



# Hábitos de estudio para el éxito en la universidad

Tracey Tokuhama-Espinosa

29 septiembre 2009

Universidad San Francisco de Quito

# Enfoque del día:

1. Estilos de aprendizaje
2. Herramientas específicas para desarrollar hábitos de estudio

# Estilos de aprendizaje

- ◆ Todos aprendemos a través de todos los sentidos (escuchando, mirando, haciendo, pero...
- ◆ Existen preferencias cognitivas sobre como aprender.
- ◆ ¿Cuál es tu preferencia?
- ◆ Sé consciente de tu preferencia cognitiva al momento de elegir hábitos de estudio.

Premisa:

Memoria + Atención = Aprendizaje

Criterios de memoria a largo plazo

1. Valor de supervivencia
2. Experiencia emocional
3. Relación con recuerdos anteriores
  - ¿Esto tiene sentido?
  - ¿Qué significado tiene esto en mi vida? (El significado es MÁS importante que el sentido)

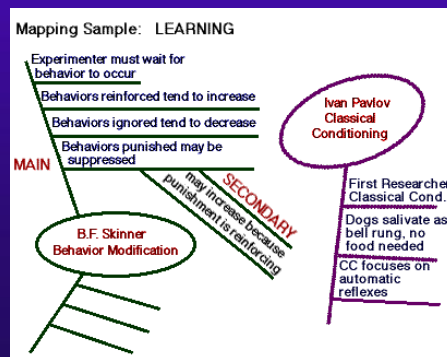
Herramientas específicas  
para ayudar la memoria

# La toma de notas (Marzano, Pickering & Pollock, 2001)

## ◆ La toma de notas

### – Formato:

- Preparado por el profesor
- Preparado por el alumno (esbozo informal, mapas conceptuales)
- (Combinación)



Research Notes

TRIBE NAME: Pueblo Utah  
New Mexico

WHERE DID THE TRIBE LIVE?  
in the southwestern United States, parts of Texas, Mexico

HOW WAS IT BUILT?  
by squares of adobe or sandstone

WHAT WAS THE INSIDE LIKE? HOW WERE THINGS ARRANGED?  
Storage areas for corn, ladders, door ways, square windows, no glass, etc.

IT WAS AN OPEN AREA

WHO MADE THE HOME? Men made the home.

DRAW A PICTURE OF INSIDE AND OUTSIDE

inside

outside

WHO LIVED IN THE HOME?  
men, women, children, and family members

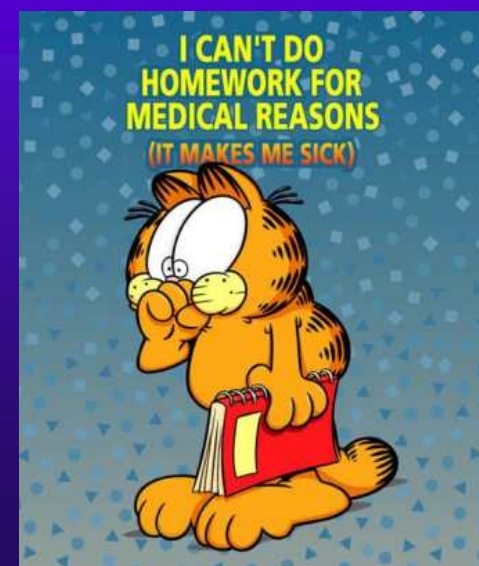
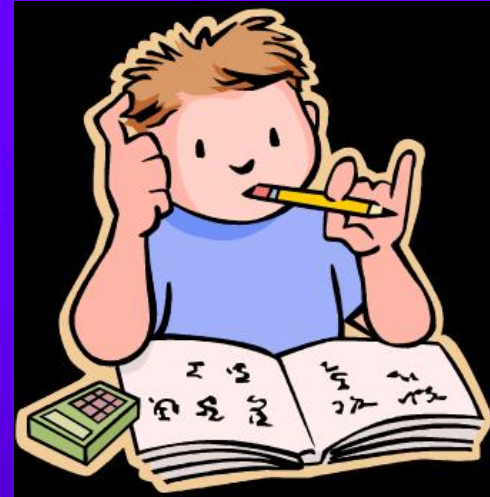
Colin Macdonald, Ariz. 1998

