

YO NO

ABANDONO

3

⌘ Manual para impulsar mejores hábitos de estudio en planteles de educación media superior

MOVIMIENTO CONTRA EL ABANDONO ESCOLAR EN LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

# SEP

---

SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



Subsecretaría de Educación Media Superior

## MANUAL PARA IMPULSAR MEJORES HÁBITOS DE ESTUDIO EN PLANTELES DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR



# Contenido

<b>¿Qué es un hábito?.....</b>	<b>6</b>
<b>¿Qué son los hábitos de estudio?.....</b>	<b>9</b>
<b>¿Cómo detectar los hábitos de estudio de los estudiantes?.....</b>	<b>13</b>
<b>Tipos de hábitos de estudio.....</b>	<b>19</b>
<b>¿Cómo formar en los estudiantes buenos hábitos de estudio?.....</b>	<b>23</b>
<b>Beneficios de adoptar hábitos de estudio positivos.....</b>	<b>27</b>
<b>Incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico.....</b>	<b>31</b>
<b>Ambientes para fortalecer los hábitos de estudio.....</b>	<b>35</b>
<b>Técnicas de estudio para la adquisición de hábitos formativos.....</b>	<b>41</b>
<b>Recomendaciones para subrayar.....</b>	<b>45</b>

Este material que tiene en sus manos, elaborado de manera conjunta por la Subsecretaría de Educación Media Superior de la Secretaría de Educación Pública y la Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO) sede México, pretende brindarle elementos que le permitan alentar a los estudiantes a adquirir hábitos de estudio, resaltando la importancia de éstos en el rendimiento académico. Es un trabajo conjunto, ya que el docente, como mediador entre el conocimiento y el alumno, es la persona que debe fomentar nuevas habilidades y actitudes para aprender a aprender.

**¿QUÉ ES UN HÁBITO?**



## ¿Qué es un hábito?

Los hábitos son conductas o comportamientos que son repetidos por las personas continuamente; sin embargo, no son innatos, es decir, no se nace con ellos, sino que se van formando y son resultado de un aprendizaje que se origina de la interacción con el entorno. Los hábitos son indispensables, pues sirven para reforzar aprendizajes, desarrollar actitudes, asumir responsabilidades y desarrollar formas de organización.

Los hábitos pueden reflejar actitudes y acciones positivas y negativas. Los hábitos adaptativos o formativos posibilitan el crecimiento personal y ayudan a alcanzar las metas y objetivos planteados por cada individuo; por el contrario, los hábitos deconstructivos limitan el desarrollo y fortalecimiento de las personas, mientras que las prácticas o hábitos deconstructivos, si bien limitan el crecimiento personal, resultan ser muy “atractivos”, pues su ejercicio cotidiano implica, aparentemente, un menor esfuerzo y reporta una satisfacción inmediata; no obstante, a largo plazo pueden generar consecuencias desfavorables o problemáticas y son, en la mayoría de las veces, difíciles de modificar. Los hábitos negativos, además, inhiben la cultura de respeto por los demás.

Considerar que los malos hábitos son imposibles de eliminar es un error, ya que se pueden construir buenos hábitos al quitar el miedo y la indecisión, trazar metas diarias, realizar primero las actividades menos placenteras, despertar temprano, ser puntuales y dar prioridad a las actividades a través de organizarlas de acuerdo con la importancia de cada una.

### *Identificar los hábitos cotidianos de los estudiantes*

El siguiente instrumento lo puede aplicar a los estudiantes para ver si cuentan con hábitos positivos o negativos. Coloca una ✓ en la opción que selecciones.

HÁBITO	SÍ	NO
Tiendes tu cama		
Ayudas al aseo en tu casa		
Mantienes la postura adecuada durante las actividades		
Lavas tu ropa		
Planchas tu ropa		
Te lavas las manos antes de comer		
Te lavas las manos después de ir al baño		
Prestas atención a las explicaciones		
Acabas el trabajo que te asignan		
Cuidas los animales		

No tiras basura en la calle		
Te levantas temprano por las mañanas		
Comes comida chatarra		
Te enojas antes de buscar solución a las cosas		
Te dan envidia los logros de otros		
Guardas resentimiento a las personas		
Haces las cosas de última hora		
Llegas tarde siempre		

Ahora que analizamos qué es un hábito y cómo nuestra actitud y acciones repercuten en la formación de hábitos positivos o negativos, nos adentraremos a ver la forma de adquirir buenos hábitos de estudio.

