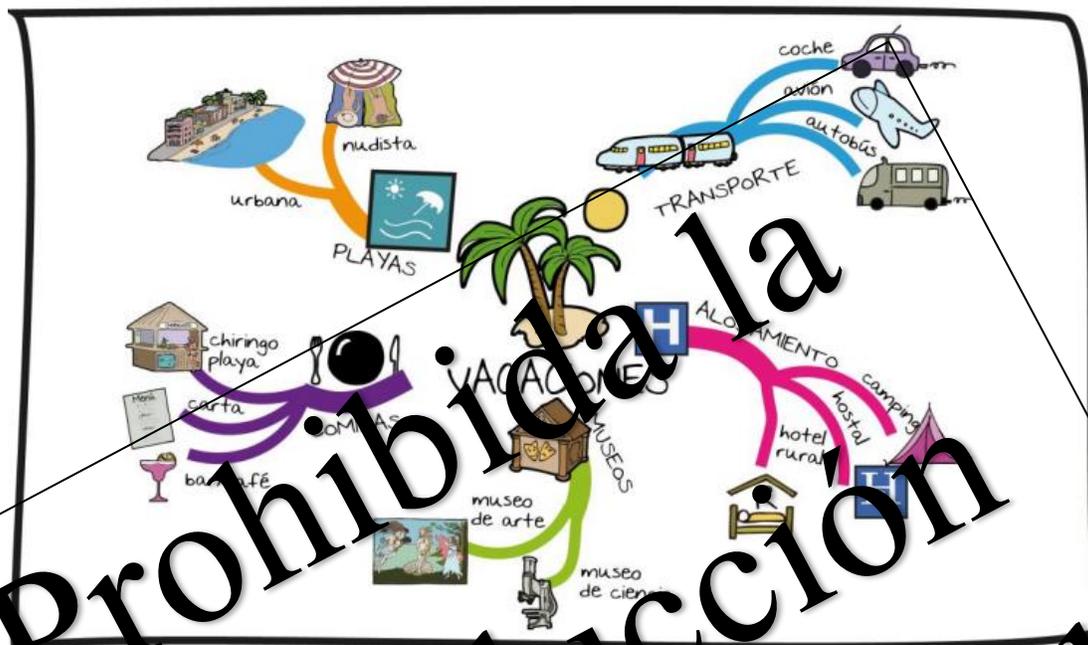
Beneficios:

Se utilizan para la generación, visualización, estructura y clasificación taxonómica de las ideas, y como ayuda interna para el estudio, organización, solución de problemas, toma de decisiones y escritura.

