



Hábitos

Aprende a estudiar eficazmente



Programa educativo que busca fomentar en los alumnos mejores hábitos personales, escolares y de estudio, mediante la aplicación de métodos y técnicas que les permitan organizar, entender y aplicar la información que obtienen de las materias curriculares.



Antecedentes

El Modelo Educativo para la Educación Obligatoria integra diez innovaciones educativas, entre ellas, la Autonomía Curricular, la cual es obligatoria a partir de ciclo escolar 2018-2019.

La autonomía curricular abarca 5 ámbitos:

- ✓ Ampliar la formación académica
- ✓ Potenciar el desarrollo personal y social
- ✓ Nuevos contenidos relevantes
- ✓ Conocimientos regionales
- ✓ Proyectos de impacto social

Hábitos y Técnicas de Estudio es un programa que busca fomentar en los alumnos hábitos personales, escolares y de estudio, mediante la aplicación de métodos y técnicas que les permitan organizar, entender y aplicar la información que obtienen de las materias curriculares.

Los alumnos que desarrollan estas habilidades suelen tener un mayor aprovechamiento académico y éxito profesional. Por ello este programa educativo se circunscribe en “Ampliar la formación académica”.

El perfil de egreso de Educación Básica hace énfasis en la importancia de proporcionar a los alumnos los medios para favorecer el aprender a aprender y para ello, uno de los elementos clave, son las técnicas y métodos de estudio.

Hábitos y técnicas de estudio está alineado con los requerimientos pedagógicos que la SEP solicita para aplicarse como club en la Autonomía Curricular:

- ✓ Guías pedagógicas para profesores: en las que se proporcionan indicaciones precisas para el fomento de hábitos y el asegurar que los alumnos apliquen métodos y técnicas de estudio
- ✓ Cuadernos de trabajo para los alumnos: en los que llevan a cabo las actividades para el desarrollo de hábitos de estudio, tanto en casa como en la escuela, así como la realización de actividades precisas que les permitan practicar las técnicas y los métodos de estudio
- ✓ Metodología con la cual los maestros aplican las actividades
- ✓ Evaluación trimestral y semestral
- ✓ Por su flexibilidad en el diseño pedagógico es posible aplicarlo de manera trimestral, semestral o anual; en un grado en específico o bien en secciones: primaria baja, primaria alta y secundaria



Incorpora “Hábitos” al plan de estudios y ayuda a tus alumnos a mejorar su desempeño académico.



Hábitos

Personales

Higiene, alimentación, ejercicio, descanso, emociones, actitud, posturas

Escolares

- Cómo hacer la tarea
- Cómo trabajar en equipo
- Administración del tiempo

Estudio

- Distracciones
- Factores que afectan el estudio
- Factores que favorecen el estudio
- Métodos y técnicas

Técnicas

- 1.- Resumen
- 2.- Síntesis
- 3.- Tomar apuntes
- 4.- Informe de trabajo
- 5.- Exposición oral
- 6.- Guías de estudio
- 7.- Técnicas nemotécnicas
- 8.- Esquemas
- 9.- Mapas mentales
- 10.- Mapas conceptuales
- 11.- Cuadro comparativo





Métodos de estudio

Método 5-10: Es un método de estudio que tiene la finalidad de ayudarte a estudiar en 5 pasos infalibles:



- PASOS:**
- 1.- Entérate de qué trata
 - 2.- Elige lo más importante y subráyalo
 - 3.- Realiza un cuestionario
 - 4.- Contesta el cuestionario
 - 5.- Comprueba lo estudiado

Método DIPCEA: DIPCEA es un método de estudio que busca la comprensión de un tema de una forma breve y concreta. Las siglas corresponden a cada uno de los 6 pasos que lo componen. A continuación se te presentan los pasos:



- PASOS:**
- 1.- Determinar un objetivo
 - 2.- Iniciar la lectura
 - 3.- Preguntarse
 - 4.- Contestar
 - 5.- Exponer
 - 6.- Autoevaluarse

Método RELACS: Es un método de estudio que te permite activar tu mente, organizar el material de trabajo y facilitar la asimilación, comprensión y aprendizaje del material estudiado. Además es muy fácil llevarlo a cabo.



