

Nombre de la materia: **TÉCNICAS DE ESTUDIO**
Clave: **OC0100-T**
No. De horas /semana : **2**
Duración semanas: **16**
Total de Horas : **32**
No. De créditos : **4**
Prerrequisitos : **NINGUNO**

OBJETIVO :

Iniciar a los estudiantes en el uso de procedimientos, metodologías y estrategias para que ellos mismos manejen su aprendizaje y hagan frente a las necesidades de adquisición de nuevos conocimientos en las diversas materias que abordarán en la carrera que inician. También se pretende que el alumno adquiriera herramientas que le ayuden a afrontar y aprovechar de manera eficiente las enormes cantidades de información con que se enfrentará en los medios electrónicos actuales.

CONCEPTOS CLAVES/MÍNIMOS:

- Técnicas de organización del tiempo y lugar de estudio.
- Cómo tomar apuntes.
- Cómo preparar y presentar un examen.
- Lectura activa y comprensión de lectura.
- Comprensión de problemas en matemáticas.

POLÍTICAS:

- Leer el material antes de cada clase.
- Discusión, análisis y conclusiones en clase.
- Evaluación mediante resúmenes manuscritos de materiales de lectura.
- Dedicación del 30% del tiempo de clase a la solución de problemas concretos de matemáticas y de desarrollo de habilidades del pensamiento. Las referencias [17] y [18], así como juegos educativos (v.g. Tangrama, ajedrez, etc.) pueden ser utilizados.

CONTENIDO:

1.- La enseñanza y el aprendizaje en la universidad	3 hrs
2.- ¿Cómo aprendemos?	4 hrs
3.- Estrategias de organización del espacio y el tiempo para estudiar.....	3 hrs
4.- La experiencia en clases.....	2 hrs
5.-La memoria y las reglas nemotécnicas	2 hrs
6.-Como preparar y presentar un examen	2 hrs
7.- Estrategias de Lectura	4 hrs
8.- Las anotaciones, el subrayado y los esquemas	3 hrs
9.-Estrategias de elaboración de resúmenes	3 hrs
10.- Estrategias de solución de problemas en matemáticas.....	4 hrs
11.- Las fuentes de información	2 hrs
Total:	32 hrs

PROGRAMA DESARROLLADO

- 1. La enseñanza y el aprendizaje en la universidad 3 hrs**
 - 1.1. Introducción, el autoanálisis. (páginas 17-33 de [1]).
- 2. ¿Cómo aprendemos? 4 hrs**
 - 2.1. La motivación : tipos de motivación, regulación de la motivación, regulación de la conducta (2 horas, páginas 51-58 de [1]).
 - 2.2 La concentración : mejorar la concentración, evitar el aburrimiento, obstáculos para la concentración y ejercicios para mejorar la concentración (2 horas, páginas 88-108 de [1]).
- 3.- Estrategias de organización del espacio y el tiempo para estudiar..... 3 hrs**
 - 3.1 La planificación : beneficios de una buena planificación, condiciones para una buena planificación, programación del tiempo, horarios, otros aspectos importantes, cómo estudiar, orden de las asignaturas y programación semanal (págs.. 34-50 de [1]).
- 4. La experiencia en clases..... 2 hrs**
 - 4.1. La escritura : el proceso de escribir bien, tipos de escritos, la composición de los escritos, la descripción (páginas 122-137 de [1]).
 - 4.2. Los apuntes : recomendaciones, la composición de los apuntes, los apuntes de las asignaturas de ciencias, la calidad de los apuntes, abreviaturas, aspectos importantes en la toma de apuntes, resúmenes de los apuntes, ejemplos (páginas 138-150 de [1]).
- 5.- La memoria y las reglas nemotécnicas 2 hrs**
 - 5.1. La memoria: tipos de memoria, memoria de corto plazo, memoria de largo plazo, sus aplicaciones en los exámenes, reglas memotécnicas, la organización de la memoria, la selección de la memoria, la construcción del conocimiento, ejercicios para mejorar la memoria y la potencialización de los sentidos (páginas 59-87 de[1]).
- 6. Como preparar y presentar un examen 2 hrs**
 - 6.1. La evaluación: el proceso de aprendizaje, la preevaluación, la evaluación, la postevaluación (páginas 251-271 de [1]).
 - 6.2. Un descanso merecido: relajación progresiva o diferencial, la respiración (páginas 272-278 de [1])
- 7. Estrategias de Lectura 4 hrs**
 - 7.1. Velocidad de lectura. Comprensión de la lectura. Lectura activa. La generación de preguntas.
 - 7.2. La lectura: tipos de lectura, defectos de algunos estudiantes en la lectura, la velocidad y la comprensión lectora, ejercicios de comprensión lectora (4 horas, páginas 109-121 de [1]).
- 8. Las anotaciones, el subrayado, los esquemas 3 hrs**
 - 8.1. El subrayado: qué tenemos que tener en cuenta a la hora de subrayar, ventajas del subrayado, tipos de subrayado, cualidades y defectos del subrayado, ejemplos (páginas 182-204 de [1]).
 - 8.2. Los esquemas: memorizar un esquema, ventajas que tiene la realización de esquemas, ejemplo de esquema de llaves, ejemplo de esquema de llaves a partir de un texto, ejemplo de esquema de guión (páginas 223-233 de [1]).

