

Guía de Apoyo al Aprendizaje

¿Cuál es tu situación ACADÉMICA?



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

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:
¿Cuál es tu situación académica?
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 indiquen 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!

¿CUÁL ES TU SITUACIÓN ACADÉMICA?

1. Propósito de Aprendizaje

Tomarás conciencia de tu situación académica mediante el análisis de tus fortalezas y debilidades, lo que te permitirá elaborar un plan de acción para lograr un mejor desempeño en el bachillerato.

2. Encuadre

Conocer tus fortalezas y debilidades es un buen inicio académico, ya que te permite establecer una base para mejorar tu situación en aquellas asignaturas que reprobaste o que obtuviste un bajo promedio, así como mantenerte en un buen nivel en aquellas asignaturas en que tu promedio fue bueno o excelente.

3. Preguntas Reflexivas

¿Qué significa para ti ser un estudiante exitoso?

¿Consideras que eres un alumno regular?

ETAPA 1
Establecer los objetivos personales

Actividades

1. Establece tus objetivos

El primer paso para que aprendas a autorregular tu aprendizaje es plantearte objetivos. Incluso en la vida cotidiana es necesario tener siempre un objetivo claro para todo.

Objetivo de elaborar plan de acción:



"Conocer y tomar conciencia de mi situación académica para iniciar un nuevo camino en mi vida y poder pasar las materias que adeudo."



2. Determina el objetivo de aprendizaje que quieres lograr.

Considera los siguientes elementos para plantear tu objetivo:

Qué: *"Conocer mi situación académica".*

Cómo: *"Tomando conciencia de cuál es mi situación actual".*

Para qué: *"Elaborar un plan de acción que me permita acreditar todas las materias que adeudo".*



Establece tu propio objetivo:



ETAPA 2
Seleccionar el camino para alcanzar los objetivos

Actividades

Con tu objetivo definido selecciona la manera para alcanzarlo; para ello debes considerar:

3. Tus Características personales

Debes aprender a reconocerte a ti mismo, ello te ayudará a elegir bien tu camino. Empieza por reconocer tus **Fortalezas**, **Oportunidades**, **Debilidades** y **Amenazas**.

Fortalezas

Es todo aquello en lo que eres bueno

Oportunidades

Es algo externo, situaciones que debes aprovechar cuando lleguen a ti.

Debilidades

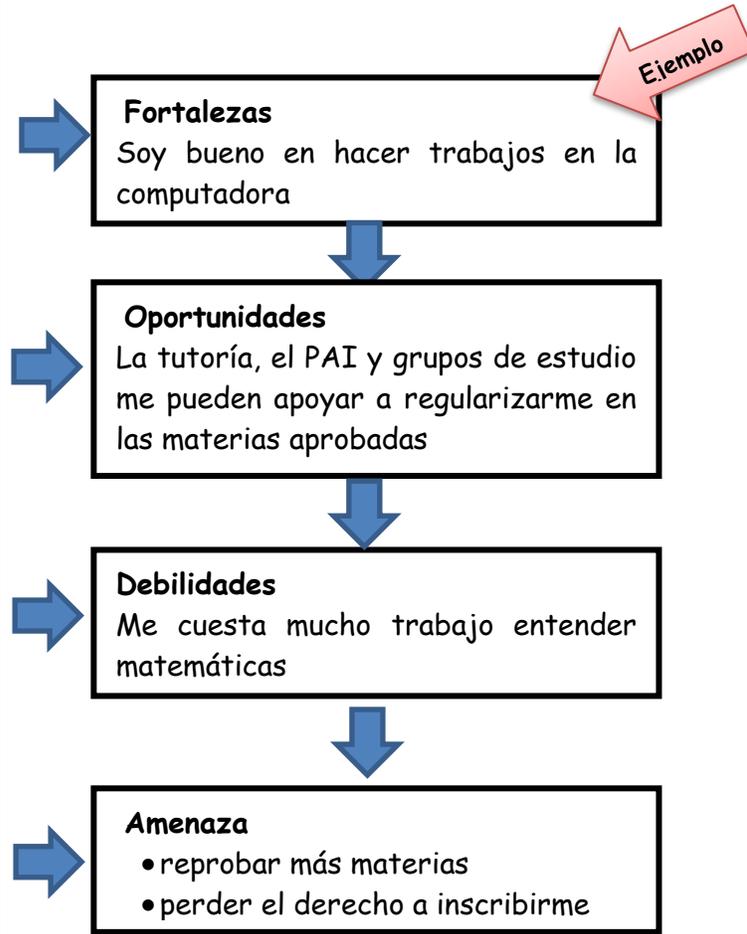
Se refiere a aspectos donde debes trabajar más; aquello que no te permite crecer ni avanzar en lo que quisieras.

Amenazas

Son situaciones con las cuales debes enfrentarte en un momento determinado de la vida, pero que aún no sucede y por ello la puedes evitar.

Una vez que identificaste las características que pueden influir en tu situación académica, puedes empezar a elaborar un plan de acción.

