



Ministerio de Educación Pública  
Instituto de Desarrollo Profesional Uladielao Gámez Solano  
Departamento de Investigación y Desarrollo Educativo

# Propiciando el éxito escolar

Grace Rojas Alvarado  
Norma Solís Sánchez

# Consejo Editorial.

Dra. Lupita Chaves Salas, Directora de Instituto Nacional de Investigación Educativa (INIE)

Msc. Emma Fernández Jarquín, Jefe Depto de Investigación y Desarrollo Educativo, Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez.

Msc. Enia Romilia Castro Gutiérrez, Depto de Investigación y Desarrollo Educativo, Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez.

Msc. Luis Fernando Duarte, Depto de Investigación y Desarrollo Educativo, Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez.

Bach. Mauricio Calvo Meza, Depto de Investigación y Desarrollo Educativo, Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez.

Licda. Jennifer Gutierrez Barboza, Asesora Nacional, Departamento de Orientación Educativa y Vocacional, MEP.

Licda. Daliana Vargas, Asesora Regional Equipo Interdisciplinario, Dirección Regional de Heredia.

Revisión Filológica

Licda. Yadira Calvo Fajardo

Agradecimientos especiales

Daniela Rojas Cerdas, Kevin Rojas Cerdas

Diagramación y Diseño

Pamela Villalobos Vilanova

## FICHA CATALOGRÁFICA

---

# Contenidos

<b>Prólogo, por Lupita Chaves Salas</b>	<b>5</b>
<b>Introducción</b>	<b>7</b>
<b>Capítulo I. El éxito escolar.</b>	<b>9</b>
1- Situaciones personales relacionadas con el éxito.	11
a- La motivación.	11
b- La autoestima	11
c- La resiliencia	13
d- Habilidades para vivencia de una cultura de paz y resolución pacífica de conflictos	14
e- Habilidades para estudiar	15
2- Situaciones familiares que influyen con el éxito escolar.	16
3- El ambiente institucional y el éxito escolar.	17
<b>Capítulo II. Algunas nociones acerca del aprendizaje</b>	<b>19</b>
1- El significado del aprendizaje	19
2- El sentido del aprendizaje, dentro de un contexto socio histórico determinado.	20
3- Acerca de la mediación pedagógica.	23
4- La memoria y la atención como bases para el aprendizaje.	24
5- Actividades para el fomento del pensamiento crítico y creativo	25
<b>Capítulo III. Ayudando a nuestros estudiantes a aprovechar el tiempo de estudio.</b>	<b>27</b>
1- Algunas estrategias de estudio.	27
a- Leer y comprender	27
b- El subrayado	28
c- El resumen	29
d- Los esquemas	30
e- Los mapas conceptuales	31
f- Memorizando el contenido	33
2- Promoviendo un adecuado ambiente de estudio en el hogar	33
a- Lugar	33
b- Postura	34
c- Temperatura	35

d-	Sonidos	35
	3- El horario de estudio	36
a-	Ordenar las materias según el nivel de dificultad personal	36
b-	Identificar las horas en que les resulta mejor estudiar	36
c-	Identificar distractores del estudio	36
d-	Distribuir el uso de tiempo	37
e-	Planear el horario de estudio	37

#### **Capítulo IV: Elaborando proyectos institucionales para favorecer el éxito escolar. 39**

	1- Etapas para la realización de un proyecto institucional para favorecer el éxito escolar.	39
a-	Realización de un diagnóstico:	39
b-	Priorización y selección del problema o situación por intervenir.	40
c-	Intervención de la realidad	41
d-	Evaluación y realimentación del proceso	41
e-	Resultados obtenidos.	41
	2- Presentación del informe del proyecto.	42

#### **Capítulo V: Actividades para trabajar con estudiantes 45**

	1.El esfuerzo personal lleva al éxito.	46
	2.Mi motivación hacia el estudio.	47
	3.Conociendo mis metas personales	48
	4.¿Cómo soy como estudiante?	49
	5.Conociendo mis hábitos de estudio	50
	6.Haciendo mi horario de estudio	54
	7.Logrando mejor concentración	56
	8.Jugando y fortaleciendo la memoria	57
	9.Resolviendo conflictos en el aula	58

#### **Referencias bibliográficas 59**



# PRÓLOGO

Este libro es producto del proyecto “Propiciando el éxito escolar”, que desarrollaron las autoras para contrarrestar algunas deficiencias del sistema educativo como son la exclusión, la repitencia, la extraedad, así como la desmotivación del estudiantado por asistir a los centros educativos, lo que promueve el fracaso escolar.

El proyecto se ejecutó en dieciséis instituciones de educación primaria y secundaria, de cinco regiones educativas. En él participaron el Departamento de Análisis y Orientación de los Procesos de Enseñanza y Aprendizaje, y el Instituto de Desarrollo Profesional Uladislao Gámez del Ministerio de Educación. Se contó con financiamiento de la Fundación CR-USA.

El texto recoge la experiencia vivida y ofrece información valiosa al personal docente sobre la forma de promover el éxito escolar en el estudiantado. Parte de un concepto de éxito, relacionado con el logro de metas personales, familiares, académicas y laborales, que le permiten a las personas sentirse realizadas y felices; dicho concepto trasciende lo meramente económico y material para enfocarse en la realización plena de la persona como ser integral que requiere de ciertas condiciones para desarrollarse, las cuales deben ser conocidas por educadoras y educadores para que las practiquen en el ejercicio de su profesional.

La obra analiza, desde un enfoque humanista, algunas de las características de la personalidad de los seres humanos que favorecen el éxito, como la motivación, la autoestima, la resiliencia. Se trata de construcciones personales determinadas por el ambiente familiar, social, cultural y escolar que rodea al estudiante. En el documento se reafirma la importancia del contexto de las instituciones educativas en la formación de estudiantes seguros y felices, debido al carácter decisivo que tiene el personal docente en la creación de un clima democrático y afectivo en las aulas, que permita al alumnado la participación activa, la crítica, el desarrollo de la creatividad, el pensamiento divergente, en medio de una atmósfera de respeto y comprensión.

Otro tema de vital importancia que se aborda, es la necesidad de que el personal docente promueva una comunicación constante con las familias, debido a que está demostrado científicamente que este es un factor del éxito escolar.

El capítulo sobre el aprendizaje describe, de manera clara y sencilla, la importancia de relacionar los contenidos temáticos con los intereses y realidades de

---

la población estudiantil, para que le encuentre sentido y significado al aprendizaje, aspecto que incide en el logro de metas académicas. De ahí que se debe conocer a cada estudiante de manera individual. A partir de este conocimiento, el personal docente organiza el proceso de mediación que implica intervenir social y pedagógicamente para que el estudiantado logre construir aprendizajes mediante la resolución de problemas, debates, experimentos, entre otras actividades. Al respecto, el documento ofrece algunos consejos prácticos a educadoras y educadores.

Es interesante, también, el aporte que brinda a las y los docentes en cuanto a la necesidad de promover en el alumnado el desarrollo de habilidades y destrezas que lo lleve al éxito escolar. De ahí que se les hagan sugerencias para que promuevan en sus estudiantes la comprensión lectora y el estudio de diferentes temáticas mediante la elaboración de esquemas, resúmenes, mapas conceptuales, entre otros.

Se profundiza en las condiciones ambientales que favorecen la concentración en las personas para el estudio, como son: lugar adecuado, buena postura y evitar ruidos que distraigan.

Especial atención se le da al establecimiento de un horario de estudio que implica al estudiantado autoevaluarse para identificar horas de estudio más productivas, tiempo disponible, distractores y tiempo de concentración. Tal práctica le permite ir desarrollando habilidades que le facilitan la comprensión y el aprendizaje de diferentes contenidos.

Este libro tiene el mérito de que desarrolla elementos teóricos y prácticos para favorecer la permanencia del alumnado en el centro educativo. Su importancia radica en que ofrece ideas al personal docente para incentivar al estudiante a conocerse así mismo, su forma de aprender, y a que desarrolle habilidades y destrezas para el aprendizaje. El fin se dirige a que un mayor número de niñas, niños y adolescentes logren metas sociales, intelectuales y emocionales, y no abandonen los estudios, ya que la educación favorece el desarrollo humano y la equidad social. De ahí que este texto sea un excelente aporte para contribuir al éxito escolar del estudiantado.

Lupita Chaves Salas  
Directora, INIE - UCR

---

# INTRODUCCIÓN

*Ese debe ser el sueño legítimo de todo autor – ser leído,  
discutido, criticado, mejorado, reinventado por sus lectores.*

*Freire.*

Este libro está dirigido al personal docente, de orientación y de los equipos interdisciplinarios del sistema educativo costarricense, con el fin de brindarles ideas para el fortalecimiento de actitudes, valores, habilidades y destrezas de sus estudiantes, como una herramienta más para contribuir al éxito en el estudio y por ende, a disminuir los niveles de deserción y repitencia estudiantil.

Con ese fin ofrece algunos planteamientos teóricos y lineamientos metodológicos para su abordaje en el centro educativo, de temas tales como motivación, autoestima, resiliencia, pensamiento crítico y creativo, horarios y estrategias de estudio, elaboración de un proyecto institucional para favorecer el éxito escolar, entre otros.

Asimismo, llama a reflexionar sobre la propia práctica docente y a su análisis, como un aspecto fundamental para el cambio de actitudes y comportamientos y por lo tanto, para el crecimiento profesional y personal. Con este propósito, se les invita a elaborar un texto paralelo, como un medio para proponer estrategias y técnicas que promuevan actitudes y habilidades socioafectivas, a fin de contribuir a alcanzar el éxito en el estudio, a partir de las percepciones, creencias y conocimientos propios.

El libro está estructurado en cinco capítulos: I. El éxito escolar, II. Algunas nociones acerca del aprendizaje, III. Ayudando a nuestros estudiantes a aprovechar el tiempo de estudio, IIII. Elaborando proyectos institucionales para favorecer el éxito escolar, IV. Actividades para trabajar con estudiantes, y V. Actividades para trabajar con estudiantes. En el primero se conceptualiza el éxito escolar, y se describen factores personales, familiares, sociales y del centro educativo, relacionados con él. El segundo se orienta a generar procesos de reflexión en torno a las concepciones de aprendizaje, a reconocer estilos de enseñanza y otras características de la práctica pedagógica, y a destacar la importancia de reconocer la influencia del contexto sociocultural y el desarrollo del pensamiento crítico y creativo.

El tercer capítulo ofrece pautas para orientar al estudiantado en el dominio de destrezas que le permitan elaborar esquemas y mapas conceptuales, aprovechar el tiempo con más efectividad y comprender mejor los conocimientos. Además orienta con respecto a las condiciones óptimas del ambiente de estudio y en

---

la elaboración de un horario adecuado para estudiar. El cuarto capítulo brinda elementos para el desarrollo de proyectos institucionales de manera que se constituyan en un proceso planificado, evaluado y sistematizado. Por último, en el capítulo V se sugieren actividades para abordar con el estudiantado en aspectos relacionados con los contenidos de este documento. Además, pretende instarlos a elaborar actividades propias, tomando como punto de referencia estos ejemplos.

Le sugerimos leer esta obra de una forma analítica, reflexiva y crítica, de manera que sirva como instrumento para el mejoramiento personal y de su quehacer en el sistema educativo; y le invitamos a compartir su valiosa experiencia en la promoción del desarrollo integral del educando.

# CAPÍTULO I

## EL ÉXITO ESCOLAR

*El docente es un constructor de éxitos. El éxito se traduce en el logro de los objetivos propuestos en el proyecto educativo áulico. No depende de la suerte, tampoco de la casualidad y no es designio del destino. El éxito se construye, se realiza. Es decir: que el éxito en la enseñanza se concibe, se prepara, se organiza, se realiza y, finalmente, se lo explota. Porque el éxito en los docentes está en los mismos docentes, está en su propia práctica.*

*Roberto Magni Silvano.*

Interesa en este capítulo, destacar el éxito desde una perspectiva de logro de metas sociales, intelectuales y emocionales que se expresan en felicidad y satisfacción personal por lo alcanzado, a pesar de que tradicionalmente se ha asociado a la obtención de fama y prestigio económico.

En este sentido, las personas exitosas son aquellas que se sienten bien consigo mismas, y por consiguiente, con los logros personales, familiares, laborales, deportivos, entre otros, obtenidos en su vida. Por ello, el éxito es muy relativo. Depende de los intereses y las metas propias. Así, un campesino puede sentirse orgulloso y feliz al ver su campo cultivado, una escritora al ser reconocida por su obra, un docente al saber que sus estudiantes aprobaron el año y una madre cuando su hijo o hija es una persona responsable y cuidadosa de sí misma.

El éxito está muy relacionado con la felicidad y la satisfacción personal por lo alcanzado

Antes de continuar, elabore su propia definición de éxito escolar. Puede complementar esta información con sus estudiantes.

Específicamente, el éxito escolar se puede definir como la obtención de metas tendientes a logros significativos en el campo personal y académico; entre ellas, aprobar cursos, obtener buenas notas, cumplir con las tareas, completar la primaria y aprobar el bachillerato, sin dejar de lado la salud física y emocional, la amistad, el afecto, la proyección a la familia y a la comunidad, la participación en eventos deportivos, culturales y artísticos, entre otros.

El éxito está asociado al bienestar, la seguridad y la pertenencia que brindan el entorno institucional, familiar y social.

De esta manera el éxito escolar está asociado al sentimiento de perseverancia y esfuerzo personal para conseguir las metas. Asimismo se asocia con el bienestar, la seguridad y la pertenencia que brinda el entorno institucional, familiar y social.

Desde esta perspectiva, se presenta el siguiente esquema, que destaca aspectos importantes para el éxito escolar, en los niveles personal, institucional, familiar y social.

## ASPECTOS RELACIONADOS CON EL ÉXITO ESCOLAR



Estamos de acuerdo en que estos aspectos no constituyen un listado definitivo y que por consiguiente, se pueden agregar otros, según diferentes concepciones o según la experiencia profesional docente.

Reflexione qué otros aspectos considera importantes para el éxito escolar. Anótelos en su texto paralelo.

aspectos citados.