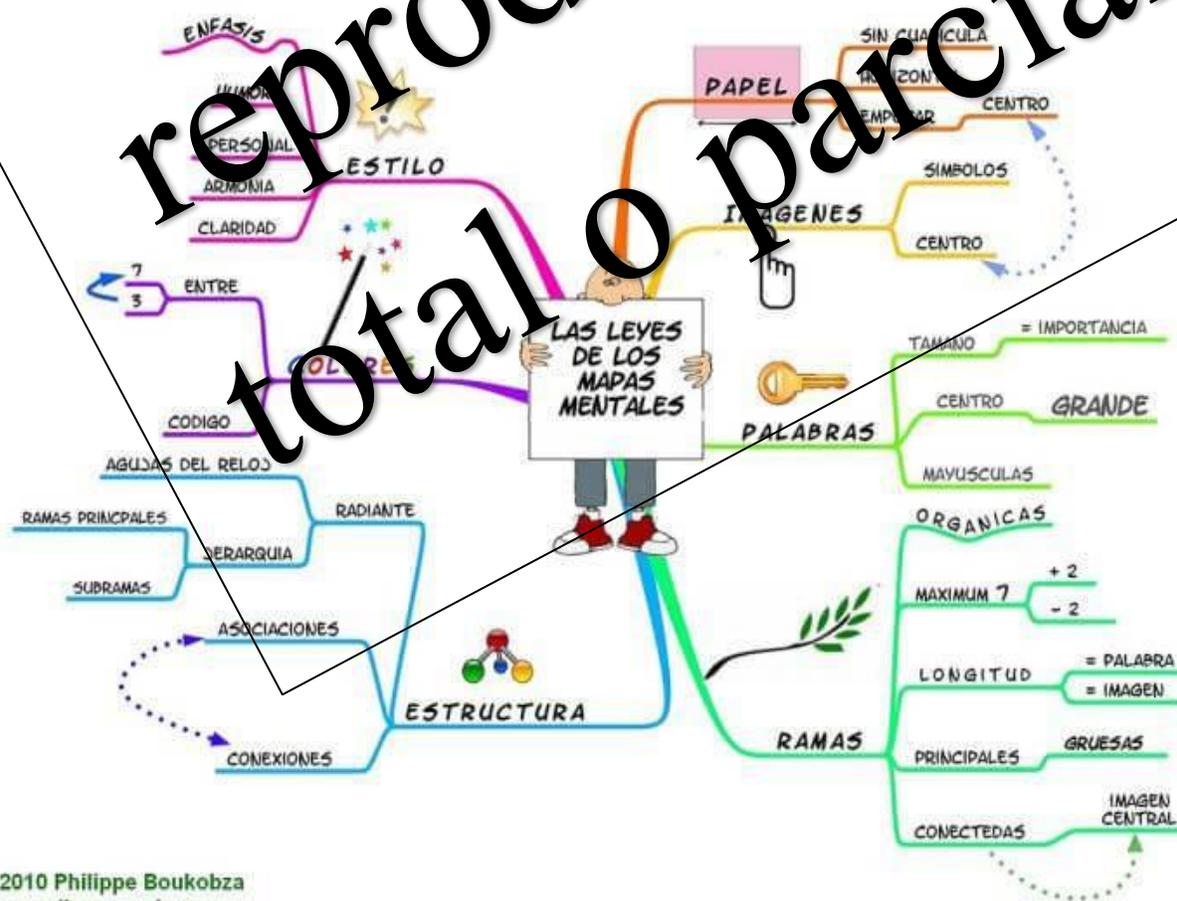
Pasos a seguir:



Resultado:



Gipuzkoa, Curso básico de mapas mentales (2014)



Cuadro sinóptico

Es un resumen esquematizado, que permite visualizar la estructura y organización del contenido de un texto.

Beneficios:

- ✓ Podrás contar con la información de manera rápida y detallada de los textos.
- ✓ Ordena y organiza conceptos y resalta información importante.
- ✓ Ayuda a formar una idea exacta de las semejanzas y diferencias entre los datos que se comparan.
- ✓ Ayuda a memorizar de forma visual las ideas principales del contenido que se está estudiando.

¿Cómo se hace?

Para hacer un cuadro sinóptico debes tener en cuenta cuál será su forma y contenido.

Forma:

