

Guía de Apoyo al Aprendizaje

¿Sabes cómo estudiar? Metodología de estudio



2013

DIRECTORIO

Sylvia B. Ortega Salazar
Directora General

Susana Justo Garza
Secretaria General

Remigio Jarillo González
**Director de Evaluación, Asuntos del Profesorado
y Orientación Educativa**

Ana Bertha Cruz Linares
Subdirectora de Orientación Educativa

María Guadalupe Romero Fuentes
Jefa del Departamento de Coordinación de Tutorías

Elaboradores

Alfonso Pérez Morales
Sandra Flores Barona

www.cbachilleres.edu.mx

Prol. Rancho Vista Hermosa No. 105
Col. Los Girasoles
Delegación Coyoacán
México D.F., C. P. 04920

Guía de Apoyo al Aprendizaje:
¿Cómo elaborar guías de estudio?
1ra Edición 2013

PRESENTACIÓN

Estimado alumno:

El Colegio de Bachilleres está interesado en brindarte el mayor número de recursos posibles para apoyar tu formación integral y desarrollo personal; por tal motivo te brinda el servicio de tutoría, el cual tiene la finalidad de acompañarte de manera continua durante toda tu trayectoria en la institución.

Esta guía tiene la finalidad de que la trabajes con tu tutor para apoyarte en el aprendizaje de todas tus asignaturas del semestre y en tu vida diaria, por lo que te recomendamos que realices todas las actividades que aquí se presentan. Las dudas e inquietudes que te surjan durante su estudio puedes consultarlas con tu tutor y/o compartirlas con tus compañeros.

La forma en como está estructurada la guía tiene la finalidad de que aprendas a autorregular tu proceso de aprendizaje y contribuir a convertirte en un estudiante autónomo e independiente, por lo que se encuentra dividida en las siguientes etapas:

- **ETAPA 1: Establecer los objetivos personales.** Antes de enfrentarte a un nuevo contenido es importante que plantees tus propios objetivos acerca de los aprendizajes que vas a construir de tal forma que te indique el camino y esfuerzo que tendrás que seguir para alcanzarlos.
- **ETAPA 2: Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos.** Una vez que determinaste los objetivos de tu estudio, es importante identificar el plan que vas a seguir para lograrlos, considerando tus características personales, las demandas de la actividad y el nivel de aprendizaje que quieres lograr.
- **ETAPA 3: Supervisar el proceso.** Una vez que definiste tus objetivos personales y tienes un plan para alcanzarlos, es necesario que durante tu estudio verifiques si estás comprendiendo y/o solicitar ayuda.
- **ETAPA 4: Evaluar los resultados.** Al finalizar el estudio del tema, es necesario que compruebes si lograste el objetivo que te propusiste en un inicio.

En caso de que no lo hayas logrado debes analizar qué faltó. Esta revisión te permitirá evitar errores en el futuro.

Por último encontrarás actividades que te permitirán ejercitar lo aprendido y reflexionar sobre el proceso que te llevó a alcanzar tus objetivos. Para finalizar te presentamos una síntesis de lo revisado en la guía.

Estamos seguros de que si aplicas lo aprendido en este material como apoyo al aprendizaje de tus asignaturas, mejorarás tu desempeño académico y tu vida escolar.

¡Adelante!

Si tienes alguna observación o sugerencia sobre este material,
escribe a orientacionytutoria@outlook.com.
¡Estaremos esperando tus comentarios!

¿SABES CÓMO ESTUDIAR? METODOLOGÍA DE ES ESTUDIO

1. Propósito de Aprendizaje

Identificarás los pasos a seguir para estudiar de manera efectiva, con la finalidad de que puedas aplicarlos en todas tus asignaturas.

2. Encuadre

Estudiar en un horario establecido y constante, utilizando técnicas y recursos de aprendizaje ,te permitirá mejorar en tu rendimiento escolar y te ayudará a convertirte en un estudiante autónomo e independiente que busca su propio conocimiento.

3. Preguntas Reflexivas

1.3. ~~¿Tienes un horario establecido y constante para estudiar?~~
~~¿Qué recursos utilizas y consideras que te han ayudado?~~

2. ~~¿Consideras que la forma en la que estudias es efectiva? ¿Has obtenido buenos resultados?~~

ETAPA 1 Establecer los objetivos personales

Actividades

En la vida, como en cualquier actividad escolar, se requiere que te plantees un objetivo personal.

Qué: "Aprender qué, cómo y cuándo estudiar".

Cómo: "Utilizando una metodología adecuada de estudio".

