Taller

Estrategias de estudio universitario

Miguel Romero Flores
Capacitador

Quito, 2020

UNIVERSIDAD ANDINA SIMÓN BOLÍVAR
Ecuador

CASA ANDINA

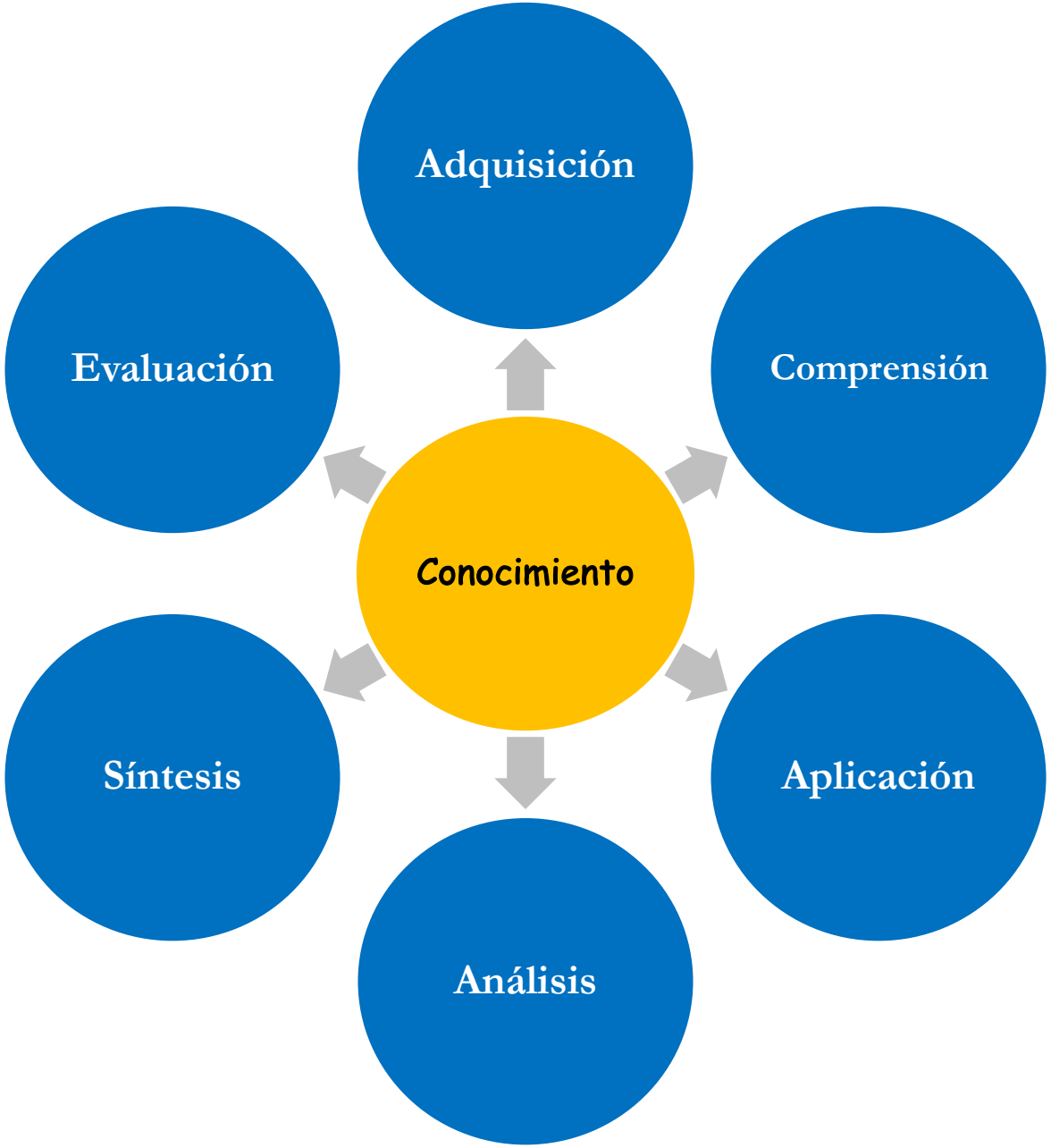
Objetivos del taller

- Reconocer las **condiciones básicas** para la realización del estudio, organización del tiempo y planificación de las actividades.
- **Motivar** el uso de estrategias de estudio y herramientas digitales en el proceso de aprendizaje universitario.
- Impartir recomendaciones para el estudio y ejecución del **examen comprensivo**.

Técnicas de estudio (qué es)

"proceso de toma de decisiones, consciente e intencional, que consiste en seleccionar los conocimientos conceptuales, procedimentales y actitudinales, necesarios para cumplimentar un determinado objetivo, siempre en función de las condiciones de la situación educativa en que se produce la acción". (Monereo 2000, 34)

Niveles del aprendizaje universitario



Caamaño s.f.

HOME

Condiciones para el estudio

¿Estudias en un lugar fijo?

¿El espacio es funcional?

¿Dispones de escritorio, silla, estanterías?

¿Hay distracciones auditivas, visuales?

¿La iluminación es la adecuada?

¿El lugar está ordenado, los archivos organizados?

¿El lugar está limpio?

¿Te alimentas adecuadamente con relación a tu edad, peso, talla?

¿Qué deporte prácticas?

¿Cuántas horas duermes?

¿Cuál es tu lugar ideal para estudiar?

“el tiempo perdido jamás vuelve [...] por ello es conveniente administrar adecuadamente nuestro tiempo”.

Hábitos de estudio

istockphoto

¿Cuántas horas tiene el día?

¿Tienes planificada la distribución de tu tiempo?

¿Cuánto tiempo asignas para estudiar?

¿Cuánto tiempo asignas para otras actividades: dormir, clases, comidas, desplazamientos, esparcimiento, etc.?

Modelo de distribución de actividades

Actividades	NÚMERO DE HORAS								
	Ej.	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Total
Dormir	8								
Clases	6								
Comidas	2								
Desplazamientos	2								
Esparcimientos e imprevistos	3								
Estudio	3								

¿Cuánto tiempo debes reservar para estudiar?

