

REPASOS EFECTIVOS Y SU IMPACTO EN LA CURVA DEL OLVIDO

*Alicia Cázares Sánchez
Martín Ramírez Martínez*

RESUMEN

A partir del año 1983, la democratización de las instituciones educativas ha sido una premisa ineludible que no se limita sólo a la igualdad de oportunidades en el acceso sino a la permanencia de nuestros estudiantes. Los problemas en el aula son cada vez más, el número de ingresantes se ha ido aumentando cada vez más. Por tal razón, se considera que es imprescindible un buen clima escolar en el aula, entendiéndose clima escolar como el conjunto de actitudes generales hacia y desde el aula, de tareas formativas que se llevan a cabo por el docente y los alumnos.

Los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria. Lo que determina nuestro buen desempeño académico es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le imprimimos a nuestro trabajo. Durante la educación secundaria, por lo general vamos incorporando unos hábitos de estudio de manera no sistemática, ya que no suelen enseñarse directamente. Así, comenzar la universidad exige a la mayoría de la gente mejorar sus estrategias de organización del tiempo, su habilidad para tomar notas, sus técnicas de búsqueda y selección de información, su atención y concentración prolongadas. Conocer y entrenarse en hábitos de estudio que potencien y faciliten nuestra habilidad para aprender, son pasos clave para sacar el máximo provecho y conseguir el mejor rendimiento en nuestros años de formación académica.

El presente trabajo de investigación tiene como finalidad demostrar "LA IMPORTANCIA DE LA APLICACIÓN DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO"

La misma fue realizada en la Preparatoria pública 8 de la Universidad Autónoma de Nuevo León, localizada en Cd. Guadalupe, en el estado de Nuevo León.

Se trabajó con una población de 5 grupos de segundo semestre, cada uno con 46 alumnos, el Grupo 205 de Bachillerato General fue la muestra.

Las edades de los alumnos son de 14 a 20 años, entre hombres y mujeres. Mediante el diseño de un instrumento que consta de 42 preguntas diseñadas específicamente para la investigación de campo. Los resultados de esta investigación nos ayudaran a orientar a los alumnos, para que ellos mejoren sus hábitos de estudio y así concluyan satisfactoriamente su bachillerato.

Palabras Clave:

- *Hábitos de Estudio*
- *Administración del tiempo*
- *Toma de apuntes*

I. INTRODUCCIÓN

ANTECEDENTES

En los últimos años se han diversificado las formas de enseñanza principalmente por las demandas sociales. En México se han realizado investigaciones sobre los hábitos de estudio. El presente trabajo investigará la importancia de la aplicación de los hábitos de estudio.

México no constituye una excepción. Los estudios sobre factores asociados son relativamente escasos. Fortalecer esta corriente de investigación en México es, por lo tanto, una tarea académica imprescindible si se pretende desarrollar políticas eficaces para la mejora de la calidad y la equidad educativas, consumo cultural, tecnologías que extienden a Internet. En los resultados obtenidos vale la pena destacar que, en México, ni los grandes jugadores de la industria de Internet ni el gobierno han reparado en la importancia de emprender campañas de alfabetización digital para elevar la calidad de vida digital de los mexicanos. “Con el paso de los años Internet seguramente se convertirá en un medio de comunicación aún más importante que la televisión. Tal argumento por lo menos admite ser considerado como atractiva hipótesis de investigación”(Islas, 2010, p. 2)