## 1. Situaciones personales relacionadas con el éxito

Toda persona desea alcanzar metas e ideales, y en consecuencia la felicidad y satisfacción personal. Estos anhelos se constituyen en una importante razón de la existencia humana. Por ello, es necesario que los centros educativos no se limiten a ofrecer conocimientos, sino que también contribuyan a formar habilidades sociales que estimulen la adquisición de hábitos y valores orientados al logro de aquello que se considera positivo y valioso.

La adquisición de hábitos y valores, orientan al logro de aquello que se considera positivo y valioso.

### a- La motivación

La motivación es definida como "...un estado de activación cognitiva y emocional, que produce una decisión consciente de actuar, y que da lugar a un período de esfuerzo intelectual y/o físico, sostenido, con el fin de lograr unas metas previamente establecidas" (William y Burden, 1997, citado por Adam y otros, 2003, p.18).

De acuerdo con lo anterior, la motivación implica no solo el deseo de hacer algo, sino también la decisión de hacerlo manteniendo el esfuerzo o la perseverancia. Esto es indispensable para el progreso en el estudio y el buen rendimiento académico, ya que facilita dedicarse durante un tiempo prolongado a una tarea para cumplir con un propósito considerado valioso.

La persona motivada mantiene la perseverancia y el esfuerzo constante y logra vencer obstáculos, tales como dificultades propias para el aprendizaje o situaciones familiares adversas, por lo que la motivación tiene un factor personal que podría considerarse como decisivo.

No obstante, junto a estas fuerzas internas, hay también fuerzas externas relacionadas con ella, tales como el clima institucional, la situación familiar, social y cultural.

La persona motivada mantiene la perseverancia y el esfuerzo constante y logra vencer obstáculos

### b- La autoestima

La autoestima es una actitud de una persona con respecto a sí misma, que se refiere a la valoración propia y está asociada a sentimientos de auto aceptación o auto rechazo. Implica hasta dónde nos sentimos dignos, valiosos y capaces. La autoestima, según Brody y Ehrlichman, (1998), es "el resultado de una combinación de las creencias de las personas sobre sus habilidades y talentos". (citado por Adam y otros, 2003, p.20).

Si la autoestima es alta, se superan las exigencias y retos diarios cuyo propósito es alcanzar metas o triunfos en áreas como el deporte, el estudio, las relaciones interpersonales. Si es baja, favorece sentimientos de inseguridad con respecto al propio ser, que limita para estos logros.

La autoestima no solo requiere de un auto conocimiento que permita reconocer las habilidades y potencialidades personales, sino también las limitaciones. Implica sentir dignidad por lo que se es y saber hasta dónde se puede llegar, sin que ello genere sentimientos de inseguridad personal. No hay que confundir la autoestima con un ego muy agrandado, como es el caso de aquella persona que quiere sobresalir en todo, y si no lo logra, se siente frustrada e impotente.

Proponga a continuación estrategias para desarrollar en el aula, que les permita a sus estudiantes reconocer habilidades y limitaciones personales. En el capítulo V, les brindamos algunas sugerencias.

La autoestima proporciona un sentimiento de aceptación y bienestar personal, y se ve favorecida cuando se anima a las personas a expresar opiniones y sentimientos, a resolver los conflictos de manera pacífica y a establecer límites claros y consistentes, en un clima de respeto y solidaridad.

Anote algunas estrategias para fortalecer la autoestima en el desarrollo de su práctica pedagógica.

De acuerdo con Arguedas y Jiménez (2006), la autoestima se ve fortalecida con la obtención de logros concretos por parte del estudiantado. Por ello es importante estimular y reconocer sus habilidades y orientarlas al logro de metas claras y factibles de acuerdo con estas capacidades.

El mérito que lleva al reconocimiento, debe representar un desafío real, producto del esfuerzo mantenido y persistente de la persona que lo recibe. De lo contrario podría ser considerado como una adulación y no tiene un significado personal.

Comúnmente se premia o reconoce a quienes obtienen los rendimientos académicos más altos, pero no se reconoce el esfuerzo y la perseverancia de quienes aspiran a salir adelante a pesar de sus limitaciones personales o socioeconómicas.

En este sentido, no tiene el mismo significado una nota de 90 en matemática para alguien que regularmente ha tenido calificaciones altas, que para quien las ha obtenido bajas a pesar de su esfuerzo.

Estos reconocimientos, que pueden ser verbales, deben destacar el logro, con expresiones como: “lo lograste”, “eres capaz”, “tu esfuerzo logró mejorar tus notas”. Se deben evitar comentarios que solamente enfaticen la propia complacencia del docente, tales como “me siento feliz porque todos mis alumnos pasaron” o “al fin



me entendieron”, aunque es natural que estos logros generen satisfacción en él.

## c- La resiliencia

El término resiliencia es derivado de la física, y se refiere a la resistencia de un material a la presión y a los golpes. Se transfiere al campo de la psicología para identificar a las personas que logran superarse o tener éxito, a pesar de estar insertas en contextos socioculturales y familiares limitantes o desfavorables, como por ejemplo en situaciones de pobreza extrema.

Existen muchas definiciones de resiliencia, pero todas ellas se enfocan o destacan la habilidad o capacidad de enfrentar situaciones difíciles o adversas en forma satisfactoria, y además, fortalecerse a partir de ello. La resiliencia está relacionada con procesos sociales e intra-psíquicos que posibilitan tener una vida “sana” en un medio insano”. Asimismo se considera que estos procesos son posibilitados por la interrelación entre los atributos personales y el ambiente familiar, social y cultural.

La resiliencia implica la voluntad de salir adelante ante una situación adversa, es la capacidad o habilidad de resistir a eventos difíciles y situaciones de riesgo y construirse una vida mejor para sí mismo y para los demás.

En la experiencia educativa, el personal docente es conocedor de estudiantes, colegas y miembros de la comunidad, que a pesar de enfrentar grandes limitaciones en sus hogares, tales como pobreza extrema, desintegración familiar, drogadicción y violencia, logran salir adelante con sus estudios y forjarse una vida adulta digna.

La resiliencia es la habilidad de las personas de enfrentar situaciones difíciles o adversas en forma satisfactoria.

La resiliencia implica la voluntad de salir adelante ante una situación adversa.

Identifique actitudes o comportamientos resilientes que encuentre en usted, sus compañeros de trabajo y sus estudiantes. Anótelas en su texto paralelo y comparta algunas de estas experiencias, de manera que sirvan de ejemplo.

La resiliencia está íntimamente relacionada con habilidades cognitivas y socioemocionales y se favorece cuando se cuenta con el soporte de factores externos, tales como redes de apoyo familiar e institucional, grupos de jóvenes, ayuda socioeconómica, servicios de alimentación y transporte gratuito o subsidiado, participación en actividades artísticas, deportivas y culturales.

Asimismo, el apoyo de personas consideradas significativas, que en muchos casos están representadas por miembros del personal docente y administrativo, del equipo interdisciplinario o del personal de orientación, se constituyen en un factor clave para el estímulo de conductas resilientes.

En el ámbito educativo, la resiliencia puede ser estimulada, desde una perspectiva integral, a través de una propuesta curricular que fortalezca las habilidades per-

sonales y estimule al logro de metas realistas, la creación de ambientes que fomenten la confianza, la esperanza, la autonomía, la amistad y la alegría. Asimismo, es preciso identificar estudiantes con actitudes y características resilientes, para darles apoyo socioemocional, académico y económico.

Proponga algunas estrategias para fomentar actitudes resilientes en sus estudiantes.

#### d- Habilidades para vivencia de una cultura de paz y resolución pacífica de conflictos.

Educación en una cultura de paz y resolución pacífica de conflictos, contribuye a formar individuos más autónomos, críticos y con un gran sentido de responsabilidad sobre sus actos, capaces de vivir en una sociedad democrática y en armonía con el medio ambiente.

La cultura de paz forma “en la defensa y promoción de los derechos individuales y colectivos que conllevan a la auto y co-realización de la persona humana, asumiendo la construcción y re-construcción de un proyecto socio-histórico y cultural impregnado por la justicia, solidaridad, armonía, libertad y bien común”. (Zeledón, 2006, p. 1).

El abordaje de estas temáticas en los centros educativos, es relevante y urgente en los tiempos actuales, donde cotidianamente se viven actos de violencia que han llegado inclusive a muchas escuelas y colegios del país. Es importante aprender a resolver de manera pacífica los conflictos, los cuales se conciben como situaciones donde una o más personas se enfrentan por intereses opuestos. El conflicto es inherente a las relaciones humanas, y por lo tanto forma parte del diario convivir. Desde esta perspectiva, lo importante es visualizarlo como una oportunidad, ya que permite analizar una situación desde diferentes perspectivas, teniendo presente que debe facilitarse una comunicación proactiva, sana y flexible, para llegar a un acuerdo que satisfaga a todas las partes involucradas.

En el proceso de enseñanza aprendizaje, la cultura de paz y la resolución pacífica de conflictos, se construye cotidianamente, cuando hay una vivencia desde y para los derechos humanos. Se incita a dialogar y reflexionar sobre las situaciones nacionales e internacionales que atentan contra la realización plena de la persona y los derechos humanos, y se trabaja a favor del medio ambiente. Asimismo, estas situaciones de aprendizaje deben fomentar valores positivos, actitudes y habilidades personales que procuren el pleno desarrollo individual, de manera que permitan una convivencia armónica consigo mismo, con los otros y el medio.

Existen técnicas y estrategias metodológicas ya elaboradas, para trabajar específicamente estos temas, para lo cual podrían consultar literatura en cultura de paz y resolución pacífica de conflictos.

El abordaje de estas temáticas en los centros educativos, propicia la formación de individuos más autónomos, críticos y responsables.

*Algunas recomendaciones básicas para la vivencia de una cultura de paz y resolución pacífica de conflictos*

- \* Respetar las ideas y sentimientos del estudiantado (evitar amenazar, mandar, sermonear, ridiculizar, minimizar, entre otros).
- \* Favorecer la vivencia de virtudes y valores tales como: tolerancia, justicia, igualdad, solidaridad, respeto, responsabilidad, cooperación, amistad, diversidad.
- \* Propiciar una comunicación abierta y asertiva entre todas las personas que conforman la comunidad educativa.
- \* Favorecer la vivencia y el respeto de los derechos humanos.
- \* Fomentar el diálogo y la toma de decisiones consensuada entre educadores, estudiantes y las familias.
- \* Propiciar situaciones de aprendizaje o espacios de reflexión-acción en torno a temas de actualidad a nivel nacional e internacional, relacionados con medio ambiente, derechos humanos y otros (violencia en las carreteras, delincuencia juvenil, pandillas, drogadicción, contaminación ambiental, tratados de paz, análisis de líderes mundiales y su posición ante la paz, entre otros).

Identifique contenidos del programa de estudio atinentes a su disciplina, en los cuales se pueden integrar actividades que favorezcan la cultura de paz y la resolución pacífica de conflictos.

## e- Habilidades para estudiar

Estudiar es una actividad de realización y superación personal que nos permite obtener bienestar físico y psicológico. Desde esta perspectiva, más que memorizar datos, implica adquirir una buena formación mental que posibilite aprehender e interpretar la realidad de una forma crítica y contractiva y resolver los conflictos que se presenten en la vida.

El estudio diario requiere estímulo permanente por parte de los actores del proceso educativo. Una de las mejores motivaciones que una persona pueda tener para el estudio es saber estudiar. Cuando se sabe estudiar, se puede expresar el tema con otras palabras, se puede sintetizar, identificar las ideas principales, etc. Saber estudiar conlleva el dominio de una serie de destrezas, habilidades y técnicas que se aprenden con el ejercicio cotidiano y que permiten conseguir el objetivo propuesto, en este caso el aprendizaje. En el capítulo IV se hará referencia más detallada a estos aspectos.

Analice con sus estudiantes, las implicaciones del estudio diario. Anote sus observaciones en el texto paralelo.

## 2-Situaciones familiares que influyen en el éxito escolar.

Los principales problemas del sistema educativo costarricense, están asociados a dificultades familiares, sociales y económicas.

El éxito escolar requiere del apoyo de la familia. Cuanto más se involucren las madres y los padres en la educación de su prole, ésta tendrá mucho más posibilidades de éxito en sus estudios y en su vida.

De hecho los problemas de bajo rendimiento académico, repitencia y deserción suelen atribuirse, entre otros aspectos, a la falta de apoyo de la familia, y a problemas socioeconómicos en los hogares de los estudiantes (Sánchez y Cartín, 1985).

En concordancia con estos datos, el Informe del Estado de la Educación (2005) indica que “los desertores reciben poca ayuda de sus padres u otros miembros de la familia para realizar tareas colegiales; en sus hogares enfrentan problemas como la desintegración familiar y el traslado a otras comunidades; además son afectados por la drogadicción y los embarazos” (p. 26). De este Informe se concluye, además, que la situación socioeconómica influye en la posibilidad de asistir al colegio y de adquirir los materiales y libros solicitados, y en consecuencia en el abandono escolar; y que el bajo nivel educativo de madres y padres puede influir en su actitud hacia la educación, las aspiraciones y actividades intelectuales de la familia, el apoyo que se le da, y el ejemplo de haber abandonado ellos mismos sus estudios.

Sumado a ello, el hogar ha cumplido un rol pasivo en el proceso de enseñanza y aprendizaje. Tradicionalmente, se acude al centro educativo para resolver problemas disciplinarios (conducta, uso del uniforme) o relacionados con el rendimiento académico. Esta situación es fomentada en gran medida por la cultura institucional, donde se restringe el acceso a la familia y se limita su participación en la toma de decisiones en aspectos curriculares.

En correspondencia con los datos anteriores, en actividades realizadas en las direcciones regionales del país, se destacaron como las limitaciones importantes para alcanzar el éxito escolar, situaciones sociofamiliares tales como: drogadicción y alcoholismo, pobreza, violencia, desintegración, baja escolaridad y escasa colaboración del hogar.

Otros aspectos familiares que pueden incidir en el éxito escolar son los estilos de crianza y de comunicación, el manejo de la disciplina, el fomento de hábitos de cuidado personal y el desarrollo de la autonomía. Se sugiere el abordaje de estos temas en charlas y talleres con la familia.

Reflexione en relación con la participación de la familia en su institución educativa. Puede guiarse con las siguientes preguntas:

¿De qué manera se promueve en su centro educativo la participación de la familia, en los procesos de enseñanza y aprendizaje?