- La programación **diaria** debe ser **flexible**; puede haber variaciones de un día a otro.
- La programación **semanal** debe corregir ese desajuste. El tiempo semanal de estudio debe ser entre 15 y 21 horas.
- Evita dosificar el estudio diario: mañana, tarde o noche.
- Tampoco estudies tres horas seguidas **sin descansar**.
- Cada tres horas: **descansa 5 min.** después de la primera sesión de 55 min.; **descansa 10 minutos** después de la segunda sesión de 50 min.; haz una tercera sesión de estudio de 45 min., después de la cual **descansa 15 min**.

Ejercicio 1. Cuestionario de hábitos de estudio

Indicaciones

1. Responde el cuestionario sobre hábitos de estudio.
2. Suma el total y revisa la valoración según las indicaciones dadas.

Tiempo: 10 min.

Cuestionario sobre hábitos de estudio

n.º	Ítems	Siempre	A veces	Nunca
1	¿Estudias en un lugar específico?			
2	¿El lugar donde estudias está libre de ruidos e interrupciones?			
3	¿Estudias casi todos los días?			
4	¿Tienes separadas ciertas horas para estudiar cada materia?			
5	¿Estudias con tiempo suficiente antes de cada examen?			
6	¿Revisas el material asignado antes de ir a clases?			
7	¿Cumples todos o casi todas las tareas?			
8	¿Buscas ayuda cuando no entiendes algún tema?			
9	¿Trazas bosquejos o subrayas el material cuando estudia?			
10	¿Lees el mismo material más de una vez?			
11	¿Te aseguras de que entiendes bien antes de seguir estudiando?			
12	¿Identificas la organización del material antes de empezar a estudiar?			
13	¿Mantienes la concentración mientras estudia?			
14	¿Elaboras un resumen mental de cada párrafo antes de continuar estudiando?			
15	¿Tomas constantemente notas mientras estudias?			
16	¿Relacionas el material que estudia con otro estudiado anteriormente?			
17	¿Identificas fácilmente la idea central del texto que lees?			
18	¿Lees rápidamente todo tipo de textos?			
19	¿Resuelves los ejercicios o contesta las preguntas del libro?			
20	¿Anticipas el contenido global del texto a partir del título?			

Estudiar

A mayor **organización**

Menor derroche de **esfuerzo**

Mayor **rendimiento**

AHORITA NO JOVEN
ESTOY ESTUDIANDO
memegenerator.es

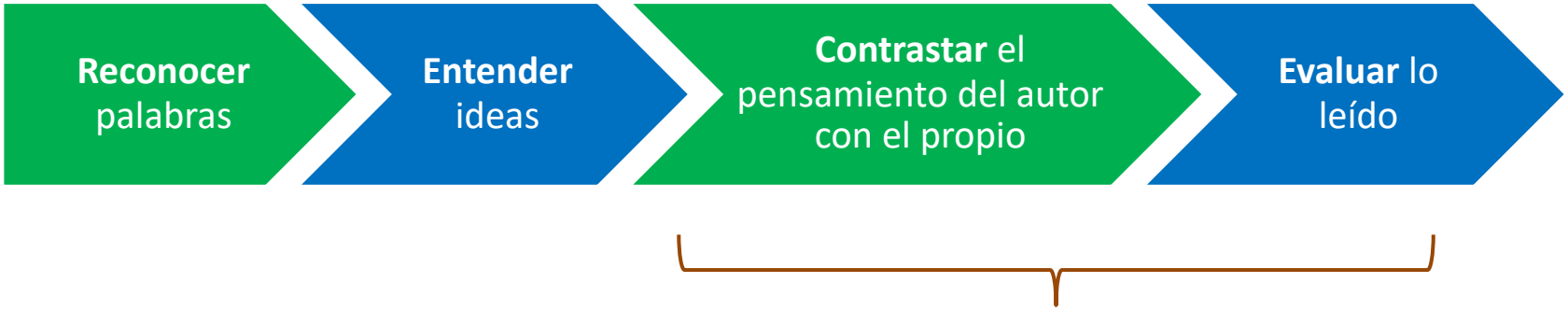
El ciclo de la atención

Martínez, Pacheco y Nava 2015

¿Por qué lectura es la práctica más importante para el estudio?

Aprendizaje significativo

(relación: conocimientos previos con nueva información)



Lectura crítica

“Lee un texto, saca tus conclusiones y contrástalas con lo que piensas”.

El subrayado y las anotaciones al margen

Desarrolla nuestra capacidad de **análisis** y **observación**.

Facilita la **comprensión** y la estructuración de **ideas**.

Nos obliga a plantearnos **qué es lo principal** y qué es lo secundario.

El estudio se hace más **activo**; nos obliga a fijar más la **atención**.

Facilita el **repaso** y la **relectura rápida** del texto.

A tenerse en cuenta sobre el subrayado

La observación imparcial no existe, cada observación que hacemos no es sino una función de cuanto vimos y experimentamos en el pasado. Todo trabajo científico de índole experimental o exploratoria comienza con cierta expectativa respecto del resultado. Esa expectativa constituye una hipótesis. Las hipótesis proporcionan la iniciativa y el incentivo para investigar e influyen en el método. El hecho de que algunas observaciones se juzguen pertinentes y otras no, que se use una metodología y se dejen de lado las demás, que se hagan ciertos experimentos y no otros, tiene que ver con esa expectativa. ¿Dónde ha quedado ahora el investigador ingenuo, puro y objetivo?

Subrayado en exceso

No se aprecian la idea principal y las ideas secundarias

Phillips y Pugh 2003, 35

A tenerse en cuenta sobre el subrayado

Si subrayas **antes** de una lectura completa del texto...