Los buenos hábitos de escritura empiezan en la escuela, lo mismo para diestros que zurdos. La escritura es uno de los aprendizajes que se automatizan con mayor rapidez en los primeros estadios del desarrollo infantil. Con este estudio se pretende, referenciar los primeros pasos que deben orientar ese aprendizaje, convencidos de que la misión de

la escuela infantil es velar porque la corrección marque el rumbo del aprendizaje, para que el hábito se adquiera adecuadamente. Un análisis detallado del procedimiento, nos permite determinar perfectamente que dos son las cuestiones que debe controlar la motricidad fina en la mano para conseguir una correcta ejecución de la escritura: por un lado el posicionamiento muscular en la pinza digital que es el que permite controlar el instrumento de escritura generando la menor cantidad posible de tensiones musculares; por otro que ése resulte debidamente recogido en la mano, de manera que no sea necesario presionarlo en exceso y discurra firme en la escritura. “Cuando tomamos en nuestras manos un instrumento de escritura, únicamente lo hacemos para representar gráficamente una idea contenida en nuestro cerebro”(Quintanal Díaz, 2011, p. 158).

Cabe señalar que en el ámbito latinoamericano no contamos con suficiente evidencia empírica que nos hable con respecto a la importancia que realmente tienen los hábitos de estudio (o algunos hábitos de estudio) en la educación superior. La preocupación por los hábitos en el ámbito de la educación superior se muestra en franco crecimiento dadas las elevadas tasas de desaprobación y deserción en este nivel de estudios. Se asume sin mayores pruebas que

los hábitos de estudio explican en gran medida el rendimiento de los estudiantes. Sin embargo, la evidencia empírica no es concluyente acerca de la importancia de los hábitos de estudio para alcanzar un buen rendimiento y sobrevivir dentro del sistema universitario.

Se desarrolló una investigación empírica analítica ubicada en el nivel descriptivo-comparativo y correlacional sobre la base de una aproximación longitudinal. Se evidencia así, que no existen diferencias estadísticamente significativas según el programa profesional donde ingresaron los estudiantes. “Establecer el cambio de los hábitos de estudio (HE) como producto de la formación profesional. Adicionalmente, caracterizar la relación entre hábitos de estudio y rendimiento universitario” (Montes Iturrizaga, 2012 p. 96).

Hacer educación y lograr aprendizaje, son los desafíos más complejos que enfrenta la humanidad, no importa la filosofía y propósito que mueva a sus actores. Este fenómeno es complejo porque el ser humano, en muchos aspectos, es impredecible y porque en el proceso educativo participa e interactúa una cantidad de factores y variables difícilmente cuantificable. Pero a pesar de ser compleja, la educación es una de las actividades más apreciadas,

practicadas y promovidas por la sociedad. Los hallazgos encontrados son los siguientes: Los hábitos de estudio tienen una gran importancia en el éxito académico de todo estudiante, los profesores deben conocer los hábitos de estudio de sus estudiantes, para que al impartir sus cátedras implementen estrategias que puedan favorecer su aprendizaje, para un desarrollo integral del estudiante, es necesario que organice su tiempo de estudio, considerando los periodos de descanso, la diversión, el deporte, la convivencia con familiares y amigos para mejorar su rendimiento escolar.

“Con un buen método de estudio, una disciplina de horarios y de estrategias, los resultados positivos serán inmediatos. Los hábitos de estudio son las formas como se adquiere el conocimiento de ciertas condiciones ambientales, de tiempo y espacio” (Escalante Estrada, 2009, p. 2).

Los hábitos que tiene una persona los puede perder, pero también se pueden aumentar o recobrar. Se realizó un estudio comparativo por carrera sobre los hábitos y motivaciones que influyen en la vida académica de los estudiantes universitarios. Los resultados que se obtuvieron reflejan que los alumnos tienen problemas por la organización y planeación del estudio, las técnicas de memorización, la comprensión de lectura, el estudiar en casa y la carencia de estrategias para incrementar la motivación y la autoestima. En esta investigación no se pretende profundizar en el análisis de los procesos de admisión ni tampoco cuestionar si

vale la pena seguir apostando en abrir estas nuevas opciones educativas. La investigación fue de tipo transversal descriptivo. La cual se caracteriza porque los datos se recolectan en un solo momento y tiempo único. Los hallazgos encontrados nos indican que una medida adecuada para enfrentar los problemas de los malos hábitos y de la falta de motivación por parte del alumno podría ser a través de la tutoría. “Los alumnos que se han incorporado son los que ya están y son el material más valioso con el que se debe aprender a trabajar”(Hernández Herrera, 2012, p. 69).

