



UAAAN

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA AGRARIA
ANTONIO NARRO

DEPARTAMENTO DE FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN EDUCATIVA
SUBDIRECCIÓN DE DESARROLLO EDUCATIVO
DIRECCIÓN DE DOCENCIA

Por ti, Para ti Joven
Boletín No. 2

ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

Los jóvenes universitarios requieren el uso de estrategias y técnicas de estudio para tener aprendizajes adecuados, entender y comprender; éstas contribuyen a incrementar su interés escolar y mejorar su rendimiento académico, aparte de optimizar el tiempo invertido en el proceso de estudio.

Algunos de los problemas que enfrentan los estudiantes en su formación profesional son: la carencia de uso de técnicas y falta de equilibrio emocional.

Es importante mantener a los alumnos motivados para que demuestren sus destrezas en el proceso de enseñanza aprendizaje y así alcancen el éxito en su vida universitaria.

En esta etapa, el estudiante demanda una seria reflexión: cómo estudia y cuánto aprende; no solo es cumplir con un requisito para avanzar en su nivel escolar, sino debe pensar en que es el rol profesional que va a ejercer toda la vida.

Las técnicas de estudio son herramientas de apoyo que le facilitan al alumno, la comprensión de sus contenidos de asignaturas. Estas herramientas son procesos concretos e individuales que permiten ejecutar acciones rápidas y efectivas.



TÉCNICAS



1.- Organizar el estudio

Saber organizar el tiempo ayuda a estudiar mejor; elabora un *calendario* que incluya las diferentes actividades a realizar; *fija objetivos* por cumplir y *metas* por alcanzar.

Distribuir bien el tiempo es el primer paso hacia el éxito escolar. Ahora que estamos separados de los centros educativos y las clases son en línea o a distancia, debemos considerar los siguientes tips para esta organización:

Planea horarios de estudio para repasar y elaborar tareas, así como atender las clases establecidas oficialmente, sin olvidar incluir un período de descanso.



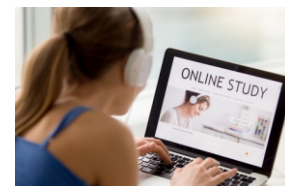
Selecciona un lugar para estudiar que tenga luz, ventilación, debe estar bien ordenado, sin distractores; al estar en clase y al realizar tus tareas, evita interrupciones.



Crea una lista de actividades inmediatas por realizar; comienza por las asignaturas más difíciles para ti y termina con las que más te agradan.

Asignaturas más difíciles:	
MATEMÁTICAS	<div style="width: 100%; height: 10px; background-color: red;"></div>
CÁLCULO	<div style="width: 90%; height: 10px; background-color: orange;"></div>
ADMINISTRACIÓN	<div style="width: 80%; height: 10px; background-color: yellow;"></div>
TOPOGRAFÍA	<div style="width: 60%; height: 10px; background-color: green;"></div>
LECTURA	<div style="width: 20%; height: 10px; background-color: green;"></div>

Atiende las clases en línea; el que "asistas" a la presentación del tema es primordial, pues esto te da la oportunidad de aclarar dudas con tu maestro; debes leer por anticipado el tema de exposición para facilitarte su comprensión.



A la hora de realizar tus actividades escolares, procura tener todos los materiales que requieres; evita distraerte con aparatos electrónicos. Cuando hayas terminado las clases, desconéctate, date un descanso e invierte tiempo con tu familia y realiza actividades de convivencia al aire libre que te ayuden a desestresarte.



2.-El subrayado.

"El subrayado es una técnica indispensable para elaborar esquemas, resúmenes, resaltar las ideas importantes de un texto, con fines de estudio, revisión o memorización del asunto. El requisito fundamental para subrayar es la comprensión del asunto. Sin ello es inviable la identificación de las ideas principales y secundarias, que permite la selección de lo que es indispensable y de lo que puede ser omitido, sin perjuicio del entendimiento del texto" (Arenas, 2018).