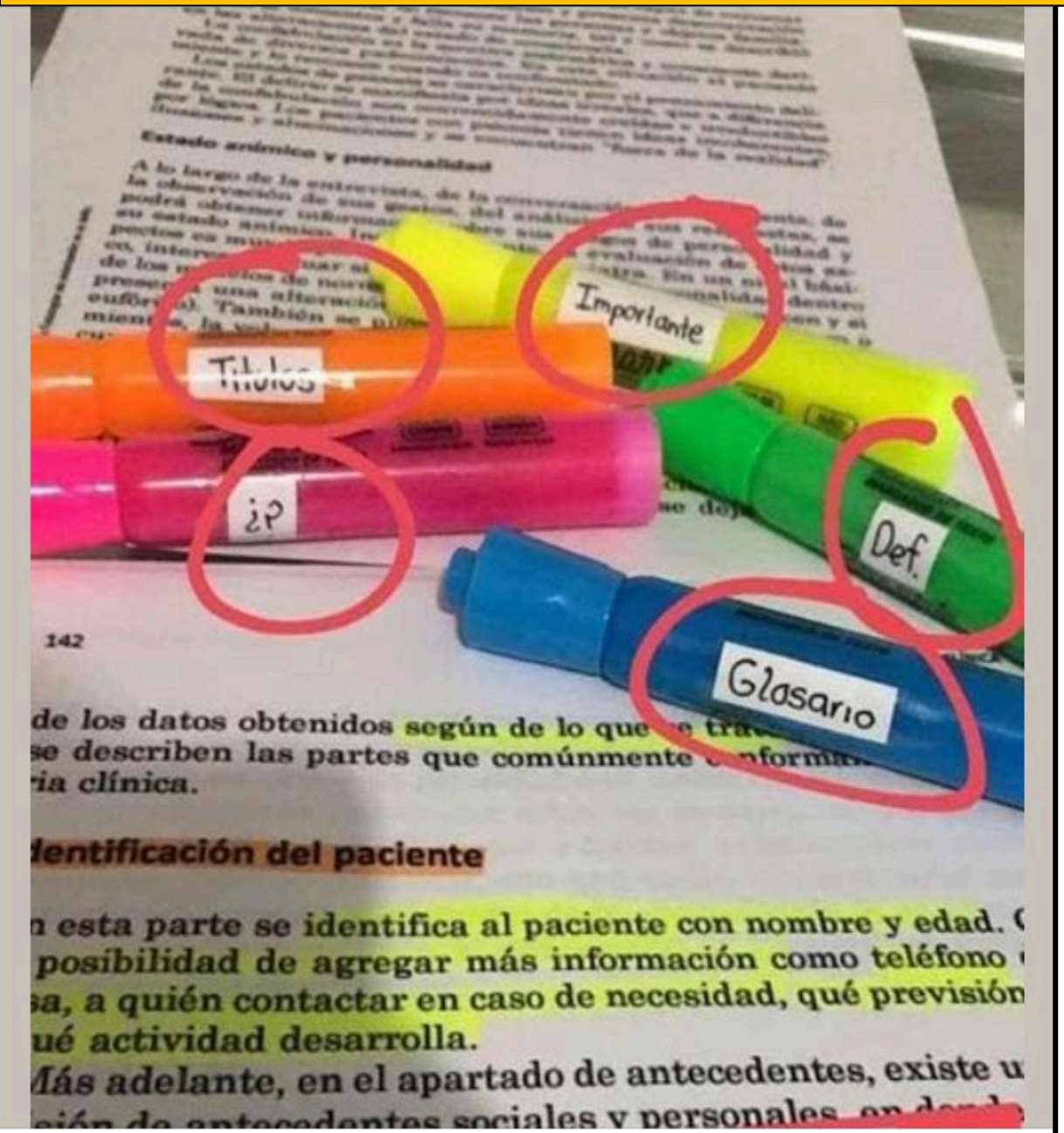
el subrayado podría no apreciar la **diferencia** entre ideas principales y secundarias.

Si subrayas en **exceso**, no solo las palabras clave...

al momento de hacer una síntesis **nuevamente** tendrás que leer todo lo subrayado y hacer entonces el análisis que no hiciste anteriormente.

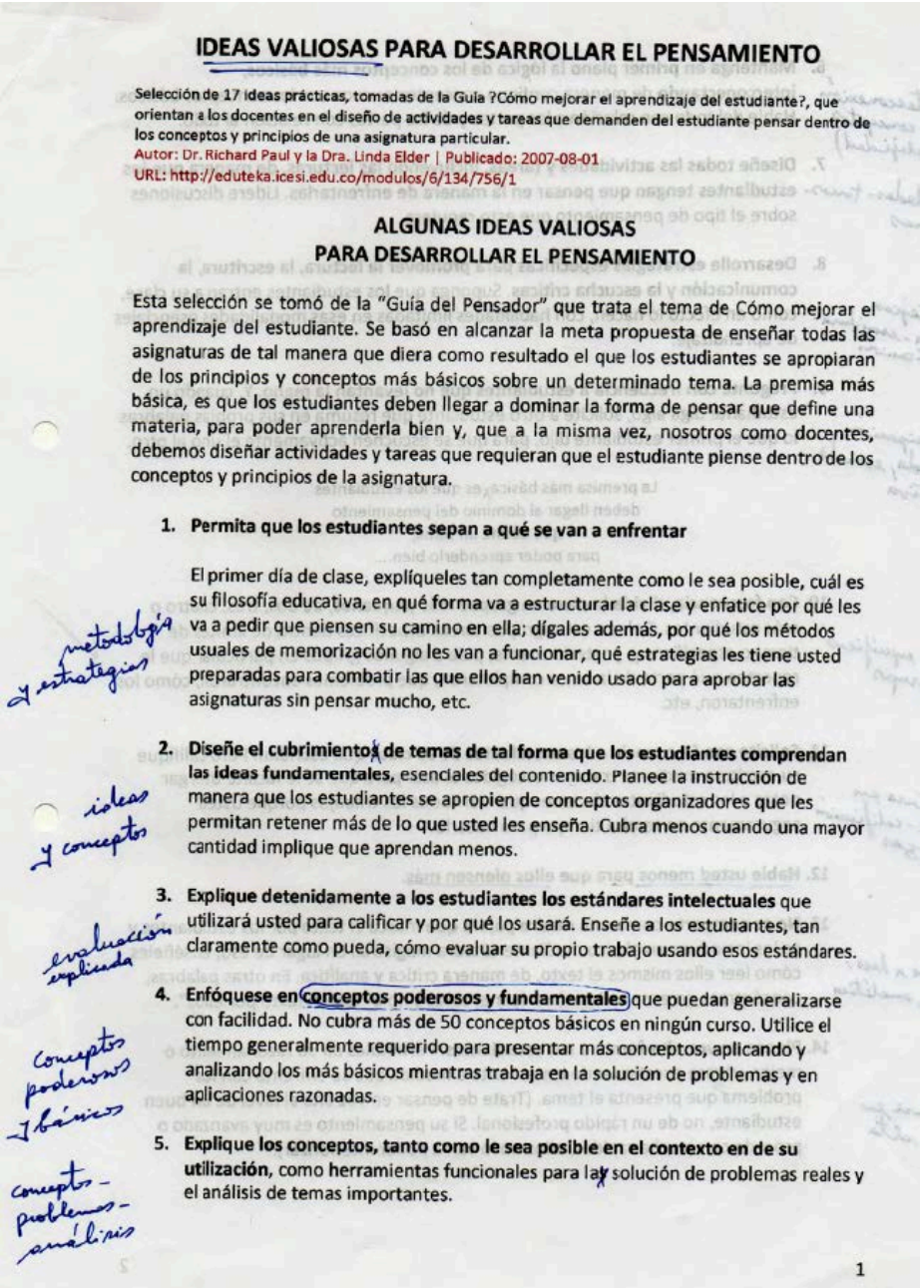
Evita sobrecargar el texto con muchos subrayados, anotaciones y símbolos, porque en vez de ayudar se dificulta la tarea de síntesis (UNED s.f., 11).

