

## TRABAJO FINAL DE MÁSTER

### ANÁLISIS DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO DEL ALUMNADO

Aplicación en 3º ESO del Colegio Mater Dei de Castellón



Dibujos elaborados por estudiantes de 1º ESO del Colegio Mater Dei.



**Autora:** Ana Blanco Alvarado

**Tutor:** Javier Soriano Martí

**Máster Universitario de Profesorado en Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.**

**Especialidad en Ciencias Sociales y Humanidades: Geografía e Historia.**



Esta obra está sujeta a la licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional de Creative Commons. Para ver una copia de esta licencia, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>.

## ÍNDICE

### RESUMEN

1.	<b><u>INTRODUCCIÓN</u></b>	<b>1</b>
2.	<b><u>JUSTIFICACIÓN</u></b>	<b>4</b>
2.1.	ESTADO DE LA CUESTIÓN .....	7
3.	<b><u>OBJETIVOS Y METODOLOGÍA</u></b>	<b>11</b>
3.1.	OBJETIVOS .....	11
3.2.	METODOLOGÍA .....	11
4.	<b><u>DESARROLLO</u></b>	<b>16</b>
4.1.	FASE 1. Selección del problema general.....	16
4.2.	FASE 2. Revisión bibliográfica.....	16
4.3.	FASE 3. Formulación del problema, objetivos o hipótesis específicas.....	16
4.4.	FASE 4. Determinación del diseño y la metodología.....	17
4.5.	FASE 5. Recogida de datos.....	22
4.6.	FASE 6. Análisis de datos y presentación de resultados.....	29
4.7.	FASE 7. Interpretación de resultados y conclusiones.....	29
5.	<b><u>CONCLUSIONES</u></b>	<b>31</b>
5.1.	PROPUESTAS DE MEJORA .....	31
5.2.	CONCLUSIONES .....	33
5.3.	VALORACIÓN PERSONAL.....	34
6.	<b><u>REFERENCIAS</u></b>	<b>35</b>
7.	<b><u>ANEXOS</u></b>	<b>37</b>

## RESUMEN

Este documento recoge el Trabajo Final de Máster (también llamado TFM) realizado sobre la mejora de los hábitos de estudio de un grupo de estudiantes de 3º de ESO para mejorar su rendimiento académico. La razón de ello ha sido la detección de una carencia en el alumnado, probablemente generalizada, de falta de capacidad para la gestión adecuada de su tiempo y la aplicación de estrategias de estudio que les permitan alcanzar sus metas académicas; esto quizás sea debido a la falta de un trabajo en profundidad con el alumnado para aprender a estudiar.

Desde el principio se ha pretendido realizar un trabajo práctico que resultara útil, en primer lugar al centro donde fuera desarrollado dicho trabajo y, en segundo lugar a la comunidad educativa en general, pues de todas las experiencias ajenas es posible extraer algún aprendizaje que sirva para la propia experiencia. Por consiguiente, el planteamiento de propuestas de mejora educativa es el punto fuerte de este TFM, que combina las modalidades de investigación educativa y mejora educativa. Responde a una de las áreas de mejora identificadas durante el periodo prácticas en un centro educativo del Máster de Profesorado en Educación Secundaria Obligatoria, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas (en adelante, Máster de Profesorado): la inadecuada aplicación de técnicas de estudio y poca capacidad para la gestión del tiempo y de los recursos que el alumnado realiza en su tiempo de estudio fuera de su jornada académica.

La investigación se ha integrado en las sesiones del *practicum* siguiendo una metodología de investigación-acción (I-A), concretamente en las sesiones destinadas a Ciencias Sociales y Tutoría. Una vez identificada el área de mejora y definido el objetivo general de la I-A, se realizó una búsqueda bibliográfica para conocer las publicaciones realizadas al respecto hasta el momento, y establecer una línea de trabajo a implementar en las fases posteriores de la investigación-acción, durante el resto del periodo de *practicum* y hasta finalizar el curso escolar.

Para ello se han elaborado y validado tres cuestionarios como instrumentos de evaluación (cuantitativa y cualitativa) y aplicado a una muestra de 32 estudiantes de 3º ESO del Colegio Mater Dei de Castellón. Tras la recogida y el análisis de datos iniciales, se planteó una serie de sesiones de trabajo en el aula para, reforzar o refutar el objetivo general de mejorar su rendimiento académico. Con la evaluación de impacto del trabajo realizado en las aulas, a partir de la recogida final de datos y su posterior análisis, se confirma la utilidad de aplicar esta metodología de trabajo en los centros educativos, tanto para recabar datos específicos de su alumnado como para desarrollar sesiones que refuercen sus competencias y mejoren sus hábitos de estudio, repercutiendo así en su rendimiento académico. Finalmente se procedió a redactar las conclusiones y las propuestas de mejora tras esta primera experiencia de investigación-acción.

Para futuras investigaciones, veo necesario destinar mayor tiempo y separación entre las fases de desarrollo de la misma. En esta ocasión he destinado seis meses a la totalidad de la investigación, desde la identificación del área de mejora a la redacción de las conclusiones, incluyendo la elaboración de los instrumentos de evaluación. Aunque me encuentro satisfecha con el trabajo realizado, ha resultado muy estresante

y complejo de llevar a cabo en cuanto a la gestión de los tiempos, análisis de datos con constante necesidad de actualización y readaptación de datos, herramientas y recursos de trabajo; haberlo dispuesto para una duración mayor, de un curso escolar completo para la recogida y análisis de datos, una vez validados los instrumentos de evaluación, ofrecería a la I-A resultados más consolidados. Por esta razón, considero que en el próximo curso escolar es pertinente continuar con el trabajo para la mejora de los hábitos de estudio del alumnado, no sólo en las sesiones de Tutoría, sino transversalmente en las diferentes asignaturas (como se ha realizado en este TFM en las sesiones de Ciencias Sociales), y mediante la involucración de toda la comunidad educativa.

Tras la revisión documental realizada no se han encontrado evidencias de una sistematización con respecto al trabajo de los hábitos de estudio, un trabajo que se ha tratado de iniciar con esta investigación-acción. A raíz de los resultados obtenidos con el trabajo en el Colegio Mater Dei, las demandas del alumnado al respecto y el poco desarrollo del tema en el ámbito educativo, considero este trabajo de investigación-acción parte del inicio del camino hacia la sistematización del trabajo en profundidad de los hábitos de estudio con el alumnado.

## 1. INTRODUCCIÓN

El presente TFM pretende analizar los hábitos de estudio de Secundaria a partir del grupo de estudiantes de 3º de ESO del Colegio Mater Dei de Castellón, para lo cual se ha apostado por utilizar el método de la I-A, con recogida y análisis de datos e implementación de una práctica docente que complemente el trabajo de investigación.

La concepción de investigación-acción puede parecer innovadora y novedosa pero en realidad, ya a mediados del siglo XX, en 1944, el psicólogo y estudioso del comportamiento Kurt Lewin la utilizó con el fin de compaginar “el enfoque experimental de la ciencia social con programas de acción social que respondiera a los problemas sociales principales de entonces. Mediante la investigación-acción Lewin argumentaba que se podía lograr simultáneamente avances teóricos y cambios sociales” (Jorge L. Castillo T., 2006). Desde entonces, muchos son los autores que han escrito e investigado al respecto a nivel internacional.

Al contexto educativo español, la investigación-acción (I-A) llegó en 1982 de la mano de John Elliot, miembro del Centro para la Investigación Aplicada a la Educación (Centre for Applied Research in Education CARE) de la Universidad de East Anglia, con su participación en el Primer Congreso de Didáctica en la Manga del Mar Menor que tuvo lugar en Murcia (Blández Ángel, 2000). Encontramos también a María José Sáez Brezmes, Catedrática de Universidad en el área de Didáctica de las Ciencias Experimentales, quien, en el artículo *La investigación en acción en España: un proceso que empieza*, de elaboración conjunta con John Elliot, publicado en la Revista de Educación, en las páginas 255 a 265 de su número 287 (1988), define la investigación-acción como:

Proceso de investigación que se fundamenta en la práctica docente, esto es, en la enseñanza que tiene lugar en los centros escolares, de donde se extraen los temas, objeto de la investigación, a partir de los cuales se contribuirá al desarrollo de la teoría educativa. Se parte, pues, de una situación en la que confluyen teoría y práctica. Se trabaja en proyectos en equipo, en los que el profesor es un investigador de su práctica docente, reflexiona sobre la misma, sirviéndose de la crítica como instrumento de análisis de la acción, y se especula sobre el desarrollo del proceso.

En esta línea, tal y como Julia Blández Ángel (2000) apunta en su libro, las reformas educativas tratan de afrontar los cambios acontecidos en el contexto social pero a menudo estos quedan fuera del proceso de enseñanza-aprendizaje. Formando y dotando al profesorado de herramientas de investigación y por tanto potenciando el modelo de profesor/a-investigador/a, se “propicia la reflexión del profesorado sobre su práctica docente, conduciéndole a introducir cambios con el fin de mejorarla. [...]” (Blández, 2000).

Según la clasificación que Antonio Latorre realiza en su *publicación La investigación acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. Antonio Latorre. (Ed. GRAÓ. España, 2003), se trata de una investigación-acción práctica, en la que se persigue alcanzar una mejora práctica durante el proceso de la investigación y después del mismo en el grupo de estudiantes participante. Sin embargo también incluye componentes de I-A crítica, puesto que supone un cambio en la didáctica y las metodologías docentes

tradicionales aplicadas por el profesorado, ya concebidas en la legislación vigente pero aún en desarrollo.

Así pues, se puede afirmar que a través de la investigación-acción se consigue mantener despierta la inquietud que nos ayuda a avanzar en el camino de la educación, el espíritu crítico que nos empuja a superarnos y buscar alternativas que puedan ofrecernos mejores resultados y más satisfactorios.

Bajo esta concepción y con el propósito de alcanzar una mejora educativa en el centro académico de realización del periodo de prácticas del Máster de Profesorado en Educación Secundaria Obligatoria, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas, durante los dos últimos trimestres del curso escolar 2015-2016, se tomó la determinación de realizar una investigación educativa combinada con una mejora educativa.

La temática elegida para este Trabajo Final de Máster surgió durante el primer periodo de prácticas del Máster de Profesorado, realizadas, como ya he dicho, en el centro educativo Colegio Mater Dei de Castellón.

Tras las dos primeras semanas de observación, aproximación y conocimiento del centro, tanto del profesorado como del alumnado, y de haber realizado diferentes entrevistas con parte del claustro de Secundaria y Bachillerato y con los/las propios/as estudiantes, mantuve una reunión con el Director Pedagógico del centro para compartir mis impresiones y definir una línea de trabajo para el TFM, que pudiera resultar de utilidad para el centro (premisa en la que se basó la orientación de este trabajo desde el primer momento). Consensuamos que versara sobre los hábitos de estudio del alumnado de Secundaria y Bachillerato del centro (284 estudiantes). Aunque finalmente, debido a los motivos que se exponen en el apartado de la justificación, la investigación quedó reducida a una muestra de 32 estudiantes de un único nivel educativo, 3º de ESO.

La investigación-acción consiste en la recogida de datos mediante la cumplimentación de cuestionarios por parte del alumnado, y la puesta en práctica de sesiones de trabajo en el aula a partir de las conclusiones obtenidas de los cuestionarios, con el fin de mejorar sus hábitos de estudio para maximizar su rendimiento académico.

Para la recogida de datos, se han elaborado tres cuestionarios diferentes, cuyo contenido se corresponde con las necesidades identificadas en el grupo de estudiantes definido para el estudio de sus hábitos de estudio. Una vez elaborados, se han compartido con un grupo de personas de diferentes perfiles del ámbito de la educación para enriquecimiento y validación de dichos documentos.