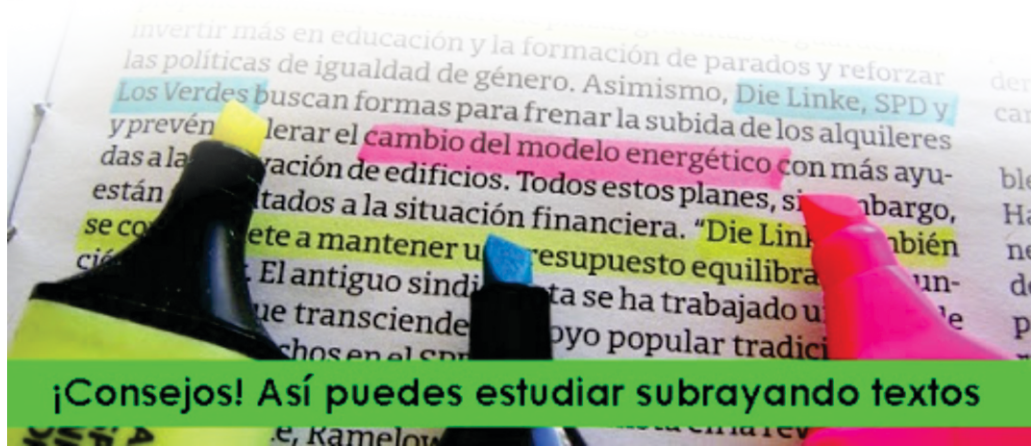
PASOS A SEGUIR:

- Leer el texto completo.
- Lectura párrafo a párrafo. Se subrayan las palabras clave, tanto ideas principales como secundarias. Se puede utilizar *diferentes colores* y *trazos* para diferenciar distintas partes del subrayado, pero sin sobrecargar el texto.
- Anotaciones al margen en forma de palabra clave. Se suele anotar palabras típicas como: introducción, definición, características, elementos, causas, consecuencias, tipos, funciones, etc.
- Utilizar interrogaciones, flechas, signos, símbolos.
- Cuando por su importancia sea necesario subrayar varias líneas seguidas, es más práctico situarlas entre corchetes o paréntesis.

El texto subrayado ha de tener sentido, teniendo cuidado de que exista una línea de continuidad entre las palabras.

Ventajas del subrayado:

1. Apoya la fase de lectura analítica.
2. Sirve de base para realizar la síntesis. Seleccionar lo fundamental.
3. Sitúa las ideas y aspectos más importantes.
4. Jerarquiza las ideas.



Evita lo siguiente:

- Subrayar antes de realizar una lectura completa del texto.
- Subrayar en exceso. Solo se debe subrayar las palabras clave.
- Subrayar palabras que no tienen sentido por sí mismas en relación con el tema.
- Utilizar más de cuatro colores y trazos distintos.
- No es conveniente estudiar un texto, subrayado por otra persona.

¿Cómo detectamos las ideas más importantes para subrayar?

- Son las que dan coherencia y continuidad a la idea central del texto. En torno a ellas giran las ideas secundarias.
- Palabras técnicas o específicas del tema y algún dato relevante que permita una mejor comprensión.
- Podemos destacar algunas ideas secundarias, algún dato de interés, algún ejemplo significativo.

Ejemplo de subrayado con colores:

En un **correcto proceso de aprendizaje** se deben utilizar tanto técnicas de análisis como de síntesis. Las **técnicas de análisis** se utilizan para facilitar la **comprensión de la información** (por ejemplo, el **subrayado**); las de **síntesis** se utilizan para **reestructurar y ordenar la información**, (por ejemplo, el **esquema**, el **resumen** y una vez comprendida el cuadro sinóptico).

ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

Los alumnos universitarios requieren el uso de **estrategias y técnicas** de estudio para tener aprendizajes adecuados, entender y comprender **contribuye** en el **rendimiento académico** y a su **interés escolar**, aparte de optimizar el tiempo invertido en el proceso de estudio.

La **carencia** de uso de **técnicas** y la falta de **equilibrio emocional** son algunos de **los problemas** que enfrentan los estudiantes en su **formación profesional**.

Es importante mantener a los **alumnos motivados**, demostrando sus destrezas en el proceso enseñanza aprendizaje y así **alcanzar éxitos** en la **vida universitaria**.

En esta etapa el estudiante demanda un seria reflexión a cómo estudia y cómo y cuánto aprende, no es solo cumplir con un requisito para subir de nivel, sino para ejercer un rol profesional elegido para toda la vida.

Las **técnicas** de estudio son **herramientas de apoyo** para **el alumno** que al utilizar podrán **facilitar** su **aprendizaje** en la comprensión de sus contenidos de asignaturas, estas herramientas son procesos concretos e individuales que permiten ejecutar acciones rápidas y efectivas.

3.- Escuchar con atención.

Escuchar es comprender lo que se dice. Aprender implica comprender.

Escuchar con atención y comprender requiere mantener activo tu pensamiento mientras oyes.

Pasos a seguir para una escucha activa:

- Ten disposición.