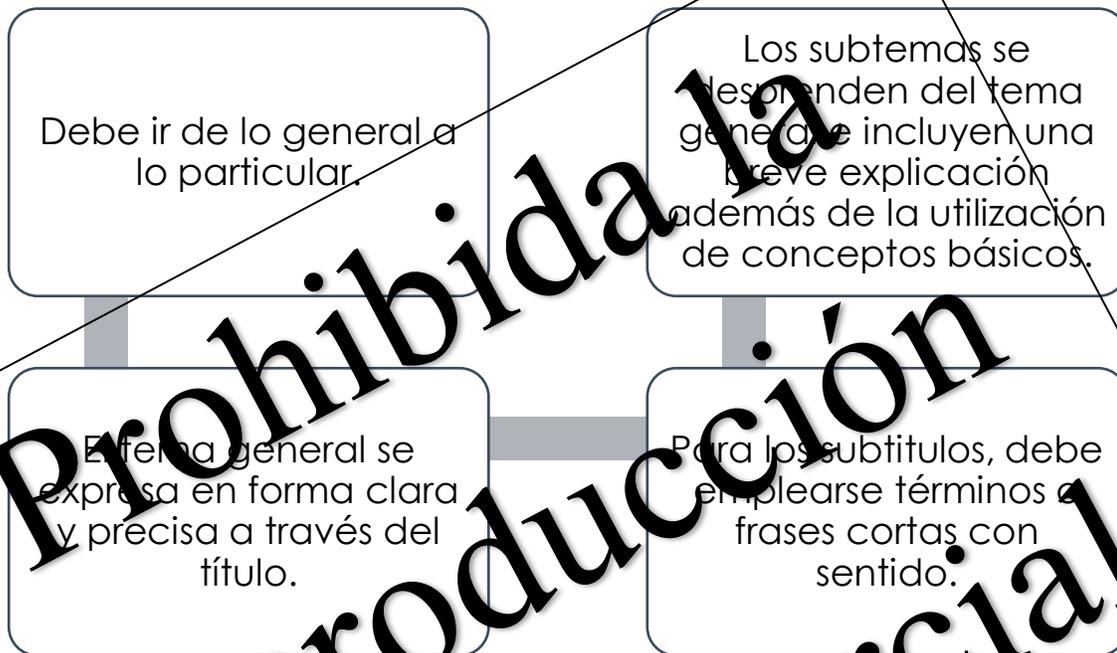
Su forma está determinada por la utilización del sistema de llaves.

El título del tema debe colocarse en la parte central lateral del cuadro sinóptico, fuera de la llave principal.

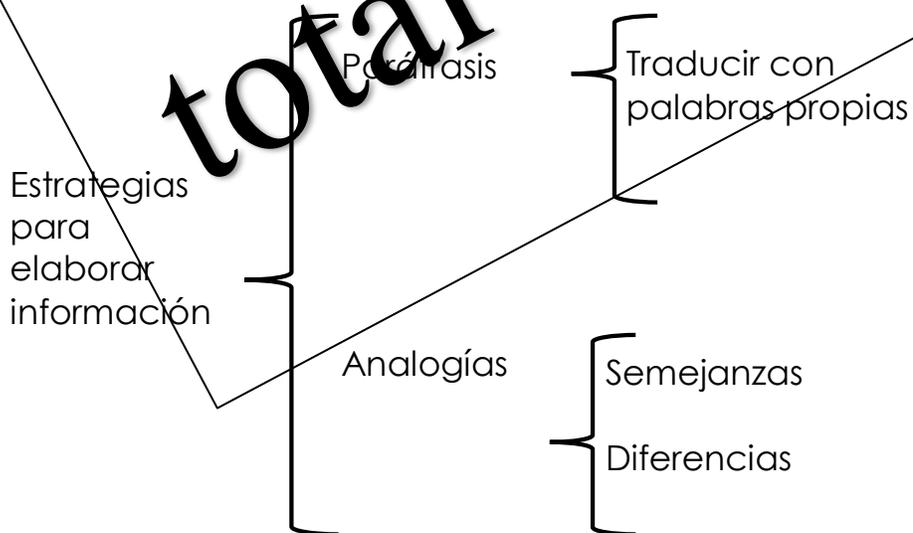
Las divisiones y subdivisiones se establecen según su jerarquía, utilizando llaves. Además, se puede resaltar con diferente tipo y tamaño de letra.

Prohibida la reproducción total o parcial

Contenido:



Ejemplo:



Prohibida la reproducción total o parcial

Analogías

Analogía significa comparación o relación entre varias razones o conceptos; es decir, comparar o relacionar dos o más objetos o experiencias, apreciando y señalando características generales y particulares, generando razonamientos y conductas basándose en la existencia de las semejanzas entre unos y otros.

Beneficios:

Pueden utilizarse para crear o fortalecer argumento. También se pueden utilizar para mejorar la comprensión de un tema comparándolo con otro, esto se realiza mediante la comparación de un tema o idea desconocido con uno que es bastante familiar, haciendo una relación, el tema desconocido o idea se puede comprender mejor.

¿Cómo se desarrolla?