¿Qué otras estrategias o actividades se pueden implementar para lograr que la familia se incorpore en esos procesos?

### 3- El ambiente institucional y el éxito escolar

Si bien la educación costarricense tiene dentro de sus fines el desarrollo pleno de la personalidad humana, y actualmente se aboca a una educación integral y transversal, lo cierto es que se da mayor preponderancia a la parte instruccional e informativa.

De acuerdo con el Informe del Estado de la Educación (2005), “se siguen acentuando en exceso los aspectos memorísticos, la realización mecánica de procedimientos y la consideración acrítica de los temas”, en tanto que “se desarrollan pocas destrezas y preparación para tomar decisiones con cierto rigor”, no se dan “aprendizajes significativos en varias asignaturas”, y no se ofrece “suficiente estímulo a la creatividad y la innovación inteligente” (p. 26).

Un centro educativo que promueva el éxito, se caracteriza por fomentar una educación desde y para los derechos humanos.

Lo anterior conlleva el respeto a la individualidad, la interculturalidad, la igualdad de oportunidades, la equidad de género, la participación estudiantil activa, la vivencia y clarificación de valores, y por ende, el fortalecimiento personal y el mejoramiento de las condiciones reales de vida de todos los miembros implicados en el proceso educacional.

En concordancia con lo anterior, la escuela debe convertirse en un espacio ideal para posibilitar la vida misma, promoviendo la convivencia sana y democrática, la expresión de sentimientos y emociones, la recreación y el deporte. En ella los contenidos temáticos deben cobrar sentido por su aplicabilidad e impacto en los contextos de los miembros que forman la comunidad educativa.

Para lograr estos propósitos, se sugiere plantear dentro del Plan de Trabajo Institucional, proyectos orientados a fortalecer el éxito, con miras a generar procesos de enseñanza y aprendizaje más dinámicos, creativos y significativos, que favorezcan actitudes, habilidades y destrezas, que motiven y generen expectativas de logro hacia el estudio. En el capítulo V, se presenta, a manera de sugerencia, el proceso que se debe seguir en la elaboración de estos proyectos.

Asimismo, el personal docente tiene una gran influencia sobre el educando, al transmitirle de forma implícita y explícita sus sentimientos, actitudes, percepciones y valores. Asimismo, puede fortalecerle la autoestima, la autonomía, la confianza en los demás, el gusto por el aprendizaje, e incluso el gusto por la vida. Por el contrario, puede frustrarlo y hacerlo sentirse incapaz o desmerecedor de cariño y amistad.

El estudio realizado por Solís y Ruiz (2001), concluyó que el estudiantado obtiene mayor rendimiento cuando está a cargo de docentes comprometidos, afectuosos y optimistas y que fomentan el éxito.

“se siguen acentuando en exceso los aspectos memorísticos, la realización mecánica de procedimientos y la consideración acrítica de los temas”,

Un centro educativo que promueva el éxito, se caracteriza por fomentar una educación desde y para los derechos humanos.

Reflexione sobre sus fortalezas y limitaciones y cómo influyen en la relación con el alumnado.

A continuación enumeramos algunos de los atributos y cualidades del personal docente que promueven el éxito:

**Democrático:** debe mantener una relación de horizontalidad con sus estudiantes, permitir la libre expresión de ideas, estimular la participación y respetar sus experiencias. El estudiante debe desempeñar un papel protagonista, y ser responsable de su propio aprendizaje.

**Creativo y flexible:** muestra disposición para modificar, adecuar y ampliar su práctica pedagógica de acuerdo con las características de los educandos y con su propia experiencia. Aprovecha situaciones cotidianas para propiciar la reflexión y la expresión del estudiantado.

**Afectivo:** siempre debe mostrar afecto y aceptación hacia el educando. El afecto fortalece la autoestima, facilita la expresión de sentimientos y un ambiente cálido en el aula. El docente es afectivo cuando identifica a cada estudiante por su nombre, le hace sentir que es importante, lo escucha, lo respeta, le pregunta sobre sus inquietudes, preocupaciones y gustos, le habla sobre temas de su interés.

**Motivador:** promueve espacios que permitan reflexionar sobre la importancia del esfuerzo personal, de la autovaloración, del logro de metas y anhelos personales.

**Con una visión integral del ser humano:** considera al educando como un ser afectivo, social, dinámico, crítico, autónomo y no simplemente como receptor del conocimiento.

**Identificado con el papel de educador:** debe tener un compromiso con la labor educativa y considerarla como un medio para lograr la transformación de la sociedad.

**Coherente entre lo que dice y lo que hace:** el discurso debe parecerse o reflejarse en la práctica. No se puede proclamar una opción de sociedad justa, participativa y a la vez, rechazar a un alumno porque es extranjero, porque tiene un comportamiento inadecuado en el aula o porque manifieste desacuerdo con sus opiniones.

Anote otras cualidades personales que considera importantes en el personal docente.

# CAPÍTULO II

## ALGUNAS NOCIONES ACERCA DEL APRENDIZAJE

*“La tarea de educar, sólo será auténticamente humanista en la medida en que procure la integración del individuo a su realidad nacional, en la medida en que pierda miedo a la libertad, en la medida en que pueda crear en el educando un proceso de recreación, de búsqueda, de independencia y a la vez, de solidaridad”.*

*Pablo Freire*

El presente capítulo busca que el personal docente reflexione sobre sus concepciones en relación con el aprendizaje. Se incorpora el análisis de creencias con el propósito de ayudarlo a reconocer sus estilos de enseñanza y otras características de su práctica pedagógica. Se hace énfasis en la comprensión del aprendizaje en contextos socioculturales, así como en la optimización del aprendizaje entre colaboradores. Por último, se brindan algunas estrategias para propiciar el pensamiento crítico en diversos espacios de aprendizaje.

### 1-El significado del aprendizaje

Tradicionalmente el aprendizaje ha implicado adquirir información de hechos y datos que se requiere reproducir en determinados momentos, bien sea para realizar un examen, para recordar una fecha o para resolver una ecuación. Este tipo de aprendizaje, muchas veces no tiene sentido para el estudiantado, el cual tiende a reproducir, de manera literal, la información que se le solicita. Un rasgo característico del aprendizaje de hechos o datos, es que se debe hacer una copia más o menos literal o exacta de la información proporcionada y almacenada en la memoria. Bajo este concepto, el sujeto de la enseñanza se convierte en recipiente de datos que proceden de un libro, una pizarra, un educador o educadora, para plasmarlos luego en un examen.

Por lo general, el personal docente desea hacer de sus lecciones, experiencias de aprendizaje agradables para el estudiantado y para sí mismo; sin embargo, hay presiones que pueden impedirle cumplir con esta meta: unas de ellas son las pruebas nacionales y la necesidad de cumplir con el programa de estudio,

La principal tarea del personal docente es fomentar el desarrollo integral del estudiantado.

que le pueden obligar a dedicarse a reproducir contenidos o libros de texto, en detrimento de la parte lúdica; otra son los intereses del hogar, preocupado sobre todo de que sus hijos e hijas aprueben el curso. Sin embargo, la tarea principal del personal docente es fomentar la formación integral del estudiantado mediante acciones que favorezcan la reflexión, la criticidad y los valores; consolidar la capacidad de transferir el aprendizaje de un contexto a otro; y enfrentar situaciones nuevas e impredecibles, con el fin de promover los procesos de crecimiento social, cultural y personal. Lo anterior permitiría un mayor número de estudiantes promocionados, así como menos deserciones y exclusiones del sistema educativo.

Rojas (2002), concluye que algunas causas de deserción son: por parte del estudiantado, la dificultad de asimilar lo que se ve en clase, y la escasa voluntad personal para enfrentar los retos que les representa estudiar; por parte de la familia, la falta de exigencia para hacer cumplir las obligaciones asignadas en las instituciones educativas; y por parte del personal docente, las clases demasiado aburridas.

Esto señala la necesidad de repensar una educación hacia una sociedad, que promueva la cultura científica y las humanidades de tal manera que responda a los desafíos de la globalidad y de la complejidad de la vida cotidiana social, política, nacional y mundial. Desde otra perspectiva es necesario apostar por un espíritu que favorezca la inteligencia, la aptitud para problematizar en relación con los conocimientos y la realidad. Al nuevo espíritu científico hay que añadir el espíritu renovado de la cultura de las humanidades que favorece la aptitud de abrirse a los problemas de la humanidad, la aptitud para reflexionar, captar las complejidades humanas e integrar el saber a la propia vida. (Morin E., 2004).

## 2-El sentido del aprendizaje dentro de un contexto socio histórico determinado

Las creencias se transmiten en los contextos en que se desenvuelven las personas.

El personal docente requiere de la reflexión sistemática respecto a sus propias creencias

Todo aprendizaje está inmerso en un determinado contexto sociocultural que dimensiona su significado. En consecuencia favorece saberes que se constituyen en creencias y que responden a valoraciones individuales basadas en experiencias sociales y culturales. En otras palabras, las creencias son conocimientos contruidos de la realidad, los cuales son aceptados y compartidos con escaso cuestionamiento o reflexión. Simplemente son así. De esta forma, tenemos ideas preconcebidas respecto a la forma de enseñar determinado contenido, del significado de ser docente, del papel que debe asumir el estudiantado y la familia, entre otros.

Es fundamental que el personal docente revise sus creencias a través de procesos de reflexión sistemática y crítica de su labor profesional, aspectos que le permitirán clarificar sus propias creencias. Estos procesos solo tienen sentido si logran cambios significativos de conocimientos, actitudes y comportamientos, que favorezcan la calidad de los aprendizajes y el éxito escolar. Los cambios generados por procesos reflexivos a lo interno de la institución educativa, resultan más pertinentes que los propuestos desde afuera.



Anote en su texto paralelo, algunas de sus creencias respecto al significado de ser docente, del papel que debe asumir el estudiantado y la familia, entre otros.

Complementariamente, el análisis de creencias del estudiantado permite obtener información de conocimientos previos que sirvan de insumo para planificar la práctica pedagógica. Dichas creencias pueden ser exploradas mediante interrogatorios, cuestionarios, entrevistas y simulaciones.

Indague las creencias del estudiantado en aspectos tales como: el significado de ser un buen o buena docente, el éxito escolar, el estudio.

El aprendizaje de conceptos debe estar relacionado con las creencias y conocimientos previos que el estudiantado posee sobre diferentes aspectos de la realidad, de modo que los contenidos por aprender le resulten más significativos en la medida en que logre establecer mayores relaciones entre éstos y aquellos.

De acuerdo con Pozo (1989) el aprendizaje como proceso de cambio conceptual, además de metodológico y actitudinal, supone vincular explícita y deliberadamente ambos tipos de conocimiento por medio de diversas técnicas y recursos didácticos. Se trata de partir de los conocimientos del alumnado para modificarlos mediante la presentación, el análisis y la reflexión de un conocimiento científico más elaborado. Pero ello sólo será posible si éste se presenta de modo que haga referencia al mundo cotidiano del alumno, que es donde se han originado los conocimientos previos.

De acuerdo con las teorías contemporáneas, el estudiantado debe ser el constructor, creador y productor de su propio aprendizaje, el cual está determinado, según el pensamiento vigotskiano, por la distancia entre el nivel de desarrollo actual y el nivel de desarrollo potencial. La distancia entre estos dos puntos es a lo que Vigotsky llama zona de desarrollo próximo. En este sentido, la acción educativa debe partir del nivel de desarrollo efectivo del alumnado, pero no para acomodarse a él, sino para hacerlo progresar a través de su zona de desarrollo próximo, para ampliarla y para generar eventualmente nuevas zonas de desarrollo próximo.

Es vital realizar diagnósticos para conocer la comprensión que posee el estudiantado sobre determinado tema. No se debe asumir que por haberlo visto en otro momento, lo tienen que saber. Se pueden realizar diagnósticos mediante diversas técnicas tales como el interrogatorio, la lluvia de ideas o el trabajo en grupos.

Rogoff (1993) propone cinco principios generales que caracterizan las situaciones de enseñanza-aprendizaje, en las que se da un proceso de participación guiada con la intervención docente:

1. Se proporciona al alumnado un puente entre la información de que dispone (sus conocimientos previos) y el nuevo conocimiento.

El aprendizaje de conceptos debe estar relacionado con las creencias y conocimientos previos que el estudiantado posee sobre diferentes aspectos de la realidad.

2. Se ofrece una estructura de conjunto para el desarrollo de la actividad o la realización de la tarea.
3. Se traspassa de forma progresiva el control y la responsabilidad de docente a estudiante.
4. Se manifiesta una intervención activa por ambas partes.
5. Aparecen de manera implícita y explícita las formas de interrelación.

Las experiencias educativas están íntimamente relacionadas con el desarrollo cognitivo y emocional del estudiantado. Al momento de planificar la práctica pedagógica, se debe tomar como punto de partida el desarrollo real del educando, con ayuda de orientadores, equipos interdisciplinarios o bien de colegas.

El papel del docente en el ámbito de la motivación debe estar centrado en inducir motivos en lo que respecta a los aprendizajes y comportamientos para aplicarlos de manera voluntaria a los trabajos de clase, dando significado a las tareas escolares y proveyéndolas de un fin determinado, de manera tal que el alumnado desarrolle un verdadero gusto por la actividad escolar y comprenda su utilidad personal y social. A continuación se presentan algunas recomendaciones para despertar el interés del estudiantado en el logro del éxito educativo.

*Algunas recomendaciones para favorecer el logro del éxito educativo.*

- \* Organice previamente el material que va a presentar.
- \* Introduzca el tema por desarrollar utilizando estrategias dinámicas y creativas y motive al estudiantado para llevarlo a cabo con éxito.
- \* Promueva el diálogo y el debate.
- \* Realice ejercicios de concentración y atención.
- \* Realice diagnósticos para conocer las ideas previas del sobre determinado tema.
- \* Promueva el desarrollo de investigaciones e innovaciones.
- \* Estimule la participación y expresión de ideas.
- !\* Incorpore estrategias lúdicas como el teatro, la música, la poesía, la pintura, entre otras.
- \* Tome en cuenta el contexto social y cultural, para que el conocimiento sea más significado y pertinente.
- \* Realice interrogatorios y confronte las respuestas.
- \* Permita que el estudiantado establezca relaciones entre lo que sabe y el conocimiento nuevo
- \* Permita que el conocimiento tenga utilidad y sentido práctico.
- \* Emita mensajes positivos.
- \* Incorpore la vivencia de valores en la mediación de la práctica pedagógica.
- \* Incorpore las TICs (Tecnologías de Información y Comunicación) en el desarrollo de la práctica pedagógica.