¿Por qué resaltar los textos?



- Ayuda a **fijar** la atención.
- Favorece el **estudio activo** y el interés por **captar lo esencial** de cada párrafo.
- Incrementa el **sentido crítico** de la lectura porque se **destaca lo esencial** de lo secundario.
- Es **condición** indispensable para **confeccionar** esquemas y resúmenes.
- Favorece la **asimilación** y desarrolla la capacidad de **análisis** y **síntesis**.

Anotaciones al margen



IDEAS VALIOSAS PARA DESARROLLAR EL PENSAMIENTO

Selección de 17 ideas prácticas, tomadas de la Guía ?Cómo mejorar el aprendizaje del estudiante?, que orientan a los docentes en el diseño de actividades y tareas que demanden del estudiante pensar dentro de los conceptos y principios de una asignatura particular.
Autor: Dr. Richard Paul y la Dra. Linda Elder | Publicado: 2007-08-01
URL: http://eduteka.icesi.edu.co/modulos/6/134/756/1

ALGUNAS IDEAS VALIOSAS PARA DESARROLLAR EL PENSAMIENTO

Esta selección se tomó de la "Guía del Pensador" que trata el tema de Cómo mejorar el aprendizaje del estudiante. Se basó en alcanzar la meta propuesta de enseñar todas las asignaturas de tal manera que diera como resultado el que los estudiantes se apropiaran de los principios y conceptos más básicos sobre un determinado tema. La premisa más básica, es que los estudiantes deben llegar a dominar la forma de pensar que define una materia, para poder aprenderla bien y, que a la misma vez, nosotros como docentes, debemos diseñar actividades y tareas que requieran que el estudiante piense dentro de los conceptos y principios de la asignatura.

1. **Permita que los estudiantes sepan a qué se van a enfrentar**

   El primer día de clase, explíqueles tan completamente como le sea posible, cuál es su filosofía educativa, en qué forma va a estructurar la clase y enfatice por qué les va a pedir que piensen su camino en ella; dígales además, por qué los métodos usuales de memorización no les van a funcionar, qué estrategias les tiene usted preparadas para combatir las que ellos han venido usado para aprobar las asignaturas sin pensar mucho, etc.

   metodología y estrategias

2. **Diseñe el cubrimiento de temas de tal forma que los estudiantes comprendan las ideas fundamentales**, esenciales del contenido. Planee la instrucción de manera que los estudiantes se apropien de conceptos organizadores que les permitan retener más de lo que usted les enseña. Cubra menos cuando una mayor cantidad implique que aprendan menos.

   ideas y conceptos

3. **Explique detenidamente a los estudiantes los estándares intelectuales** que utilizará usted para calificar y por qué los usará. Enseñe a los estudiantes, tan claramente como pueda, cómo evaluar su propio trabajo usando esos estándares.

   evaluación explicada

4. **Enfóquese en conceptos poderosos y fundamentales** que puedan generalizarse con facilidad. No cubra más de 50 conceptos básicos en ningún curso. Utilice el tiempo generalmente requerido para presentar más conceptos, aplicando y analizando los más básicos mientras trabaja en la solución de problemas y en aplicaciones razonadas.

   conceptos poderosos y básicos

5. **Explique los conceptos, tanto como le sea posible en el contexto en de su utilización**, como herramientas funcionales para la solución de problemas reales y el análisis de temas importantes.

   conceptos - problemas - análisis

1

- Resaltan las **palabras clave** que engloben todo un párrafo del texto.
- Destacan **aspectos no implícitos** en el texto.
- **Resume** (con las propias palabras) la idea principal de cada párrafo.
- Puedes utilizar también flechas o símbolos para **vincular las ideas**.