Las analogías tienen tres componentes:

- ✓ El sujeto
- ✓ El análogo
- ✓ La conexión

La conexión se puede basar en semejanzas de forma, de función, de atributo, de finalidad, u otros.

Pasos para la creación de analogías:



1

Identificar cómo los dos elementos en el primer par están relacionados.



2

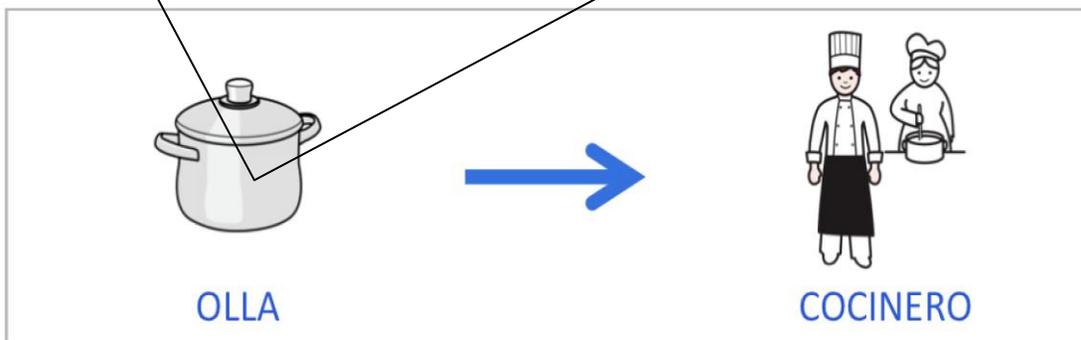
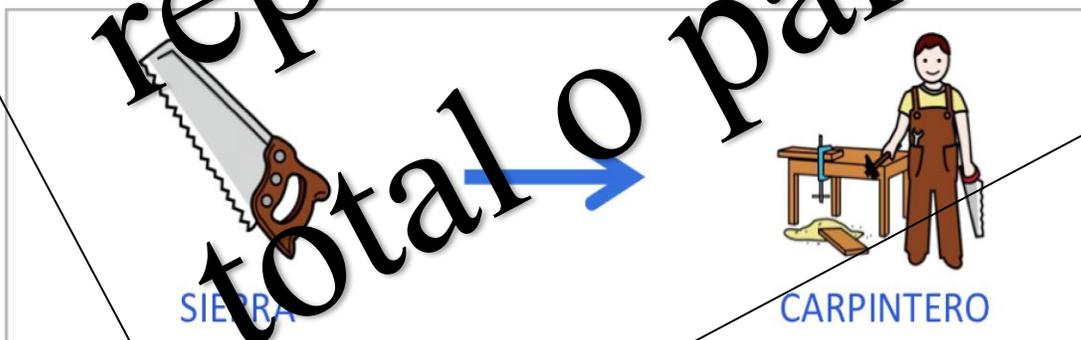
Describir el estado de su relación en una forma general.



3

Identificar otro par de elementos que compartan una relación similar.

Ejemplo:



Prohibida la reproducción total o parcial

Selección de estrategias

Como estudiante haz de seleccionar las estrategias más acordes con la consecución de tus objetivos, es decir tendrás que realizar un plan estratégico.

¿Cómo se realiza?

a) Evalúa las estrategias posibles para lograr un aprendizaje significativo:

- Lluvia de ideas que facilite la terminación de la tarea
- Evalúa la comprensión sobre cómo, dónde y cuándo aplicar las estrategias.

b) Selecciona las estrategias adecuadas para lograr significado y recuerdo, y hacer un compromiso para tener un control:

- Enlista o discute con otros las estrategias exitosas
- Pídele a un compañero o profesor que te explique cómo se aplican las estrategias que no conozcas
- Valora la mejor alternativa.