El hábito para el estudio es el primero paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender de los estudiantes. Para este estudio se seleccionaron y contrastaron dos encuestas que se aplicaron a cuatro grupos de estudiantes. Los resultados obtenidos indican que aparte de no tener los conocimientos básicos que requiere el curso, los estudiantes tampoco poseen hábitos y actitudes propias para el estudio. Todo esto no permite a los alumnos asimilar las materias y aprobar estos cursos. Se concluye que los mayores problemas que enfrentan los estudiantes son la falta de técnicas adecuadas para leer y tomar apuntes, la inadecuada distribución de su tiempo, la falta de concentración y la falta de sitios adecuados para estudiar. “El tema y problema de los hábitos y técnicas de estudio, lleva muchos años de discusión y sin embargo no es un tema ni un problema resuelto”(Vidal, 2009, p. 27).

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Planteamiento del problema: Este apartado tiene como finalidad describir la investigación y los aspectos que la rodearon al momento del trabajo. Tiene como campo atencional, la importancia de la aplicación de los hábitos de estudio.

La idea de esta investigación me surge y me queda más clara cuando leo las nuevas teorías constructivistas que sostienen que es posible aprender a ser inteligente, si bien existe un componente hereditario.

OBJETIVO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN

Lograr la aplicación de los hábitos de estudio.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA INVESTIGACIÓN

Lograr la aplicación de los hábitos de estudio.

HIPÓTESIS

Confirmar la importancia de la aplicación de los hábitos de estudio.

JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La actual educación hace énfasis en lo que quiere lograr, refiere situaciones ideales a las que se tendrá que aspirar, pero desprotegiendo elementos que tendrían que incorporarse, para lograrlo, propone cooperación y quita lo existencial, propone dialogar y no educa emociones; así, prácticamente su misión se ve seriamente comprometida.

II. MARCO TEÓRICO (breve descripción)

Existe una gran inquietud por potenciar el desarrollo y mantenimiento de los hábitos de estudio y técnicas de trabajo intelectual siendo una de las estrategias utilizadas contra el bajo rendimiento escolar, que es uno de los temas más preocupantes en el ámbito educativo. (Alcalá, 2011, p. 2).

5.4.1. Organiza tus tiempos de estudio, elaborando un plan de actividades diarias. Si usted trata de estudiar demasiado cada vez, se cansará y su estudio no será muy efectivo. Distribuya el trabajo que tiene que hacer en periodos cortos.

5.4.2. Presta atención al maestro durante la clase y toma nota de lo más importante.

5.4.3. Estudia todos los días, de preferencia a la misma hora y en el mismo lugar. Por último, los hábitos y comportamientos de los alumnos influyen poderosamente no solo en su estado de salud, sino también en su aprendizaje, manifestado por su rendimiento académico, como es el caso de no dormir el número de

horas requerido según la edad, no estudiar el tiempo suficiente fuera del horario de clases, entre otros.

5.4.4. El estudio, es una estrategia de aprendizaje esencial dentro del proceso educativo de los jóvenes de nuestros días. Lejos de pasar de moda, es una actividad necesaria para complementar otras actividades de aprendizaje como la elaboración de proyectos, el intercambio y contraste de opiniones o la realización de actividades de aplicación.

5.4.5. Ten siempre una actitud positiva ante la vida, incluso ante los problemas.

5.4.6. Consigue un tutor que te ayude a estudiar.

III. MÉTODO

Selección de la muestra (descripción)

Estructurada en 1 eje, con 6 variables complejas y 22 simples, 7 signálícticos (Datos generales). Alumnos de Bachillerato General de la escuela pública Preparatoria 8 de la UANL.