- 9. Estrategias de elaboración de resúmenes 3 hrs**
9.1. Los resúmenes: consejos para su aplicación, ventajas que tiene realizar un resumen, ejemplos (páginas 105-210 de [1]).
9.2. Las síntesis: ventajas que tiene realizar una síntesis y ejemplo (páginas. 213-222 de [1]).
- 10.-Estrategias de solución de problemas en matemáticas..... 4 hrs**
10.1. Comprender el problema
10.2. Concebir un plan
10.3. Ejecución del plan
10.4. Examinar la solución obtenida
(primeros capítulos de [2])
- 11. Las fuentes de información 2 hrs**
11.1. La biblioteca.
11.2. Las fuentes electrónicas de información.

BIBLIOGRAFÍA:

Textos principales:

[1] Técnicas de Estudio. Claves para mejorar el rendimiento intelectual
Ebee León Gross. Editorial Diana. 2004.

[2] Como plantear y resolver problemas. G. Polya. Ed. Trillas. 1979.

Textos de consulta:

[3] Las mejores técnicas de estudio, “Saber leer, tomar apuntes y preparar exámenes”.
Bernabé Tierno Jiménez. Editorial Temas de Hoy.

[4] Método Práctico de técnicas de estudio. Material para el alumno.
José Jiménez Ortega. Editorial Libros Visor.

[5] Técnicas de aprendizaje y estudio. Aprender en la escuela.
Artur Noguero Rorigo. Editorial Grao/colofón

[6] Técnicas de estudio e inteligencia emocional.
Federico Gan. Editorial Apóstrofe/colofón.

[7] Técnicas de estudio y examen.
E. Clought. Editorial Patria.

[8] Aprendizaje dinámico con PNL.
Robert Dilts. Editorial Urano.

[9] Aprendizaje escolar y construcción del conocimiento.
César Coll. Editorial Paidós.

[10] Aprendizaje y Cognición.

Thomas H. Leahey, Richard J. Harris. Editorial Prentice Hall.

[11] Como aprender mejores técnicas para mejorar tu aprendizaje.

Lair Riveiro. Editorial Urano.

[12] El aprendizaje y las tecnologías de la información.

Angela Mc Farlane. Editorial Santillana.

[13] Técnicas de estudio. Aprendiendo a aprender.

Julietta Acosta Lara. (libro electrónico: <http://www.urulink.com/estudio>)

[14] <http://www.ua.es/centros/derecho/tecnicasestudio.htm>

[15] <http://personal.redestb.es/vyt/tecnicas1.htm>

[16] El placer de Aprender a Aprender, superaprendizaje para todos.

Jazmín Zambrano. Editorial Alfaomega. 2002.

[17] Desarrollo de habilidades del pensamiento. Marisol Beltran Veraza. Grupo Editorial Exodo. 2005.

[18] Desarrollo de habilidades del pensamiento verbal y solución de problemas. Margarita A. de Sánchez. Editorial Trillas.

Material en el CD: Este programa, las referencias [1], [2], [14] y [16].

METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

Revisión de conceptos y análisis de textos en clase:	(X)
Lectura de material dentro y fuera de clase:	(X)
Discusión de lecturas en clase	(X)
Ejercicios fuera de clase (tareas):	(X)
Investigación documental:	(X)
Elaboración de reportes técnicos o proyectos:	(X)
Elaboración de resúmenes, fichas bibliográficas, cuestionarios	(X)
Prácticas de laboratorio en una materia asociada:	()
Visitas a la industria:	()

METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN:

Asistencia y participación en clase:	(X)
Tareas:	(X)
Elaboración de reportes técnicos o proyectos:	(X)
Exámenes de Academia o Departamentales	(X)

PROGRAMA PROPUESTO POR:

Leonardo Romero Muñoz y Jesús Arturo Ortíz Murillo. 19 de Mayo de 2006
Modificación: Ampliación de la bibliografía, orden de un tema y de las políticas del curso.

Modificación Octubre 2007:

M en A. Adrianela Citlali Angeles Garnica _____

L.A. Irma Rangel Castro _____

Laura Leticia Padilla Gil _____

M.D.H. Betzaida López Gutiérrez _____

L.S.C. Elsa Mireya Ramos Paz _____

Claudia Ivette Muñoz Perez _____

Linda Carey Solis Hinojosa _____

C.P. Mayra Piñón Flores _____