**¿QUÉ SON LOS HÁBITOS DE ESTUDIO?**



## ¿Qué son los hábitos de estudio?

Los hábitos de estudio son estrategias, técnicas, recursos, actitudes y actividades que facilitan la adquisición de conocimientos, es decir, permiten desarrollar o mejorar el rendimiento académico, por lo que es necesario que los estudiantes asuman que deben ser constantes en su realización, pero también el papel del docente es relevante en el acompañamiento de los mismos hasta que adquieran hábitos de estudios positivos.

Cada persona tiene una forma muy especial de estudiar, se puede decir que tiene un método, hábitos de estudio que le permiten tener la facilidad de entender la asignatura o materia a estudiar, en ocasiones les resulta adecuada esa forma de estudiar, pero de pronto por más que repasen o dediquen tiempo no obtienen buenas calificaciones, por lo que es tiempo de analizar lo que está pasando.

Durante la clase el docente puede detonar, a través de las siguientes preguntas guía, una lluvia de ideas para identificar los conocimientos previos que los estudiantes tienen de los hábitos de estudio:

- ¿Qué son los hábitos de estudio?
- ¿Cómo cambio mis hábitos de estudio?
- ¿Qué tengo que hacer?
- ¿Qué pasos he de dar?
- ¿Realmente quiero cambiar mis hábitos de estudio?
- ¿Qué consecuencias negativas en mi rendimiento académico voy a tener sin generar cambio alguno?
- ¿Por qué quiero cambiar, desarrollar o fortalecer mis hábitos de estudio?
- ¿Qué beneficios voy a obtener de ese cambio?
- ¿Cambiar o desarrollar buenos hábitos de estudio me ayudarán a conseguir mis objetivos?

Asimismo, considerando los parámetros siguientes, es posible ayudar a los estudiantes a que adopten hábitos de estudio, enfatizando que permiten potenciar y facilitar las habilidades para aprender y, por ende, conseguir un mejor rendimiento en la formación académica.



# **CÓMO DETECTAR LOS HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ESTUDIANTES**



## Cómo detectar los hábitos de estudio de los estudiantes

La mejor forma de detectar si los estudiantes tienen hábitos de estudio es realizar un diagnóstico que permita analizar las posibles técnicas a utilizar para superar las debilidades y potenciar las fortalezas y áreas de oportunidad, todo ello con la intención de mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. El siguiente ejercicio tiene como objetivo establecer cuáles son las fortalezas y debilidades que deben atender a través de planear las actividades.

### Ejercicio de evaluación

El siguiente instrumento permite observar las fortalezas y debilidades de los estudiantes en sus estudios, por lo que se sugiere responder con objetividad, ya que los resultados obtenidos serán un indicador para reflexionar y tomar decisiones de cara a mejorar aspectos que representan dificultad para alcanzar el éxito académico.

### Para aprender

#### Ejemplo de un test de evaluación para conocer los hábitos de estudio

Lee cuidadosamente las siguientes afirmaciones y marca con una X si, con base en tu experiencia, son falsas o verdaderas.

I. ORGANIZACIÓN DEL TIEMPO	V	F
1.1. Lugar y contexto de estudio.		
1. No tengo un lugar fijo para estudiar.		
2. Me gusta estudiar viendo televisión o escuchando música.		
3. Me gusta estudiar frente a la ventana.		
4. Frecuentemente estudio o leo acostado en la cama.		
5. No me importa estudiar con poca luz.		
II. PLANIFICACIÓN		
1. No acostumbro planificar el tiempo que voy a dedicar al estudio.		
2. Cuando tengo un plan o propósito de estudio generalmente no lo cumpla.		
3. Normalmente no termino los trabajos a tiempo.		
4. El sueño y el cansancio me impiden estudiar con eficacia.		