# El resumen (Marzano, Pickering & Pollock, 2001)

- ◆ “Estrategia basada en reglas” (identifica lo trivial o redundante e identifica la hipótesis - o escribe tu propia hipótesis)
- ◆ “Estructuras de resumen”
  - Estructuras para organizar información (ej. En una narrativa, identificar los personajes principales, el contexto, la época, etc.)
- ◆ Enseñanza recíproca
  - (1) Resumir; (2) Cuestionar; (3) Clarificar; (4) Predecir

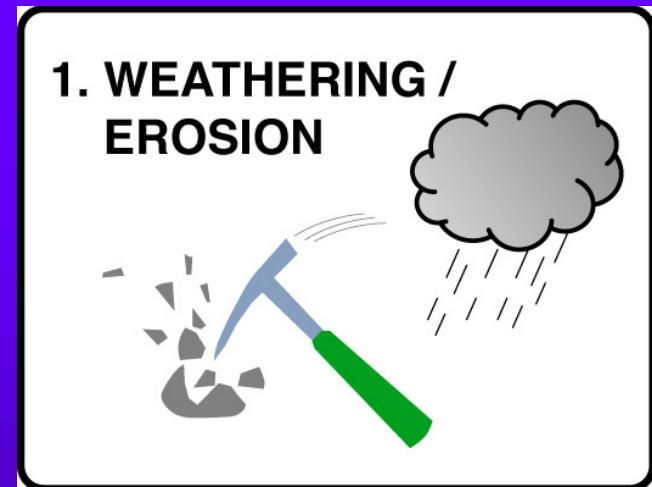
# Deberes (Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)

- ◆ Entender las expectativas del profesor en cuanto a los deberes.
- ◆ Cumplir con los deberes.
- ◆ Entender que “deberes” significa TODO lo que no entiendes (no solo lo que manda el profesor).
- ◆ Utilizar la retroalimentación para mejorar.



# Práctica (Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)

- ◆ En lugar de practicar toda una destreza compleja, sepárala en partes y practica cada parte.
- ◆ Documenta tu progreso (exactitud y velocidad).
- ◆ Practica durante un tiempo prolongado (para fortalecer el entendimiento de destrezas o procesos).



IF AT FIRST  
YOU DON'T  
SUCCEED,  
TRY, TRY  
AGAIN!

[AMERICAN PROVERBS]



# Aprendizaje cooperativo

(Allen, 2002)

- ◆ “Fisiológicamente, el aprendizaje cooperativo involucra a más redes neurales a través de la estimulación de información sensorial por la recepción de estímulos visuales, auditivos y kinestéticos... el aprendizaje cooperativo potencia la capacidad natural de los alumnos ‘de estar involucrados social y emocionalmente’ y les apoya en sus esfuerzos por construir conocimiento y aplicarlo a la resolución de problemas, dice Dickmann.”

Rick Allen (2002), descargada de ACSD: <http://www.ascd.org>

# Aprendizaje cooperativo

(Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)

- ◆ Escoge diversos compañeros o grupos de estudios de los que puedas aprender (no solo tu mejor amigo).
- ◆ Establece objetivos y metodología de trabajo (incluyendo tiempo y responsabilidades).
- ◆ Escoge un grupo de tamaño manejable para cumplir con los objetivos.
- ◆ Trabaja en grupos no tan numerosos.

# Objetivos

(Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)

- ◆ Asegúrate de entender los objetivos del profesor (si no, ¡pregunta!)
- ◆ Una vez entendidos los objetivos del profesor, establece objetivos personales basados en éstos.
- ◆ Los objetivos personales deberían ser específicos pero flexibles.



# Utiliza la retroalimentación

(Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)



- ◆ Asegúrate de entender los criterios de evaluación.
- ◆ Utiliza la retroalimentación para mejorar conocimientos y destrezas específicas.
- ◆ ¡Habla con los profesores!