En primer lugar, los dos primeros cuestionarios fueron cumplimentados por el alumnado objeto de estudio. En segundo lugar, a través de sesiones de trabajo en el aula, se hizo hincapié y se desarrollaron aquellos aspectos identificados como carencias o susceptibles de mejora en los hábitos de estudio de la muestra encuestada. Posteriormente, se pasó el tercer y último cuestionario, a modo de indicador de impacto de las sesiones trabajadas en clase, con el fin de valorar si ha habido alguna variación en cuanto al aprendizaje e interiorización de las cuestiones

trabajadas, su rendimiento académico y su satisfacción al respecto. Para finalizar, se procedió a redactar las conclusiones obtenidas de la investigación y una propuesta de mejoras realizables a partir de esta primera experiencia.



## 2. JUSTIFICACIÓN.

El preámbulo de la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, recoge las siguientes premisas:

El alumnado es el centro y la razón de ser de la educación. El aprendizaje en la escuela debe ir dirigido a formar personas autónomas, críticas, con pensamiento propio. Todos los alumnos y alumnas tienen un sueño, todas las personas jóvenes tienen talento. Nuestras personas y sus talentos son lo más valioso que tenemos como país. Por ello, todos y cada uno de los alumnos y alumnas serán objeto de una atención, en la búsqueda de desarrollo del talento, que convierta la educación en el principal instrumento de movilidad social, ayude a superar barreras económicas y sociales y genere aspiraciones y ambiciones realizables para todos. Para todos ellos esta Ley Orgánica establece los necesarios mecanismos de permeabilidad y retorno entre las diferentes trayectorias y vías que en ella se articulan. [...].

Desde una perspectiva constructivista como la que nos ofrecen Piaget o Vigotsky, trabajada en la asignatura *Aprendizaje y desarrollo de la personalidad* del tronco común del Máster, es posible orientar nuestro trabajo como educadores y educadoras para maximizar esa autonomía, capacidad crítica y pensamiento propio de nuestro alumnado; siendo los protagonistas de su propio aprendizaje, podrá sacarle el mayor partido tanto a su potencial individual como colectivo.

Como educadores nos convertimos en modelos de persona, en referentes para nuestros/as estudiantes; a través de nuestra implicación activa les transmitimos de manera indirecta el compromiso, la constancia, la perseverancia y la confianza en la educación, como base para consolidar su futuro y por tanto el de la sociedad.

Vigotsky, quien defendió la construcción del conocimiento mediante las interacciones sociales, ya hablaba del acompañamiento educativo al referirse a la madurez en el aprendizaje de los/las menores y formular el concepto de “zona de desarrollo potencial” (ZDP):

Entendido como "la distancia entre el nivel actual de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz".(Martí, 1991: 138).

En este Trabajo Final de Máster, se ha combinado el papel activo del estudiantado con la promoción del aprendizaje colaborativo durante las sesiones de trabajo en el aula, para potenciar todo lo posible la zona de desarrollo potencial de cada estudiante. En todo momento durante el proceso de la investigación ha existido un acompañamiento por parte del profesorado y mío propio. Y, como se verá, se ha utilizado evaluadores externos para validar los procedimientos y los resultados, es decir, para completar las espirales de la investigación-acción y proponer mejoras en todo el proceso.

Castro Tosco, Beatriz (2016) advierte, en su artículo “¿Aprender o aprobar?”, que poco podemos hacer para influir en los factores externos que dificultan el aprendizaje y la

superación exitosa de los exámenes, sin embargo, no ocurre así con los factores personales; es posible proporcionar las herramientas necesarias para afrontar con seguridad y confianza los exámenes y las etapas de mayor tensión académica “[...]. Fomentando las habilidades y aptitudes necesarias para mejorar la productividad y eficiencia en el rendimiento, reforzando sus fortalezas y trabajando en sus debilidades personales; [...]”

Como se indica en la introducción, la utilidad inicial de este TFM viene determinada por la detección de una carencia en el estudiantado de Secundaria y Bachillerato de un centro educativo (Colegio Mater Dei), tras un periodo de exámenes en el área de las Ciencias Sociales con notas muy bajas<sup>1</sup>. Después de mantener diversas conversaciones y entrevistas con los/las alumnos/as, el problema parece residir en su escasa o nula capacidad para la gestión del tiempo y la aplicación de técnicas de estudio y de relajación poco apropiadas, generándoles malestar e insatisfacción con sus resultados académicos.

El inicio del *practicum* coincidió con la realización de exámenes de Ciencias Sociales, (especialidad que he cursado en el Máster de Profesorado y en la que he realizado el periodo de prácticas) tanto en Secundaria como en Bachillerato, y observé en el alumnado mucha frustración con sus resultados académicos, que se manifestaba en claros signos de estrés, ansiedad, nerviosismo y descontento con su rendimiento. Tanto en los pasillos de manera informal como en el aula en sesiones de Tutoría, realizaban comentarios sobre su poca capacidad para estudiar o la dificultad del temario; rompían a llorar al finalizar un examen o al conocer las malas notas; bajaba la asistencia a las clases en periodos de exámenes porque necesitaban más tiempo para estudiar; también presentaban alteraciones de sueño en los días previos a los periodos de exámenes.

A lo largo del *practicum*, varios estudiantes de diferentes niveles de Secundaria y Bachillerato, conocedores de este trabajo de investigación se acercaron para realizar consultas sobre sus hábitos y estrategias de estudio, solicitando orientación y compartiendo su impotencia por no saber cómo enfrentarse a los exámenes ni al estudio del día a día al finalizar la jornada escolar.

No obstante, dado el elevado número de estudiantes en prácticas presentes en el centro durante el mismo periodo realizando trabajos de investigación educativa, el equipo de coordinación de Secundaria y Bachillerato consideró oportuno centrar el estudio de esta investigación-acción únicamente en 3º de ESO (57 estudiantes). Por ello, se solicitó autorización expresa (Anexo I) a las familias de los/las alumnos/as para participar en la investigación; autorización que ha sido firmada y entregada de vuelta por un total de 32 estudiantes.

---

<sup>1</sup> Esta problemática podría ser también la responsable de muchos de los casos de fracaso escolar o empeoramiento del rendimiento escolar en jóvenes adolescentes, incluso de aquellos que en ocasiones son asociados a factores familiares como las alteraciones en el núcleo de convivencia habitual, y que podrían ser en realidad factores contribuyentes y no los verdaderamente causantes.

A partir de estas impresiones y teniendo a la vista las estadísticas de rendimiento académico del alumnado participante en la investigación al finalizar el pasado curso escolar (recogidas en la figura 1), contando con el acuerdo del Director Pedagógico del centro y el visto bueno del tutor del TFM, se optó por orientar este trabajo hacia la búsqueda del éxito escolar del alumnado objeto del estudio, contribuyendo a la mejora de sus hábitos de estudio.

CURSO ESCOLAR 2014-2015	NÚMERO DE ESTUDIANTES	CON TODAS LAS ASIGNATURAS APROBADAS	CON ALGUNA ASIGNATURA SUSPENDIDA					
			TOTAL	1	2	3	4	>4
2º ESO *	65	35	30	7	3	6	3	11
<b>TOTAL (%)</b>	<b>100,00%</b>	<b>53,85%</b>	<b>46,15%</b>	<b>10,77%</b>	<b>4,62%</b>	<b>9,23%</b>	<b>4,62%</b>	<b>16,92%</b>
* El alumnado que en el curso escolar actual se encuentra en 3º ESO y participa de la I-A, en el curso anterior cursaba 2º ESO.			100%	23%	10%	20%	10%	37%

Figura 1. Elaboración propia a partir de los datos facilitados por el centro.

Para llevar a cabo esta investigación-acción, dado el poco grado de familiarización que el alumnado poseía sobre la utilización de escalas y otro tipo de cuestionarios, se procedió a la elaboración expresa de cuestionarios, durante el segundo trimestre se pasaron dos de ellos (Anexos II y III), para establecer la línea de base y a partir de las conclusiones obtenidas trabajar durante las Tutorías de la tercera evaluación en la mejora de dichos hábitos. Un tercer cuestionario (Anexo IV), pasado al final de la tercera evaluación, permitió valorar si ha habido o no mejoras perceptibles por parte del alumnado objeto del estudio.

La redefinición en dos ocasiones del número de estudiantes a participar en la investigación, debida a la reducción de la muestra de Secundaria y Bachillerato a 3º de ESO y posteriormente al número de estudiantes con autorización expresa, ha limitado la validez del estudio fuera del grupo de estudiantes estudiado. Sin embargo, la metodología utilizada puede extrapolarse a otros centros, introduciendo las lecciones aprendidas y mejoras propuestas tras esta primera experiencia, para analizar y mejorar el rendimiento académico en otros centros educativos. A la vista de los resultados obtenidos se confirma que un adecuado acompañamiento del profesorado en el proceso de enseñanza-aprendizaje es clave para reforzar la autoestima, el autoconocimiento y la autodeterminación del alumnado que le conduzcan a la búsqueda y aplicación de rutinas personalizadas y adecuadas a sus propias necesidades personales, académicas, laborales y sociales.

Mi experiencia con jóvenes de entre 11 y 18 en el ámbito de la educación no formal durante los últimos 10 años, refuerza esta percepción sobre la falta de una adecuada gestión del tiempo, así como la necesidad de conocer y saber aplicar diferentes estrategias y técnicas de estudio según el tipo de contenidos, el volumen y la dificultad que entrañan. Desde 2004 he participado como monitora de ocio y tiempo libre en el ámbito del Escultismo, en un grupo scout con menores de esta franja de edad. A

menudo les cuesta participar en actividades ya sean de fin de semana, una jornada o simplemente dos horas, pues se sienten agobiados por los exámenes (parciales y finales) y todo el tiempo para estudiar les parece poco; más de una ocasión hemos planificado acampadas para desarrollar sus proyectos con momentos destinados al estudio y repaso, proporcionándoles estrategias y herramientas para mejorar su rendimiento: gestión del tiempo, técnicas de relajación, inteligencia emocional para identificación/expresión de emociones, etc., pues ponían como condición para asistir disponer de un tiempo para estudiar.

A partir de ambas experiencias en el ámbito de la educación, formal en el caso de las prácticas del Máster y no formal en el del Escultismo, considero que aún centrando la investigación-acción y por tanto mi actuación directa en el campo de las técnicas y hábitos de estudio en estudiantes de Secundaria, las repercusiones de la misma van más allá del rendimiento académico afectando al ámbito educativo integral de la persona, pues todo lo aprendido o interiorizado durante la infancia y la juventud conforma la base de quienes seremos en la edad adulta. Es decir, que la generación de rutinas de estudio, la capacidad de discernir qué estrategia o técnica de estudio es más apropiada para cada asignatura y propósito de estudio, la aplicación de técnicas de relajación y autocontrol emocional en estados de estrés, etc., servirán como punto de partida en unos casos y de continuación en otros, para definir sus actuaciones en la vida, determinar su capacidad de toma de decisiones, en definitiva, su personalidad y su autonomía personal en la vida.

Así pues, con el fin de conocer el estado de la cuestión sobre la importancia de las técnicas de estudio y los hábitos de estudio de la juventud actual estudiante de Secundaria, he investigado, a través de diferentes portales y bases de datos, en publicaciones de distinta índole que presento a continuación.

## 2.1. ESTADO DE LA CUESTIÓN

El Blog “Técnicas de estudios” (González y otros, 2011) da la bienvenida a sus futuros visitantes definiendo la educación como: “*proceso de socialización y aprendizaje encaminado al desarrollo intelectual y ético del niño*”, es decir, dejando clara la relevancia del aprendizaje para poder afianzar el desarrollo personal y el propio bienestar de cada individuo. Trata las técnicas de estudio como una herramienta que puede convertir el estudio en un proceso mucho más productivo al usar técnicas y métodos adecuados para facilitar la comprensión.