FOREM 1999, 13

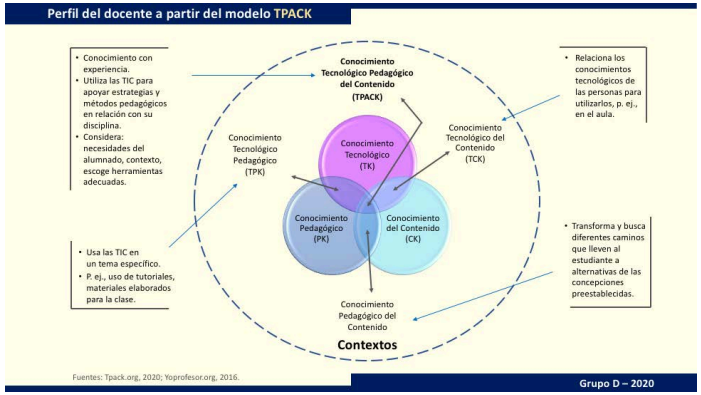
Ejercicio 2. Subrayado y anotaciones al margen

Indicaciones

1. Lee detenidamente cada párrafo.
2. Subraya la idea principal.
3. Encierra en un círculo lo que te interesa.
4. Haz anotaciones al margen.
5. Puedes rotular con color fluorescente.

Tiempo: 20 min.

Mapa conceptual



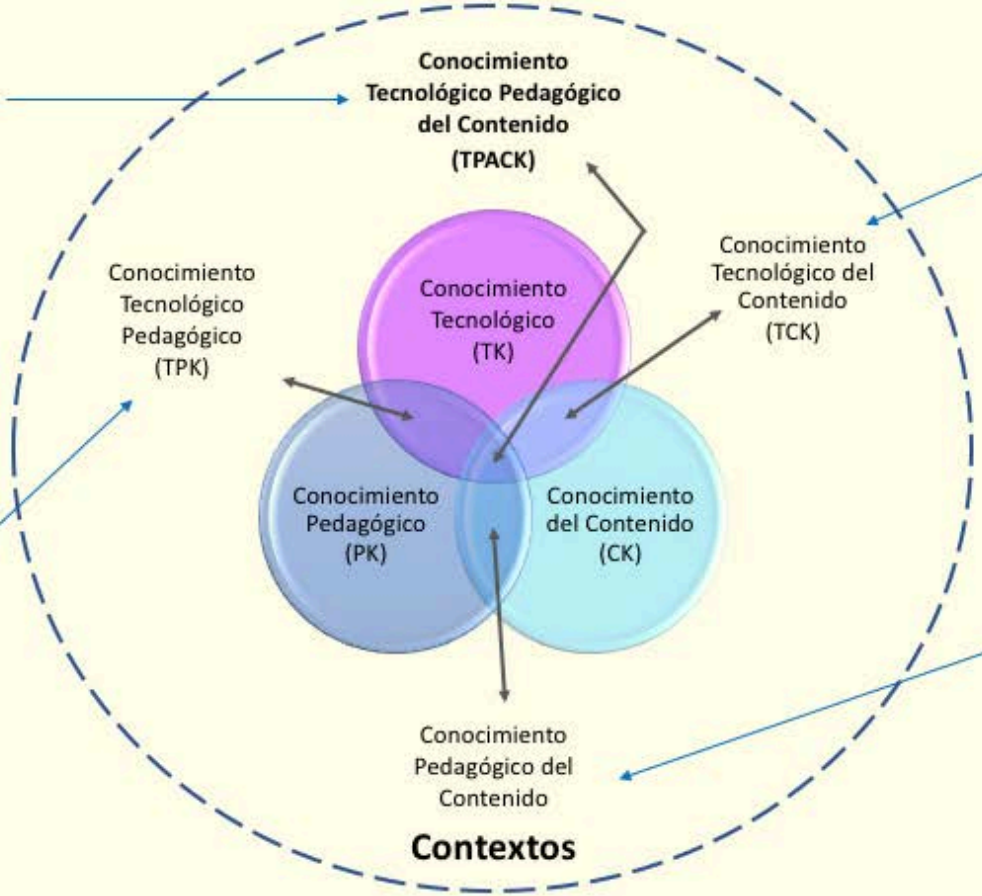
- Es una herramienta gráfica en la cual podemos organizar y representar el conocimiento.
- **Concepto:** aquellas palabras que empleamos para designar cierta imagen de un objeto, acontecimiento o ser. La relación entre dos o más conceptos debe de ser significativa y válida.
- **Enlace:** son las que unen dos conceptos y señala la relación existente entre ellos, las relaciones pueden ser verticales u horizontales.
- **Proposición:** también llamadas frases, que constan de dos o más conceptos unidas por palabras enlace.

Mapa conceptual

Perfil del docente a partir del modelo TPACK

- Conocimiento con experiencia.
- Utiliza las TIC para apoyar estrategias y métodos pedagógicos en relación con su disciplina.
- Considera: necesidades del alumnado, contexto, escoge herramientas adecuadas.

- Usa las TIC en un tema específico.
- P. ej., uso de tutoriales, materiales elaborados para la clase.