Para qué: "Pasar todas las materias que adeudo".

Escribe tu objetivo:



ETAPA 2 Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos

Actividades

Lo primero que debes tener claro es que no hay recetas para estudiar con éxito, pero sí existen metodologías de estudio que bien aplicadas pueden ayudarte a mejorar tu aprendizaje.

El logro de tus objetivos dependerá de los siguientes aspectos:

- a. **Características personales.** Aprende a conocer cuáles de tus características



Reflexiona:

- ✓ ¿Qué importancia tiene para ti estudiar?
- ✓ ¿Tienes mucha o poca disposición para estudiar y aprender?
- ✓ ¿Tienes metas claras del porqué o para qué estudiar?

¿Qué camino seguir para aprender a estudiar?



Identifica las actividades a realizar:

- Antes de estudiar
- Durante el estudio
- Después de estudiar

Lo más importante de estudiar no es acumular información, sino dar significado a lo que estás trabajando para resolver una situación planteada.

ETAPA 3 Supervisar el proceso

Actividades

1. ANTES DE ESTUDIAR

Toma en cuenta los siguientes aspectos:

1.1 Factores ambientales. - Son todos los elementos externos del medio ambiente que inciden en la calidad del estudio que realices.

a) **Organiza el lugar.** El sitio donde estudies debe reunir condiciones físicas adecuadas y contar con el material necesario a la mano.

Características del lugar de estudio:

- Trata de que esté ordenado.
- Debe tener buena ventilación y con buena iluminación.
- Debes contar con un espacio donde puedas colocar los recursos que requieres para estudiar (computadora, libros, papel, etc.).

Ejemplo



De lo general a lo particular:
 Revisa la organización del texto, índice, orden de los capítulos, contenido del cuestionario, resumen de los capítulos, etc.

- Lee los títulos y subtítulos para conocer la estructura de la información.
- Da un orden lógico a las ideas expuestas.
- Expresa en forma verbal y escrita lo entendido.
- Clasifica la información a través de la elaboración de esquemas y resúmenes.



Para organizar tu tiempo considera:

- Las exigencias y dificultad de cada materia.
- Los conocimientos previos que tengas sobre los temas a estudiar.
- Es mejor dedicarle poco tiempo diario a mucho en pocos días.



ETAPA 3
Supervisar el proceso

Actividades

2. DURANTE EL ESTUDIO

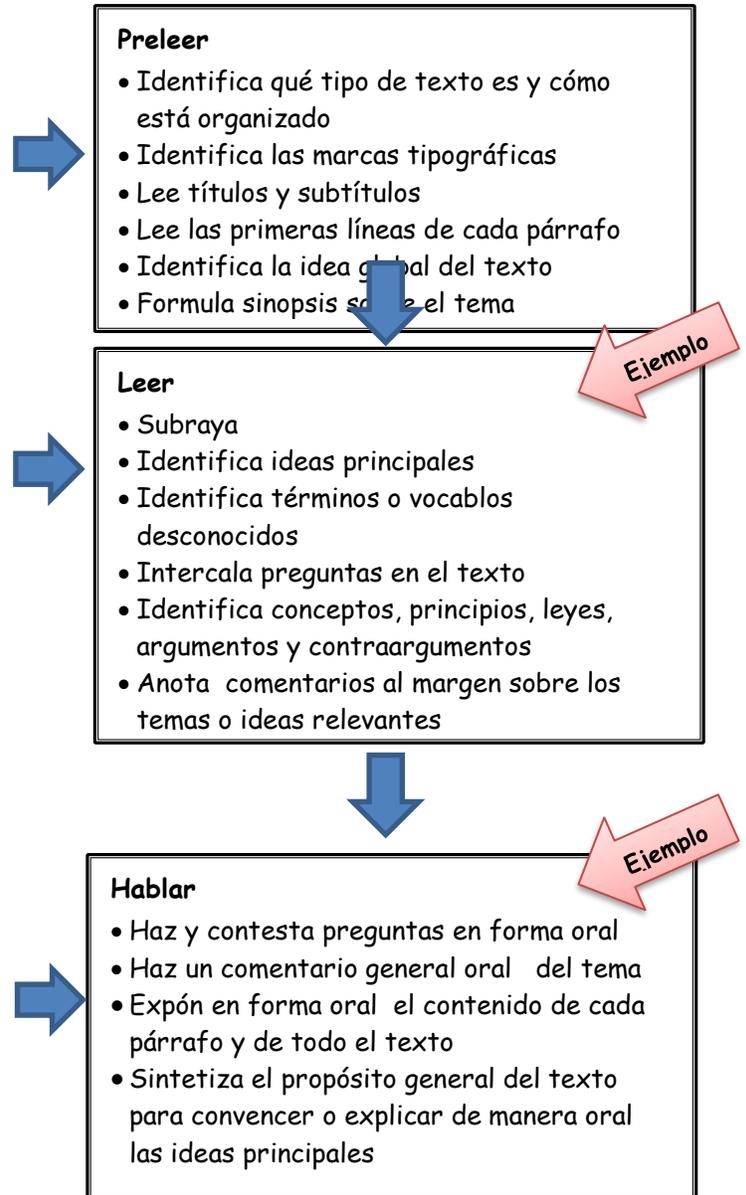
La *metodología de estudio* es un procedimiento o una serie de pasos que te llevan al cumplimiento de una meta escolar o académica. Si estudias de esta manera, pronto se convertirá en un hábito para ti.