→ **Actividad:**

A manera de reflexión utiliza alguna de las técnicas que fueron explicadas para resaltar la información más importante



**Prohibida la
reproducción
total o parcial**

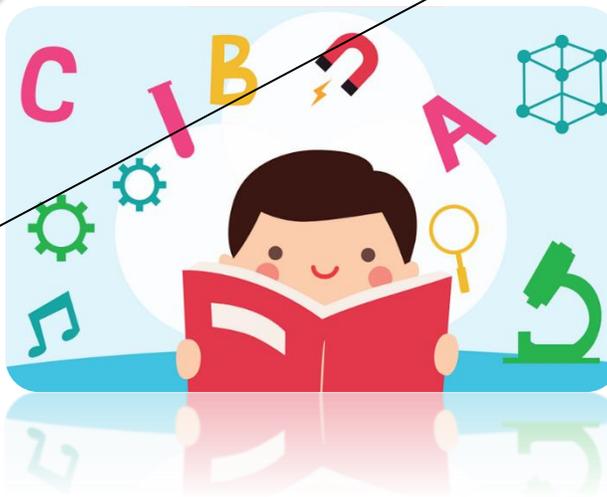
Responde: ¿Por qué elegiste esta técnica?

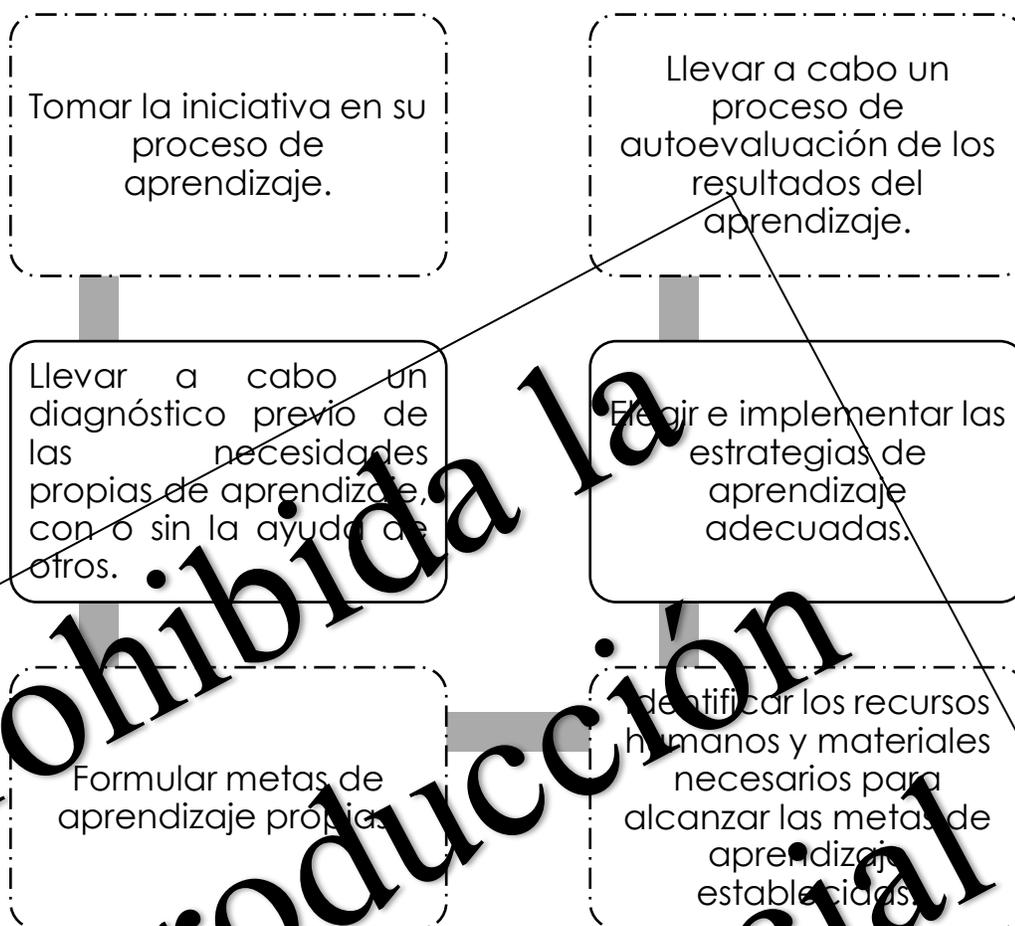
Capítulo IV. Autorregulación del aprendizaje

Para Manrique (2004), el aprendizaje autónomo es la facultad que tiene una persona para dirigir, controlar, regular y evaluar su forma de aprender, de forma consciente e intencionada haciendo uso de estrategias de aprendizaje para lograr el objetivo o meta deseado.