En cuanto a tener actitud, se requiere de tu parte un esfuerzo por no dejarte llevar por prejuicios, o por los sentimientos que te inspira la persona que habla o porque consideras el tema poco interesante. Preparar la actitud se refiere a vencer todas las resistencias que puedas tener para mantenerte abierto al contenido de lo que se dice.

Preparar tu información o conocimiento se refiere que antes de empezar a escuchar, te interrogues a ti mismo acerca de lo que sabes del tema.

Preparar tu disposición, te facilita atender al contenido de lo que se dice y comprender lo que oyes.

- Tomar notas o apuntes.

Tomar notas de lo que oyes te permite estar atento, conlleva una acción motora y otra de tu pensamiento que disminuyen las distracciones.

- Discutir internamente.

Mantenerte activo al escuchar, se te facilita si te pones a discutir internamente con el que habla. Esto hace que te mantengas alerta, que te contrapongas si algo de lo que se dice contradice lo que tú sabes, que te adelantes a lo que se está diciendo.

Puedes apoyar tu actividad interna, con tu participación al hacer preguntas para aclarar tus dudas o confrontar tus puntos de vista.

Atender, comprender y aprender, forman un continuo que resulta de preparar tu disposición y estar activo al escuchar.

Al final contesta las siguientes preguntas:

- 1.- ¿Cuál fue la idea central o tema principal tratado?
- 2.- ¿Cuáles argumentos a favor o en contra se presentaron?
- 3.- ¿Qué puntos o aspectos apoyaron el tema central?
- 4.- ¿Qué aspectos confirmaron lo que sé del tema?
- 5.- ¿Qué aspectos contradicen lo que sé del tema?
- 6.- ¿Qué aspectos conocía del tema?
- 7.- ¿Cuál fue la causa más frecuente de mis distracciones?
- 8.- ¿Qué puedo hacer para vencer esa causa en el futuro y mantenerme activo y atento al escuchar?

4.- Mapas conceptuales.

Los mapas conceptuales usados en los aprendizajes tanto para alumnos como para maestros, son herramientas para hacer efectivo dicho aprendizaje, dándole una interpretación personal y correcta al tema estudiado; es cuando llegas a comprender con claridad y a relacionar de manera significativa, y no arbitraria, el conocimiento nuevo con lo que tú ya sabes.

La práctica de mapas conceptuales en el aprendizaje, te obliga a pensar y analizar el tema, y con ello a darle tu interpretación personal, es decir, a aprenderlo significativamente.

Un mapa conceptual es un recurso esquemático para representar un conjunto de significados conceptuales incluidos en una estructura de proposiciones, que tiene por objeto representar las relaciones significativas entre los conceptos del contenido (externo) y del conocimiento del sujeto.

Los elementos fundamentales que componen un mapa conceptual son:

Los conceptos: regularidad en los acontecimientos o en los objetos que se designa a través de un término. "Libro", "mamífero", o "atmósfera" son ejemplos de conceptos.