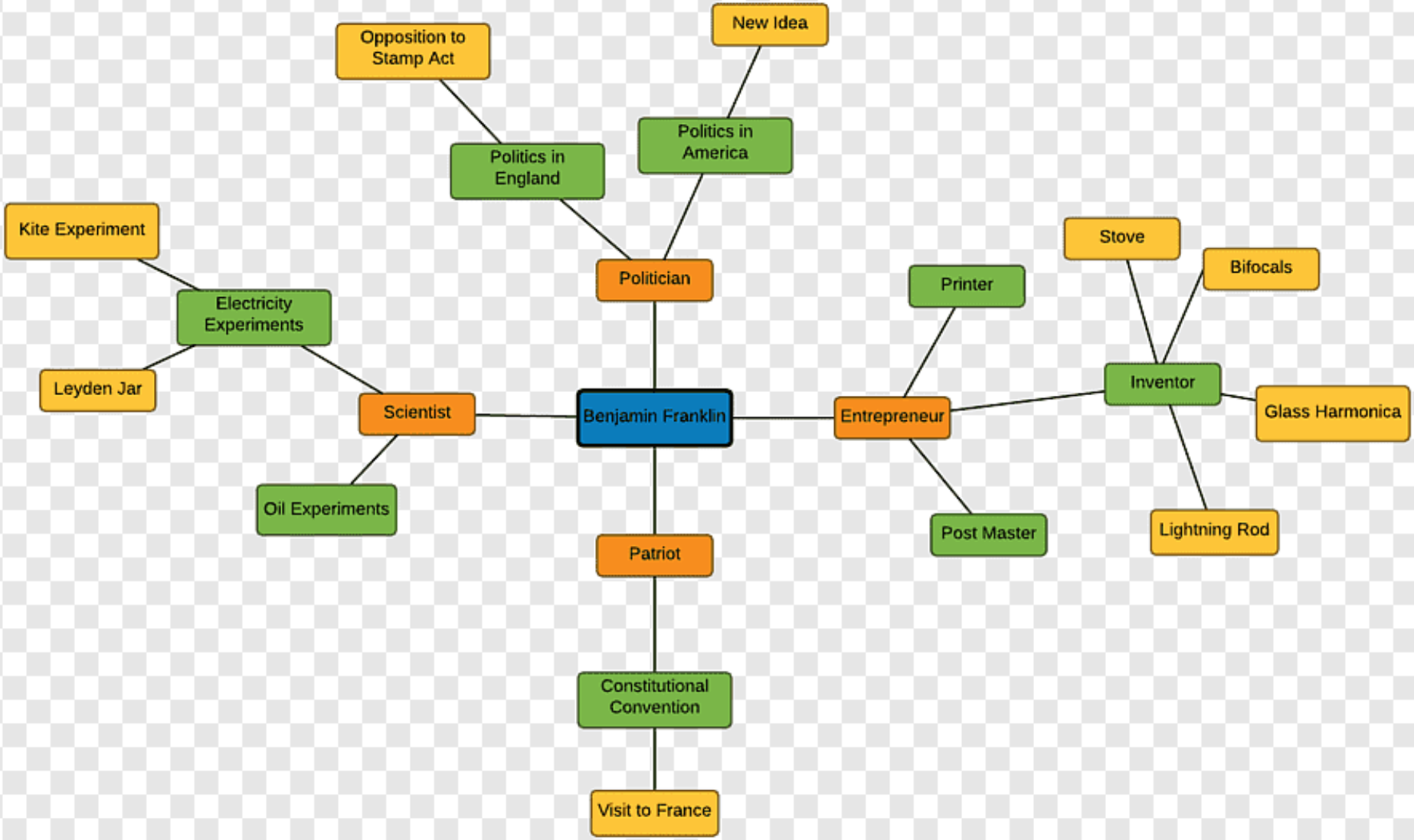


- Relaciona los conocimientos tecnológicos de las personas para utilizarlos, p. ej., en el aula.

- Transforma y busca diferentes caminos que lleven al estudiante a alternativas de las concepciones preestablecidas.

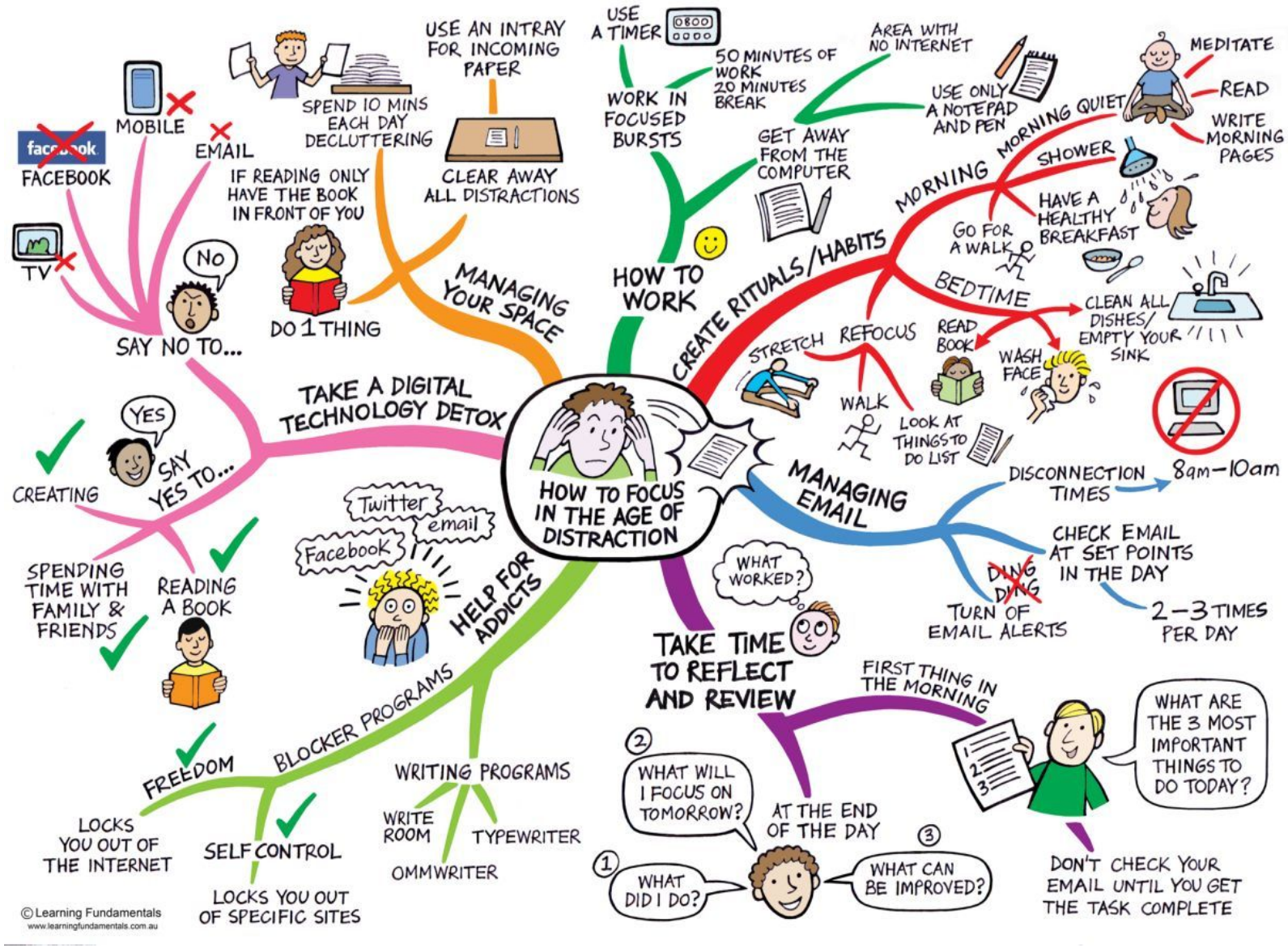
Fuentes: Tpack.org, 2020; Yoprofesor.org, 2016.