Para Martín (2011), las estrategias de autorregulación que utilizan los estudiantes influyen de forma adecuada sobre su rendimiento académico. El aprendizaje autorregulado se define como “un proceso activo y constructivo por el cual el estudiante establece sus propios objetivos de aprendizaje, procurando monitorear, regular y controlar sus pensamientos, su motivación y su comportamiento de acuerdo a dichos objetivos”

Esta autonomía debe ser el fin último de la educación, que se expresa en saber aprender a aprender, para que se logre es necesario que la persona ponga en marcha las acciones necesarias para el desarrollo de lo que se conoce como aprendizaje autónomo o auto-determinado, auto-instrucción, etc. Estos procesos requieren, por parte del individuo:





Martin (2011)

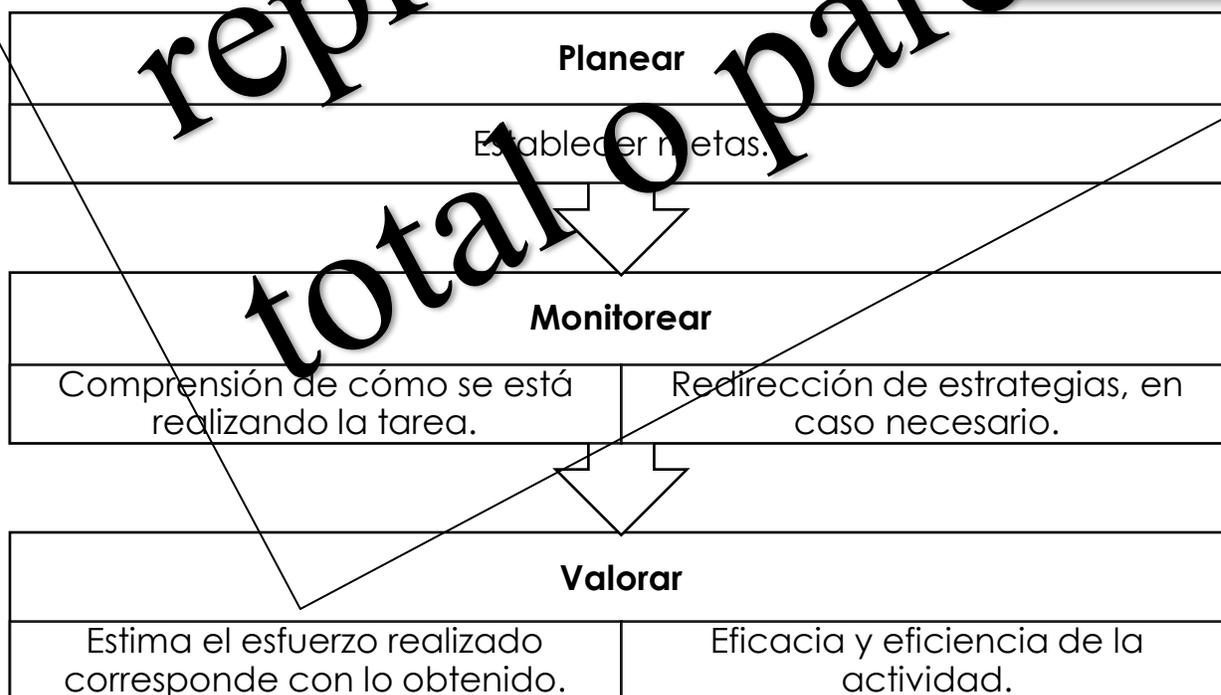
En definitiva, el aprendizaje autónomo comporta competencias como la autogestión y pro-actividad, autoconocimiento, responsabilidad y autocontrol del proceso de aprendizaje por parte de la persona o, en otras palabras, la autorregulación del proceso de aprendizaje. Los beneficios de este tipo de comportamiento son manifiestos. Tal y como refieren distintos autores (Knowles, 1975; Schunk & Zimmerman, 1998; Pintrich, 2000, como se citó en Martín, 2011), los estudiantes pro-activos aprenden más cosas y mejor que los que atienden pasivamente esperando a que el profesor les transmita su conocimiento y les dirija; presentan una mayor persistencia y una motivación más elevada; y suelen aprender de forma más efectiva y profunda, mostrando un mayor interés y una actitud más positiva hacia las materias objeto de aprendizaje (Martín, 2011).