El blog quiere mostrar el valor tan importante que poseen muchos de los factores que se encuentran implicados en el estudio y, para ello, se plantea los siguientes objetivos:

- Conocer cómo estudia el alumnado.
- Saber si conocen la existencia de las técnicas de estudio.
- Informar a las familias sobre cómo pueden ayudar a sus hijos/as en los estudios.
- Ver la utilidad que tiene el cuestionario diseñado.
- Implantar hábitos de estudios.

- Hacer conscientes al alumnado de la importancia de estudiar.
- Ayudar a que conozcan las capacidades que poseen los/las alumnos/as para satisfacer mejor sus necesidades y beneficiar al estudio.
- Animar al menor a estudiar mediante las técnicas de estudio ya que adquieren destrezas con las mismas y un mejor rendimiento.
- Mostrar cómo además de los aspectos personales influyen otros más externos en el estudio.
- Detectar ambientes y circunstancias adecuadas para el estudio.
- Fomentar que deben tener una buena organización y planificación tanto de los recursos como del tiempo para que alumnado obtenga mejores resultados y saque más partido del estudio.

También analiza y explica una serie de técnicas concretas como: planificar el tiempo y el lugar de estudio; cómo tomar apuntes según el método de Cornell; memorizar desde la comprensión; mejorar la lectura; técnicas para mejorar el rendimiento; etc.

Este blog es un buen ejemplo de la multitud de recursos que se ofertan hoy en día para ayudar a las personas a mejorar sus resultados ya sean de exámenes de certificación o parciales, pruebas de acceso a estudios superiores, oposiciones, acceso a bolsas de empleo, etc.

Educaweb nos ofrece también otros recursos, como la web de García Figueroa, Trinidad (2010), maestra del CEIP “San Isidoro” de Jaén, que trata “la importancia de las técnicas de estudio como indicador para superar el fracaso escolar.” Parte de la situación generalizada y oficialmente reconocida de fracaso escolar existente en ese momento en España, especialmente en matemáticas, ciencia y lectura. Presenta un análisis rápido de la situación y comparte su reflexión sobre por qué debemos aprender a estudiar mejor, seguida de una breve explicación de algunas técnicas de estudio y otras herramientas útiles como la motivación del estudiante y culmina con una crítica a las que a su modo de ver son causa directa del fracaso escolar al que se refiere como fracaso social.

Además de innumerables recursos on-line o a distancia como los ya citados, encontramos otros que podemos denominar presenciales como academias, centros educativos especializados, centros sanitarios multidisciplinarios y otras instituciones educativas, de las cuales quisiera destacar el Instituto Pascal, empresa psicoeducativa dedicada a la investigación de estrategias de aprendizaje y el desarrollo de la inteligencia; avalado por su experiencia de 35 años, el Instituto Pascal cuenta con programas de desarrollo personal y de técnicas de estudio a través de los cuales proporciona formación especializada tanto a estudiantes como a profesionales para mejorar dentro de su proceso de enseñanza-aprendizaje y en definitiva, contribuir a su desarrollo personal.

Igualmente, inmersas en la era digital, coexisten publicaciones en papel como las de Alonso (1991), Tierno (1999) y Salas (2000).

Estas y otras publicaciones impresas poco difieren de las digitales como la de Moreno Jarillo, Almudena (2009). Todas ellas, aunque presentadas en diferentes soportes y formatos, tratan de ofrecer herramientas y técnicas de estudio de aplicación para el alumnado; se centran en desarrollar procedimientos adecuados a las personas destinatarias y al objeto para el que son buscados, generalmente aprobar un examen o una prueba de selección.

Aunque el trabajo más allá de “ese examen o esa prueba que debo superar ahora” está muy extendido como idea, es un concepto poco desarrollado y llevado a la práctica; poco se ha escrito sobre asentar unas bases y unos procedimientos que nos ayuden a mejorar nuestras competencias y por tanto nuestras capacidades y habilidades analíticas, de razonamiento, atención, organización y planificación, es decir, mejorar nuestra autonomía personal a través del estudio.

A pesar de ello, en el ámbito educativo existen corrientes de pensamiento e investigación que poco a poco denotan la inquietud existente por encontrar nuevas herramientas y estrategias que ayuden a la mejora de la calidad educativa en sentido amplio, dentro de lo cual se encuentra este trabajo, al tener como objetivo la contribución a la mejora de los hábitos de estudio del alumnado participante en la investigación para optimizar el tiempo de estudio e influir positivamente en su rendimiento académico.

Arán Jara, María Angélica y Ortega Triviños, María Luisa (2011), de la Universidad Mayor-Temuco de Chile, realizaron un trabajo de investigación sobre enfoques de aprendizaje y hábitos de estudio en estudiantes universitarios de primer año de tres carreras de la Universidad Mayor-Temuco. Dejando a un lado los resultados que obtuvieron, me pareció interesante la referencia que hacen en su trabajo sobre la importancia del aprendizaje activo y consciente del estudiante dentro de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje; cito a continuación los párrafos donde queda reflejada:

Prieto (2006) citando a (Chickering y Gamson, 1987) señala que los alumnos no aprenden por sentarse en clase y escuchar a los profesores, memorizando, escribiendo y respondiendo preguntas respecto de los contenidos propios de su formación. Estos deben hablar sobre lo que están aprendiendo, estableciendo relaciones con experiencias previas, y aplicarlo a sus vidas cotidianas. En este caso deben hacer de lo que aprenden una parte de sí mismos. [...]

Los modelos educativos en educación superior, no necesariamente se fundamentan en modelos transmisivos de enseñanza, lo que hace que más allá de esta organización exija de parte del estudiante, actitudes y predisposiciones a comprender los saberes más que a generar actos mecanicistas de repetición de los mismos. Esto implica que el estudiante cuente con las herramientas necesarias para enfrentarse a los retos y estar preparados en el área operativa (Cruz, 2011). El ejercicio de la integralidad y autonomía que el estudiante ejerce en su proceso de aprendizaje se enriquece cuando aprende cómo organizar sus recursos para el estudio, en este sentido, cuando adquiere conciencia de sus hábitos de estudio y de la manera en que a partir de estos, se acerca o se aleja de su éxito académico (Torres, Tolosa, Urrea y Monsalve, 2009).

Este trabajo pone también de manifiesto un fuerte interés por la formación integral de las personas; interés que en nuestro país desvela en su preámbulo la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, como ya he comentado en la justificación del presente documento: “El aprendizaje en la escuela debe ir dirigido a formar personas autónomas, críticas, con pensamiento propio. [...]”

Del mismo modo que Arán Jara, M. A. y Ortega Triviños, M. L., otros estudiosos e investigadores de la educación han escrito a este respecto y van permitiéndonos llegar a otros rincones educativos del mundo donde existen las mismas problemáticas y la misma inquietud por resolverlas de la forma más eficiente y participativa posible.

La Universidad Complutense de Madrid congrega a varios de estos investigadores; por ejemplo, Martínez-Otero, Profesor-Doctor del Departamento de Teoría e Historia de la Educación en la Facultad de Educación, dedica parte de su trayectoria profesional a compartir sus reflexiones y hallazgos que, si bien se centran en población universitaria, son extrapolables a estudiantes de otros niveles inferiores. Sus publicaciones a menudo revelan la necesidad de investigar en diferentes ámbitos como la prevención de la ansiedad o los condicionantes del fracaso escolar en la educación secundaria (Martínez-Otero, 2009). En este último artículo, presenta su propia definición de fracaso escolar y, mediante la exposición de una serie de factores que influyen en el rendimiento académico y conducen al fracaso escolar en la educación secundaria, (los cuales divide en el ámbito personal, familiar y escolar-social), ofrece algunas propuestas para mejorar el proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado. Este autor cuenta con otras publicaciones como *Los adolescentes ante el estudio: causas y consecuencias del rendimiento académico* (1997). Editorial Fundamentos, donde recoge uno de los primeros estudios realizados sobre el rendimiento académico.

De la revisión documental realizada con motivo de este trabajo, se concluye que aunque se ha investigado mucho sobre el aprendizaje, el área de los hábitos de estudio se encuentra aún poco investigada pero ya se ha iniciado y por lo tanto se encuentra en fase de desarrollo.



### **3. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA**

#### **3.1. OBJETIVOS**

##### **OBJETIVO GENERAL**

Contribuir a la mejora de los hábitos de estudio del alumnado participante en la investigación para optimizar el tiempo de estudio e influir positivamente en su rendimiento académico y satisfacción personal.

##### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Conocer las herramientas básicas que facilitan la aplicación de unas adecuadas técnicas de estudio.
2. Construir un modelo de análisis de hábitos de estudio para facilitar su estudio en centros educativos y poder mejorar los hábitos de estudio del alumnado.
3. Conocer los hábitos de estudio de la muestra objeto de la investigación.
4. Proporcionar herramientas al alumnado participante para poder mejorar sus hábitos de estudio.

#### **3.2. METODOLOGÍA**

Existen muchos autores que presentan en múltiples publicaciones las fases que consideran más apropiadas para llevar a cabo una investigación. En consideración a ello, he estimado oportuno referirme a las secuencias de fases propuestas por tres de esos autores: J.Eliot, Whitehead y McMillan y Schumacher.

La primera, la más generalista a mi modo de ver, recogida por Rojas, M. T. (2012, p.6) en el cuaderno de educación nº 42 “La investigación acción y la práctica docente”, publicado por la Universidad Alberto Hurtado, donde se presentan tres fases para desarrollar una investigación-acción, siguiendo el planteamiento de J. Eliot: la identificación de una idea general, la exploración o planteamiento de las hipótesis de acción y la construcción de un plan de acción.

En segundo lugar, el investigador y pedagogo Whitehead (Rojas, 2012) presentó un esquema que concreta estas tres fases a modo de ciclo de acción, basado en el trabajo participativo, llevándonos a la segunda propuesta metodológica y secuencial para plantear una buena investigación (figura 2):



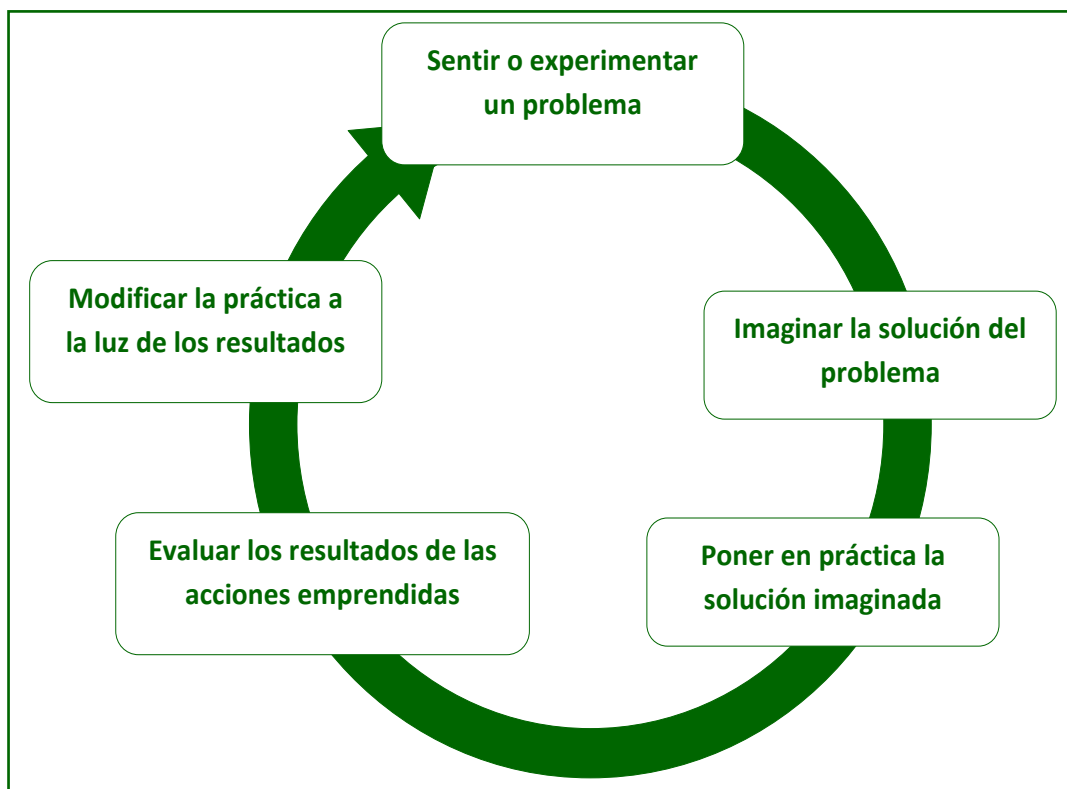


Figura 2. Fuente: Rojas, M. T. (2012, p.7). La investigación acción y la práctica docente.