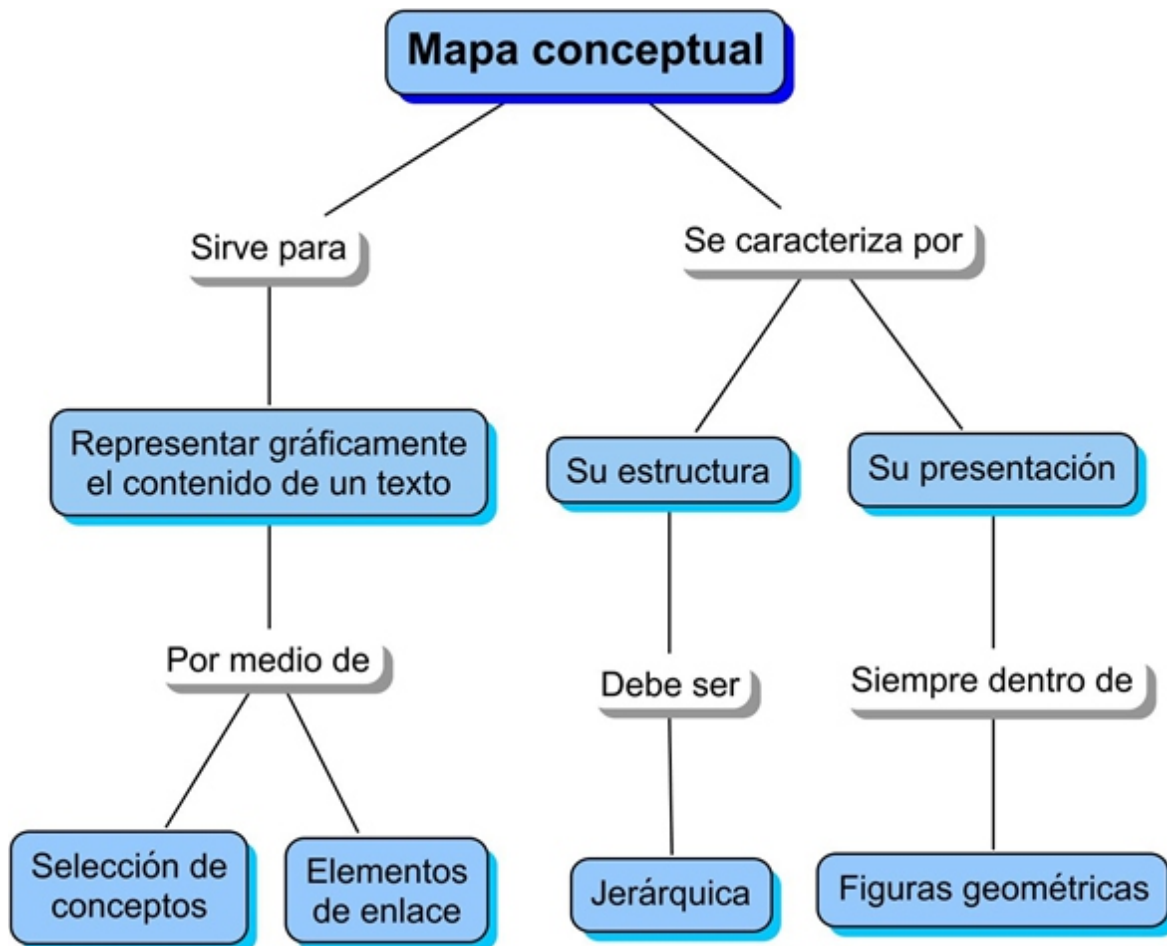
Palabras de enlace: que se utilizan para unir los conceptos y para indicar el tipo de relación que se establece entre ellos. Por ejemplo, si relacionamos los conceptos "edad" y "experiencia", mediante las palabras de enlace "proporciona" o "modifica", las proposiciones que genera son parecidas pero no idénticas.

Las proposiciones: son dos o más términos conceptuales unidos por palabras para formar una unidad semántica. "La ciudad tiene una zona industrial" o "el ser humano necesita oxígeno" son ejemplos de proposiciones.

Pasos a seguir para la elaboración de mapas conceptuales:

- Identifica y selecciona los conceptos e ideas principales.
- Escoge el concepto más importante, general o inclusivo y defínelo. A partir de este concepto, ordena los demás por su grado de generalidad o por su naturaleza. Es decir, encuentra los conceptos que son subordinados del anterior pero supraordinados de otros, porque los contienen. Si es necesario incluye un término nuevo que englobe a cada subconjunto de conceptos.
- Relaciona entre sí los conceptos y elige las palabras que demuestren mejor el tipo de relación que se da entre cada uno.
- Busca todas las relaciones posibles, aun entre conceptos lejanos.
- Los mapas conceptuales pueden tener diferentes presentaciones, pero si elaboras uno jerárquico, en forma de pirámide, los conceptos se ordenan: arriba (lo más general) abajo y de izquierda a derecha (conceptos particulares).

Elabora mapas conceptuales diferentes para los distintos temas o subtemas.



Bibliografía:

Rocío Quesada Castillo. Estrategias para el Aprendizaje Significativo. Guía del Estudiante. Ed. Limusa. S.A. de C.V. México.2006.

[http://www.cise.espol.edu.ec/sites/cise.espol.edu.ec/files/pagina-](http://www.cise.espol.edu.ec/sites/cise.espol.edu.ec/files/pagina-basica/Nota%20te%CC%81cnica%20N%C2%BA%2030-%20EI%20subrayado.pdf)

[basica/Nota%20te%CC%81cnica%20N%C2%BA%2030-%20EI%20subrayado.pdf](http://www.cise.espol.edu.ec/sites/cise.espol.edu.ec/files/pagina-basica/Nota%20te%CC%81cnica%20N%C2%BA%2030-%20EI%20subrayado.pdf)

http://sgpwe.izt.uam.mx/files/users/uami/virtuami/dedw2/documentos/mapas_conceptuales_y_mapas_mentales.pdf