### 3-Acerca de la mediación pedagógica.

Se ha comprobado que el alumno aprende de forma más eficaz cuando lo hace en un contexto de colaboración e intercambio con otros compañeros.

(Carretero, 1993)

La principal función del personal docente es la mediación pedagógica, considerada como todas aquellas acciones intencionales que realiza para que el estudiantado pase a un conocimiento diferente del que tenía al momento de incorporar determinado contenido curricular. Para conseguir esto, busca los conocimientos procedimentales que permiten encontrar en la memoria el conocimiento más relevante y relacionarlo con el nuevo saber. Asimismo le solicita explicitar ese conocimiento para que tome conciencia de lo que sabe y cómo lo sabe; y permite elaborar, conectar y retener los nuevos conocimientos en estructuras de significado.

La mediación es la estrategia que promueve el personal docente para generar procesos de aprendizaje que conlleven la definición clara y precisa de metas y objetivos. Estos procesos se pueden generar desde diferentes modelos de relación, considerando niños, niñas, jóvenes y personas adultas.

De acuerdo con Contreras (2004), la mediación favorece el desarrollo de la inteligencia, mejora la autoestima, produce progreso en el rendimiento escolar y ayuda en la adquisición de hábitos y técnicas de estudio, a la vez que promueve valores, tales como el respeto, la amistad o la solidaridad. La mediación se considera como una intervención social y pedagógica: afectiva-motivacional y cognoscitiva, intencional, recreativa-formativa, individual o grupal, sistemática y formal.

Es importante planificar la práctica pedagógica estimulando aprendizajes significativos que desarrollen habilidades, actitudes y destrezas, mediante estrategias que incorporen el pensamiento crítico y creativo: foros, debates, investigaciones, experimentación, expresiones artísticas (música, poesía, artes plásticas, danza, teatro). Todo lo anterior, respetando las necesidades e intereses del estudiantado.

Cada situación de aprendizaje debe procurar la resolución de conflictos o problemas y el debate democrático, tomando como referencia la realidad socio-cultural de los educandos. Por ejemplo cuando usted como docente incorpora un tema nuevo es preciso preguntarles qué saben de él, qué sensaciones les evoca, con qué lo relacionan y por qué. Debe concluirlo con algunos consejos prácticos para facilitar que el tema se asimile y se comprenda durante la lección.

*Algunos consejos prácticos para facilitar que el tema se asimile y se comprenda durante la lección*

\* Incorpórelo utilizando una dinámica que lleve al estudiantado a sentirse bien y motivado para el aprendizaje.

\* Introdúzcalo al inicio de la lección (de qué se trata, objetivos, relación con otros

La mediación se relaciona con las actividades intencionales que propone el docente y alumnado y pueden desarrollarse entre: niños, niñas, jóvenes y personas adultas.

Cada situación de aprendizaje debe procurar la resolución de conflictos o problemas y el debate democrático

contenidos).

- \* Realice un repaso de la materia vista en la clase anterior.
- \* Estimule al alumnado a que pregunte sobre las dudas que tiene.\* Hable en forma clara y pausada.
- \* Verifique, constantemente que sus estudiantes estén entendiendo.
- \* Especifique los aspectos relevantes del tema del cuál requieran tomar nota.
- \* Al final de la clase, haga un cierre, y destaque las conclusiones más importantes.
- \* Propicie un clima de respeto y de confianza.
- \* Mantenga un adecuado control de la disciplina del grupo.
- \* Muéstrese afectuoso con el estudiantado.

Incorpore algunos otros consejos para desarrollar la práctica pedagógica. Escríbalos en su texto paralelo y compártalos con sus colegas.

## 4-La memoria y la atención como bases para el aprendizaje

Otro aspecto muy importante para el logro del aprendizaje, es lo que tiene relación con la memoria y la atención, dos funciones mentales íntimamente relacionadas. La memoria es la capacidad de almacenar información, evocarla y utilizarla en el momento en que se requiere. Es como un gran archivador ubicado en el cerebro, con capacidad para evocar los datos o la información almacenada cuando la necesitamos, y posteriormente volverla a almacenar. Se desarrolla a partir de procesos de atención y de concentración, a través de actividades que ejerciten la observación sistemática y detallada. Para que la información se instale en la memoria a largo plazo, es necesario repetirla y utilizarla frecuentemente, o sea, utilizar la memoria facilita y contribuye a su desarrollo.

Considerando lo anterior, podemos decir que el aprendizaje y la memoria se relacionan íntimamente y, por lo tanto, todo aprendizaje implica un cambio en el sistema nervioso (Thompson, 1975).

La información que es almacenada, puede permanecer solo por segundos, minutos o por durante toda una vida. Su almacenamiento en la memoria es un mecanismo sumamente complejo, cuya maraña no ha llegado a descifrarse del todo.

Concentrarse significa sumergirse, mentalmente, en un tema, de manera exclusiva. Es la propiedad más característica de la atención y se puede desarrollar con la práctica a través de ejercicios concretos. Se puede ver limitada o eliminada por la distracción, la dispersión y la fatiga.

Una persona distraída es aquella que está concentrada en sus propios estímulos, más pendiente de sus pensamientos o sensaciones debido quizá a dificultades personales o familiares. Esto le obstaculiza concentrarse en la tarea que está realizando.

La persona con atención dispersa es aquella que tiene demasiados pen-

La información que es almacenada, puede permanecer solo por segundos, minutos o por durante toda una vida.

samientos o ideas en su cabeza o que quiere realizar muchas actividades a la vez. Necesita aprender a organizarse y trazar planes u horarios para superar esta dificultad. Por otro lado, una persona cansada, con hambre o con sobrecarga de trabajo, tiene dificultades para concentrarse. Por lo anterior se recomienda el descanso y hábitos saludables.

La atención puede considerarse como la capacidad del ser humano para seleccionar una información o situación, atendiendo enteramente a ello, lo que implica dejar de percibir muchos otros estímulos (ruido, otras personas, objetos, etc.).

Prestar atención permite aumentar la claridad, el vigor y la vivacidad de los datos que recibimos diariamente y varía de una persona a otra, e incluso en una misma persona, en diferentes momentos y circunstancias.

Se puede clasificar en dos tipos: espontánea y voluntaria. La primera depende de la presencia de objetos que la atraigan sin necesidad de realizar esfuerzos, se dirige hacia los gustos e intereses personales. La segunda se mantiene por un esfuerzo de la voluntad y cesa cuando decae el esfuerzo. Depende de la iniciativa propia. En este sentido, hay que esforzarse para mantenerla. Se requiere, cuando debemos emplearla para una situación o actividad que no necesariamente nos interesa o atrae. Es importante para el estudio. No obstante, la persona debe estar motivada e interesada. Algunas ideas que nos ayudan a mantener la atención voluntaria son:

- Descubrir el aspecto práctico de lo aprendido.
- Establecer metas respecto a lo que deseamos como personas en el presente y en el futuro.
- Evitar pensamientos que distraigan, o bien, “soñar despiertos”, cuando se está en clase o se estudia.

## 5-Actividades para el fomento del pensamiento crítico y creativo

En el desarrollo de la práctica pedagógica, el personal docente desempeña diversas funciones. Entre ellas, transmitir valores, creencias, conocimientos específicos de diversas asignaturas y metodologías de trabajo. Para el desarrollo de todos estos aspectos, se debe fomentar el pensamiento crítico y creativo.

El pensamiento crítico es parte de un conjunto de capacidades intelectuales de orden superior que se debe promover desde la escuela: análisis, síntesis, conceptualización, manejo de información, pensamiento sistémico e investigación.

El pensamiento crítico y creativo se puede fomentar en todas las disciplinas del programa de estudio, y para ello no se requiere de grandes recursos. Basta con recurrir a diversas estrategias para que el estudiantado se exprese, tales como dramatizaciones, juego de roles, teatro, canciones. Artes plásticas, poesía, entre otras.

Para su análisis, se debe poner énfasis en el respeto de los derechos humanos y de la naturaleza, el debate de las ideas y la toma de decisiones.

La persona crítica es indagadora, informada, de raciocinio confiable, de mente abierta, flexible, justa, persistente, honesta en reconocer sus prejuicios, pru-

El pensamiento crítico es parte de un conjunto de capacidades: análisis, síntesis, conceptualización, manejo de información, pensamiento sistémico e investigación.

dente al emitir juicios, dispuesta a reconsiderar, clara respecto a los problemas, ordenada en materias complejas y razonable en la selección de criterios y sobre todo congruente con el sistema de valores.

El pensamiento crítico se relaciona con la habilidad de analizar hechos, generar y organizar ideas, defender opiniones, hacer comparaciones e inferencias, evaluar argumentos y resolver problemas. (Chance, 1986).

A continuación, se brindan algunas recomendaciones para el desarrollo del pensamiento crítico en la práctica pedagógica:

*Aspectos que facilitan el desarrollo del pensamiento crítico y creativo en el alumnado.*

- \* Fomente la formación en valores.
- \* Fomente discusiones y un ambiente de libertad para la expresión de ideas.
- \* Exprese curiosidad e involúcrese en la discusión en lugar de responder mecánicamente.
- \* Demuestre interés en entender las ideas y temas que se discuten, expresando apertura y honestidad.
- \* Evite aparecer como la única autoridad, como la única fuente de respuestas correctas.
- \* Busque medios para mantener claro el hilo de la discusión.
- \* Fomente el pensamiento divergente.
- \* Fomente un ambiente de confianza, respecto y aceptación de las ideas y opiniones de cada miembro de grupo.
- \* Promueva el diálogo estudiante-estudiante, en lugar de sólo el diálogo estudiante-docente.
- \* Brinde el tiempo suficiente para escuchar respuestas, comentarios o cuestionamientos.
- \* Solicite al grupo expresar con sus palabras el tema tratado en la lección, para constatar el nivel de entendimiento.
- \* Trate de hacer transiciones de un tema a otro de una manera suave y natural, siguiendo el interés estudiantil y la relevancia de los temas planteados.
- \* Promueva el diálogo a un nivel más profundo en cuanto a conceptos básicos, principios generales y temas importantes que subyacen en las conversaciones.
- \* Cuando el tema es abstracto, procure que dejarlo claro, trate de hacerlo más concreto pidiendo ejemplos y aplicaciones propias.
- \* Evite las respuestas absolutas y proponga la incertidumbre como algo válido.
- \* Explote el significado, las implicaciones, razones y suposiciones de las opiniones.

Escriba en el texto paralelo. ¿Qué otras estrategias incorporaría usted en relación con el pensamiento crítico y creativo en su práctica pedagógica?

El ejercicio del pensamiento crítico y creativo demanda de sujetos dinámicos, que brinden diversidad de respuestas para un mismo problema, promueve también el respeto a las ideas divergentes y sobre todo la búsqueda de la coherencia entre el pensamiento y la acción.

## CAPÍTULO III

### AYUDANDO A NUESTROS ESTUDIANTES A APROVECHAR EL TIEMPO DE ESTUDIO

*El éxito es la paz mental que nace como resultado natural de la íntima satisfacción lograda al saber que uno hizo lo mejor que pudo, para convertirse en lo mejor que uno es capaz de ser.*

*John Wooden*

Estudiar requiere del dominio de destrezas que se aprenden con el ejercicio diario y que permiten conseguir los objetivos de aprendizaje propuestos. Estas destrezas inducen a aprovechar mejor el tiempo y a comprender mejor los conocimientos. Además posibilita aprehender el mundo e interpretar las situaciones del entorno y de la vida cotidiana.

Este capítulo, se constituye en una guía orientadora para que el personal docente desde la materia o el nivel que imparte, contribuya a mejorar las habilidades de sus estudiantes en cuanto a la comprensión de la lectura y la elaboración de esquemas y mapas conceptuales, entre otros. Asimismo orienta con respecto a las características óptimas del ambiente de estudio y al modo de elaborar un horario para estudiar.

El dominio de destrezas para estudiar, facilita la comprensión y optimiza el tiempo dedicado al estudio.

#### 1-Algunas estrategias de estudio

##### a-Leer y comprender

La lectura es una actividad fascinante que amplía nuestra visión de mundo. Con ella viajamos sin equipaje, conocemos otras culturas y reflexionamos acerca de nosotros mismos, de las demás personas y de la vida en general, entre otros aspectos.

Además, quienes adquieren el gusto por esta actividad, mejoran la redacción y la ortografía, por lo que se constituye en una importante herramienta de

aprendizaje.

El fortalecimiento de la habilidad lectora implica comprender un texto determinado, de manera que pueda interpretarse correctamente para su análisis y contrastación. Para ello es necesario respetar los estilos y ritmos del estudiante.

Se distinguen dos tipos de lectura: una global o rápida y otra comprensiva y detallada. La lectura global permite identificar los apartados y las ideas importantes y tener una noción general del planteamiento de la obra. Se pueden leer los títulos, los nombres de los capítulos, y en forma rápida, ciertos aspectos del contenido. Posteriormente, se hace una lectura comprensiva, que al ser más profunda y detallada, permite entender y analizar el texto.

Para una lectura más rápida, es necesario aprender a leer varias palabras “a golpe de vista”, o sea, no debemos ir palabra por palabra sino miraras y leerlas en bloque o grupo.

*Ejemplos de grupos de palabras:*

La casa estaba/ a una hora/ del poblado más cercano. Aunque no había transporte/ María insistió/ en que fuéramos caminando. La noche/ sin luna/ no dejaba ver/ ni siquiera nuestros pasos. María me hablaba/ para que su voz me guiara/ en esa total oscuridad. De pronto/ escuché un grito desgarrador./ Esa fue/ la última vez que alguien supo algo de María.

¿Son sus estudiantes buenos lectores? Proponga estrategias para fomentar la lectura.

*Otros consejos útiles para la lectura son:*

- \* Leer en forma silenciosa.
- \* Seguir la lectura únicamente con la vista, sin mover la cabeza.
- \* Fijar la vista en la parte superior de las palabras y seguir el texto a una velocidad moderada.
- \* Recurrir al diccionario en caso de dudas con el significado de alguna palabra.
- \* Anotar, en un cuaderno o al margen de un libro, las ideas o aspectos interesantes de la lectura.
- \* Al terminar un capítulo, identificar las ideas principales y, además realizar un resumen verbal o mental del capítulo, para verificar su comprensión.
- \* Subrayar, resumir o hacer mapas conceptuales mientras se realiza la lectura.