Mapa conceptual



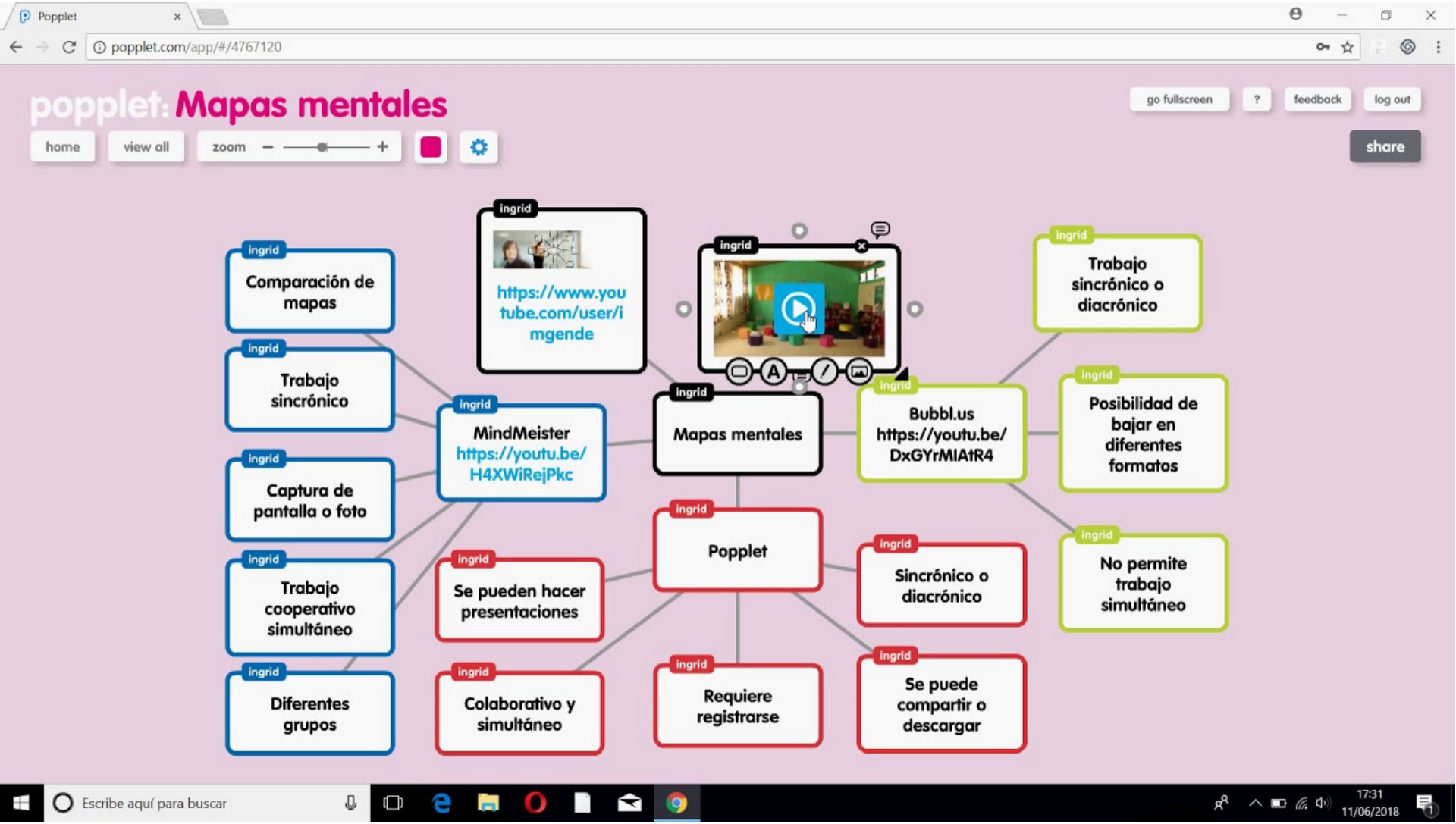
https://www.lucidchart.com/

Mapa mental



https://app.popplet.com/#/login

Mapa mental



https://app.popplet.com/#/login

Preparación para el examen comprensivo

Me dijiste que el examen estaría fácil.

Sí, pero para el que estudió.

Examen comprensivo: contenidos

CADA PREGUNTA
(dos partes)