5. Cuando estudio tengo que estarme levantando, ya que no tengo todo el material que voy a usar a la mano.		
<b>III. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE</b>		
1. Cuando estudio, procuro aprenderme los temas de memoria.		
2. Me cuesta relacionar la asignatura con otros temas o ideas.		
3. Estudio con base en mis apuntes y no consulto otras fuentes.		
4. Me cuesta mucho realizar preguntas si tengo dudas en clase.		
5. Cuando estudio me cuesta trabajo resumir mentalmente lo que estoy aprendiendo.		
6. Nunca empleo procedimientos para recordar fechas, datos, etc.		
7. Cuando leo no acostumbro tomar notas ni subrayar las palabras interesantes.		
8. No acostumbro leer previamente la portada e índice del libro.		
9. Por lo regular no tomo apuntes en clase.		
10. Me cuesta trabajo cumplir con los compromisos académicos.		
11. Tengo dificultad para seguir las explicaciones del profesor en clase.		
12. No subrayo las palabras más importantes.		
13. No acostumbro realizar esquemas.		
14. Estudio un día antes del examen.		
15. Me pongo muy nervioso cuando tengo un examen.		
16. En los exámenes empleo normalmente mucho más tiempo en las primeras preguntas y tengo que apresurarme en las restantes.		
17. Cuando tengo que realizar un trabajo no planifico el tiempo que debo dedicarle.		

Fuente: La plataforma educativa de la Consejería de Educación, Juventud y Deporte de la Comunidad de Madrid [www.educa2.madrid.org/web/educamadrid/principal/files/](http://www.educa2.madrid.org/web/educamadrid/principal/files/)

## RESULTADOS

### I. ORGANIZACION TOTAL

Lugar y contexto del estudio(1-5)

### II. PLANIFICACIÓN (6-12)

### III. ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Procesos generales de estudio (13-19)

Cómo leo un texto o documento (20-21)

Cómo tomo apuntes (22-29)

Cómo elaboro un resumen (30-34)

Cómo preparo un examen (35-42)

Cómo realizo un trabajo escrito (43-45)

### TOTALES

\*\* Si el alumno tiene menos de 20 respuestas falsas, tiene malos hábitos de estudio y puede llegar, incluso, a la pérdida del semestre.

\*\* Si tiene entre 20 y 25 respuestas falsas, sus hábitos de estudio son REGULARES, pues estudia sólo para salir del paso. Esto podría llevarlo a perder varias materias.

\*\* Entre 25 y 30 respuestas falsas, el estudiante cuenta con BUENOS hábitos de estudio; no obstante, es posible mejorarlos y potenciar su desempeño.

\*\* Entre 30 y 35 respuestas falsas, los hábitos de estudio son considerados BASTANTE BUENOS. En este caso es importante que los docentes y tutores den seguimiento a los estudiantes para que mantengan su buen desempeño.

\*\* Cuando un estudiante alcanza más de 35 respuestas falsas, significa que cuenta con MUY BUENOS hábitos de estudio y podría desempeñarse muy bien como un alumno tutor.



# **TIPOS DE HÁBITOS DE ESTUDIO**



## **Tipos de hábitos de estudio**

Una vez que los estudiantes percibieron si cuentan con hábitos de estudio o no, será relevante que identifiquen qué tipo de prácticas son con base en la siguiente clasificación:

**Hábitos útiles:** son los que acompañan el desempeño en la vida diaria: poner atención a la clase, tomar apuntes, investigar más sobre el tema, realizar preguntas al maestro sobre las dudas que le surjan e intercambiar opiniones con sus compañeros. Todas estas actividades las realiza al interior de la escuela, lo que le permite continuar con sus actividades diarias, dedicándole el tiempo planeado a estudiar en casa.

**Hábitos improvisados:** son los que no están establecidos y requieren de una mejora constante, por ejemplo, cuando se le dedica poco tiempo a estudiar fuera de las horas que pasa en la escuela, los alumnos estudian cuando se aproximan las fechas de exámenes o preparan una presentación de un día para otro, por lo que requieren de una buena planeación del tiempo y ser constantes para mejorar estos hábitos.

**Hábitos dominantes:** son exigentes e interfieren en la vida cotidiana, por lo que se vuelven compulsivos en la ejecución y no debe de ser así, ya que terminan generando estrés en los alumnos, por lo que se debe realizar una organización y planeación adecuada, dando los tiempos y espacios a cada actividad.



