

APRENDO EN CASA





Identificamos nuestros hábitos y técnicas de estudio

Actividad



Identificamos y valoramos los hábitos y técnicas de estudio que requerimos desarrollar para el logro de nuestras metas.

¡Hola! Gracias por conectarte y ser parte de La Pre.

¿Qué son los hábitos de estudio?

Son las actitudes que tenemos frente al estudio de una determinada materia y que deben ser permanentes para obtener buenos resultados. Influyen en la forma de cómo organizamos nuestro tiempo, espacio y las técnicas que utilizamos para estudiar.

El hábito es una condición adquirida, aprendida, que supone la tendencia a repetir y reproducir ciertas acciones o actuar de la misma forma bajo normas o circunstancias similares.

¿Cómo crear hábitos de estudio para el logro de nuestras metas?

Para crear hábitos de estudio es imprescindible la repetición. Y para fortalecerlos, debemos crear una rutina de estudio y/o trabajo. Es importante la planificación y organización de nuestras tareas y generar, en lo posible, un ambiente tranquilo, libre de distracciones.

¿Qué son las técnicas de estudio?

Son el conjunto de procedimientos o estrategias que nos permiten hacer un trabajo rápido y de mejor calidad con eficiencia y eficacia. Ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de memorización y estudio.

¿Por qué son importantes las técnicas de estudio para el buen rendimiento académico?

Para lograr un buen rendimiento académico no basta con desarrollar hábitos de estudio, también es necesario utilizar las técnicas que son el complemento que nos permite concretizar con éxito el aprendizaje. En el campo académico y educativo, las técnicas y los hábitos de estudio son, para el estudiante, recursos necesarios para el logro de sus metas.

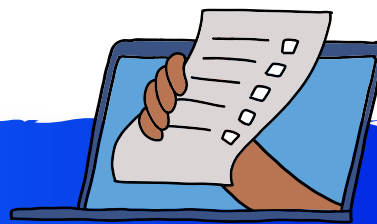
¿Cuáles son las técnicas de estudio?

Existe una variedad de técnicas de estudio como el subrayado, el resumen, notas al margen, el esquema, los mapas conceptuales y mentales, etc. Los mapas conceptuales y mentales, por ejemplo, son herramientas fáciles y sencillas que nos permite sintetizar información, organizar nuestras ideas e interiorizar contenidos. El mapa mental (también se le conoce como mapa de ideas) parte de un concepto central donde se organizan las ideas. Puede trabajarse a mano o también lo podemos encontrar como herramienta digital; entre ellas tenemos las siguientes: XMind, Cmap Tools, FreeMind. Son prácticas y sencillas de utilizar. La ventaja es que estas herramientas nos ahorran tiempo y nos facilitan el trabajo académico y/o educativo, además de que ayudan en nuestro proceso de aprendizaje. En el caso de las matemáticas, implica el desarrollo de muchos ejercicios y casos prácticos como la mejor manera de comprender la aplicación de la teoría.

Es importante reconocer que hay técnicas específicas para las diferentes áreas de estudio. Utilizarlas sin tener claro cuál es nuestra meta puede ser provechoso, pero nos tomará más tiempo obtener los resultados esperados.



Retos



1. Elabora un listado de hábitos de estudio que desarrollas.

Identifico mis hábitos de estudio

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ¡Ahora tienes un reto mayor!

Haz tu cuadro y ubica los hábitos de estudio que necesitas priorizar y las técnicas de estudio que te favorecerá en el buen desempeño académico.

Hábitos de estudio	Técnicas de estudio

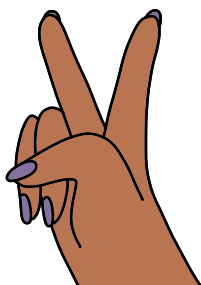
Resolvemos los retos



¡Nos autoevaluamos!

En el cuadro			
Descriptor	Logrado	En proceso	Inicio
Pude diseñar el cuadro con las técnicas y hábitos de estudio.			
Identifiqué los hábitos de estudio que desarrollo con mayor frecuencia.			
Prioricé las técnicas de estudio que son útiles para el logro de mis aprendizajes.			

Es importante que las preguntas consignadas en esta guía sean respondidas con total sinceridad, porque de ese modo identificarás y valorarás los hábitos y técnicas de estudio que requerimos desarrollar para el logro de nuestras metas. No existen respuestas buenas o malas.



¡Sigamos aprendiendo... La Pre!