Una vez experimentado e identificado el problema, las dificultades en el alumnado a la hora de enfrentarse a sus materiales y tiempos de estudio, junto con personal docente del centro, se procedió a imaginar la solución del problema, es decir, plantear hipótesis que ofrecieran posibles soluciones: reforzar en el alumnado aquellos aspectos relacionados con sus hábitos ineficaces de estudio.

Para ello era necesario realizar un análisis de la situación del alumnado con respecto a sus hábitos de estudio, por lo que la etapa siguiente del esquema de Whitehead (1989), la puesta en práctica de la solución imaginada, en el desarrollo de este estudio se subdivide en:

- Selección de la muestra
- Elaboración y validación de cuestionarios
- Recogida de datos iniciales
- Sesiones de trabajo en el aula

La recogida y análisis de datos finales forma parte de la evaluación de los resultados de las acciones emprendidas.

Para finalizar, la modificación de la práctica a la luz de los resultados queda recogida en las conclusiones del presente documento a modo de lecciones aprendidas y propuestas de mejora para posibles investigaciones futuras.

Este esquema parece bastante claro y sencillo pero sigue resultando ambiguo para la temática que nos ocupa, perteneciente al campo de las Ciencias Sociales.

La tercera y última secuencia de fases que presento, considerándola la más gráfica y representativa para una investigación educativa de esta índole, es la propuesta por McMillan y Schumacher (2005: 16) como un proceso de siete fases, no necesariamente desarrolladas en este orden, que expongo a continuación:

### **FASE 1. Selección del problema general.**

Desde el primer momento se buscó una problemática a afrontar cuyo trabajo resultara de utilidad para el centro educativo.

### **FASE 2. Revisión bibliográfica.**

Una de las dos líneas de trabajo realizadas ha sido la revisión de la bibliografía y búsqueda documental de recursos publicados disponibles al alcance del público en general, centrada en:

- la importancia de tener unos buenos hábitos de estudio y la aplicación adecuada de técnicas de estudio por parte del alumnado.
- Características de un entorno de estudio adecuado, así como las estrategias y técnicas de estudio más comunes que faciliten la adquisición y puesta en práctica de metodologías de trabajo adecuadas a cada persona.

Dicha búsqueda documental ha tenido lugar tanto previa como posteriormente a la recogida y análisis de datos.

### **FASE 3. Formulación del problema, objetivos o hipótesis específicos.**

Dadas las dificultades del alumnado a la hora de enfrentarse a sus materiales y tiempos de estudio, el Director Pedagógico del centro y yo acordamos centrar el TFM en los hábitos de estudio del alumnado de Secundaria y Bachillerato del centro (284 estudiantes). Finalmente, debido a los motivos expuestos en el apartado de la justificación, la muestra quedó reducida a una muestra de 32 estudiantes de un único nivel educativo, 3º de ESO.

La modalidad metodológica utilizada es principalmente cuantitativa, aunque se han introducido algunos aspectos cualitativos.

Esta fase se ha solapado con el diseño y puesta en práctica de las acciones de recogida y análisis de datos.

#### **FASE 4. Determinación del diseño y la metodología.**

La selección de la muestra objeto del estudio, 32 estudiantes de 3º de ESO del Colegio Mater Dei de Castellón, tanto la elaboración como la validación de los instrumentos de recogida de datos para su posterior análisis, forman parte de esta fase.

Tanto para la recogida de datos cuantitativos como para la valoración del impacto del trabajo realizado en el aula (análisis cualitativo), se han elaborado tres cuestionarios *ad hoc* (Anexos II, III y IV), que han sido validados (rúbrica de validación adjunta como anexo V) por diez profesionales del ámbito de la educación<sup>2</sup>.

Los dos primeros cuestionarios, tienen como finalidad la identificación de los hábitos de estudio de la muestra; ambos planteados mediante preguntas con respuestas cerradas para facilitar la sistematización y el tratamiento de datos, sin embargo cuentan con un espacio para que los/las alumnos/as puedan incluir aspectos que quieran compartir y no estén contemplados en el documento.

El cuestionario 1 (Anexo II) contiene respuestas poco definidas y estructuradas con la intención de obtener respuestas lo más honestas posible en cuanto a sus hábitos conscientes de estudio, reduciendo el riesgo de que marquen opciones de lo que creen se espera de ellos.

Tras este primer cuestionario, el alumnado ya se plantea, al menos una vez y durante unos minutos, diferentes cuestiones relacionadas con sus hábitos de estudio (lugar, frecuencia, estrategias y técnicas de estudio). A partir de los resultados obtenidos, se identificaron aquellas técnicas y otras posibles cuestiones relacionadas con sus hábitos de estudio más relevantes para ellos/as, y se confeccionó el cuestionario 2 (Anexo III).

Este segundo cuestionario tiene un formato y contenido más definido y estructurado en sus respuestas; con él se pretende identificar técnicas concretas de estudio así como conocer su percepción-satisfacción sobre la relación entre sus hábitos de estudio y sus resultados académicos de las dos últimas evaluaciones.

#### **FASE 5. Recogida de datos.**

Una vez pasados los dos primeros cuestionarios y contrastados los resultados de los mismos, de acuerdo con el criterio del claustro de tutores de Secundaria y de la profesora de Ciencias Sociales, se definieron los contenidos y las sesiones de trabajo en el aula.

En el aula, se ha trabajado en sus hábitos de estudio durante la implementación de la unidad didáctica de Ciencias Sociales en el periodo de *practicum* de forma transversal, y en tres sesiones de Tutoría de forma expresa. Durante estas sesiones se ha

---

<sup>2</sup> Tanto de la educación formal como de la no formal

potenciado el trabajo colaborativo entre iguales, de forma que el alumnado con más aptitudes y habilidades para el estudio pudiera enriquecer al resto con su aportaciones, así como aprender de su esfuerzo, constancia y superación.

Al final de la tercera evaluación, se ha pasado el cuestionario 3 para valorar el impacto del trabajo sobre técnicas de estudio realizado en el aula durante esta última evaluación, tanto en las sesiones de Tutoría como de Ciencias Sociales.

Antes de entregar al alumnado los cuestionarios para cumplimentarlos, se ha explicado y recordado la finalidad y la importancia de ser honestos en sus respuestas, pues sólo de esta forma el trabajo realizado a partir de sus respuestas se puede ajustar a sus necesidades y les podría resultar de mayor utilidad.

### **FASE 6. Análisis de datos y presentación de resultados.**

Los resultados y conclusiones obtenidas en el estudio sobre los hábitos de estudio de la muestra, han sido compartidos con el equipo de coordinación de Secundaria del centro y el alumnado.

Una vez finalizada la investigación se ha realizado y entregado un informe al centro para que pueda ser tenido en cuenta en el plan estratégico de innovación educativa que está desarrollando para la mejora del éxito escolar de sus estudiantes, así como compartido con las familias del alumnado encuestado.

La información obtenida se ha tratado de forma confidencial, de acuerdo con la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos.

### **FASE 7. Interpretación de resultados y conclusiones.**

Una vez finalizada la recogida de datos finales, se ha procedido a la interpretación final de los resultados obtenidos a lo largo de la investigación-acción y su comparación con los datos compartidos por el centro educativo, para poder valorar en la medida de lo posible, la consecución de los objetivos planteados.

Al haber contado únicamente con dos trimestres del presente curso escolar para la realización del estudio, las propuestas de mejora se presentan junto a las lecciones aprendidas en las conclusiones, así como en el aparatado de validación de cuestionarios.

## **4. DESARROLLO**

La parte práctica de este trabajo se ha realizado en las sesiones destinadas a Ciencias Sociales y Tutoría, bajo la supervisión del profesorado titular: María Rosario Badenes (profesora de Ciencias Sociales y tutora de 3ºB) y Joan Agut Colomer (tutor de 3ºA).

Para facilitar la comprensión de la cronología de las fases, se incorpora el cronograma de la investigación-acción (Anexo VI). Tras estas líneas se detallan con mayor detenimiento cada una de ellas.

### **4.1. FASE 1. Selección del problema general.**

La problemática a tratar mediante este trabajo no es otra que la dificultad de los/las estudiantes objeto del estudio, de organizarse y enfrentarse de forma satisfactoria a sus tiempos de estudio y exámenes posteriores.

### **4.2. FASE 2. Revisión bibliográfica.**

En cuanto a la consulta de recursos para trabajar en el aula y contribuir a la consecución de los objetivos planteados, se han consultado diversos materiales electrónicos, para facilitar el acceso a los/las alumnos/as de recursos actualizados tanto en formato como en contenido. Generalmente acusaban falta de tiempo y de acceso a recursos impresos más allá de los libros de texto.

La mayor parte de los recursos encontrados sobre hábitos, herramientas y técnicas de estudio aplicados durante las sesiones en el aula, han sido extraídos de plataformas virtuales como Goconqr o Slideshare, blogs y webs especializadas.

Se ha querido incidir en el trabajo cooperativo y colaborativo para facilitar su aprendizaje, ya que apenas se apoyan en sus iguales para consultar dudas, compartir materiales o reforzarse en el estudio.

### **4.3. FASE 3. Formulación del problema, objetivos o hipótesis específicos.**

Con la problemática identificada, el objetivo general de la investigación-acción resultó el siguiente: Contribuir a la mejora de los hábitos de estudio del alumnado participante en la investigación para optimizar el tiempo de estudio e influir positivamente en su rendimiento académico.

A partir de las entrevistas mantenidas con diferentes miembros de la comunidad educativa del centro, fue elaborado el primer cuestionario, con el fin de determinar las preocupaciones del alumnado con respecto a sus hábitos de estudio y establecer los objetivos específicos que condujeran a la consecución del objetivo general aplicado a la muestra seleccionada.

#### **4.4. FASE 4. Determinación del diseño y la metodología.**

##### **4.4. A. Selección de la muestra**

Esta fase que debía haber finalizado en enero se ha prolongado hasta el mes de junio a causa de las dos redefiniciones del tamaño de la muestra ocurridas en febrero y marzo, y la tardía respuesta en las autorizaciones para la participación de la muestra en la investigación, que no se pudo dar por finalizada hasta la cumplimentación del último cuestionario, en junio. Estas sucesivas modificaciones han alterado el ritmo de trabajo del resto de las fases y el análisis de datos, en continua revisión y adaptación al número de miembros de la muestra. Por ello, aunque la muestra final objeto del estudio del presente TFM corresponde únicamente a 32 estudiantes de 3º de ESO, los dos grupos completos de 3º de ESO han participado en todo el proceso del estudio.

##### **4.4. B. Elaboración y valoración de cuestionarios**

La naturaleza del objetivo general, hace necesaria la utilización de instrumentos de análisis tanto cuantitativo como cualitativo, para poder valorar su consecución. En la tabla de la figura 3 se muestra la relación directa entre los instrumentos de análisis elaborados y los objetivos específicos planteados.