# Organizadores avanzados

(Marzano, Pickering, & Pollock, 2001)

1. Antes de empezar un nuevo tema, trata de recordar todo lo que sabes acerca del mismo.
2. Revisa rápidamente el contenido. Trata de pensar en cómo estructurarás la nueva información.
3. Después de estudiarlo detenidamente, resume lo que haz aprendido (ej. un organizador gráfico).

# Hábitos mentales (Marzano, 1992)

La habilidad de generar, experimentar y comprobar hipótesis a través de:

- Análisis de sistemas
- Resolución de problemas
- Investigación
- Invención
- Experimentos
- Toma de decisiones
- Y la habilidad de justificar lo encontrado y pensar en problemas desde varios ángulos.

# Hábitos de mente-preguntas

- ◆ ¿Desde qué punto de vista, ángulo o perspectiva se plantea esto?
- ◆ ¿Cómo nos damos cuenta cuando sabemos que algo es cierto?
- ◆ ¿Qué evidencia hay de esto y qué tan confiable es?
- ◆ ¿De qué manera se conectan las cosas, los eventos y las personas entre sí?
- ◆ ¿Cuál es la causa y cuál es el efecto?
- ◆ ¿En qué forma encajan unas con otras?
- ◆ ¿Qué es nuevo y qué es viejo?
- ◆ ¿Hemos encontrado esta idea anteriormente?
- ◆ ¿Qué importancia tiene y por qué significa algo?

# A la práctica:

- ◆ Escoge una herramienta que no has aprovechado en el pasado y piensa en cómo puedes empezar a utilizarla desde mañana.

# Herramientas específicas

- ◆ Cómo leer y tomar notas
- ◆ Deberes y práctica
- ◆ Representaciones visuales (ej. mapas conceptuales)
- ◆ Aprendizaje cooperativo
- ◆ Establecer objetivos claros
- ◆ Utilizar la retroalimentación para mejorar
- ◆ Organizadores
- ◆ Hábitos de la mente

# Referencias

- Abbott, J. & Ryan, T. (1999). Constructing knowledge, reconstructing schooling. *Educational Leadership*, 57(3), 66-70.
- Allen, R. (2002). Honing the tools of instruction: How research can improve teaching for the 21st century. *Curriculum Update* 8, 1-3.
- Ames, C. (1992). Classroom goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261-271.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman.
- Billington, D. (1997). *Seven characteristics of highly effective adult learning environments*. Retrieved January 4 2005 from [www.newhorizons.com](http://www.newhorizons.com).
- Coplen, W., Duffield, J., Swimpson, I., Taylor, D. (2005) *Developing the model: Monitoring student progress*. PowerPoint. Descargada de [www.montgomeryschoolsmd.org/schools/churchillwootton/CITW%20powerpt.ppt](http://www.montgomeryschoolsmd.org/schools/churchillwootton/CITW%20powerpt.ppt) el 12 de octubre 2008.

- Giordano, P. J. (2003). *Critical moments in learning: Student, faculty, and alumni experiences*. Workshop presented at the meeting of the National Lilly Conference on College Teaching, Oxford, OH.
- Marzano (2003). *What works in schools: Translating research into action*. Virginia: Association for Supervision and Curriculum Development
- Marzano, R., Pickering, D.J., and Pollock, J.E. (2001). *Classroom instruction that works: research-based strategies for increasing student achievement*. Virginia: Association for Supervision and Curriculum Development.
- Sousa, D. (2000). *How the brain learns*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Tomlinson, Carol Ann. (2000). Reconcilable Differences? Standards-Based Teaching and Differentiation. *Educational Leadership*, 58(1), 6-12.
- Zemelman, S., Daniels, H. & Hyde, A. (2005). *Best practice: new standards for teaching and learning in America's schools, 3rd ed.*. New Hampshire: Heinemann.

# Para más información

Tracey Tokuhama-Espinosa, Ph.D.

Directora

Instituto de Enseñanza y Aprendizaje (IDEA)

de la Universidad San Francisco de Quito

Casa Corona, primer piso

Telf: 297-1700 x1338; x1005; 1020

[desarrolloprofesional@usfq.edu.ec](mailto:desarrolloprofesional@usfq.edu.ec)