1. Toma conciencia de quién eres; considera los siguientes puntos:



ETAPA 3
Supervisar el proceso

Actividades

4. Para la elaboración de tu situación académica considera lo siguiente:

4.1 Diagnóstico

Procura ser sincero contigo mismo y realiza un **diagnóstico** de las asignaturas que reprobaste, las razones de ello y lo que esa actividad te demanda.

4.2 Plan de acción

Elabora un plan que te permita acreditar las asignaturas que adeudas en el menor tiempo posible y con la mejor calificación que puedas.

Considera para tu plan de acción el tiempo y los recursos necesarios para lograr tus objetivos y propósito.

Establece tus metas a corto plazo para acreditar las asignaturas que adeudas; ten en cuenta que tu plan de acción debe considerar **solucionar** aquello que detectaste como **el motivo por el cual reprobaste**.

- ✓ ¿Cuáles materias de las que reprobé me resultan difíciles y cuáles sencillas?
- ✓ ¿En qué tiempo puedo acreditar cada una?
- ✓ ¿Qué trámites escolares debo realizar para ingresar a grupos de estudio, opción autoplaneada y PAI?

Diagnostica tu situación académica actual:

Asignatura	¿Por qué razón reprobé cada materia?	¿En qué necesito fortalecerme académicamente?
Matemáticas I	El maestro calificó con un examen y no tomé en cuenta el portafolio.	Aprender a realizar <u>exámenes exitosos</u>
TLR I	No entré porque no podía llegar a la primera hora	En los contenidos de la materia
Historia I	No fui a la obra de teatro	Repasar lo revisado en el semestre
Inglés I	No llevé inglés en la secundaria	<u>Aprender a estudiar</u> inglés



El plan de acción general puede tener los siguientes rubros:

Asignatura	¿Para qué lo quiero lograr?	¿Cómo lo lograré?	Tiempo para lograrlo
Mate. I	Para mostrarle al maestro que si puedo	PAI Sabatino	Semestre actual
TLR I	Porque fue una injusticia que el maestro me pusiera W	Grupo de estudio	Semestre actual
Historia I	Para acreditar la asignatura	Evaluación de recuperación	Semestre actual
Inglés I	Para regularizarme	PAI sabatino	Semestre actual



ETAPA 3 Supervisar el proceso

Actividades

Con el plan de acción general, puedes ahora especificar las actividades que llevarás a cabo; para ello considera lo siguiente:

a. Revisa el calendario escolar (www.cbachilleres.edu.mx) y verifica las fechas en que se presentarán los exámenes de recuperación, los grupos de estudio, o la opción de Programa de Acreditación Intensiva.

b. Determina los recursos escolares que necesitarás.

c. Presenta los exámenes. Sigue tu plan o modifica lo que sea necesario, pero no abandones tu plan a menos que sea estrictamente necesario.

Identificar fechas:



Algunos recursos que puedes utilizar:

- Historial académico y tira de materias para hacer los trámites de registro a la opción que elegiste para regularizarte.
- Guías de estudio elaboradas para la preparación de exámenes de recuperación.
- Libros, apuntes y tareas realizadas durante el semestre.

ETAPA 3
Supervisar el proceso



Actividades

Detalla tu Plan de acción utilizando una agenda o puedes elaborar una ruta para conseguir tu propósito y objetivos.

Debes considerar que si el motivo por el que reprobaste una asignatura fue que no comprendes su contenido, es necesario que le dediques más tiempo de estudio o que tomes algunas asesorías extras que te permitan regularizarte.

Como observarás en el ejemplo que se presenta, las dos asignaturas donde se tienen más dudas sobre el contenido (TLR porque en el semestre no entro a la clase e Inglés porque no tiene los conocimientos previos de la secundaria), se plantea que la mejor forma de acreditarlas es a través del PAI, el cual implica más tiempo de estudio.

Siempre puedes modificar tu plan conforme avanzas en su cumplimiento.

Un plan de acción específico puede ser de la siguiente manera:

Asignatura	Mecanismo para acreditarla	Actividades que debo llevar a cabo	Fechas	Recursos
Mate. I	PAI Sabatino	- Inscripción	18 -21 feb	- Tira de materias - Apuntes del semestre - Libros y guía <i>¿Cómo presentar exámenes exitosos?</i>
		- Asistencia los sabados	23 feb - 22 jun	
		- Entrega de productos solicitados		
		- Presentación de evaluación final	22 jun	
TLR I	Grupo de estudio	- Inscripción	9 - 12 abril	- Tira de materias - Apuntes del semestre - Libros y guía <i>¿Cómo presentar exámenes exitosos?</i>
		- Asistencia a sesiones de grupo de estudio	15 - 24 abril	
		- Entrega de productos solicitados		
		- Entrega de trabajo final	25 - 30 abril	
Historia I	Evaluación de recuperación	- Inscripción	7 - 10 may	- Tira de materias - Guía para el examen - Guía <i>¿Cómo presentar exámenes exitosos?</i>
		- Adquiri guía de estudio	2 de may	
		- Solicitud de asesoría a docentes	7 - 10 may	
		- Sustentación de exámenes	13 - 17 may	
Inglés I	PAI sabatino	- Inscripción	18 -21 feb	- Tira de materias - Apuntes del semestre - Libros y guía <i>¿Cómo presentar exámenes exitosos?</i>
		- Asistencia los sabados	23 feb - 22 jun	
		- Entrega de productos solicitados		
		- Presentación de evaluación final	22 jun	

Recuerda: Lo más importante es lograr una **autoconciencia** de tu situación académica. Así que deja de culpar a otros de lo que te pasa y acepta que el responsable y beneficiado de tu situación escolar eres tú.