# **CÓMO FORMAR EN LOS ESTUDIANTES BUENOS HÁBITOS DE ESTUDIO**



## **Cómo formar en los estudiantes buenos hábitos de estudio**

Los hábitos de estudio se crean realizando un proceso constante, las acciones a realizar son las siguientes:

- Repetir continuamente las acciones permitirá al estudiante ir formando el hábito, hasta que de pronto, sin darse cuenta, ya estudie de acuerdo con lo planeado en la organización de su tiempo.
- Para el estudiante es importante iniciar con pequeñas acciones, sobre todo de materias o asignaturas que le impliquen más esfuerzo e ir incorporando, poco a poco, aquellos problemas que también requieren de su atención.
- Fomentar en el estudiante la visualización del éxito en su mente para mejorar el rendimiento académico.
- Identificar las consecuencias de no generar un cambio en los hábitos de estudio (frustración, reprobación, deserción).
- Motivar al estudiante para que continúe con el esfuerzo y las acciones de mejora. Para ello, se pueden utilizar recordatorios tanto escritos como a través de medios digitales como, por ejemplo, el teléfono celular.
- Mantener una actitud optimista hacia el cambio y mejora.

Es importante que el docente apoye a los estudiantes para que realicen su planeación de forma personal, sencilla y realista.



# **BENEFICIOS DE ADOPTAR HÁBITOS DE ESTUDIO POSITIVOS**



## Beneficios de adoptar hábitos de estudio positivos

Los beneficios que tienen los alumnos al adquirir, desarrollar o fortalecer los hábitos de estudio radican en que impactan directamente en cinco dimensiones personales:

- **Dimensión cognitiva:** encontrar estilos de aprendizaje, cumplimiento de las exigencias propuestas y mejorar el rendimiento académico.
- **Dimensión anímica:** adquirir hábitos de estudio fomenta la motivación, la determinación y el control de su persona.
  - El papel del docente es inducir en sus alumnos motivos, aprendizajes y comportamientos para aplicarlos de manera voluntaria a los trabajos de clase.
  - La motivación es la que induce a una persona a llevar a la práctica una acción. Estimula la voluntad de aprender.
  - La motivación es un factor cognitivo presente en todo el acto de aprendizaje.
  - Los hábitos de estudio generan la satisfacción personal y la autoevaluación de su desempeño.
  - La motivación condiciona la forma de pensar de los estudiantes y, con ello, el tipo de aprendizaje resultante.
- **Dimensión física:** se involucran todas las funciones sensorio-motoras al realizar diversas actividades que abarcan aspectos físicos contemplados en su planeación.
- **Dimensión psicológica:** adquirir hábitos de estudio permite al alumno desarrollar más las relaciones **interpersonales** con otros compañeros, maestros, directivos y personas externas al contexto educativo a través de intercambiar ideas, experiencias y valores; transmitir sentimientos y actitudes y conocer más a las personas con las que interactúan. Las relaciones **intrapersonales** deben estar siempre presentes al momento de elaborar la planeación de hábitos de estudio, ya que es el momento en que se puede estar en comunicación con uno mismo, por ello es importante desarrollar ciertas habilidades que permiten potenciar este tipo de relaciones.

### Para practicar

#### Ayudando a los estudiantes a encontrar su estilo de aprendizaje

Lee con cuidado las siguientes declaraciones y califícalas, en términos de utilidad, según la siguiente escala:

1=Nada útil      2=No muy útil      3=Neutral      4=Algo útil      5=Muy útil

	1	2	3	4	5
1. Estudiar solo.					
2. Estudiar imágenes y diagramas para entender ideas complejas.					
3. Escuchar la clase.					

4. Realizar yo mismo en vez de leer y escuchar al respecto					
5. Aprender un procedimiento complicado mediante la lectura de instrucciones por escrito.					
6. Ver y escuchar presentaciones en video, en computadora o en película.					
7. Escuchar un libro o una clase en audio.					
8. Realizar trabajo en laboratorio.					
9. Estudiar en libros.					
10. Estudiar en una habitación silenciosa.					
11. Tomar parte en las discusiones de grupo.					
12. Tomar parte en demostraciones prácticas en clase.					
13. Tomar apuntes y leerlos después.					

Fuente: Salas Parrilla, Miguel. 1990. Técnicas de estudio para enseñanzas medias y universidad. Alianza Editorial, nº 1479. Madrid.

**INCIDENCIA DE LOS HÁBITOS DE  
ESTUDIO EN EL RENDIMIENTO  
ACADÉMICO**



## **Incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico**

La construcción del conocimiento y la formación integral requieren de un estudiante con la capacidad para analizar y sintetizar; con destrezas para organizar y planificar; con habilidades comunicativas y muchas otras competencias que la EMS le exige. Los hábitos de estudio ofrecen a las y los estudiantes la posibilidad para desarrollar su capacidad de pensar, ejercitar su memoria, la atención y el pensamiento, comprender conceptos, aprender a aprender, resolver situaciones de diversos contextos y tomar decisiones adecuadas. Además, los hábitos de estudio son un factor fundamental para alcanzar el éxito académico, evitar la reprobación, el rezago y el abandono.