Como se ha comentado anteriormente, los cuestionarios han sido compartidos con un grupo de diez personas que responden a diversos perfiles profesionales dentro del ámbito de la educación:

- Tres miembros del Equipo Pedagógico del Colegio Mater Dei (Orientadora Pedagógica y dos Profesores de Secundaria).
- Dos Coordinadoras de Actividades de Ocio y Tiempo Libre y Educadora en Escultismo (Movimiento Juvenil de educación no formal en el ocio y tiempo libre), una de ellas Graduada en Magisterio de Primaria.
- Cuatro Profesores de Secundaria.
- Una profesora y Coordinadora de Grado de Enfermería CEU UCH de Castellón.

OBJETIVO ESPECÍFICO	INDICADORES OBJETIVAMENTE VERIFICABLES	FUENTE DE VERIFICACIÓN
O.E.1. Construir un modelo de análisis de hábitos de estudio para facilitar su estudio en centros educativos y poder mejorar los hábitos de estudio del alumnado.	Todos los cuestionarios han sido validados y aceptados para su utilización.	Cuestionarios 1, 2 y 3.
O.E.2. Conocer las herramientas básicas que facilitan la aplicación de unas adecuadas técnicas de estudio.	El 100% de la muestra ha trabajado las herramientas en el aula.	Materiales elaborados por el alumnado (se adjuntan mapas conceptuales y mentales como ejemplo). Cuestionario 3.
O.E.3. Conocer los hábitos de estudio de la muestra objeto de la investigación.	El 100% de la muestra ha cumplimentado el cuestionario número 2.	Cuestionario 2.
O.E.4. Proporcionar herramientas al alumnado participante para poder mejorar sus hábitos de estudio.	El 100% de la muestra ha trabajado las herramientas en el aula.	Materiales elaborados por el alumnado (se adjuntan mapas conceptuales y mentales como ejemplo).

Figura 3. Elaboración propia.

La siguiente tabla congrega la valoración global de los mismos. En ella se observa que en general los cuestionarios han sido considerados como adecuados, tanto en formato como en contenido.

Valoración global de los cuestionarios	Muy Adecuado	Adecuado	Poco Adecuado	Nada Adecuado
<b>Adecuación al objeto del estudio</b>	40%	53%	7%	0%
<b>Vocabulario utilizado</b>	80%	20%	0%	0%
<b>Claridad en las cuestiones planteadas</b>	60%	33%	7%	0%
<b>Pertinencia de las cuestiones planteadas</b>	40%	60%	0%	0%
<b>Utilidad del cuestionario</b>	47%	40%	13%	0%
<b>Extensión del cuestionario</b>	60%	33%	7%	0%
<b>Formato utilizado</b>	53%	47%	0%	0%

Figura 4. Elaboración propia.

Las observaciones planteadas por el grupo de personas consultadas no han podido ser tenidas en cuenta en los cuestionarios utilizados para desarrollar el presente estudio por las limitaciones de tiempo, existentes derivadas de los plazos de trabajo en el centro así como la velocidad de respuesta, sin embargo, se muestran a continuación y, posteriormente se proponen, como mejoras a incluir en posibles investigaciones futuras.

Las observaciones realizadas para el primer cuestionario son las siguientes:

- Inclusión de un espacio para poner la fecha, como en los demás cuestionarios.
- Incluir un ítem para la valoración de la motivación para el estudio de cada estudiante.
- Siendo un cuestionario para una primera toma de contacto no es necesario poner tantas opciones; bastaría con respuestas generales que pueden ampliarse en el siguiente cuestionario.
- Es positivo ofrecer la oportunidad de añadir una respuesta si no está entre las opciones y al ser de cuestiones cerradas es menos pesado.

En el segundo cuestionario:

- Sería de utilidad incluir un ítem para conocer el tiempo de dedicación al estudio, no sólo la frecuencia.
- En las cuestiones de cómo estudias y dónde estudias comparten respuestas.
- Faltaría valorar las distracciones reales que les perjudican en el estudio.
- Al poder marcar uno o más ítems no se puede tener claro dónde está el fallo en el estudio.

Para el tercer y último cuestionario:

- Faltaría alguna pregunta relativa al rendimiento académico e indicar, en la primera cuestión, qué han aprendido.
- Faltaría que el alumnado pudiera especificar qué actividades o herramientas le han ayudado.
- Faltaría poder comprobar si los resultados académicos han cambiado.
- Aunque es más costoso era necesario hacer preguntas abiertas.

Existe una observación común a todos los cuestionarios, el formato utilizado podría mejorarse y cambiarse por uno de soporte digital.

Paso a comentar las aportaciones realizadas, tanto las que considero oportuno tener en cuenta en futuros estudios, con el fin de mejorar la calidad y eficiencia el mismo, como las que no:

- **Modificación del formato.**

Sustituir la utilización de copias impresas por cuestionarios en formato digital para favorecer la sostenibilidad del medio ambiente, así como potenciar la competencia digital de todas las personas participantes en el estudio y adaptarse así a los recursos tecnológicos y digitales actuales. Por ello, propongo la utilización de la



aplicación gratuita Open Data Kit (ODK)<sup>3</sup>, diseñada por Google que permite tanto la elaboración de formularios de recogida de datos, como la propia recogida de datos a través de dispositivos móviles, y el agregado de los datos recogidos en el servidor para su posterior tratamiento, y exportación a a diferentes formato útiles, excel entre otros.

- Inclusión de un **espacio para poner la fecha**.

La fecha ofrece una información útil para conocer la cronología y el momento de cumplimentación de cada cuestionario y evita tener que ponerlo a posteriori en cada uno. Se incluyó en los cuestionarios 2 y 3.

- Incluir un ítem para la **valoración de la motivación** para el estudio de cada estudiante.

Al exponer la idea del presente estudio en las aulas, la inmensa mayoría decía estudiar para aprobar exámenes o por exigencia de sus progenitores; por no extender más el cuestionario opté por no incluir ningún ítem al respecto.

No obstante, considero que puede aportar información muy interesante para poder trabajar con la comunidad educativa, tanto en la escuela de padres y madres como en el aula con el alumnado y en formación continua del profesorado, y tratar de potenciar una motivación individual y personal de superación y mejora, y tratar de alejarse de la motivación que a menudo se transmite de cumplir el trámite de un examen o un curso para obtener una titulación, es decir, trabajar en la comunidad educativa la importancia y el beneficio de orientar el trabajo y el estudio al desarrollo de competencias, habilidades y capacidades.

- Siendo un cuestionario para una primera toma de contacto no es necesario poner tantas opciones; bastaría con respuestas generales que pueden ampliarse en el siguiente cuestionario.

Me pareció apropiado incluir desde el principio las opciones que ellos mismos habían planteado, para poder ajustar el siguiente cuestionario a la realidad actual del alumnado y poder identificar con el mayor detalle posible sus hábitos de estudio. Inicialmente se trataba de una muestra de casi 300 estudiantes entre 11 y los 18 años de edad, una franja de edades muy extensa que podría haber requerido, por diferencias en las respuestas fruto de la psicología evolutiva, un planteamiento de cuestiones diferente para ciertos niveles.

- Sería de utilidad incluir un ítem para conocer el **tiempo de dedicación al estudio**, no sólo la frecuencia.

Aportaría más razones para trabajar este aspecto en las sesiones del aula y podría facilitar a cada participante reflexionar de forma expresa sobre ello y plantearse cómo influiría en su día a día dedicarle más o menos tiempo o distribuir los tiempos de estudio de otra forma más efectiva. La gestión del tiempo se ha trabajado de forma integrada en las condiciones del entorno de estudio, pero tiene importancia suficiente para tratarlo aparte y por tanto, incluyendo un ítem al respecto en los tres cuestionarios.

---

<sup>3</sup> <https://opendatakit.org/>

- En las cuestiones de “cómo estudias” y “dónde estudias” comparten respuestas. Se han incluido intencionadamente para poder compararlas y valorar la sinceridad de respuesta.
- Faltaría valorar las **distracciones reales que les perjudican en el estudio**. Incluir alguna cuestión, además de la del teléfono móvil, puede aportar información relevante para trabajar a lo largo del curso escolar y poder hacer una comparativa entre las primeras semanas y las últimas de curso.
- Al poder marcar uno o más ítems no se puede tener claro dónde está el fallo en el estudio.
- Es un cuestionario que recoge diferentes aspectos al mismo tiempo, lo que imposibilita priorizar qué aspectos dificultan en mayor o menor medida sus hábitos de estudio. Aunque el planteamiento desde el principio ha sido tratar de adecuar todo lo posible el contenido al alumnado objeto del estudio, se ha trabajado de forma global, por grupos de clase; planteando cuestiones cerradas más limitadas se podría correr el riesgo de contar con un cuestionario demasiado extenso. En este caso no se ha considerado pero se propone tener este aspecto en cuenta al inicio de futuros estudios.
- Faltaría alguna **pregunta relativa al rendimiento académico** e indicar, en la primera cuestión, **qué han aprendido**.

El centro ha compartido las estadísticas de rendimiento académico del alumnado, por lo que decidí no incluir una cuestión al respecto; en su lugar, me pareció interesante conocer el grado de satisfacción con sus resultados y la relación de ésta con el esfuerzo dedicado; en primer lugar, porque el proceso de enseñanza-aprendizaje debe ser consciente si esperamos que la juventud sea crítica y autónoma, y es necesario aprender a reconocer sentimientos y emociones para ello. En segundo lugar, la percepción que cada persona tiene sobre este aspecto puede mostrar el nivel de autoestima y el autoconcepto, difíciles de valorar de forma expresa en grupos poco cohesionados (como ha sido el caso, los de 3º de ESO son los grupos más conflictivos del centro).

Con respecto a qué han aprendido, se ha incluido una pregunta por cada aspecto trabajado en el aula para poder valorar si han aprendido un mínimo de las cuestiones trabajadas en clase. Las preguntas 1 y 2, con respuestas cerradas, se complementan con la 4, con una de las dos opciones de respuesta abierta, para que puedan incluir aquello que han aplicado y no aplicaban antes de trabajar sobre sus hábitos de estudio en las tutorías; si lo han aprendido y no lo han aplicado, habría que continuar trabajando en ello y no aportaría grandes diferencias a la utilidad del trabajo realizado.

- Faltaría que el alumnado pudiera **especificar qué actividades o herramientas le han ayudado**. Esta pregunta podría servir también para comparar con las respuestas de las cuestiones principales y valorar el grado de interiorización, de adquisición y asimilación del trabajo realizado, así como para valorar la metodología docente.
- Faltaría poder **comprobar si los resultados académicos han cambiado**.

Es posible hacerlo a través de las estadísticas del centro sobre rendimiento académico; en caso de no tener acceso a esta información, es un ítem a tener en cuenta e incluir en el cuestionario.

- Aunque es más costoso era necesario hacer **preguntas abiertas**.

La inclusión de preguntas abiertas permite conocer el impacto, la incidencia del trabajo realizado, aportando información cualitativa de gran utilidad, pese a la complejidad de su análisis.

#### 4.5. FASE 5. Recogida de datos.

##### 4.5. A. Recogida y análisis de datos iniciales

Esta fase se ha visto reducida en el tiempo por la disminución del tamaño de la muestra.

Como se explica en el apartado de metodología, para el estudio realizado la muestra ha cumplimentado tres cuestionarios, en tres momentos diferentes del curso; los dos primeros definieron los contenidos de trabajo en el aula de la fase siguiente.