El seguimiento de estas prácticas permite la adquisición de buenos hábitos de lectura. Estos hábitos pueden ser incentivados en todas las asignaturas.

## b- El subrayado

Subrayar consiste en destacar las ideas principales del tema de un escrito.



Esto nos permite realizar un resumen posterior a la lectura, o bien, repasar el texto. Cada persona tiene su propio estilo de subrayar. Por ejemplo: con marcadores de colores o con una línea debajo del texto, entre otras.

Esta actividad requiere de gran atención y concentración, ya que hay que discriminar las ideas centrales o medulares del documento. De lo contrario habrá más partes subrayadas del texto que las que dejamos sin subrayar y esta no es la idea.

El subrayado consiste en destacar las ideas principales del tema de un escrito

Veamos el siguiente ejemplo:

## EL FUEGO

Fue uno de los primeros y más grandes descubrimientos de la humanidad. Cuando las personas pudieron producir fuego y aprendieron a utilizarlo, empezaron a ejercer dominio sobre la naturaleza. Gracias al fuego pudieron defenderse de los rigores del clima y de los animales, perfeccionar las armas y los utensilios y mejorar su alimentación. Además desarrollaron sus relaciones sociales al agruparse alrededor del fuego.

El descubrimiento del fuego también contribuyó a que las personas experimentaran algunos cambios físicos. Antes de su descubrimiento, los seres humanos debían comer carne cruda y para poder rasgar necesitaban tener dientes afilados. Con el fuego aprendieron a cocer sus alimentos y sus dientes comenzaron a adquirir la forma actual.

### *Recomendaciones para el Subrayado:*

- \* Subrayar las ideas principales, las palabras claves y los datos importantes. Si se subraya poco se perderá información. Si se subraya casi todo, no sirve de nada.
- \* Cuando se subraya un párrafo entero, es mejor poner paréntesis a los lados.
- \* Si se usan marcadores fosforescentes, cuidar que éstos no se traspasen al otro lado de la página.
- \* Se pueden hacer comentarios: ( ✓ = Idea Brillante ) ( ? = Duda ) ( flechas para seleccionar ) y otras.
- \* Usar regla si se subraya con lapicero o lápiz.

## c- El resumen

El resumen consiste en redactar, con palabras propias, ideas relacionadas con el tema, organizándolas y relacionándolas de forma lógica y respetando siempre el mensaje del texto original. No debe superar la cuarta parte de lo que ocupa el tema en su totalidad.

El aspecto más negativo del resumen es la cantidad de tiempo que hay que emplear para realizarlo. Aunque sus ventajas son mayores porque ayuda a la atención y a la memorización del tema y a organizar los datos en forma lógica.

El resumen consiste en una redacción propia con las ideas principales del tema.

La elaboración de esquemas favorece el pensamiento reflexivo y crítico y la comprensión del tema.

*Consejos prácticos para el resumen:*

- \* Evitar las frases demasiado largas y complicadas.
- \* Escribir con claridad y concisión.
- \* Presentar las ideas en forma ordenada y correctamente interrelacionadas, aunque pueden variar el orden en que aparecen en el texto.
- \* Realizar las indicaciones, anotaciones o aclaraciones al resumen que se consideren importantes.

## d- Los esquemas

Los esquemas se elaboran a partir de palabras clave, identificando ideas y relacionándolas entre sí para que tengan sentido. Permiten comprender los conceptos y las ideas presentes en la lectura, o bien, en clase, en un video o charla, entre otros.

Aunque suelen parecer tediosos, resultan imprescindibles para comprender el tema, reflexionar sobre él y analizarlo, y además, evaluar cuánto estamos aprendiendo.

*Recomendaciones para elaborar un esquema:*

- \* Considerar sólo las ideas principales, de manera que se puedan visualizar como un todo.
- \* Usar abreviaturas y símbolos convencionales o propios, con el propósito de ahorrar espacio y, además, para tomar apuntes rápidamente.
- \* Incluir dibujos, gráficos, fórmulas, llaves y diagramas, si se estima necesario.
- \* Usar colores y subrayar las ideas importantes en el esquema.
- \* Realizar esquemas al menos cinco días antes del examen, y estudiar diariamente, hasta memorizarlos.

(Ver esquema de la página 31)



## e- Los mapas conceptuales

Tienen como propósito representar y relacionar conceptos en forma de proposiciones; o sea, dos o más términos conceptuales unidos por palabras para formar una unidad semántica. Contribuyen con el desarrollo de estructuras significativas, por lo que es útil que cada estudiante elabore su propio mapa conceptual.

En un mapa conceptual hay dos tipos de palabras: las palabras concepto y las palabras enlace. Las primeras se refieren a nombres propios, objetos, acontecimientos o ideas importantes y suelen destacarse con mayúscula, color o tamaño de letra, entre otras. Las palabras enlace son las que unen los conceptos para darle sentido a la proposición. Realizar un mapa conceptual supone elaborar una representación gráfica de las relaciones entre los conceptos.

Los mapas conceptuales relacionan conceptos en forma de proposiciones.

Las principales características de un mapa conceptual son:

\* Jerarquización: los conceptos deben estar dispuestos en orden de importancia.

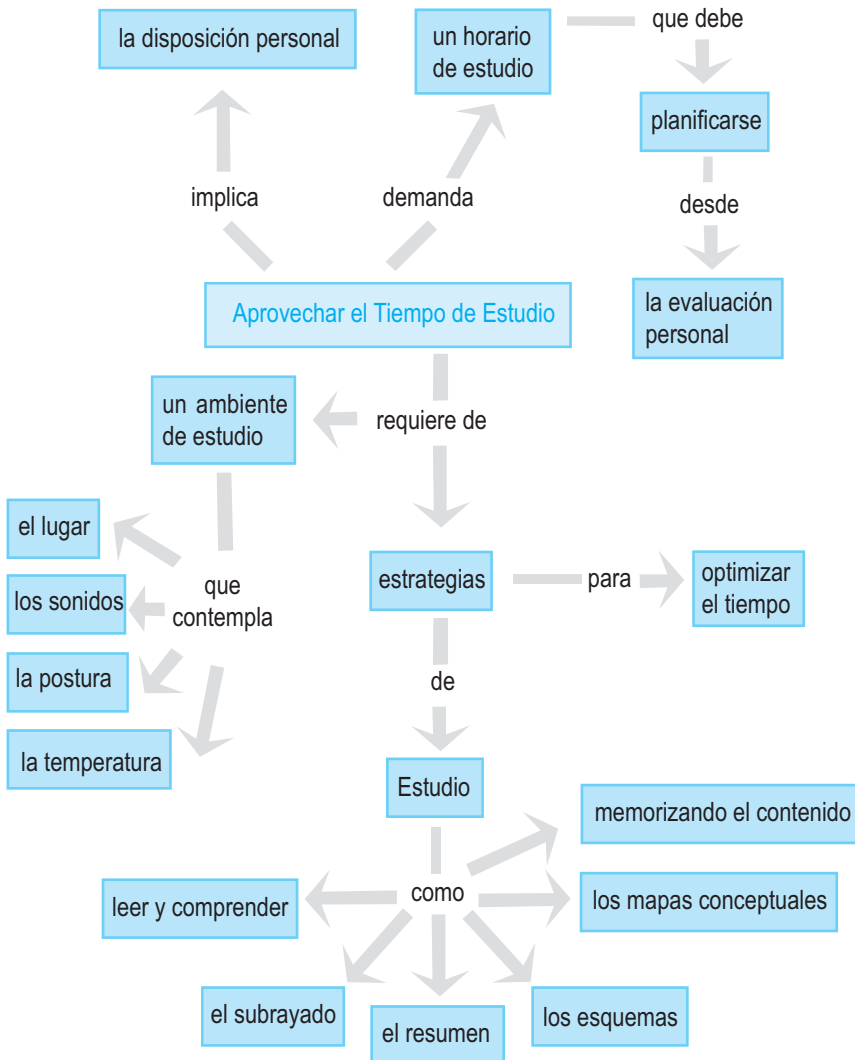
\* Selección: se deben seleccionar los términos que hagan referencia a los conceptos, en que conviene centrar la atención.

\* Impacto visual: debe mostrar las relaciones entre ideas de manera simple y concisa, además, ser agradable para la vista.

A continuación se propone un ejemplo de mapa conceptual.  
Representación de este capítulo en un mapa conceptual.

Elaborado por: Mauricio Calvo Meza

Departamento de Investigación y Desarrollo Educativo. Instituto de Desarrollo Profesional



## f.- Memorizando el contenido

En caso de que se requiera memorizar el contenido, existen estrategias o métodos que ayudan en esta tarea. No obstante, debemos tener presente que la memorización no siempre es lo mejor, porque se tiende a olvidar con facilidad. Asimismo, antes de memorizar, es necesario haber comprendido el tema.

Existen ciertos métodos para memorizar. Uno de ellos es la nemotécnica, que consiste en un conjunto de “trucos”, por lo general lingüísticos, que ayudan a memorizar contenidos. Se parte de que se recuerda mejor aquello que se conoce, por lo que si se atribuye algo conocido al contenido nuevo que se debe memorizar, resultará más sencillo. Se pueden confeccionar cuentos o historias, o frases con la primera o primeras letras de los términos por memorizar. Depende de lo que resulte más fácil.

Otro recurso para memorizar más fácilmente es la grabación. Se trata de leer atentamente las líneas del texto por memorizar, siempre que sea breve. Esto se repite una y otra vez hasta comprobar que todo el contenido ha quedado grabado. Suele ser más eficaz si el texto se repite en voz alta, haciendo énfasis en ciertas palabras.

El contenido memorizado tiende a olvidarse con facilidad, sobre todo cuando se hace en función de un examen.

Elabore un resumen de las estrategias de estudio presentadas en este capítulo. Escríbalo en su texto paralelo.

## 2- Promoviendo un adecuado ambiente de estudio en el hogar.

Como docentes, es recomendable orientar a estudiantes, padres y madres, sobre cuáles y cómo deben ser las condiciones apropiadas para el estudio, de manera que el tiempo que se le dedica sea más provechoso, así como la asimilación de la temática.

Si bien este apartado se refiere a las condiciones óptimas para estudiar en el hogar, el centro educativo debe promover y acondicionar espacios para el estudio, tanto individual como grupal. Puede ser la biblioteca, algún aula, el comedor en momentos de receso o incluso algunas zonas verdes.

A continuación se brindan algunas recomendaciones que los docentes pueden compartir con el estudiantado y sus familias, para propiciar espacios de estudio adecuados.

### a- Lugar (Espacio físico)

Es importante elegir un lugar de la casa para estudiar, usualmente el comedor, ya que se requiere en primera instancia de una silla y una mesa. Éstas

El tamaño de la silla y de la mesa deben permitir apoyar los antebrazos y mantener la espalda recta.

debe tener una altura adecuada, de modo que permitan apoyar los antebrazos y mantener la espalda recta. Asimismo, es conveniente que el espacio esté bien iluminado, ya que la falta de luz dificulta la concentración y provoca cansancio y malestar. Lo más adecuado, para tal efecto, es la luz natural. Si se recurre a la iluminación eléctrica, es preferible la luz blanca, por su mayor parecido a la natural.

Se debe evitar estudiar en la cama o en un sillón, ya que esto fácilmente provoca distracciones y se corre el riesgo de adormilarse.

Para evitar distracciones, se recomienda tener a mano los artículos necesarios (borrador, regla, lapiceros, lápices, libros y otros) desde un principio. También se debe apartar, de la mesa de estudio, lo que no se requiere.



## b- Postura

Es necesario cuidar nuestra postura para prevenir trastornos que lleven a dolores de espalda y otros padecimientos producidos por formas incorrectas de sentarse. La columna vertebral debe cuidarse así como se hace con los dientes, el cabello y la piel, tal y como se cuida nuestro cuerpo y nuestra salud en general. Cuando la mesa que elegimos para estudiar resulta grande o pequeña para nuestra estatura, o bien la silla que usamos no es la apropiada, se presiona la columna y, por ende, con el tiempo se generan dolores de espalda.

La manera de sentarse y de colocarse respecto a la mesa, es determinante en la aparición de cansancio y molestias musculares. La mejor postura para estudiar es la siguiente: "...las plantas de los pies se apoyan totalmente en el suelo y las piernas se colocan formando un ángulo recto. El tronco debe estar recto, apoyado en el respaldo de la silla. Los antebrazos descansan sobre la mesa y se

inclina ligeramente la cabeza.” (Vox, 1999 Técnicas de Estudio. Aplicaciones prácticas. 13). Ello puede ir acompañado de ejercicios de relajación, ya que proporcionan descanso y ayudan a mantener la atención.



Forma Incorrecta de Sentarse



Forma correcta de Sentarse

## c- Temperatura

Lo recomendable para estudiar es una temperatura media, ya que tanto el calor como el frío excesivos dificultan concentrarse. Por ello es bueno usar una vestimenta apropiada y el ventilar el lugar donde se estudia con cierta frecuencia: abrir la ventana o la puerta, ya que, en el trabajo intelectual, el cerebro necesita un aporte energético importante y, por consiguiente, de un ambiente oxigenado.

## d- Sonidos

La radio, la televisión y el teléfono, entre otros, son elementos que pueden ocasionar distracción. Por lo tanto, es mejor prescindir de ellos durante el estudio. En caso de escuchar música, se recomienda que sea instrumental y con bajo volumen, pero solo cuando se realicen trabajos ligeros, como por ejemplo dibujar.

Algunas personas consideran que pueden concentrarse en un ambiente con ruido, pero realmente el sistema nervioso sigue activado y se experimentan sensaciones similares a las de la ansiedad; “...se libera adrenalina, la respiración y el ritmo cardíaco aumentan, se eleva la tensión sanguínea, entre otros, lo que influye en la cantidad y en la calidad del trabajo intelectual que se realiza”. (Vox, 1999: 14)

Mientras se estudia, lo mejor es prescindir de la radio, la televisión y el teléfono y cualquier otro ruido que cause distracción.