- PASOS:**
- 1.- Relajarse
 - 2.- Escribir preguntas
 - 3.- Leer
 - 4.- Aplicar
 - 5.- Comparar
 - 6.- Sintetizar



Método L²S²R³A:

Es un método de estudio que tiene como finalidad hacer un estudio profundo sobre algún tema. Consta de 8 pasos:



- PASOS:**
- | | |
|--------------------|-----------------------------------|
| 1.- Lectura rápida | 5.- Recitación |
| 2.- Lectura lenta | 6.- Repaso con esquema |
| 3.- Subrayado | 7.- Repaso con contenido original |
| 4.- Síntesis | 8.- Autoevaluación |

Método Robinson (EPL2R):

Es un método de estudio que se desarrolló en los años 50's por el profesor Robinson y que se volvió muy popular en las escuelas norteamericanas. Consta de cinco etapas y tiene la finalidad de ayudarte a estudiar de forma rápida y sencilla.



- PASOS:**
- | | |
|---------------|-------------|
| 1.- Explorar | 4.- Recitar |
| 2.- Preguntar | 5.- Repasar |
| 3.- Leer | |



Los alumnos tardarán menos haciendo la tarea.



¿Qué incluye?

Cuaderno de trabajo del alumno:

Es un cuaderno de trabajo que contiene los ejercicios que va a realizar el alumno en cada una de las sesiones.



Guía del profesor:

Es una guía didáctica que explica, paso a paso, cómo debe trabajar el profesor cada una de las sesiones. Contiene las sugerencias de mediación para la adecuada aplicación en aula.

Guía para padres de familia:

Es un documento digital que contiene sugerencias y recomendaciones para que los padres de familia fomenten y acompañen a sus hijos en sus hábitos de estudio.



Actividades para padres:

Son una serie de ejercicios en formato digital para padres de familia, tienen la finalidad de apoyarlos en la formación de sus hijos con respecto al desarrollo de hábitos (personales, escolares y de estudio) además de proporcionarles herramientas para acompañarlos en el estudio y la realización de tareas cotidianas.

Soporte, capacitación y asesorías:

Como todo programa de Educare Innovación se ofrece a los colegios capacitación presencial impartida por nuestros distribuidores y virtual por medio de nuestra plataforma Didactic GED.

Gracias a que tiene una estructura didáctica puede adaptarse a los programas educativos de cualquier Institución.



En la mayoría de los colegios se busca , casi siempre , proveer a los alumnos de contenidos informativos , pero no se les enseña cómo estudiar: qué hábitos, técnicas y métodos de estudio pueden emplear para organizar y analizar la información, para estudiar con calidad y tener así un mejor desempeño académico.

Esta situación no escapa de los padres de familia quienes suelen estar preocupados por apoyar a sus hijos en sus estudios, pero no saben cómo hacerlo, y así, replican las prácticas memorísticas con las que ellos aprendieron contenidos informativos. Por otra parte, los colegios tampoco brindan herramientas y estrategias precisas para ayudar a los alumnos en esta labor.

Hábitos ofrece los siguientes beneficios:

Para los alumnos:

Disminuir el tiempo de estudio y mejora su aprendizaje debido a que:

- ✓ Desarrolla hábitos personales y aprende estrategias para estudiar con planeación y orden
- ✓ Identifica y atiende los distractores que alteran el proceso de aprendizaje
- ✓ Aplica técnicas para estudiar de acuerdo con cada tipo de contenido
- ✓ Administra el tiempo de manera efectiva
- ✓ Aplica las técnicas y métodos de estudio a otros contenidos curriculares
- ✓ Aprende a estudiar para cualquier tipo de examen

Para los profesores:

Mejorar su práctica docente debido a que:

- ✓ Conoce una metodología que desarrolla procesos de aprendizaje fácil de aplicar
- ✓ Cuenta con guías de mediación que le permiten saber acompañar al alumno en el proceso de enseñanza aprendizaje
- ✓ Identifica dificultades de aprendizaje en los alumnos y los ayuda a superarlos
- ✓ Logra tener alumnos más independientes que saben cómo hacer las cosas
- ✓ Emplea estas técnicas y métodos en las materias que imparte en su labor educativa