- Para comenzar, durante la primera mitad del segundo trimestre de clase, se administró un pre-test (cuestionario 1) para conocer sus hábitos conscientes de estudio antes de la aplicación de las técnicas y conformar el segundo cuestionario adecuado a sus necesidades.
- Seguidamente, se pasó un test (cuestionario 2) para identificar técnicas concretas de estudio y conocer su percepción-satisfacción sobre la relación entre sus hábitos de estudio y sus resultados académicos al finalizar la segunda evaluación trimestral.

A continuación se exponen las conclusiones extraídas de las respuestas proporcionadas mediante la cumplimentación del primer cuestionario (consistente en 6 preguntas) que fundamentan el contenido del segundo cuestionario (compuesto por 12 preguntas), así como la relación argumentada entre los cuestionarios 1 y 2.

En los Anexos VII y VIII se disponen las tablas y gráficas con las respuestas del alumnado a los cuestionarios 1 y 2 respectivamente.

Según los resultados del cuestionario 1 respondido por la muestra consultada de 32 estudiantes de Secundaria del Colegio Mater Dei de Castellón, se observa que sólo unos pocos (7%) estudian con algún tipo de **música de fondo** y nadie con la televisión de fondo. Sólo un 7% dice contar con **ventanas** en su lugar de estudio, y por tanto con luz natural.

En cuanto a **métodos de estudio**, un 62% utiliza técnicas de estudio de comprensión, mientras que un 24% aplica técnicas memorísticas. Un 7% reconoce utilizar otros métodos pero no los especifica.

El 14% estudia **sentado** en el suelo, el sofá o la cama; un 30% estudia en casa o en casa de sus abuelos, y un 27% en el **escritorio de su habitación**. De lo que se deduce que tienen un espacio de estudio permanente. Un 10% recurre a espacios colectivos de estudio como academias o bibliotecas.

El 63% suele estudiar **en solitario**, aunque algunos recurren al apoyo de compañeros/as de clase (6%), familiares directos (8% padres/madres y 2% hermanos/as) o profesores particulares (11%).

En general, tienen poca **rutina de estudio**; la mayoría estudia unos días antes del examen (36%); únicamente un 43% dice hacerlo a diario o semanalmente. Solamente un 8% suele hacerlo en vacaciones, del cual es llamativo el 5% que sólo lo hace si no se va de viaje. Un 13% dice aprovechar otros momentos pero no los especifica.

Es destacable el número de alumnos/as que, **mientras estudia**, pone medios expresos por su parte para reducir las distracciones derivadas del **teléfono móvil** (53%): dejándolo apagado (8%), en silencio (22%), en modo vibración (6%), en otra habitación (17%) o con otros medios sin concretar (15%).

Por lo que respecta a la formulación de los cuestionarios, se han planteado las siguientes adaptaciones.

En cuanto a la manera de estudiar, en el primer cuestionario se ofrecen en una misma pregunta y de forma combinada opciones tanto de las condiciones del entorno de estudio como de la metodología utilizada; en el cuestionario 2 ya se plantean a través de preguntas independientes: En cuanto a las condiciones del entorno de estudio, además de la pregunta inicial que incluye alternativas aportadas por alguno/as de los/las estudiantes como diferentes tipos de música, así como las opciones de sentado o en movimiento, se ha añadido la pregunta cuatro sobre otras características de su lugar de estudio que propician un adecuado ambiente de concentración y estudio. Todo ello se complementa con la pregunta número dos sobre las técnicas de su método de estudio, cuyas aportaciones se centran en técnicas memorísticas, la elaboración de resúmenes y la explicación de los contenidos a estudiar.

El lugar de estudio presenta ligeras variaciones entre ambos cuestionarios, principalmente en estructuración y la generalidad de la respuesta “al aire libre” (por la diversidad de las respuestas “otros”); la alternativa de “en movimiento” se ha incluido con el fin de contrastar las respuestas de la pregunta uno. Las opciones de luz natural o artificial se han incluido en el segundo cuestionario.

La mayoría de estudiantes afirma estudiar sin compañía, (idea que queda reforzada con el escaso apoyo en sus compañeros/as de clase a lo largo del curso escolar); se mantiene la formulación de la pregunta, siendo complementada con la número seis y la siete, que interrogan sobre la ayuda que perciben del profesorado y la información que conocen con antelación sobre la prueba de evaluación que deben superar.

Esta información puede ayudar a definir la estrategia de estudio, ya que según la información disponible sobre la forma de evaluación de las asignaturas así como el tiempo de estudio disponible determinan en la mayoría de los casos las técnicas de estudio aplicadas.

Dado que el 10% reconoció sin concretar estudiar fuera de las opciones planteadas, se ha añadido una opción que puede indicar una inadecuada o nula planificación en el estudio, estudiar el día de antes de los exámenes. Puesto que la mayoría centra sus respuestas y estudio en la superación de exámenes, las respuestas planteadas se

centran en esta única motivación de estudio. En el espacio de comentarios u observaciones pueden realizar las aportaciones que consideren oportunas.

Se mantiene la pregunta sobre el móvil, por considerarse una distracción más que potencial fuera del centro ya que tienen restringida su utilización durante la jornada escolar, que finaliza a las 17 horas) y se añade la opción del wifi apagado, que les mantiene sin acceso a las notificaciones de redes sociales o conversaciones que difieran de las convencionales llamadas de teléfono.

La satisfacción en cuanto al esfuerzo invertido durante el trimestre y los resultados académicos obtenidos, se introduce en el cuestionario 2 para poder compararlo con las respuestas del tercer y último test, y valorar posibles mejoras al respecto una vez se haya trabajado con el alumnado sobre sus hábitos de estudio en las sesiones de tutoría. Igual ocurre con su percepción sobre la posibilidad de mejorar sus resultados académicos.

Estos resultados fueron compartidos con los tutores de la muestra para apoyar la propuesta de trabajo en el aula de las semanas posteriores y definir el número de sesiones disponibles para ello.

Además, durante el *practicum* se observó una importante falta de autonomía generalizada a la hora de estudiar, realizar actividades en clase o redactar cualquier tipo de escrito.

A diario realizaban consultas poco apropiadas para su edad; desde qué color de bolígrafo podían utilizar, hasta si continuar en la página del dossier de clase que tenían a medias o en una nueva, dónde encontrar la información necesaria para resolver las actividades planteadas. Ha habido varios alumnos con dificultades de acceso al aula virtual desde el inicio del curso y, no sólo el centro no ha tenido constancia de ello hasta que les pregunté si habían accedido a los recursos que les compartí en ella, si no que no se les ha ocurrido pedir a un/a compañero /a que les copiara los documentos y los enlaces en un pen drive. Al tratar de resolver estas consultas de forma grupal a partir de cuestiones que les provocaran reflexión y planteamiento de alternativas, el propio grupo clase respondía y resolvía de forma natural las dudas.

Igual ocurría cuando me trasladaban su preocupación por no tener tiempo para estudiar: “no les entra la información y necesitan mucho tiempo para aprendérselo todo”. No saben cómo adaptar las técnicas de estudio a cada asignatura, tratan de memorizar todo lo posible para cada examen con independencia del contenido (literatura, francés, problemas de matemáticas o utilización de fórmulas en economía); son pocos los casos en que son capaces de deducir procedimientos y conclusiones a partir de las ideas principales, no contextualizan sus respuestas de examen o de una actividad planteada en clase y dicen lo primero que leen o recuerdan de la asignatura.

Según los resultados del cuestionario 2, se observa que una cantidad significativa reconoce estudiar **en silencio** (32%) y sólo unos pocos (16%) con algún tipo de **música o televisión de fondo**; en relación a este último dato, cabe destacar el reducido porcentaje de estudiantes que durante su tiempo de estudio tienen de fondo la televisión (3%) comprometiendo así su capacidad de concentración en sus tareas de estudiante.

En cuanto a **métodos de estudio**, un 54% utiliza técnicas de estudio de comprensión, mientras que un 46% aplica técnicas memorísticas. A resaltar la poca representación de alumnos/as que recurre a los mapas conceptuales o chuletas (2%) como ayuda al estudio.

El 38% estudia **sentado**, más un 15% que reconoce hacerlo en el suelo, el sofá o la cama; y un 14% estudia en movimiento (del cual el 8% dice hacerlo caminado).

Un 5% recurre a espacios colectivos de estudio como academias pero nadie acude a una biblioteca. En general **estudian en casa**, aunque un 8% se instala en la sala de estar o el comedor, la mayoría lo hace en el escritorio de su habitación (29%). Sin embargo, sólo un 20% reconoce su lugar de estudio como estable y permanente en el que poder dejar sus útiles de estudio para poder continuar en otro momento.

De todos ellos, sólo el 26% advierte disponer de luz natural en su lugar habitual de estudio.

El 69% suele estudiar **en solitario**, aunque algunos recurren al apoyo de compañeros/as de clase (2%), familiares directos (11% padres/madres y 5% hermanos/as) o profesores particulares (13%).

La mayoría considera que **el profesorado les ayuda a estudiar** de forma explícita, principalmente proporcionándoles resúmenes, esquemas o mapas conceptuales (22%), pidiendo y enseñándoles a hacer resúmenes, esquemas o mapas conceptuales (19%), planteando ejemplos de preguntas de examen (13%); también hay casos en que les dicen qué subrayar en el libro (7%).

Menos de la mitad dice **no saber con antelación el tipo de examen** que tendrá (44%), pero el resto reconoce disponer de algún tipo de pista sobre el tipo de preguntas de que constará el examen.

En general, tienen poca **rutina de estudio**; la mayoría estudia unos días antes del examen (35%) o incluso el día de antes (18%); únicamente un 33% dice hacerlo a diario o semanalmente. Solamente un 9% suele hacerlo en vacaciones, es llamativo el 2% que sólo lo hace si no se va de viaje. Una minoría (5%) dice aprovechar los desplazamientos hacia/desde el Colegio.

Es destacable el número de alumnos/as que, **mientras estudia**, pone medios expresos por su parte para reducir las distracciones derivadas del **teléfono móvil** (64%): dejándolo apagado (10%), en silencio (22%), en modo vibración (12%) o en otra habitación (18%) o con el wifi apagado (2%).

En cuanto a la **satisfacción con sus resultados académicos**, menos de la mitad (42%) dice estar satisfecha con sus resultados mientras que el resto (58%) dice no estarlo; pero el 97% considera que puede mejorar sus hábitos de estudio, el 50% con ayuda y el 47% sin ayuda; el 3% restante no considera que pueda mejorar de alguna forma.

Los comentarios aportados por la muestra hacen referencia a la falta de información sobre criterios de evaluación y petición de ayuda para modificar sus estrategias de estudio, pues no les sirven.

A raíz de estas conclusiones, se elaboró una propuesta de trabajo para las sesiones de tutoría del tercer trimestre.

#### **4.5. B. Sesiones de trabajo en el aula**

El número de sesiones de trabajo en el aula se vio notablemente rebajado por la reducción del tamaño de la muestra.

La propuesta presentada al equipo docente incluyó los siguientes contenidos pensados para 8-9 sesiones:

- Condiciones de un entorno de estudio adecuado.
- Aplicación de diferentes técnicas de estudio.
  - Capacidad de síntesis.
  - Capacidad de comprensión.
  - Resumen, esquema, mapa conceptual, mapa mental.
  - Recursos complementarios.
- Preparación de exámenes.
- Técnicas de relajación.

Finalmente, por circunstancias derivadas del día a día del centro los tutores decidieron destinar un máximo de 3 sesiones de Tutoría, y acordamos trabajar en ellas las condiciones de un entorno de estudio adecuado y la capacidad de comprensión y síntesis, así como la preparación de exámenes. La aplicación de diferentes técnicas y herramientas de estudio se trabajaron de forma transversal en las sesiones de Ciencias Sociales durante la implementación de la unidad didáctica. Las técnicas de relajación no se han trabajado de forma expresa.