### 3- El horario de estudio

El horario de estudio es personal, ya que depende de las características y realidades de cada estudiante.

Cada estudiante asignará un nivel de dificultad de acuerdo a su vivencia personal, asociado a sus habilidades cognitivas, intereses, gustos y experiencias.

En la adolescencia hay muchos intereses y motivaciones personales que distraen la realización de tareas relacionadas con el estudio.

El horario de estudio requiere en primera instancia de disposición personal, autodisciplina y del apoyo y la comprensión del grupo familiar. No se trata de estudiar sin cesar, sino de optimizar el tiempo y por consiguiente, disponer de espacios para descansar, divertirse, ver televisión, colaborar con los quehaceres de la casa, o cualquier otra cosa.

A continuación brindamos algunas recomendaciones para que, como docente, oriente a sus estudiantes a planificar un horario de estudio:

#### a-Ordenar las materias según el nivel de dificultad personal

Se sugiere asignarle el número 1 a la más difícil y seguir numerando hasta llegar a la más fácil. De esta manera, cada estudiante agrupa las materias en orden descendente de dificultad. A partir de ahí, se sugiere hacer bloques de estudio, empezando por una materia fácil, luego una difícil, y por último una de dificultad media. Lo anterior atendiendo a la curva de rendimiento Antiquera (1998), que en términos generales, se refiere a que iniciamos el estudio con poca concentración (30 minutos), luego hay un momento de alta concentración (50 a 60 minutos) y posteriormente empieza a disminuir nuevamente (40 minutos).

#### b-Identificar las horas en que les resulta mejor estudiar

Es recomendable estudiar en las horas de la mañana, cuando la persona se encuentra más descansada y tranquila. Sin embargo, hay quienes prefieren estudiar en la tarde o bien en la noche, cuando hay más silencio en su casa. En todo caso se sugiere no sacrificar las horas de sueño con jornadas de estudio muy largas y extenuantes. Si los tiempos de estudio son muy prolongados, se fomenta la distracción.

#### c- Identificar distractores del estudio

El tiempo de estudio suele verse interrumpido por circunstancias o situaciones tanto internas como externas. Como distractores internos se destacan pensamientos ajenos a la tarea realizada, asociados a las vivencias personales tanto positivas como negativas. Los distractores externos se refieren a todas aquellas situaciones que interfieren en el estudio, tales como llamadas telefónicas, ruidos, el juego, la televisión, atención de asuntos familiares, las amistades, etc. Hay que intentar buscar una solución personal o familiar para cada distractor.



## d- Distribuir el uso del tiempo

Una adecuada distribución del tiempo de un día completo, permite usarlo de manera más eficiente. Esta no se constituye en una receta general, ya que va a depender del nivel educativo que se curse, la distancia entre el hogar y el colegio, la condición socioeconómica y las características personales.

A continuación se presenta la distribución del tiempo, con una aproximación de horas mínimas y máximas.

ACTIVIDADES	# de horas mínimas	# de horas máximas
Sueño	8:00	9:00
Alimentación	1:30	2:00
Recreación	2:00	3:00
Clases	5:00	7:00
Desplazamientos (casa a centro Educativo)	1:30	2:00
Responsabilidades en el Hogar	1:00	2:00
Estudio Personal - tareas	1:00	3:00

## e- Planear el horario de estudio

Considerando el nivel de dificultad de las materias, las horas en que le resulta mejor estudiar y las horas diarias disponibles para hacerlo, así como otros aspectos que se consideren pertinentes, proceda a hacer el horario de estudio.

Es recomendable organizar el horario por bloques (mañana, tarde, noche) según la disposición de tiempo, incluyendo los fines de semana, de manera que no queden dudas o tareas acumuladas.

¿Cuáles considera que son las principales limitaciones de sus estudiantes para el aprovechamiento del tiempo de estudio? ¿Qué opinan sus estudiantes?  
Reflexionen en forma conjunta para identificar posibles soluciones.

Guía para elaborar el horario de estudio

EL HORARIO DE ESTUDIO

M A Ñ A N A		LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
	7:00 - 8:00							
	8:00 - 9:00							
	9:00 - 10:00							
	10:00 - 11:00							
	11:00 - 12:00							

T A R D E	12:00 - 1:00							
	1:00 - 2:00							
	2:00 - 3:00							
	3:00 - 4:00							
	4:00 - 5:00							
	5:00 - 6:00							

N O C H E	6:00 - 7:00							
	7:00 - 8:00							
	8:00 - 9:00							
	9:00 - 10:00							

## CAPÍTULO IV

### ELABORANDO PROYECTOS INSTITUCIONALES PARA FAVORECER EL ÉXITO ESCOLAR

Los proyectos institucionales para fortalecer el éxito escolar, requieren de las siguientes condiciones: tener una visión integral y holística; orientarse hacia los intereses y necesidades del estudiantado, mediante experiencias que respondan a su realidad; integrar elementos teóricos, pedagógicos, prácticos e investigativos propios del quehacer docente; y permitir la detección de debilidades y fortalezas de la comunidad educativa para proponer acciones tendientes a promover el éxito.

Se puede elaborar un proyecto o varios, integrados al Plan de Trabajo Institucional. El proceso requerido es similar al que se sigue para realizar una innovación educativa o bien a un proceso de investigación-acción. A modo de sugerencia, de inmediato se presentan los pasos necesarios para realizar un proyecto educativo, tomando como referencia los aspectos que contiene una innovación educativa (Solís et al, 2006).

Los proyectos institucionales para fortalecer el éxito escolar, están orientados a atender intereses, y necesidades del estudiantado, mediante experiencias que respondan a su realidad.

Antes de continuar, elabore un listado de los proyectos que se desarrollan en su centro educativo. Describa brevemente alguno de ellos.

#### 1- Etapas para la realización de un proyecto institucional para favorecer el éxito escolar\*

##### a- Realización de un diagnóstico

Todo proyecto que se emprenda en un centro educativo debe ser contextualizado, es decir, debe partir de la realidad concreta donde se desarrolla, de manera que corresponda a las necesidades e intereses de las personas involucradas.

Tomado y adaptado de: Solís et al (2006) Innovemos en nuestros centros educativos.

Las características del diagnóstico res-ponderán a la priorización previa de las situaciones o problemas por abordar.

La situación propuesta debe tener sentido y pertinencia para esa comunidad educativa.

El diagnóstico permite conocer, entender y explicar lo que acontece. Más que un informe descriptivo, busca comprender la realidad para transformarla. Por ello, no solo implica recolectar datos, sino también reflexionar y buscar soluciones de forma conjunta y creativa. El diagnóstico estará en función del problema o situación que se pretende abordar. En este sentido se puede circunscribir a situaciones de aula, o puede abarcar a toda la comunidad. Si se centra en situaciones de aula, tales como percepciones, intereses, habilidades o necesidades del grupo, también hay que delimitar sobre qué aspectos específicos se trabajará. Por ejemplo: percepciones y actitudes hacia el docente, necesidades socioafectivas, estilos de comunicación, entre otros.

Para realizar el diagnóstico se recurre a entrevistas, cuestionarios, observaciones de campo, visitas, censos, debates, grupo focal, taller entre otros.

Un diagnóstico general de la comunidad podría abarcar aspectos tales como: instituciones que existen en la comunidad (Municipalidad, EBAIS, iglesias, Ong's), y beneficios que se obtienen de ellas. Además, se pueden organizar visitas y encuestas de hogar que permitan conocer situaciones de empleo, nivel educativo, nivel económico, fuentes de trabajo, entre otros. Esta información se puede actualizar anualmente con ayuda de la comunidad y puede brindar datos importante para desarrollar un currículo más pertinente y ajustado a la realidad socio-cultural. Una vez recolectada y sistematizada, se procede a determinar situaciones sobre las que se requiere intervenir.

Elabore un diagnóstico de aula, que le permita conocer algunos aspectos relacionados con intereses, necesidades, gustos, motivaciones y percepciones en relación con el estudio de sus estudiantes.

## b- Priorización y selección del problema o situación por intervenir

El conocimiento del contexto permite identificar situaciones problemáticas, situaciones susceptibles de cambio, o bien, que requieren una respuesta práctica para fortalecer el desarrollo integral del educando. A partir de dicho diagnóstico, se delimita el problema o situación por intervenir.

A modo ilustrativo, algunos temas abordados por los docentes en el contexto del proyecto Promoviendo el Éxito Escolar, fueron: "Creciendo en paz", "Enseñando el éxito", "Estrategias para el fortalecimiento de una adecuada autoestima", "Estrategias pedagógicas de inteligencia emocional y pensamiento crítico", "Implementación de estrategias para la convivencia y la paz", "Promoviendo la vivencia de la tolerancia", "Favorecimiento del pensamiento crítico de los estudiantes".

Temas que considera importante abordar en su centro educativo, para promover el éxito escolar. Anótelos en orden de prioridad.

## c- Intervención de la realidad

La búsqueda de soluciones al problema o situación seleccionada, requiere de un plan de intervención. Considerando que la realidad educativa es sumamente compleja y que en ella intervienen factores económicos, culturales, sociales, etc., es importante valorar el alcance o impacto que puede tener el plan de intervención propuesto, a corto, mediano y largo plazo. Este plan requiere definir objetivos, describir las acciones por realizar, establecer las personas responsables, así como estrategias de evaluación, recursos, y cronograma. Pueden agregarse otros elementos tales como logros esperados, posibles limitaciones y otros que se consideren oportunos por parte de quienes lo están planificando.

Esta información puede presentarse en forma de tabla, tal como se ejemplifica a continuación:

El plan de intervención se elabora de acuerdo con las posibilidades del personal docente responsable de su ejecución.

Plan de Intervención:						
Objetivo	Actividades	Responsables	Evaluación	Recursos	Logros esperados	Cronograma

## d- Evaluación y realimentación del proceso

La evaluación permite valorar el cumplimiento de los objetivos propuestos a fin de determinar su pertinencia y efectividad, y de ser posible, mejorarlas.

## e- Resultados obtenidos

Las conclusiones evidencian los logros concretos obtenidos con la implementación del proyecto. Es importante destacarlos puntualmente, haciendo énfasis en el cumplimiento de los objetivos. A partir de los resultados, es conveniente ofrecer recomendaciones dirigidas a docentes, al centro educativo, a la comunidad, al Ministerio de Educación Pública y a entes gubernamentales.

Le invitamos para que realice, de manera individual o grupal, un proyecto para promover el éxito escolar, o bien, integrar estas temáticas en los proyectos institucionalizados.

## 2- Presentación del informe del proyecto

Para presentar el informe del proyecto se sugiere contemplar los siguientes aspectos:

### Portada

Debe contener: nombre de la institución educativa, dirección regional, nombre del proyecto y de sus responsables, año.

### Tabla de Contenidos

Desglose de los diferentes apartados que contiene el documento, con su respectivo número de página.

### Título

Se recomienda un título breve, claro y que refleje lo que es el proyecto.

- \* Fortalecimiento de habilidades sociales para la resolución de conflictos.
- \* Estrategias para mejorar los hábitos higiénicos ...

Existen otros formatos para la presentación de un proyecto en el área social y educativa, este representa una sugerencia.

## 1- Introducción

En la introducción se debe describir el proyecto, definiendo y caracterizando lo que se realizó. Se debe indicar su tipo, su ámbito (grupo, población, contexto), de modo que se ofrezca una idea amplia de realizado. En ella también deben explicarse las razones que lo justificaron. Para cerrarla, se define el problema, o sea, qué se pretendió, concretamente, con el proyecto.

### *Ejemplos de problemas de investigación:*

- ¿Cómo desarrollar habilidades sociales en la comunidad estudiantil, para disminuir la agresividad?
- ¿Cómo incorporar hábitos de higiene en la comunidad estudiantil para lograr una salud integral?
- ¿Cómo lograr aprendizajes significativos y pertinentes en el alumnado?

## 2- Objetivos

Los objetivos describen de manera clara y precisa lo que pretendía realizar o lo que se realizó en el proyecto. Generalmente se plantea un objetivo general, del cuál se derivan varios objetivos específicos.

*Ejemplos de objetivos generales:*

- \* Promover habilidades sociales en los estudiantes (del centro educativo...o de los sextos grados...) con la finalidad de disminuir los niveles de agresividad y desarrollar ambientes de armonía y paz.
- \* Fomentar los hábitos de higiene en la comunidad estudiantil (del centro educativo...) con el propósito de obtener un mejoramiento de la salud.
- \* Generar procesos para la consolidación de aprendizajes pertinentes y significativos en el estudiantado.

*Ejemplos de Objetivos específicos*

Reconocer mediante diversas estrategias las habilidades sociales del estudiantado. Identificar los hábitos de higiene que posee el alumnado del centro educativo. Identificar los procesos mediante los cuales aprenden los estudiantes.

### 3- Actividades

En este apartado se presentan las actividades desarrolladas para el cumplimiento de los objetivos propuestos. Se especifica qué se hizo, así como los recursos, responsables, cronograma e indicadores de evaluación.

*Ejemplos de actividades*

? Participación en grupos focales con estudiantes para conocer las principales habilidades sociales.

Reconocer, mediante una lluvia de ideas, los principales hábitos de higiene del alumnado.

Realización de ejercicios para conocer cómo aprenden los estudiantes.

### 4- Metas

Las metas indican cuánto se quiere hacer, y operacionalizan los objetivos estableciendo cuánto, cuándo y dónde se realizan.

*Ejemplos de metas:*

- \* 100% del personal docente capacitado en pensamiento crítico y creativo.
- \* Aplicación de estrategias de pensamiento crítico y creativo a los estudiantes de III ciclo.

### 5- Beneficiarios

Son las personas a quienes se destina el proyecto. ¿A quiénes estuvo dirigido?.

Hay beneficiarios directos e indirectos o bien, beneficiarios primarios y secundarios.

## 6- Productos

Se refiere a los resultados concretos, visualizables y comunicables.

*Ejemplos de productos:*

- \* Una propuesta para la capacitación a docentes, en pensamiento crítico y creativo.
- \* Un documento de estrategias metodológicas para promover el pensamiento crítico y creativo de los estudiantes de III ciclo.

## 7- Evaluación del proceso y resultados del proyecto

En este punto se considera la evaluación del proceso y la evaluación final del proyecto. En ella participan alumnos, docentes, padres y otros involucrados.