A pesar de que el alumno es el constructor de su propio aprendizaje, el papel del docente es motivarlo y apoyarlo en la adquisición y práctica de hábitos de estudio a lo largo de su trayectoria académica.



**AMBIENTES PARA FORTALECER  
LOS HÁBITOS DE ESTUDIO**



## Ambientes para fortalecer los hábitos de estudio

Para desarrollar hábitos de estudio positivos es necesario considerar una serie de factores que inciden en su adquisición y fortalecimiento. La escuela y la casa son espacios propicios para el ejercicio y reforzamiento de las prácticas de estudio.

En la casa, por ejemplo, los estudiantes deben procurar que los lugares sean cómodos, con buena ventilación e iluminación, pero en los que no existan distractores. Es importante, también, disponer de todos los materiales necesarios para realizar las tareas y estudiar, tales como libros, lápices, bolígrafos, calculadora y diccionario, evitando el acumulamiento innecesario.

Una vez ubicado el ambiente más propicio para trabajar, sea en el hogar, en la escuela o la biblioteca, por mencionar algunos, es necesario organizar el tiempo de estudio siguiendo una serie de pasos que permiten obtener un mejor aprovechamiento.

Paso 1. Elaborar un calendario personal a largo, mediano y corto plazos: es decir, llevar una agenda que abarque todo el curso escolar considerando, en la medida de lo posible, los trabajos, exámenes, prácticas, etc.

PLANEACIÓN A LARGO PLAZO							
ASIGNATURA	ENERO	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO
TEMAS A ESTUDIAR							
TEMAS A REPASAR							
EXÁMENES							
RECUPERACIONES							
TRABAJOS A ENTREGAR							

Fuente: Salas Parrilla (1990:22-226)

PLANEACIÓN A MEDIANO PLAZO (Útil, por ejemplo, para planear los exámenes periódicos)					
1ª. Evaluación					
Asignaturas	Día del examen	Recuperación	Temas a estudiar	Temas a repasar	Trabajos a entregar

Fuente: Salas Parrilla (1990:22-226).

## PLANEACIÓN A CORTO PLAZO

	Tiempo para estudiar	Tiempo para repasar	Tiempo para elaborar trabajos	Total de horas
Lunes				
Martes				
Miércoles				
Jueves				
Viernes				
Sábado				
Domingo				

Fuente: Salas Parrilla (1990:22-226)

El docente debe orientar la planeación de los estudiantes considerando que la curva de rendimiento de los seres humanos no es lineal, sino que asciende y desciende, por lo que es conveniente iniciar con las tareas de dificultad media, continuar con las que representan mayor grado de dificultad y dejar, para el final, las tareas más fáciles.

El docente también debe poner atención a los tiempos de descanso, cuidando que éstos no sean demasiado laxos o, por el contrario, tan cortos que generen frustración.

Es importante recomendar a los tutorados que durante sus descansos eviten mirar la televisión, procurando mejor respirar, moverse un poco, caminar, estirarse y/o hacer ejercicios de relajación.

Cabe destacar que las agendas o cronogramas deben ser elaborados de manera personal con base en las capacidades reales de cada alumno. Nadie, más que ellos, conocen sus tiempos, su ritmo, sus posibilidades y limitaciones. Además, la planeación del estudio y trabajo académico debe ser lo suficientemente organizado que permita al estudiante formar hábitos, pero al mismo tiempo flexible para adaptarse a situaciones imprevistas como tareas extra o exámenes no calendarizados.

A continuación se presenta el modelo de un planificador que puede servir de base para la organización de las actividades cotidianas de los estudiantes.

Listas de pendientes	
Para: _____	_____
(Fecha)	

Actividad	Prioridad 1=máxima 2=media 3=poca	Palomear la opción realizada

Para la formación de hábitos es muy importante organizar las actividades cotidianas a la misma hora con base en la curva de aprovechamiento de cada estudiante, pues está científicamente comprobado que los hábitos se desarrollan en un lapso de 21 días.