El trabajo transversal sobre técnicas de estudio realizado durante las sesiones de Ciencias Sociales del periodo de prácticas, consistió en:

- La identificación de las palabras clave de la unidad didáctica 10 de su programación (Actividades del sector terciario).
  - En cada sesión se han dedicado los primeros 5 minutos a repasar las ideas principales trabajadas en la sesión anterior a partir de las palabras clave que ellos habían identificado.
  - Repaso de conceptos a través de representaciones mediante mímica y explicación de palabras tabú por parte de los/las alumnos/as.
- Elaboración de resúmenes, esquemas y/o mapas conceptuales o mentales.
  - A lo largo de la unidad didáctica, de cada subapartado trabajado en clase se les ha solicitado realizar en clase, unas veces de forma individual y otras en pareja o pequeño grupo, un resumen, mapa mental, mapa conceptual o esquema (cada vez una opción diferente), y se han puesto en común y colgado en clase para enriquecimiento de todos/as. A modo de ejemplo se adjuntan como anexo IX algunos mapas mentales y mapas conceptuales que muestran la potencialidad tanto de



sus capacidades y habilidades individuales como grupales; en una sola sesión de 55 minutos se les encomendó la tarea de trabajo en pequeños grupos naturales (con el tiempo de diálogo y organización que ello supone), se les designó qué apartado debían plasmar en su mapa y se dio de plazo hasta el final de la sesión. El resultado fue muy satisfactorio y así se trasladó al grupo, reforzando su autoestima y su capacidad de superación.

- Se les ofreció presentar de forma voluntaria los apuntes que elaboraran ellos mismos para estudiar las asignaturas de Ciencias Sociales, y así poder realizarles aportaciones personalizadas; la mayoría los presentó una vez finalizada la unidad didáctica, el día del examen, pero toda la muestra presentó documentos de elaboración propia. Quienes entregaron con anterioridad y recibieron propuestas de mejora, las aplicaron como pudo observarse posteriormente en su dossier de clase.

Se adjuntan en el Anexo X las hojas que desarrollan las tres sesiones de trabajo en horario de Tutoría, así como el trabajo transversal realizado durante las sesiones de trabajo de la unidad didáctica implementada en Geografía durante el *practicum*.

En las sesiones de trabajo ha habido una buena participación, pues se realizaban de forma participativa, cediendo el protagonismo al alumnado y reduciendo todo lo posible la participación del profesorado, centrado en acompañar y motivar la participación del alumnado desde el respeto de sí mismos/as y de sus compañeros/as. Las primeras sesiones, hasta que conocieron la metodología de trabajo resultaron más costosas pero aún así también resultaron positivas y los grupos mostraron interés.

Asimismo se refleja en la figura 5, con una tabla resumen, la relación de objetivos trabajados en las sesiones asociada a los objetivos de la investigación-acción, con sus respectivos indicadores y fuentes de verificación.



OBJETIVOS DE LAS SESIONES DE TRABAJO EN EL AULA	OBJETIVO ESPECÍFICO AL QUE SE CONTRIBUYE	INDICADORES OBJETIVAMENTE VERIFICABLES	FUENTE DE VERIFICACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer las condiciones ideales del lugar de estudio.</li> <li>• Trabajar las capacidades de comprensión y síntesis.</li> <li>• Introducir estrategias sencillas para reducir el nerviosismo y el estrés ante un examen.</li> <li>• Poner en práctica técnicas de estudio.</li> </ul>	<p><b>O.E.2.</b> Conocer las herramientas básicas que facilitan la aplicación de unas adecuadas técnicas de estudio.</p>	<p>El 100% de la muestra ha trabajado las herramientas en el aula.</p> <p>El 100% de la muestra ha respondido al cuestionario 3.</p>	<p>Observación directa.</p> <p>Materiales elaborados por el alumnado (se adjuntan mapas conceptuales y mentales como ejemplo).</p> <p>Cuestionario 3.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionar sobre las condiciones de su espacio habitual de estudio.</li> </ul>	<p><b>O.E.3.</b> Conocer los hábitos de estudio de la muestra objeto de la investigación.</p>	<p>El 100% de la muestra ha cumplimentado el cuestionario número 2.</p> <p>El 100% de la muestra participa de forma activa en la sesiones de trabajo al respecto.</p>	<p>Cuestionario 2.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensibilizar sobre el buen uso de las redes sociales.</li> <li>• Trabajar de forma cooperativa entre iguales.</li> <li>• Poner en práctica técnicas de trabajo cooperativo.</li> <li>• Trabajar las capacidades de comprensión y síntesis.</li> <li>• Introducir estrategias sencillas para reducir el nerviosismo y el estrés ante un examen.</li> <li>• Poner en práctica técnicas de estudio.</li> </ul>	<p><b>O.E.4.</b> Proporcionar herramientas al alumnado participante para poder mejorar sus hábitos de estudio.</p>	<p>El 100% de la muestra ha trabajado las herramientas y técnicas de estudio en el aula.</p> <p>El 100% de la muestra es capaz de identificar las palabras clave de un texto.</p>	<p>Observación directa.</p> <p>Materiales elaborados por el alumnado (se adjuntan mapas conceptuales y mentales como ejemplo).</p>

Figura 5. Elaboración propia.

#### 4.5. C. Recogida de datos finales

Como ha ocurrido con las fases anteriores, ésta también se ha reducido en el tiempo por la disminución del tamaño de la muestra.

Para concluir se pasó un tercer test (cuestionario 3), una vez finalizada la última evaluación trimestral, para valorar posibles mejoras en los resultados académicos y en su percepción-satisfacción hacia su forma de estudiar. En definitiva, para valorar el impacto de las sesiones de trabajo en el aula relacionado con sus hábitos de estudio. Se adjunta el Anexo XI, con los gráficos y tablas resultantes.

#### 4.6. FASE 6. Análisis de datos finales y presentación de resultados.

Del total del alumnado encuestado, el 62% considera haber aprendido y adquirido herramientas de ayuda para el estudio. Sin embargo, sólo un 48% reconoce haber modificado de alguna forma sus hábitos de estudio tras las sesiones de trabajo del tercer trimestre, la mayoría de las modificaciones han consistido en la aplicación de técnicas de estudio que anteriormente no utilizaban.

Del 92% que dice conocer las condiciones más idóneas para un entorno que favorezca el estudio, el 100% ha sido capaz de enumerar al menos cuatro de ellas, el 8% restante no.

Poco más de la mitad, 64%, considera estar satisfecho con su rendimiento en relación al esfuerzo invertido, habiendo aumentado en un 22% la satisfacción en sus resultados académicos con respecto a la evaluación anterior, como se observa en los gráficos de la figura 6.

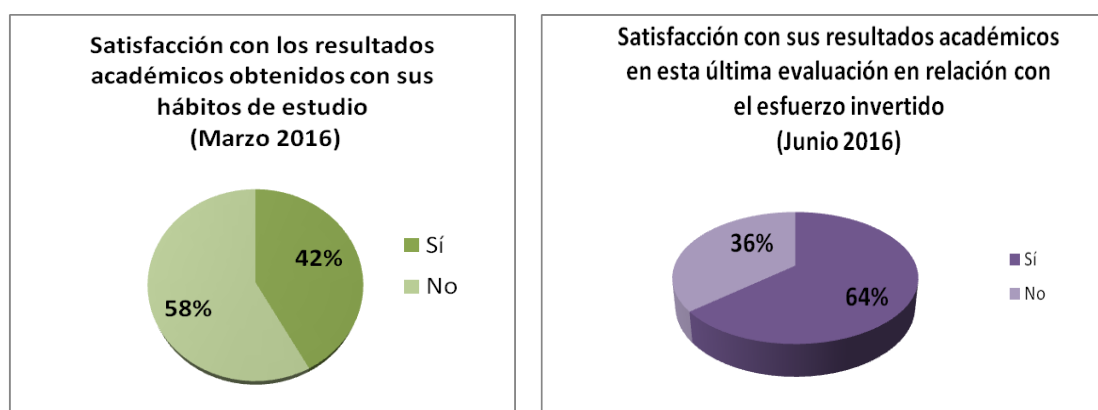


Fig.6. Comparativa entre resultados del cuestionario 2 (izquierda) y el cuestionario 3 (derecha).  
Elaboración propia.

#### 4.7. FASE 7. Interpretación de resultados y conclusiones.

Una vez finalizada la recogida de datos finales, se ha procedido a la interpretación final de los resultados obtenidos a lo largo de la investigación-acción y su comparación con los datos compartidos por el centro educativo, para poder valorar en la medida de lo posible, la consecución del objetivos planteados.

A la vista de los resultados obtenidos en los cuestionarios, ha mejorado la satisfacción del alumnado en cuanto a su rendimiento académico. En cuanto a la valoración objetiva de esta mejora, es también perceptible, aunque de forma más sutil, si observamos las estadísticas sobre el rendimiento académico del mismo grupo en este curso escolar y las comparamos con las del curso anterior, ya que existe una mejora que supera el 4%, con respecto al curso pasado.

El porcentaje de estudiantes que ha finalizado el curso con más de 4 asignaturas suspendidas ha aumentado en un 5%, sin embargo, el total de alumnos/as que ha suspendido alguna asignatura ha disminuido en un 4,04%, coincidiendo con el porcentaje de estudiantes que ha mejorado este curso aprobando todas las asignaturas como puede valorarse en la tablas mostradas a continuación.

Las figuras 7 y 8 muestran las tablas-resumen del rendimiento académico del mismo grupo a través de la comparativa entre el pasado curso escolar (2014-2015) y el actual (2015-2016).

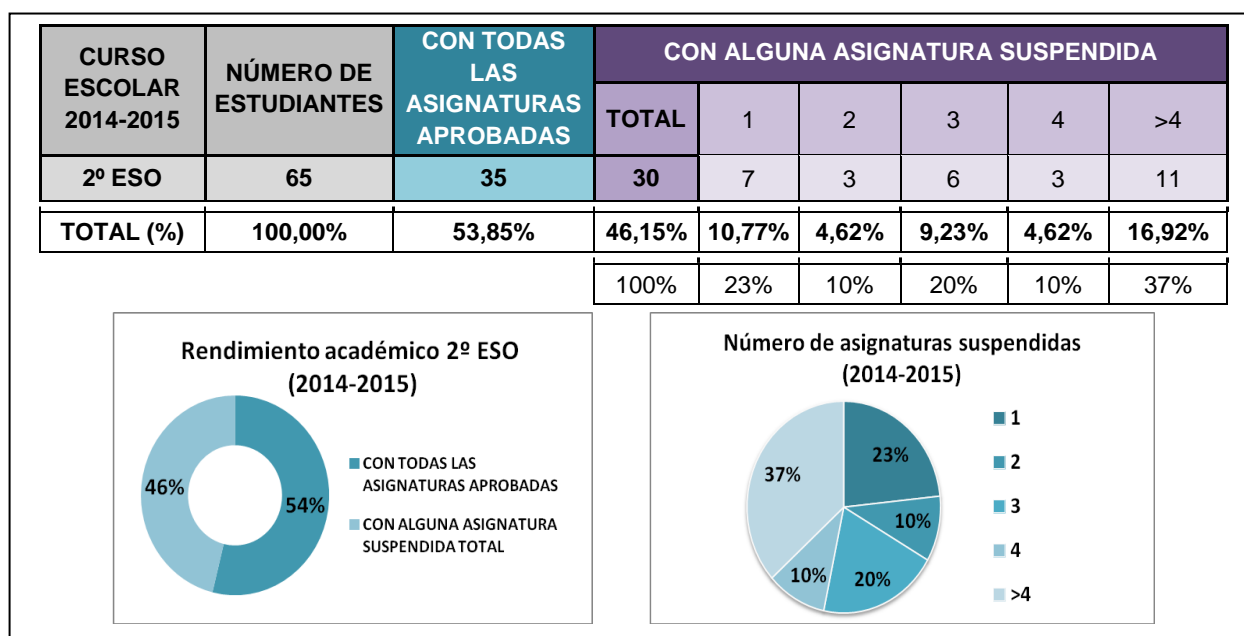


Figura 7. Estadísticas del rendimiento académico de 2ºESO del curso escolar 2014-2015. Elaboración propia a partir de los datos facilitados por el centro.