## 8- Conclusiones

Las conclusiones evidencian los logros concretos, como resultado de la implementación del proyecto. Es importante destacar estos resultados puntualmente, haciendo énfasis en el logro de los objetivos.

## 9- Recomendaciones

Las recomendaciones se establecen a partir de los resultados. Éstas pueden dirigirse a docentes, al centro educativo, a la comunidad, al MEP, etc.

## 10- Bibliografía

Incluir la lista de obras consultadas, con los datos pertinentes de autor, año, editorial, etc..

## 11- Anexos

En caso necesario, incluir anexos con información relevante para el proyecto, como fotografías, relatos. etc.



# CAPÍTULO V

## ACTIVIDADES PARA TRABAJAR CON ESTUDIANTES

Las actividades propuestas a continuación para trabajar con estudiantes en aspectos relacionados con los contenidos de este documento, pueden ser desarrolladas por cualquier docente, pero por ser de reflexión y de promoción del estudio, son especialmente recomendables para docentes guías y orientadores y orientadoras. No pretende ser una lista extensa, sino más bien una guía para que el personal docente elabore sus propias actividades tomando como punto de referencia estos ejemplos.

Pueden aplicarse a partir de II ciclo, considerando que para entonces el estudiantado ha adquirido competencias comunicativas y un pensamiento más divergente. No obstante, se sugiere que sean revisadas y adaptadas según el nivel educativo del grupo\*.

En total, se presentan actividades, tal como se enumeran a continuación:

1. El esfuerzo personal lleva al éxito
2. Mi motivación hacia el estudio
3. Conociendo mis metas personales
4. ¿Cómo soy como estudiante?
5. Conociendo mis hábitos de estudio
6. Haciendo mi horario de estudio
7. Logrando mejor concentración
8. Jugando y fortaleciendo la memoria
9. Resolviendo conflictos en el aula

### NOTA:

Quienes deseen compartir con otros y otras docentes, las actividades que elaboren y desarrollen en sus aulas, pueden enviarlas al correo electrónico [ide.instituto@mep.go.cr](mailto:ide.instituto@mep.go.cr) donde serán revisadas para su posible publicación.

Las publicaremos, respetando su autoría.

## ACTIVIDAD 1.

### El esfuerzo personal lleva al éxito

#### Objetivo:

Reconocer la importancia del esfuerzo personal para obtener éxito y satisfacción en la vida.

#### Descripción:

En forma individual, cada estudiante realiza la lectura del texto titulado La historia de una mariposa, el cual aparece en la siguiente página. Después de realizada la lectura, se comenta sobre ella, en forma grupal, con la orientación de las siguientes preguntas:

¿Cuál es la importancia del esfuerzo personal?

¿Por qué es necesario realizar las actividades personalmente?

¿Qué nos enseñan los obstáculos?

¿Está de acuerdo con que los obstáculos nos hacen más fuertes? ¿Por qué?

Como resultado del análisis, puede realizarse un afiche, una dramatización, un poema, una canción o cualquier otra forma creativa que se considere pertinente.

#### LA HISTORIA DE UNA MARIPOSA

*Anónimo*

Un hombre encontró un capullo de una mariposa y se lo llevó a su casa para poder ver a la mariposa cuando saliera del capullo.

Un día vio que había un pequeño orificio y entonces se sentó a observar por varias horas, viendo que la mariposa luchaba por abrirlo más grande y poder salir. El hombre vio que la mariposa forcejeaba duramente para poder pasar su cuerpo a través del pequeño agujero, hasta que llegó un momento en el que pareció haber cesado de forcejear, pues aparentemente no progresaba en su intento. Parecía que se había atascado.

Entonces el hombre, en su bondad, decidió ayudar a la mariposa y con una pequeña tijera cortó al lado del agujero para hacerlo más grande y ahí fue que, por fin la mariposa pudo salir del capullo. Sin embargo, al salir la mariposa tenía el cuerpo muy hinchado y unas alas pequeñas y dobladas.

El hombre continuó observando, pues esperaba que en cualquier instante, las alas se desdoblarían y crecerían lo suficiente para soportar al cuerpo, el cual se contraería al reducir lo hinchado que estaba. Ninguna de las dos situaciones sucedieron y la mariposa solamente podía arrastrarse en círculos con su cuerpecito hinchado y sus alas dobladas. Nunca pudo llegar a volar.

Lo que el hombre en su bondad y apuro no entendió, fue que la restricción

de la apertura del capullo y la lucha requerida por la mariposa, para salir por el diminuto agujero, era la forma en que la naturaleza forzaba fluidos del cuerpo de la mariposa hacía sus alas, para que estuviesen grandes y fuertes y luego pudiese volar.

La libertad y el volar solamente podían llegar luego de la lucha. Al privar a la mariposa de la lucha, también le fue privada su salud. Algunas veces las luchas son lo que necesitamos en la vida.

Si la naturaleza nos permitiese progresar por nuestras vidas sin obstáculos, nos convertiría en inválidos. No podríamos crecer y ser tan fuertes como podríamos haberlo sido. ¡Cuánta verdad hay en esto! ¿Cuántas veces hemos querido tomar el camino corto para salir de dificultades, tomando esas tijeras y recortando el esfuerzo para poder ser libres?

Necesitamos recordar que nunca recibimos más de lo que podemos soportar y que a través de nuestros esfuerzos y caídas, somos fortalecidos así como el oro es refinado con el fuego. Nunca permitamos que las cosas que no podemos tener, o que no tenemos, o que no debemos tener, interrumpan nuestro gozo de las cosas que tenemos y podemos tener. Nunca pensemos ni nos enfoquemos en lo que no tenemos, disfrutemos cada instante de cada día por lo que tenemos y nos ha sido dado.”

## ACTIVIDAD 2.

### Mi motivación hacia el estudio

Objetivo:

Reconocer la actitud propia hacia el estudio.

Descripción:

Se divide el grupo en subgrupos de 5 miembros. A cada uno se le da una de las frases que se presentan en la siguiente página (éstas pueden repetirse según el número de subgrupos, o bien se pueden utilizar otras frases afines). Cada subgrupo analiza la frase y posteriormente, hace una presentación en plenaria, destacando las ideas o conclusiones más importantes a las que llegaron.

*Pueden orientarse por las siguientes preguntas generadoras:*

¿Cuál es la importancia de la motivación personal para el estudio?

¿Por qué se puede afirmar que el éxito en el estudio depende, en gran medida, de cada estudiante?

¿Se saca más provecho del estudio, cuando se tiene una disposición positiva hacia éste?

¿Cuál es su disposición hacia el estudio?



“Para sobresalir hay que querer sobresalir. Si no hay disposición mental y decisión vigorosa de trabajar, todos los esfuerzos serán inútiles; de muy poco servirán las capacidades y aptitudes que posea la persona” (Borda y Pinzón, 1995, p.25).



“Las personas que han logrado grandes aportes y descubrimientos a la humanidad, lo han hecho porque insistieron en el logro de las metas propuestas y no permitieron que el fracaso causara desaliento”. (Borda y Pinzón, 1995, p.22).



“Estar motivados hacia el estudio, significa saber: para qué se estudia, qué ventajas tiene la persona preparada sobre la que no lo es, qué beneficios personales y sociales se obtienen con una buena preparación, qué relación encuentra entre cada una de las materias y lo que piensa hacer en el futuro”. (Borda y Pinzón, 1995, p.22).



“La mente puede seguir dos direcciones: una positiva caracterizada por el optimismo, valor, iniciativa y buen sentido, que lleva a vencer las dificultades, descubrir las potencialidades y escalar la cima del éxito; y una actitud mental negativa que se identifica con el pesimismo e incapacidad y mantiene al ser humano derrotado” (Borda y Pinzón, 1995, p.24).

### ACTIVIDAD 3.

#### Conociendo mis metas personales

Objetivo:

Identificar metas personales presentes y futuras.

Descripción:

Cada estudiante contesta la información del siguiente cuadro y posteriormente comparte las ideas expresadas en el subgrupo. Para discutir en subgrupos pueden orientarse por las siguientes preguntas:

¿Cuál sería el camino para obtener esas metas?

Mis actitudes y las de mis compañeras y compañeros ¿son las más indicadas para el logro de las metas propuestas?

¿Requerimos estudiar para el logro de estas metas? ¿Por qué?

Áreas:	El presente año	En cinco años	En 10 años
Personal			
Intelectual			
Económico			
Familiar			
Deportivo			
Artístico			

## ACTIVIDAD 4.

### ¿Cómo soy como estudiante?

Objetivo:

Identificar cualidades o características personales que faciliten el aprendizaje.

Descripción:

Para el desarrollo de esta actividad, se contesta el cuestionario de la página siguiente, en forma individual. Luego se reúnen en subgrupos para comentar acerca de los resultados obtenidos. Por último, se hace una síntesis y se expone en sesión plenaria al resto del grupo.

En la sesión de subgrupos, se sugiere confrontar con la opinión de los demás miembros del subgrupo, lo que cada estudiante expresó en la pregunta N° 1. También es importante confrontar esta pregunta con la N° 4, para analizar coincidencias o contradicciones.

### CÓMO SOY COMO ESTUDIANTE

1. Mis compañeras y compañeros, consideran que soy:

\_\_\_\_\_

2. Tres cualidades personales que poseo y que me facilitan el estudio son:

a- \_\_\_\_\_

b- \_\_\_\_\_

c- \_\_\_\_\_

3. Yo me responsabilizo de mi estudio porque: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. Lo que más me gusta de mi persona es: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Como estudiante, debo cambiar o mejorar en:

a- \_\_\_\_\_

b- \_\_\_\_\_

c- \_\_\_\_\_

## ACTIVIDAD 5. Conociendo mis hábitos de estudio

Objetivos:

- \* Reconocer los hábitos de estudio personales que ayudan a un mejor aprendizaje.
- \* Identificar las limitaciones o costumbres personales que perjudican en el estudio.

Descripción:

Se suministra al grupo el cuestionario de hábitos de estudio (que se encuentra en la siguiente página) y se le pide completarlo, interpretarlo, y elaborar, a partir de este análisis, un listado de aspectos que deben mejorarse.

## CUESTIONARIO DE HÁBITOS DE ESTUDIO

Para usted que es estudiante:

El presente cuestionario tiene como finalidad que conozca cuáles son sus hábitos respecto al estudio, tanto en la casa como en la clase. Por ello, le recomendamos la mayor sinceridad posible, de manera que le permita reflexionar acerca de sus propias actitudes y comportamientos.

Para contestarlo, marque con una equis (X) en cada una de las oraciones que se presentan, usando la casilla correspondiente de acuerdo con su opinión.

	Siempre (3)	Casi Siempre (2)	A veces (1)	Nunca (0)
1- Algunos de tus hábitos en la clase				
1.Suelo tomar notas en clase acerca de lo que explica la profesora o el profesor.				
2.Presto atención a las explicaciones de la profesora o del profesor.				
3.Pregunto a la profesora o al profesor cuando no entiendo algo.				
4.Acostumbro colocarme en los primeros lugares de las filas.				
5.Procuro entender la materia durante la clase.				
6.Tomo apuntes en mi cuaderno de materia.				
7.Evito distraerme conversando con mis compañeras o compañeros.				
8.Evito hacer otras cosas mientras estoy en clase.				
2- Algunos de sus hábitos al realizar un examen				
1.Reviso bien mi examen antes de entregarlo.				
2.Cuido la ortografía y buena presentación del examen.				
3.Leo cuidadosamente cada una de las indicaciones.				
4.Empiezo por las preguntas que considero más fáciles.				

3- Algunos de sus hábitos de estudio				
1. Acostumbro estudiar siempre en el mismo lugar.				
2. Tengo un horario para estudiar.				
3. Utilizo una mesa amplia y acorde con mi estatura.				
4 .Estudio en un lugar ventilado.				
1 .Estudio en un lugar sin ruido (televisión, radio y otros).				
6 .Evito las interrupciones telefónicas mientras estudio.				
7 .Evito levantarme a conversar o atender otros asuntos mientras estudio.				
8 .Dedico más de dos horas diarias a estudiar.				
9. A la hora de estudiar me siento en una silla con respaldo.				
10. Uso la postura adecuada para estudiar; es decir, me siento en una silla, con la espalda recta y los pies apoyados al suelo.				
11. Estudio en un lugar bien iluminado.				
12. Recorro al diccionario cuando hay palabras cuya ortografía o significado no conozco.				
13. Organizo o planifico mis horas de estudio, al menos en forma semanal.				
14. Puedo apoyar bien los pies en el suelo mientras estudio.				
15 .Preparo con anticipación todos los materiales didácticos necesarios para ponerme a estudiar.				
16 .Al estudiar, subrayo las ideas importantes.				
17. Estudio, al menos, cinco días antes del examen.				
18. Descanso el tiempo apropiado ( 20 a 10 minutos) después de una o dos horas de estudio.				
19.Tengo organizados los apuntes por materia.				
20 .En cada sesión de estudio, termino las tareas y trabajos que me he propuesto.				
21. Utilizo técnicas que me faciliten la comprensión de los temas.				
22 .Cuando estudio un tema, consulto otros libros, además del texto.				
23. En general, pienso que tengo buenos hábitos de estudio				



## INTERPRETANDO SU CUESTIONARIO DE HÁBITOS EN EL ESTUDIO

Sume los puntajes obtenidos para cada una de las áreas y anótelos en el siguiente cuadro donde dice "Mi puntaje". Luego compárelos con los parámetros de evaluación ahí establecidos. Recuerde:

SIEMPRE =3, CASI SIEMPRE = 2, A VECES = 1 NUNCA = 0.

### RESUMEN DE TUS PUNTAJES

#### Parámetros de evaluación

RESUMEN DE TUS PUNTAJES	Su puntaje	Excelente	Muy bueno	Bueno	Regular o malo
1. Algunos de sus hábitos en la clase		21-24	16-20	11-15	0-10
2. Algunos de sus hábitos al realizar un examen		11-12	9-10	6-8	0-5
3. Algunos de sus hábitos de estudio		56-69	42-55	28-41	0-27
Total		85-105	64-84	43-63	0-42

Además, tenga presente que cada respuesta ubicada en la casilla "siempre", indica un buen hábito en el estudio. FELICITACIONES. Por el contrario, es importante revisar las respuestas ubicadas en las casillas "a veces" o "nunca", ya que éstas representan costumbres que se constituyen en una limitación para su aprendizaje.