**TÉCNICAS DE ESTUDIO PARA  
LA ADQUISICIÓN DE HÁBITOS  
FORMATIVOS**



## Técnicas de estudio para la adquisición de hábitos formativos

Para organizar de manera efectiva y eficiente los tiempos de estudio y trabajo y mejorar con ello el rendimiento académico, el docente puede enseñar a sus estudiantes las distintas técnicas de estudio, como las que a continuación se refieren.

- Tomar apuntes: es una técnica que ayuda de forma eficaz a los estudiantes a mejorar su rendimiento académico, siempre y cuando al tomarlos se sigan los pasos previos: escuchar, comprender, analizar y seleccionar, que son de utilidad para ellos. El alumno debe ser capaz de tomar apuntes correctamente durante la clase, éstos serán la base principal para entender y retener bien la asignatura. Por ello es importante tener presente que tomar apuntes requiere de una serie de habilidades que a continuación vamos a analizar a través de la siguiente actividad.

Revisa los apuntes que tomaste en tu última clase y responde el siguiente cuadro marcando con una X la opción que consideres describe mejor tu experiencia.

AFIRMACIÓN	NI SIQUERA LIGERAMENTE	LIGERAMENTE	MODERADAMENTE	MUY BIEN	BASTANTE BIEN
Puedo leer mis apuntes (son legibles)					
Alguien más puede leer mis apuntes					
Mis apuntes están completos, no me perdí nada importante					
Mis apuntes representan los aspectos clave que se cubrieron en la clase					
Mis apuntes reflejan el énfasis que hizo el docente					
Los aspectos clave del docente son claros y comprensibles					
Los apuntes contienen solamente aspectos importantes, sin material extraño					
Entiendo no solamente los apuntes, sino también el contenido de clase					
Con los apuntes únicamente podré reconstruir el contenido esencial de la clase en tres meses					

- *Realizar notas al margen (en apuntes o libros)*: las notas al margen o notas marginales son inseparables del párrafo, nos permiten obtener en un par de palabras la idea fundamental del mismo, van de la mano con el subrayado y la lectura comprensiva y son la fuente para la elaboración de esquemas.
- *Subrayado*: el subrayado de un texto es una técnica que ningún estudiante debe dejar pasar, ya que es una excelente fórmula para aprender y sacar mucho partido de la lectura. El subrayado, más las palabras clave dan sentido al resumen, se debe contemplar el objetivo, ideas clave, elaborar esquemas que serán el hilo conductor, el resumen se debe completar con las notas que se tomaron en clase.

**Ejemplo:****Platero y yo**

“Platero es pequeño, peludo, suave; tan blando por fuera, que se diría todo de algodón, que no lleva huesos. Sólo los espejos de azabache de sus ojos son duros cual dos escarabajos de crystal negro.”

Las palabras subrayadas (pequeño, peludo, suave, tan blando, algodón, etc.) contienen las características de Platero.

# **RECOMENDACIONES PARA SUBRAYAR**



## Recomendaciones para subrayar

1. No realizar subrayado en la primera lectura.
  2. Fijar la atención y seleccionar las ideas principales del texto.
  3. Subraya sólo lo esencial del tema (palabras clave, ideas principales o datos importantes: fechas nombres).
  4. Destacar gráficamente las ideas secundarias principales.
  5. Elabore, con las ideas principales, esquemas o mapas conceptuales.
  6. Utilizar lápiz o lápices de colores.
  7. Realizar líneas de distintos tipos.
- *Elaboración de esquemas*: los esquemas son organizadores gráficos que representan símbolos que constituyen los conceptos o elementos más significativos o importantes de un tema, lectura o material a sintetizar.
  - *Resúmenes*: el resumen es un texto que expone, de manera breve, el contenido (ideas esenciales) de un texto extenso redactado con el propio vocabulario.
  - *Prefectura*: la prelectura es un método de estudio que se le conoce también como exploratoria y consiste en una lectura rápida para enterarnos de qué se trata el texto. Hacer una pre-lectura implica:
    - ✓ Darse una idea general del material didáctico que vamos a trabajar.
    - ✓ Identificar la idea general del texto.
    - ✓ Formarse un esquema general del texto y activar los conocimientos previos.
  - *Lectura de comprensión*: es la aproximación analítica al contenido del texto. El estudiante es un ser activo en el proceso de lectura, ya que decodifica el mensaje, lo interroga, analiza y critica. La lectura de comprensión permite centrar la atención, participar activamente en el proceso de aprendizaje, aprender nuevos conceptos (por ejemplo, el significado de palabras desconocidas) y desarrollar aprendizajes significativos, entre muchas otras ventajas.