Examen comprensivo: contenidos

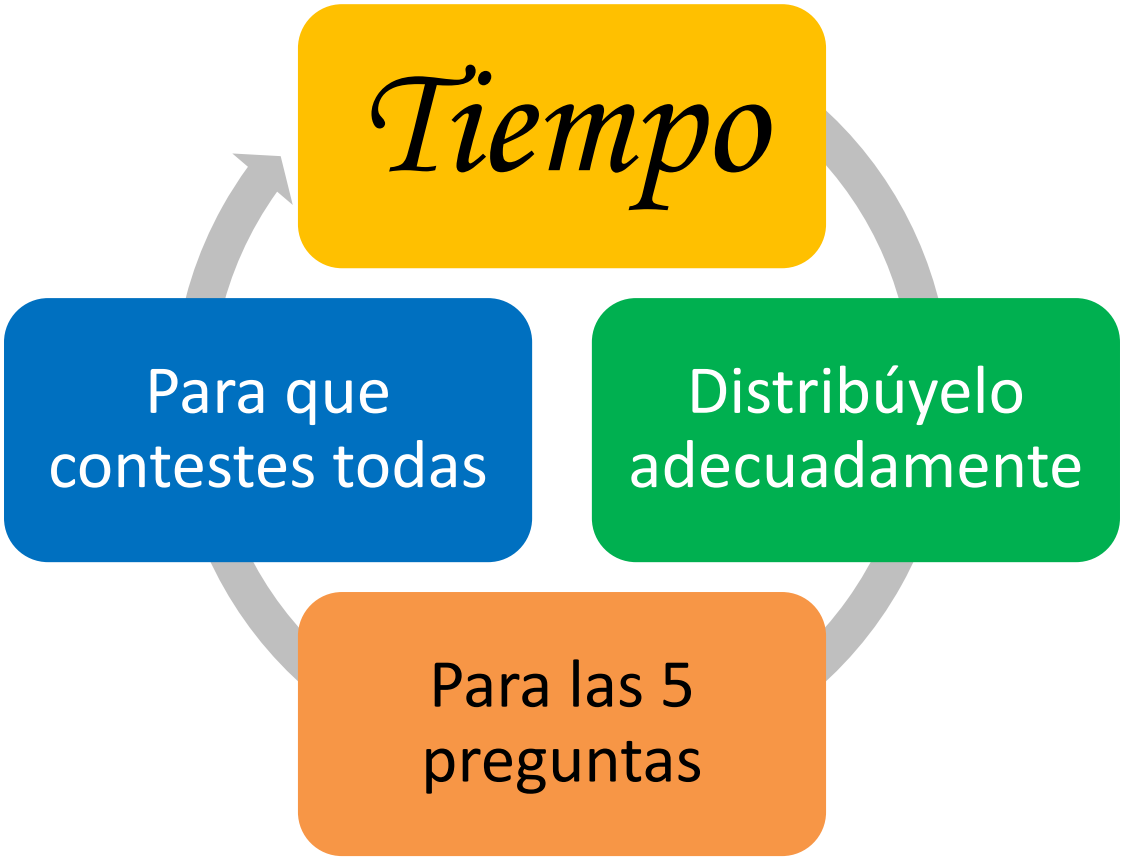
- Primera parte
  - Explicar, analizar contenidos
  - Desarrollo contenidos (aplicación práctica)
- Segunda parte (caso complejo)
  - Cinco preguntas
    - Elementos jurídicos de cada caso
    - Roles de actores operadores
    - Basados en problemas a resolver

Examen comprensivo: resolución del cuestionario teórico

Preguntas teóricas → **Carácter analítico** → ¿Extensión máxima o mínima? ← NO EXISTE

Evita referencias memorísticas (textos o autores) → **Responde cada pregunta de manera motivada** → RESPUESTAS con análisis y sentido crítico

Examen comprensivo: resolución del cuestionario teórico



Examen comprensivo: resolución del cuestionario teórico

SON PREGUNTAS SECUENCIALES

No podrás revisar → Respuestas previas

¡En ningún caso habrá extensión de tiempo!

Examen comprensivo: resolución del caso práctico

48 horas de anticipación

Dos casos sin preguntas.

El día del examen podrás consultar toda la legislación vigente (física y virtual).

Examen comprensivo: resolución del caso práctico

Prohibida la ayuda o la asistencia de terceras personas.

Cuando acaba el examen y empiezas a escuchar las ¡respuestas correctas!

TOP 10
ACTITUDES PARA DESARROLLAR
PENSAMIENTO
crítico

Elaborado por: Elvia Garduño Teliz

1 Mente Abierta
Curiosidad, Interés en nuevas ideas

2 Formula
preguntas, problemas, inquietudes

3 Infórmate
Busca, lee, descarga, entrevista, observa

4 Sustenta
Con la información que tienes una perspectiva

5 Compara
la información en diferentes fuentes y momentos

6 Interpreta
la información acumulada

7 Inferencía
conclusiones sobre la relación entre problema, pregunta con informacion

8 Genera
Una postura personal con relación a tus conclusiones

9 Expresa
y comparte con otros tus puntos de vista

10 Evalúa
en forma de preguntas las implicaciones positivas y negativas de tu postura

Lecturas recomendadas

Andina Virtual. 2020. “Diseño de e-actividades para entornos virtuales de aprendizaje”. YouTube. abril 17. https://www.youtube.com/watch?v=M-UpcP_deV0.

Caamaño Silva, Carlos. 2018. *Claves para potenciar la atención/concentración: Guía de orientación para universitarios*. Editado por Paola González Valderrama. Santiago de Chile: Universidad de Chile. https://cutt.ly/udmegOM.

_____. 2020. “Técnicas de estudio”. Uchile. Accedido julio 31. www.uchile.cl.

Campos Arenas, Agustín. 2005. *Mapas conceptuales, mapas mentales y otras formas de representación del conocimiento*. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.

Carreño, José Cuba, Giovana Flores García, Percy Salinas Agüero, y Magali Sulca Apéstegui. 2019. *Métodos de estudio: Manual del estudiante*. Lima: Universidad de San Martín de Porres. https://cutt.ly/Zfds57n.

Dirección Universitaria de Educación a Distancia. s.f. *Técnicas de estudio*. Lima: Universidad Alas Peruanas. https://cutt.ly/7fddwOp.

Educaweb. 2020a. “Estudiar con la ayuda de las nuevas tecnologías”. Orientación académica. Accedido agosto 3. https://cutt.ly/3fddrLQ.

_____. 2020b. “Técnicas de estudio”. Orientación académica. Accedido agosto 3. https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/.

Gómez, Montserrat. 2019. “Técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje”. Educrea. mayo 21. https://educrea.cl/tecnicas-de-estudio-y-estrategias-de-aprendizaje/.

Rodríguez Martínez, Luis Javier. 2016. *Cómo buscar y usar información científica: Guía para estudiantes universitarios 2016*. Santander: Universidad de Cantabria. http://eprints.rclis.org/29934/7/Como_buscar_usar_informacion_2016.pdf.

CASA ANDINA

casa.andina@uasb.edu.ec

miguel.romero@uasb.edu.ec

(02)3228085, extensiones 1007, 1715