Elementos que integran la autorregulación

Para ser un aprendiz competente según Vives, Durán, Varela y Fortoul (2014) es necesario ser un participante intencional y activo, capaz de iniciar y dirigir tu propio aprendizaje. En el aprendizaje autorregulado se emplean los conocimientos metacognitivos para autodirigir con eficacia el aprendizaje y esta regulación puede llevar a adquirir nuevos conocimientos relacionados con la tarea y con los propios recursos de cómo aprender.

El aprendizaje autorregulado requiere establecer metas, estrategias para alcanzarlas y controlar el proceso mediante una constante autoevaluación del mismo.

Sus principales fases son planear, monitorear y valorar.



Abarca tres tipos de habilidades: cognitivas, metacognitivas y afectivas.

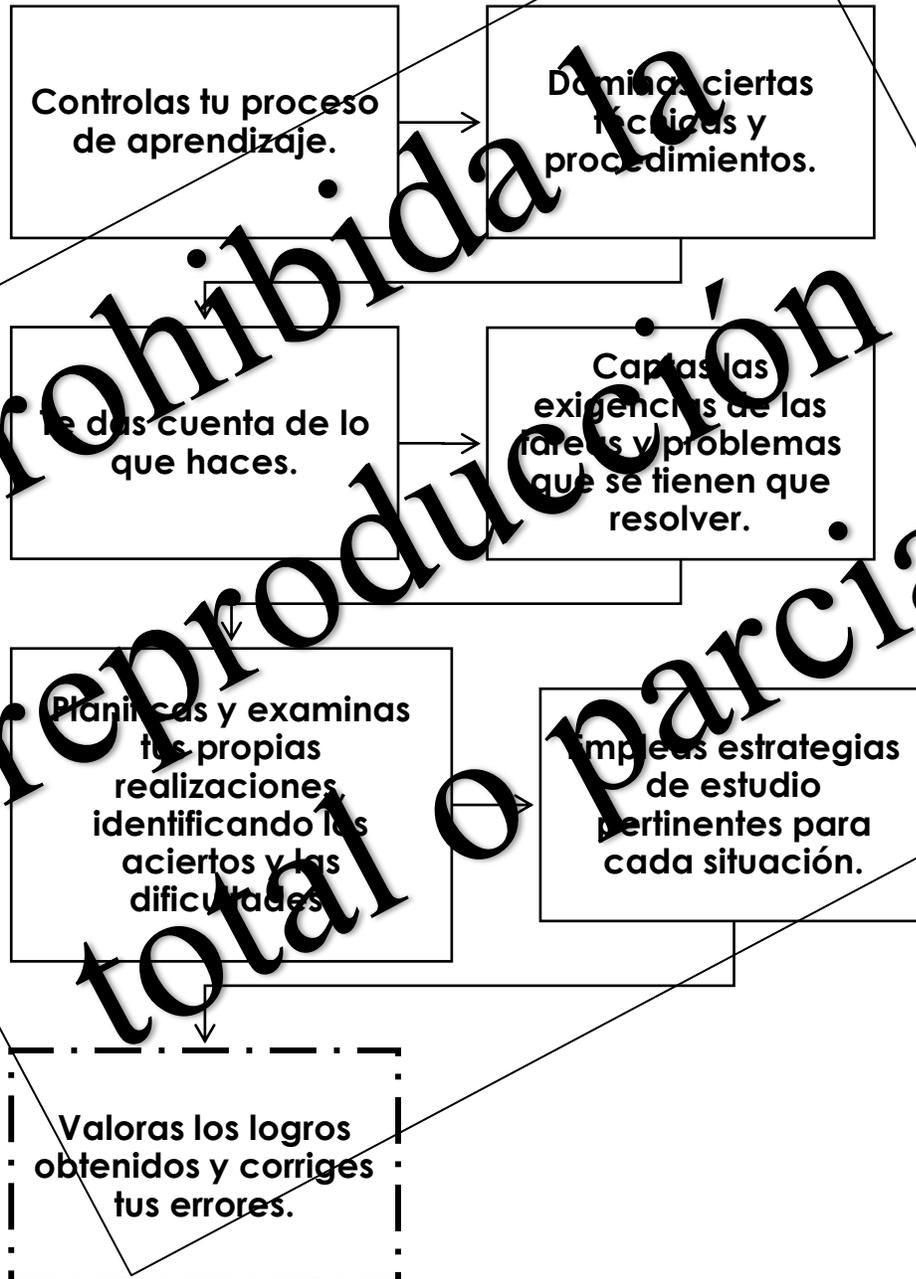
Cognitivas	Metacognitivas	Afectivas
<input type="checkbox"/> Memoria <input type="checkbox"/> Atención <input type="checkbox"/> Resolución de problemas	<input type="checkbox"/> Comprensión del propio aprendizaje <input type="checkbox"/> Procesos del pensamiento	<input type="checkbox"/> Vigilar y regular: <input type="checkbox"/> Estados de ánimo <input type="checkbox"/> Sentimientos <input type="checkbox"/> Emociones