ETAPA 4
Evaluar los resultados

Actividades

3. Autoevalúate

Al finalizar el tiempo que estableciste para regularizarte es necesario que te autoevalúes, solo así sabrás si:

- Lograste tu objetivo
- El diagnóstico fue acertado
- Elaboraste el plan de acción considerando, además de tu diagnóstico, tus fortalezas y debilidades, las cuales retomaste para diseñar un camino que te asegurará el éxito.
- Tu plan de acción se llevó a cabo como lo habías previsto.

Para autoevaluarte puedes utilizar el siguiente formato:

Formato de autoevaluación



ASIGNATURA	Mecanismo utilizado	¿Cumpliste la meta?	¿Estás satisfecho con el resultado obtenido?
MATEMÁTICAS I	PAI Sabatino	No pude asistir al 100% y reprobé	No, porque debo presentarla nuevamente
TLR I	Grupo de estudio	No llevé la guía y el maestro no me aceptó	No, me inscribiré a evaluación de recuperación
HISTORIA I	Evaluación de recuperación	Cumplí con todo	Sí, porque aprendí y acredité el examen
INGLÉS I	PAI sabatino	Si	Más o menos, por que aún hay cosas que no entiedno

Recuerda: Puedes compartir tu plan de acción con otros compañeros o tu tutor y entonces practicar la coevaluación, de esta manera podrás compartir planes y resultados.

4. Ejercita

Ahora vamos a aplicar lo aprendido con una o dos asignaturas que adeudes. Recuerda, más vale ir paso a paso que tener que iniciar todo el proceso nuevamente.

Actividad de aprendizaje

Actividades

1. Elabora un diagnóstico

Anota dos asignaturas que hayas reprobado, considera una de difícil aprendizaje y otra menos difícil, escribe el motivo por el cual obtuviste esa calificación.

Asignatura	Calificación (5) o (W)	Motivo

2. Plan de acción

Establece tus metas a corto plazo para acreditar las dos asignaturas que elegiste; primero elabora un plan de acción general. Recuerda que el cómo lo lograrás debe solucionar el motivo del porqué la reprobaste.

Anota las asignaturas que presentarás:

ASIGNATURA	¿Para qué lo quiero lograr?	¿Cómo lo lograré?	Tiempo para lograrlo

Actividad de aprendizaje

3. Elabora tu plan de acción específico

Incluye actividades a realizar y fechas para llevarlas a cabo.

Toma en cuenta que la elección de la opción para acreditar la asignatura, debe considerar tanto tu diagnóstico como tus fortalezas y debilidades, Si una asignatura te cuesta mucho trabajo comprenderla, es mejor seleccionar una opción donde le dediques más tiempo a su estudio.

Asignatura	Mecanismo para acreditarla	Actividades que debo llevar a cabo	Fechas	Recursos

5. ¿Qué tanto aprendí?

Ahora te invitamos a valorar si has aprendido a tomar conciencia de tu situación académica.

1. ¿Qué diferencia identificaste entre la forma en cómo pensabas regularizar tu situación académica y el procedimiento que te presentamos en esta guía?

2. ¿Consideras que necesitas asesoría académica en alguna asignatura de difícil aprendizaje? ¿En cuál?

3. ¿Estás convencido de que el principal responsable de regularizar tu situación académica eres tú? sí o no ¿por qué?

4. Utiliza la siguiente lista de cotejo para verificar si aprendiste a elaborar correctamente un plan de acción para regularizar tu situación académica.

No.	Proposición	Sí	No
1	Identificaste tus fortalezas		
2	Identificaste tus debilidades		
3	Realizaste un diagnóstico de tu situación académica		
4	Elaboraste el plan de acción para resolver tu situación académica		
5	Las opciones que planteaste en tu plan de acción retoman el diagnóstico que elaboraste inicialmente		
6	Elaboraste un plan de acción específico donde retomas tus fortalezas y debilidades, asignando más tiempo de estudio a las asignaturas donde tienes más dudas de comprensión de contenidos		
7	Evaluaste tu plan de acción considerando que el plan de acción mejoró la situación planteada en el diagnóstico		

6. Reflexiona

1. ¿Consideras que aprendiste a tener autoconciencia de tu situación académica?

2. ¿Qué actividades realizaste para lograrlo? ¿Qué actividades debes ajustar?

7.-Recapitulación