Al enfrentarse a un texto el estudiante pasa por distintos niveles de comprensión:

**Comprensión profunda**: ¿qué más dice el texto?, requiere de los conocimientos previos del estudiante, hace falta cultura general y espíritu crítico.

**Comprensión secundaria**: ¿qué quiere decir el autor?, se debe distinguir entre lo principal y secundario, entender los ejemplos, pero quedarnos con la idea global, captar las afirmaciones más importantes del texto.

**Comprensión primaria**: ¿qué dice esta frase?, simplemente no sabemos qué dice, porque no sabemos el significado de las palabras que utiliza el autor, la solución es tener un diccionario a la mano y considerar que la falta de vocabulario general dificulta entender el texto.

*Preparación de exámenes*: por lo regular los alumnos se preguntan con qué tipo de exámenes se encontrarán, cuáles son las mejores maneras de prepararse para presentarlo y cuáles son las mejores estrategias para responderlos, por lo que es importante brindarles herramientas que les permitan afrontar las evaluaciones sin angustia y desarrollar su capacidad de análisis, lectura, escritura, síntesis y de razonamiento.

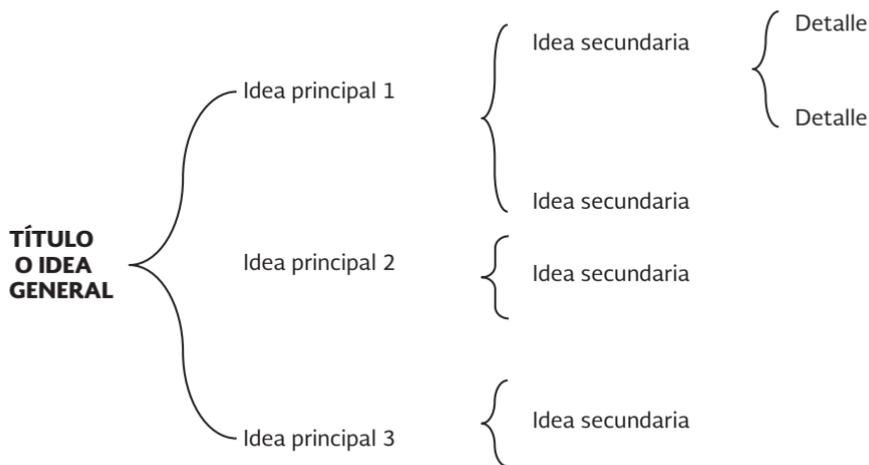
A continuación se ofrece una matriz para valorar, junto con los estudiantes, los esfuerzos realizados para mejorar el desempeño académico.

En el siguiente cuadro anoten las materias, calificación esperada, calificación obtenida y grado de satisfacción personal. (Muy satisfecho, satisfecho e insatisfecho)

MATERIA	CALIFICACIÓN ESPERADA		CALIFICACIÓN OBTENIDA	GRADO DE SATISFACCIÓN	
	POR EL ESTUDIANTE	POR EL PROFESOR		DEL ESTUDIANTE	DEL PROFESOR

### Anexo 1

**Esquema de llaves:** es útil para representar ideas que se auto-contienen y tienen distinta importancia. Son esquemas en profundidad. Las ideas más generales se colocan a la izquierda y las más concretas a la derecha.



**Esquema numerado:** facilita la organización de los contenidos y el orden o importancia en que debemos estudiarlos. Por ejemplo, cuando nos entregan un documento del que no tenemos una estructura clara, debemos construir un índice para su seguimiento y estudio.