Instrumento de Investigación

Cuestionario, escala de 0 a 10.

Procedimiento

La población total es de 230 alumnos de 5 grupos de segundo semestre, de la cual se tomó una muestra aleatoria de un grupo de los cinco que forman la población; 46 estudiantes de Bachillerato General, las edades de los alumnos son de 14 a 17 años, entre hombres y mujeres.

IV. RESULTADOS

La muestra estuvo compuesta por 46 adolescentes, al inicio del semestre, se observa que la mayor frecuencia de la variable, días de estudio a la semana, es 34.34% (n=16) ningún día, el 8.69% (n=4) dedican 1 día, el 13.4% (n=6) dedican 2 días, el 17.39% (n=8) dedican 3 días, el 8.69% (n=4) dedican 4 días, el 4.34% (n=2) dedican 5 días, el 8.69% (n=4) dedican 6 días y el 4.34 (n=2) dedican más de 7 días.

El 93.48% (n=43) si cuentan con el espacio físico adecuado para realizar las actividades y el 6.52% (n=3) no cuentan con el espacio físico adecuado para realizar las actividades.

V. CONCLUSIONES Y PROPUESTAS DE ACCIÓN Y TRANSFORMACIÓN

CONCLUSIONES

De acuerdo a la investigación realizada se puede concluir que el rendimiento académico se impacta positivamente al desarrollar o mejorar hábitos de estudio, como manejo del tiempo y técnicas de aprendizaje entre otras a los estudiantes de preparatoria 8 UANL. El porcentaje de materias aprobadas en primera oportunidad es del 96% equiparable a los grupos progresivos.

PROPUESTAS

Diseño e implementación de un programa de orientación o tutorías, donde los alumnos de nuevo ingreso se capaciten y desarrollen hábitos de estudio para lograr un mejor rendimiento académico.

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y ELECTRÓNICAS

Escalante Estrada, L. E. E. E., Yolanda Isabel; Linzaga Elizalde, Carmen; Merlo María Eugenia (2009). Comportamiento de los estudiantes en función a sus hábitos de estudio Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación, vol. 8, núm. 2, pp. 1-15 Recuperado de [Redalyc](#).

Hernández Herrera, C. A., Rodríguez Perego, Nicolás., Vargas Garza, Ángel Eduardo. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería. revista de la educación superior, Vol. XLI (3) No. 163, pp. 67-87.

Montes Iturrizaga, I. (2012). Investigación longitudinal de los hábitos de estudio en una cohorte de alumnos universitarios. vol. 9, núm. 1, pp. 96-110.

Nigro Patricia (2011). El uso de la televisión en comunidades educativas. Estudio cualitativo en Buenos Aires, Argentina. vol. 14, núm. 1, pp. 27-49. Recuperado de [Redalyc](#).

Organista-Sandoval, J. (2010). Análisis del uso de objetos de aprendizaje en las materias de matemáticas y física de bachillerato. núm. 34, pp. 1-16. Recuperado de [Redalyc](#).

Vidal, L. G. M. y. R.-S. L. B. (2009). Análisis de hábitos de estudio en alumnos de primer año de ingeniería civil agrícola. Formación Universitaria, Vol. 2(2) 27-33.

Vidales Bolaños, M. J. (2013). La relación entre jóvenes y TIC's en la investigación de la comunicación en el Salvador. vol. 18, núm. 82, pág. 1-28. Recuperado de [Redalyc](#).

Viramontes Anaya, Efrén; Morales Sifuentes, Lylia Ana; Burrola Márquez, Luis Manuel. (2011). Aprendizaje de la escritura en lengua no materna: Casos de niños tarahumaras Revista Electrónica Educare, vol. XV, núm. 1, enero-junio, pp. 2-16. Universidad Nacional Heredia, Costa Rica. Recuperado de [Redalyc](#).