Te proponemos cinco etapas:

2.1 Preleer. Con el objetivo de que tengas una idea general sobre lo que vas a estudiar pregúntate qué

Metodología de Estudio

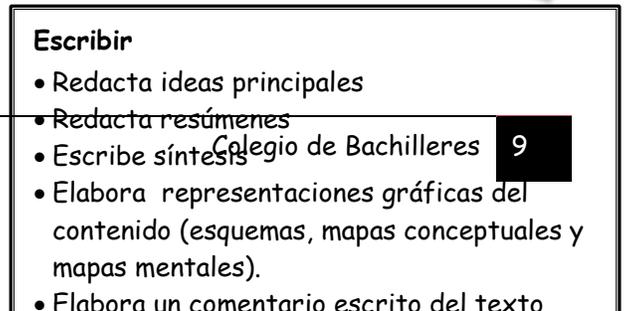




ETAPA 3
Supervisar el proceso

Actividades

2.4 Escribir. Ahora trata de expresar lo que estudiaste de manera escrita, para ello retoma las ideas principales y secundarias y organízalas en una secuencia lógica, dando prioridad a lo más relevante.

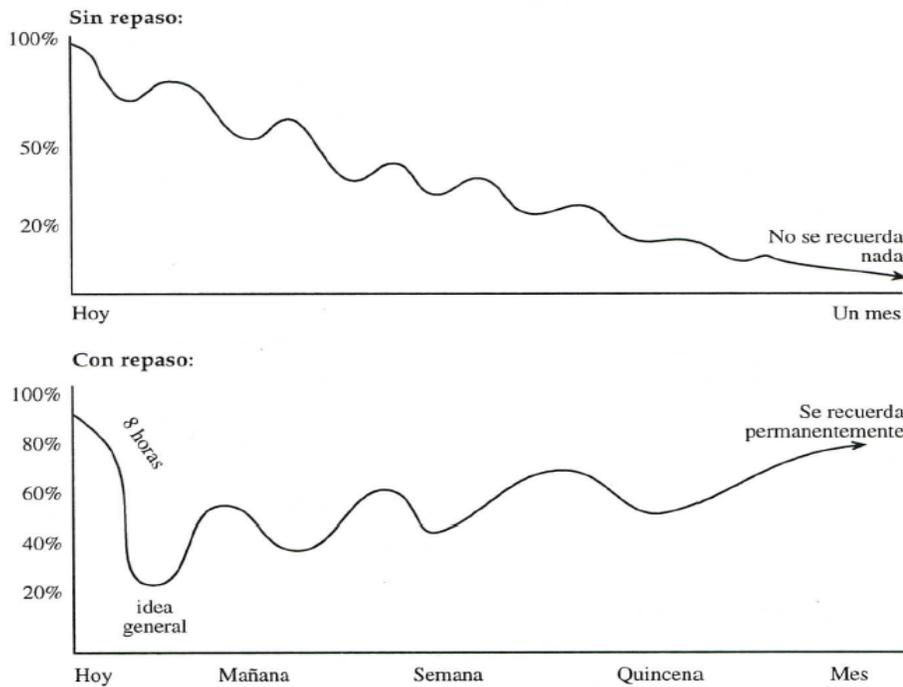




Repasar:

- Lee lo subrayado en el texto
- Revisa los recursos que elaboraste en la etapa de escribir (resumen, síntesis, mapas, etc.)
- Elabora y/o contesta cuestionarios.