**Ejemplo 1.**

**IDEA GENERAL**

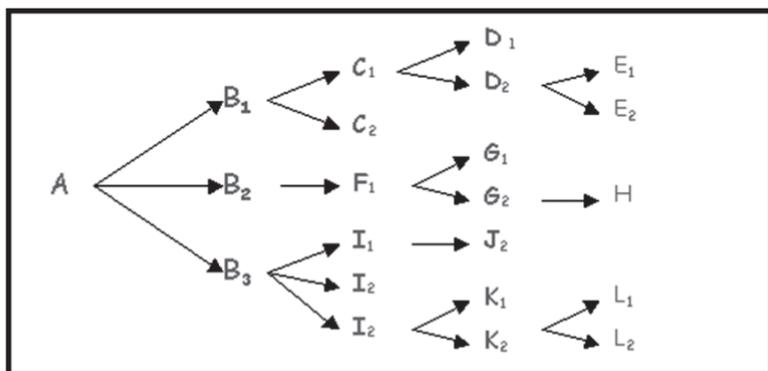
1. Idea principal
  - 1.1 Idea secundaria
    - 1.1.1 Detalle
    - 1.1.2 Detalle
  - 1.2 Idea secundaria
    - 1.2.1 Detalle
    - 1.2.2 Detalle
2. Idea Principal
  - 2.1 Idea secundaria
    - 2.1.1 Detalle
      - 2.1.1.1 Subdetalle
      - 2.1.1.2 Subdetalle
    - 2.1.2 Detalle

**Ejemplo 2.**

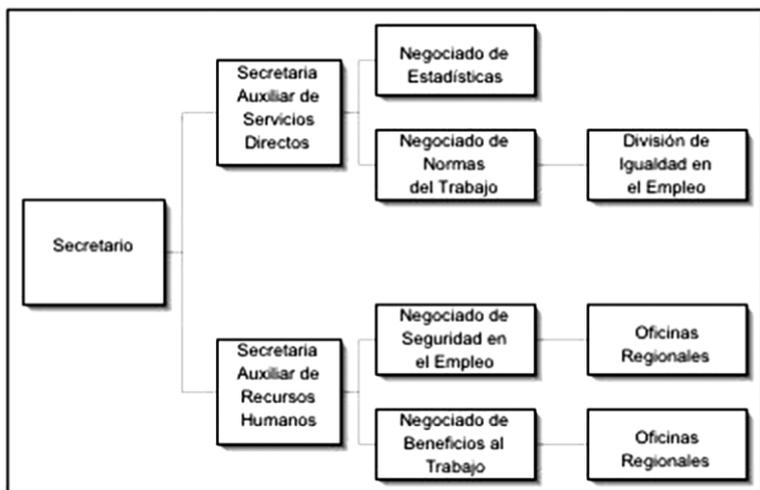
**IDEA GENERAL**

- A. Idea principal
  - A.a Idea secundaria
    - A.a.a Detalle
    - A.a.b Detalle
  - A.b Idea secundaria
    - A.b.a Detalle
    - A.b.b Detalle
- B. Idea Principal
  - B.a Idea secundaria
    - B.a.a Detalle

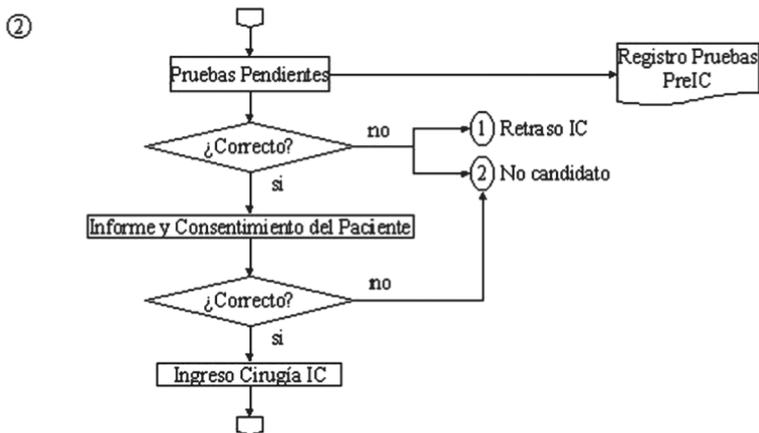
**Esquema de flechas:** representa concatenaciones de hechos, dependencias o causas.



**Esquemas de cajas:** útil para representar estructuras jerárquicas, organizaciones.



**Esquema de flujo:** ideal para cuando necesitamos representar un proceso o una actividad que se realiza por pasos o ciclos.



Se terminó de imprimir y encuadernar en agosto de 2014  
en Impresora y Encuadernadora Progreso, S. A. de C. V. (IEPSA),  
Calzada San Lorenzo 244; C.P. 09830, México, D. F.  
El tiraje fue de 18,000 ejemplares.





**SEP**  
SECRETARÍA DE  
EDUCACIÓN PÚBLICA



SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

[www.sems.gob.mx](http://www.sems.gob.mx)