Para finalizar, recuerda que...



Escoger y construir las estrategias de aprendizaje y estudio no es tarea fácil. Aprender a aprender significa tener la capacidad de reflexionar detenidamente sobre la forma en cómo se aprende y actuar en consecuencia, autorregulando el propio proceso de aprendizaje mediante el uso de estrategias flexibles y apropiadas, que se transfieran y adaptan a nuevas situaciones (tutorial de estrategias de aprendizaje, del Colegio de Ciencias y Humanidades, 2017).

Aprendes a aprender cuando:



Referencias:

Angulo, B. O. y García, M. D. (2016). Estrategias de aprendizaje. México: UNAM.

Colegio de Ciencias y Humanidades (2017). Tutorial de estrategias de aprendizaje. México. UNAM. Recuperado de <http://tutorial.cch.unam.mx/bloque1/elCCH>.

García, E. J. y García, V. M. (2007). Enseñar y aprender a estudiar. España. Recuperado de [file:///C:/Users/Nancy/Downloads/Nancy%20aprenderaestudiar\[1\].pdf](file:///C:/Users/Nancy/Downloads/Nancy%20aprenderaestudiar[1].pdf)

García, H, B.C., Gutiérrez, G.M. y Condemann, G.E. (1999). *A estudiar se aprende*. Chile: Universidad Católica de Chile, 17-54.

Gipuzkoa. (2014). Curso básico de mapas mentales. España.

Martín, C. A. (2011). Competencias del estudiante autorregulado y los estilos de aprendizaje. *Revista Estilos de Aprendizaje*, 8 (8), 1-17.

Programa de educación superior: FAJTAPO (2011). Manual de estrategias y técnicas de aprendizaje. Bolivia: Reino de los países bajos. Recuperado de http://blogs.uaen.es/biblio/wp-content/uploads/2014/04/manual_mapas_mentales.pdf.

Valle, A., González, C. R., Cuevas G. L., Fernández S. A. (1998). Las estrategias de aprendizaje: características básicas y su relevancia en el contexto escolar. *Revista de Psicodidáctica*, (6), 53-68.

Vives, V. T, Durán, C. C., Varela, R. M. y Fortoul, T. (2014). La autorregulación en el aprendizaje, la luz de un faro en el mar. *Investigación en educación médica*, 3 (9), 34-39.