Curva del olvido



Gráfica tomada de:
García, Huidobro; Gutiérrez, M.Y.
Condemarín, E. (1999). A estudiar se aprende. Metodología de Estudio, sesión por sesión. México, Alfaguara. p. 37

ETAPA 4

Evaluar los resultados

Actividades

3. DESPUÉS DE ESTUDIAR

Para concluir y saber si aprendiste lo estudiado utilizando el método de cinco etapas que te presentamos en esta guía, realiza una autoevaluación.

Procura realizar esta valoración considerando el tipo de evaluación que te presentará el profesor de la asignatura que estudiaste. Para esto puedes retomar ejercicios y cuestionarios que hayas realizado con tu profesor, o los que se presentan en los libros o materiales que utilizaste para estudiar.

Los temas o ejercicios donde aún presentes errores, revísalos con detenimiento nuevamente y trata de identificar el apartado específico que aún no te queda claro, para volverlo a repasar o, si es necesario, consulta a tu profesor.



Síntesis

Autoevalúate:

- Dale seguimiento a tu estudio para conocer tu progreso
- Realiza ejercicios
- Contesta cuestionarios
- Aplica tus nuevos aprendizajes a contextos diferentes
- Identifica temas que aún no has comprendido
- Repasa nuevamente
- Consulta a tu profesor



Recuerda

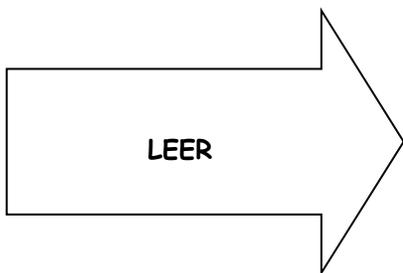
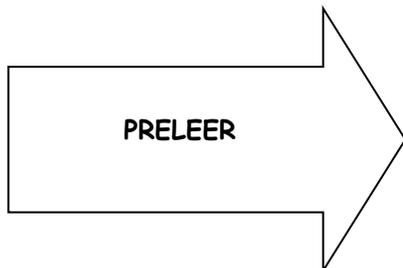
¡Que estudiar se convierta en un hábito!

4. Actividad de Aprendizaje

Apliquemos ahora los recursos aprendidos en tus sesiones de estudio, **elige un tema** cualquiera de las asignaturas que estás cursando para estudiarlo con la propuesta de los cinco pasos que te proponemos en esta guía.

Actividad de aprendizaje

Actividades



1. Identifica qué tipo de texto es y cómo está organizado:
2. Identifica la idea global del texto:
3. Formula hipótesis sobre el tema:

4. Identifica ideas principales:
5. Identifica términos o vocablos desconocidos:
6. Identifica conceptos, principios, leyes, argumentos y contraargumentos:

Actividad de aprendizaje

Actividades

HABLAR

7. Este ejercicio hazlo solo de manera oral:

- Haz y contesta preguntas en forma oral
- Haz un comentario general oral del tema
- Expone en forma oral el contenido de cada párrafo y de todo el texto

ESCRIBIR

8. Escribe con tus propias palabras un resumen de lo estudiado:

REPASAR

Por último lee lo subrayado en el texto y revisa nuevamente tu resumen.

5. Consolidación

Ahora valora lo que has aprendido contestando las siguientes preguntas.

1. ¿Qué diferencias identificas entre la forma en como generalmente estudias y la propuesta que te presentamos en esta guía?

2. ¿Por qué es útil planificar el estudio?

3. ¿Cómo pueden influir tus características personales en el estudio?

6. Autoevaluación

Para verificar que aplicas correctamente lo revisado en esta guía, utiliza la siguiente lista de cotejo para confirmar tu metodología de estudio.

No.	Proposición	Sí	No
1	Antes de estudiar consideraste y mejoraste los factores ambientales que pueden influir en tu aprendizaje		
2	Realizaste una lectura global identificando el tipo de texto y formulaste hipótesis sobre el contenido		
3	En la lectura, subrayaste, hiciste anotaciones al margen, identificaste ideas principales, conceptos, leyes, principios, argumentos y contraargumentos		
4	Hiciste un comentario general del tema de manera oral y/o contestaste preguntas		
5	Hiciste un cuestionario o resumen escrito sobre el tema		
6	Repasaste lo estudiado a partir de lo subrayado y anotado en el texto, así como el resumen elaborado		

7. Reflexiona

¿Consideras que aprendiste un nuevo método de estudio?

¿Qué actividades realizaste para lograrlo?

En caso de que no lo hayas logrado, ¿qué actividades consideras que debes ajustar?

8. Recapitulación