A continuación haga una lista con los aspectos que debe mejorar en el estudio.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_
8. \_\_\_\_\_
9. \_\_\_\_\_
10. \_\_\_\_\_
11. \_\_\_\_\_

12. \_\_\_\_\_
13. \_\_\_\_\_
14. \_\_\_\_\_
15. \_\_\_\_\_
16. \_\_\_\_\_
17. \_\_\_\_\_
18. \_\_\_\_\_
19. \_\_\_\_\_
20. \_\_\_\_\_

## ACTIVIDAD 6.

### Haciendo mi horario de estudio

#### Objetivos

- \* Que las y los estudiantes elaboren su propio horario de estudio.
- \* Que las y los estudiantes reflexionen acerca de la importancia de respetar el horario de estudio.

#### Descripción:

Se le solicita al grupo: a) ordenar las materias según el grado de dificultad personal (de la más fácil a la más difícil); b) anotar detalladamente todas las actividades que realizan en un día; y c) elaborar el horario de estudio con base a esa información. Esta actividad se desglosa en los tres pasos siguientes:

#### Primer paso:

Ordenar las materias según el nivel de dificultad personal, desde la más fácil (número 1) hasta la más difícil, de acuerdo con su experiencia personal.

- |          |           |
|----------|-----------|
| 1. _____ | 9. _____  |
| 2. _____ | 10. _____ |
| 3. _____ | 11. _____ |
| 4. _____ | 12. _____ |
| 5. _____ | 13. _____ |
| 6. _____ | 14. _____ |
| 7. _____ | 15. _____ |
| 8. _____ | 16. _____ |

Segundo paso:

Distribuir todas las actividades realizadas en el día y parte de la noche. Deben incluir las horas de asistencia al colegio, el tiempo de alimentación, el traslado de la casa al colegio y viceversa y las responsabilidades asignadas en el hogar, entre otros.

M  
A  
Ñ  
A  
N  
A

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
7:00 - 8:00							
8:00 - 9:00							
9:00 - 10:00							
10:00 - 11:00							
11:00 - 12:00							

T  
A  
R  
D  
E

12:00 - 1:00							
1:00 - 2:00							
2:00 - 3:00							
3:00 - 4:00							
4:00 - 5:00							
5:00 - 6:00							

N  
O  
C  
H  
E

6:00 - 7:00							
7:00 - 8:00							
8:00 - 9:00							
9:00 - 10:00							

*Tercer paso:*

Cada cual, considerando las materias fáciles y difíciles y los espacios reales con los que cuenta para estudiar, debe organizarse para distribuir mejor su tiempo. El horario de estudio es algo personal y, además debe estar escrito de manera que se pueda visualizar. Puede seguir las recomendaciones dadas en este apartado. Recuerde que no representa únicamente las tareas y los trabajos fuera de clase.

*Además es un horario para repasar, analizar, interpretar y asimilar, entre otros aspectos, los contenidos desarrollados en el aula.*

Ahora sí, a hacer su propio horario de estudio (utilice como guía el cuadro sugerido en la página 55).

## ACTIVIDAD 7.

### Logrando mejor concentración

Objetivo:

\* Fortalecer la habilidad de concentración para un mejor aprendizaje.

Descripción:

Para realizar esta actividad, cada estudiante debe traer a la clase recortes con artículos que le interesen. Luego el o la docente selecciona, con su grupo, de 20 a 30 de estos artículos. Más tarde se realizan prácticas periódicas (al menos una vez a la semana) sobre alguno de estos textos, para lo cual se requiere que haya tantas copias como personas. El docente elige alguna letra del alfabeto, como por ejemplo, la letra *i*, y pide al grupo tachar o encerrar en un círculo esta letra, cuantas veces aparezca, por un periodo de 7 minutos o más. Así mismo, indica que dará una señal cada minuto, a fin de que anoten una raya paralela en la última letra marcada. Esto permitirá analizar la curva de atención de cada estudiante.

Una vez concluido el tiempo asignado, se le solicita a cada estudiante, que cuente y anote lo siguiente:

Aciertos: el número de veces que marcó la letra seleccionada.

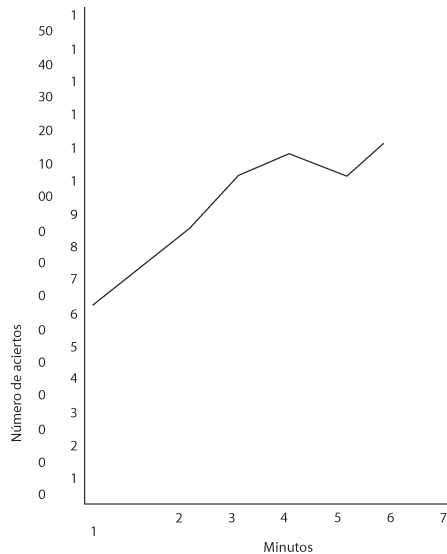
Errores: el número de veces que marcó una letra diferente a la letra seleccionada.

Omisiones: el número de veces que no marcó la letra seleccionada.

Como no hay parámetros de comparación, se recomienda, con la ayuda del grupo, hacer una distribución de frecuencias del rendimiento general. Por lo tanto debe considerarse el número total de aciertos, de manera que sirva de parámetro de comparación.

La suma de aciertos y errores debería ser menor al 10%. En caso contrario, hay problemas de atención. A mayor número de aciertos, mayor capacidad de atención. El docente debe solicitar a sus estudiantes que hagan una representación gráfica de la curva de atención e indiquen el número de aciertos por minuto. Veamos el siguiente ejemplo:

Ejemplo de una curva de atención distribuida en 7 minutos



Por último, indíquele a cada estudiante, que lleve su registro y compare el aumento de aciertos, conforme realiza estas prácticas.

## ACTIVIDAD 8.

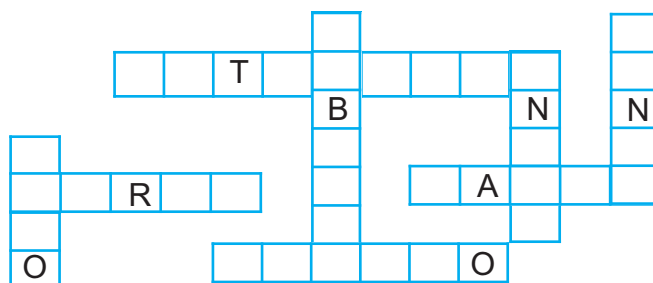
### Jugando y fortaleciendo la memoria

Objetivo:

Contribuir al mejoramiento de la concentración por medio del juego.

### Descripción:

A continuación se brinda un ejercicio de concentración, que consiste en ordenar algunos meses del año, en el siguiente crucigrama, de manera que no queden hileras vacías.



A menor tiempo de ejecución, mayor capacidad de atención. Compare los resultados en el seno del grupo.

La atención y la concentración también se incrementan por medio de juegos como memoria, sopas de letras, laberintos... Este tipo de actividades además sirven para salir de la rutina y alivianar el estrés.

## ACTIVIDAD 9

### Resolviendo conflictos en el aula

#### Objetivos:

Identificar los principales conflictos en el aula.

Propiciar un ambiente democrático, mediante la resolución de conflictos.

Fomentar relaciones armoniosas y de respeto entre compañeros y compañeras.

#### Descripción:

Con la finalidad de identificar los principales conflictos que se viven en el aula, desde la perspectiva del estudiantado, se pueden realizar actividades como trabajo en subgrupos, talleres y otras.

De acuerdo con los principales conflictos encontrados, se realizan discusiones y plenarias para identificar el tipo de conflicto, las personas involucradas en él, y qué se puede hacer. También, ante una situación conflictiva real, donde quienes están involucrados no encuentren la solución, se debe solicitar el criterio del grupo. Asimismo, se puede trabajar con casos hipotéticos, elaborados por el personal docente.

# Referencias bibliográficas

Adam, E. y otros (2003). Emociones y educación. Venezuela: Editorial Laboratorio Educativo.

Ander-Egg, E. (2005) Cómo elaborar un proyecto. Argentina: Editorial Colección Política y Trabajo Social.

Antequera, M. (1998). Métodos de Estudio. Costa Rica: EIDOS.

Arguedas, N.; Jiménez, F. (2006). Promoción del éxito escolar de niñas, niños y adolescentes por medio de la activación de la resiliencia y el fortalecimiento de la autoestima. Costa Rica. Mimeo, MEP.

Ausubel, Novak, Hannesian. (1978). Un punto de vista cognoscitivo. México: Trillas.

Arroyo, K. (2005). Antología del taller: Pensamiento crítico y creativo. Costa Rica: Mimeo, MEP.

Ballenato, G. (2005). Técnicas de Estudio. España: Ediciones Pirámide.

Borda, E. Y Pinzón, B. (1985) Rendimiento académico. Técnicas para estudiar. Bogotá: Cooperativa Editorial Magisterio.

Carretero, ---. (1993) Constructivismo y educación. Buenos Aires: Aique.

Chance (1986) Thinking in the classroom. A survey of programs. New York: Teachers College Columbia University.

Chavarría, E.; Zeledón, P. (2006). Cultura de paz y resolución de conflictos. Costa Rica: Mimeo, MEP.

Contreras, V. (2004) EDUCACIÓN SIN FRONTERAS: Una exitosa experiencia para la Atención a la diversidad sociocultural. Costa Rica: OIM, MEP CR-USA.

Costa Rica. Ministerio de Educación Pública – Sistema de Mejoramiento de la Educación Costarricense (SIMED) (1999). Fortalezcamos la Autoestima y las Rela

ciones Interpersonales en la Escuela Líder. San José: El centro.

Eggeb, P.; D. P. Kauchak. (1999). Estrategias Docentes: enseñanza de contenidos curriculares y desarrollo de habilidades de pensamiento. México: Fondo de Cultura Económica.

Krauskopf, D. (1998). Adolescencia y Educación. Costa Rica: EUNED.

Morin E. (2004) La mente bien ordenada. España: Editorial Seix Barral Los Tres Mundos.

Oliver, P. (1999). Estudiar con éxito. Madrid: Ediciones Pirámide, S.A.

Pérez, R. A. (1997). Los estilos de aprendizaje y su tratamiento en la práctica pedagógica. Costa Rica: Ministerio de Educación Pública.

Pozo, I. (1989) Teorías cognitivas del aprendizaje. Madrid: Ediciones Morata.

Pozo, I. (1999). Aprendices y maestros. La nueva cultura del aprendizaje. Madrid: Editorial Alianza.

Rogoff, B. (1993) Aprendices del pensamiento. El desarrollo cognitivo en el contexto social. Barcelona: Editorial Paidós.

Rojas G.(2002). Creencias que construyen los sujetos que participan en el desarrollo de los procesos de Aprendizaje y Enseñanza en una escuela primaria. Costa Rica: Tesis doctoral de graduación, Universidad de Costa Rica.

Programa Estado de la Nación, Defensoría de los Habitantes, CONARE (2005) Estado de la Educación. San José: Litografía e imprenta EDISA.

Sánchez, Z; Cartín, M. E. (1985). La realidad educativa del país, según la opinión de los principales actores del sistema educativo. San José: Ministerio de Educación Pública (mimeo).

Schön, Donald A. (1992). La formación de profesionales reflexivos: Hacia un nuevo diseño de la enseñanza y el aprendizaje de las profesiones. México: Paidós.

Solís, N; Rojas, G.; Castro, R.; Rodríguez, I. (2006). Innovemos en nuestros centros educativos. San José: Ministerio de Educación Pública, CENADI.

Solís, N; Rojas, G; Rodríguez, I. (2004). Estrategias para estudiar con éxito. San José: Ministerio de Educación Pública, CENADI.

Solís, N; Rojas, G; Rodríguez, I. (2002). Características del proceso educativo de la matemática: estudio realizada en dos grupos de secundaria de un colegio del área metropolitana. San José: Ministerio de Educación Pública, CENADI.



Vanistendael, E. (2002). La felicidad es posible. Despertar en niños maltratados la confianza en sí mismos: construir la resiliencia. Barcelona: Editorial Gedisa, S.A.

4 Report on the Proceedings of the Conference: Teachers in Latin America: New Perspectives on their Development and Performance. Conferencia apoyada por el Banco Mundial, BID y PREAL en San José Costa Rica, 28-30 de Junio de 1999, Mimeo, octubre, 1999.

Rosenblatt, Z y B. Inbal, Skill flexibility Among Schoolteachers: Operationalization and Organizational Implications. En Journal of Educational Administration, Vol. 37, No. 4, 1999, pp. 345-366.

VOX. (1999) Técnicas de Estudio. Aplicaciones prácticas. (1) Barcelona: Bibliografic S.A.

VOX. (1999). Técnicas de Estudio. El aprendizaje. (2) Barcelona: Bibliografic S.A.

VOX. (1999). Técnicas de Estudio. Estructuras del aprendizaje. (3) Barcelona: Bibliografic S.A.

VOX. (1999). Técnicas de Estudio. Técnicas de aprendizaje. (4) Barcelona: Bibliografic S.A.

Búsquedas en internet

Aprendizaje significativo (educación). (s.f.) Geocities. Com. Disponible en: <http://www.geocities.com/sicotema/significativo2.htm>. [Consultado 2008, 5 de marzo]

Rojas, E. La conquista de la voluntad. Cómo conseguir lo que he has propuesto. Disponible en: <http://www.adelgazamos.com/2007/09/11/la-conquista-voluntad-enrique-rojas/> [Consultado, 2008, 18 de febrero]

Magni Silvano, Roberto. Rol del docente en el tercer milenio. Disponible en: <http://www.educar.org/articulos/roldocente.asp> [Consultado 2006, 24 de enero]

Resiliencia (psicología). (2008, 15 de enero) Wikipedia, La enciclopedia libre. Disponible en: [http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Resiliencia\\_%28psicolog%C3%ADa%29&oldid=14348411](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Resiliencia_%28psicolog%C3%ADa%29&oldid=14348411) [Consultado 2008, 3 de marzo]

Técnicas de estudio. Disponible en: <http://www.tecnicas-de-estudio.org/tecnicas/index.htm>. [Consultado 2007, 9 de noviembre].

Anote sus reflexiones con respecto al libro