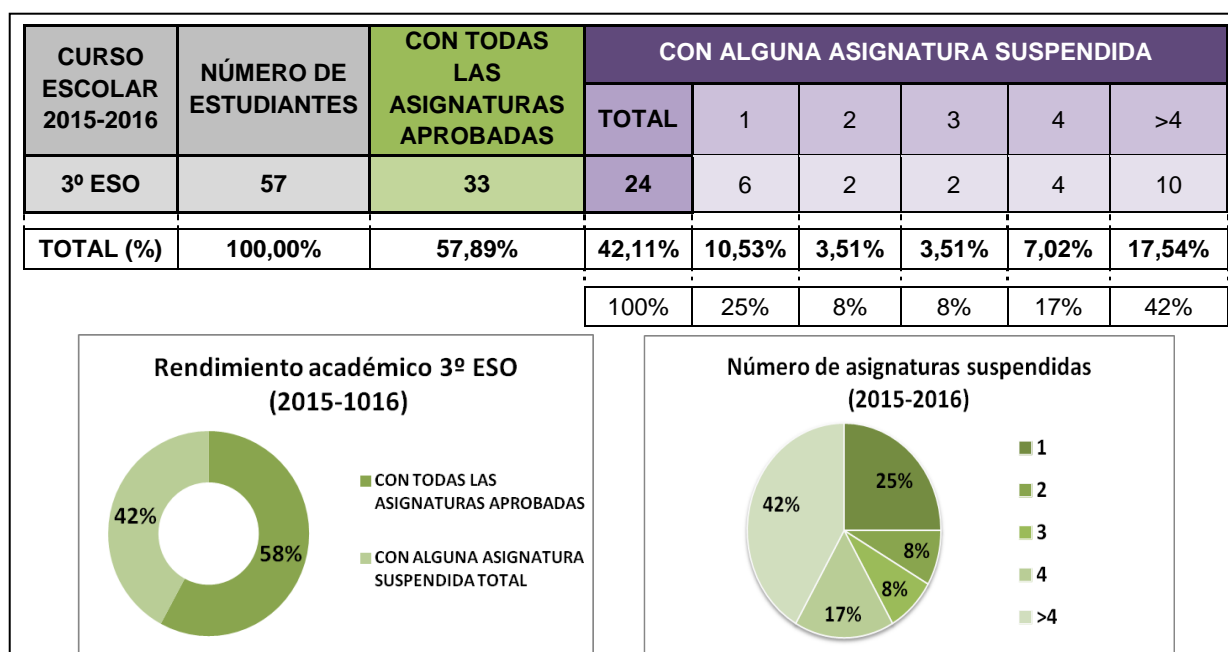


Figura 8. Estadísticas del rendimiento académico de 3ºESO del curso escolar 2015-2016 a 23 de junio de 2016. Elaboración propia a partir de los datos facilitados por el centro.

## 5. CONCLUSIONES Y VALORACIÓN PERSONAL

### 5.1. PROPUESTAS DE MEJORA

Como parte de la conclusión del TFM expongo las propuestas de mejora educativa fruto de la investigación-acción realizada.

A nivel de alumnado<sup>4</sup>.

Valorar el grado de familiarización del alumnado con la cumplimentación de escalas y otro tipo de cuestionarios para determinar o no la necesidad de elaborar nuevos instrumentos de evaluación adaptados a sus necesidades.

Valorar el grado de desarrollo de la competencia digital para introducir los instrumentos de evaluación para la recogida de datos en formato digital, así como otros elementos de trabajo durante las sesiones en el aula.

Analizar los hábitos de estudio del alumnado con buen o excelente rendimiento académico, para poder incorporar sus estrategias y experiencias a otros grupos de estudiantes con rendimiento académico mejorable.

A nivel de centro.

Revisión del PAT (Plan de Acción Tutorial) de los centros para sistematizar el trabajo de aspectos relacionados con los hábitos de estudio de la juventud actual, tales como la aplicación de técnicas de estudio, el diseño de entornos de estudio, el desarrollo de estrategias de inteligencia emocional, etc.

Incluir en la formación permanente que los centros ofrecen a los miembros de sus claustros:

- Formación básica para tutores sobre técnicas de estudio que puedan trabajar en sus Tutorías.
- Formación sobre el papel del educador como referente, modelo de persona y acompañante durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El diseño de un plan de centro o la inclusión en el PEC (Plan Educativo de Centro) del planteamiento de cómo profundizar en la mejora de los hábitos de estudio desde los diferentes componentes de la comunidad educativa.

A nivel de profesorado.

Incluir como parte de su programación la aplicación de técnicas de estudio en su materia.

Integrar en el día a día del aula actividades y sesiones participativas y de trabajo cooperativo, pues resulta más ameno y llevadero, aumentan la motivación y la capacidad de atención, y fomentan la colaboración entre iguales, reduciendo al mismo tiempo actitudes y comportamientos individualistas, tan presentes en la sociedad actual.

---

<sup>4</sup> De acuerdo a proporcionar una adecuada atención a la diversidad.

A nivel territorial.

Ofrecer formación continua al profesorado, mediante los Cefire y otras entidades y organismos de formación para educadores.

Consultar al profesorado en activo sobre la pertinencia del desarrollo de una línea de trabajo transversal en las aulas sobre hábitos y técnicas de estudio y, por lo tanto, de incrementar la oferta formativa para el profesorado a este respecto. Lo que requeriría la elaboración de un nuevo instrumento de evaluación.

## 5.2. CONCLUSIONES

Como se puede concluir a partir de las tablas y comentarios anteriores, es posible establecer que tanto el objetivo general como los objetivos específicos planteados para este Trabajo Final de Máster se han alcanzado de forma exitosa.

Tanto los resultados cuantitativos como los cualitativos apuntan a la mejora del rendimiento académico del grupo de estudiantes objeto de la investigación-acción. Así ocurre también con la percepción del profesorado, el propio alumnado y la mía propia. Sin embargo, para futuras investigaciones, se propone iniciar el trabajo en el centro desde principio de curso, tratando de involucrar a todo el profesorado y planificando sesiones de trabajo en el aula a lo largo del curso, para que puedan asimilar mejor los conocimientos y herramientas adquiridas así como las competencias desarrolladas.

La aplicación en el aula de metodologías no convencionales<sup>5</sup> ha resultado sorprendente, pues el alumnado que ha participado de esta investigación no estaba acostumbrado a ello; echa de menos “el dictado” y la guía directa de qué hacer, cómo y cuándo proceder y así lo han manifestado cada vez que han encontrado la ocasión. Sin embargo, han manifestado también su satisfacción con las actividades alternativas fuera de lo convencional, como consecuencia les resulta más llevadera la jornada de ocho horas en el Colegio, en la cual disponen de poco tiempo para desfogue entre el recreo de la mañana y la comida.

En el futuro, para obtener resultados más consolidados y duraderos se propone realizar un planteamiento de trabajo en el centro educativo que comprenda un curso escolar completo, y aparte la validación de los instrumentos de trabajo y definición de la muestra. Por lo demás, considero la metodología aplicable a otras I-A de similares características.

A pesar del poco tiempo para el desarrollo y la obtención de conclusiones de este estudio ha quedado de manifiesto la importancia del papel del educador como acompañante y referente en el día a día del alumnado. Acercarse, escuchar, preguntar por sus inquietudes y preocupaciones, plantear retos individuales y grupales de dificultad progresiva facilita el proceso de enseñanza-aprendizaje y fácilmente dejará como anécdota de antaño el *tostón mañanero* que algunos recordamos de algunos capítulos de nuestra etapa escolar; se reducirán al mínimo las comparaciones entre ciencias y letras bajo el pretexto de su dificultad porque “valgo o dejo de valer”. La satisfacción de resolver de forma autónoma los quebraderos de cabeza que la vida les ponga delante no tiene medida y les dará el impulso necesario para levantarse el día que tropiecen.

---

<sup>5</sup> Trabajadas tanto en asignaturas del tronco común (p.e. Procesos y contextos educativos), como de la especialidad (todas ellas, pues todo el profesorado hizo mucho hincapié en la aplicación práctica en las aulas de sus asignaturas)

### 5.3. VALORACIÓN PERSONAL

La realización del presente TFM ha supuesto todo un reto para mí, pues es la primera investigación-acción que realizo. Creo que, además de aportarme la experiencia de la aplicación de una metodología de investigación como tal, me ha servido para aprender a aprender; creía haber realizado investigaciones menos rigurosas con anterioridad pero he visto que distaban de serlo, en cuanto a procedimientos y metodologías y, por tanto, en validez más allá del grupo con el que hubiera trabajado.

En esta ocasión, he tenido la suerte de contar con numerosas personas que me han ayudado a avanzar en la I-A, a aprender y mejorar en cada etapa de trabajo, a ser flexible para adaptarme a los imprevistos que han ido surgiendo. He aprendido y conocido la complejidad real para validar un instrumento de evaluación, a utilizar funciones y herramientas de análisis de datos, a citar autores y bibliografía, aspecto en el que hasta la realización de este Máster nunca consideré necesario profundizar. He tenido la oportunidad de trabajar con profesionales de diferentes perfiles pero todos conectados por el ámbito de la educación, respirando la misma vocación con orígenes bien distintos y desarrollos muy dispares.

Me han desgastado durante estos meses algunas de las circunstancias que me han obligado a reformular en repetidas ocasiones el TFM, como la redefinición en dos ocasiones del tamaño de la muestra cuando ya había iniciado la recogida y el análisis de los datos iniciales de toda Secundaria y Bachillerato, y una tercera vez con la espera hasta el mes de junio para poder dar por cerrado el número de participantes autorizados en la investigación y reescribir las conclusiones para adecuarlas al grupo definitivo. Son aprendizajes de las primeras experiencias que bien servirán para futuras investigaciones propias o de quienes lean estas letras, los errores de una persona son aprendizajes, no sólo para la persona que incurre en ellos, sino para todas las personas.

Trabajar las técnicas de estudio ha resultado ser tanto para el alumnado como para el profesorado del centro y para mí misma, más que una forma de hacer unos deberes del instituto, una forma diferente de aprender a desenvolverse en la vida.

## 6. REFERENCIAS

ALONSO ALVARES, A. y M.P. FERNÁNDEZ MORO (1995): *Manual de técnicas de estudio*. Editorial Everest. León.

ARÁN JARA, M. A. y M. L. ORTEGA TRIVIÑOS, (Junio de 2012): Revista Educativa Hekademos. [En línea]. <<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4059756.pdf>> [Consulta: 13 de junio de 2016].

BLÁNDEZ ÁNGEL, J. (2000). *La investigación-acción: un reto para el profesorado. Guía práctica para grupos de trabajo, seminarios y equipos de investigación*. INDE Publicaciones. Zaragoza.

CASTRO TOSCO, B. (24 de febrero de 2016): *¿Aprender o aprobar?* [En línea]. Santa Cruz de Tenerife <<http://www.educaweb.com/noticia/2016/02/24/aprender-aprobar-9271/>> [Consulta: 25 de junio de 2016].

CENTRO PSICOLÓGICO DE TERAPIA DE CONDUCTA (5 de septiembre de 2012): *El material y el ambiente para el estudio*. Merino Nicolás. [En línea]. <<http://www.terapiadeconducta.com/?p=1897>> [Consulta: 19 de abril de 2016].

FERNÁNDEZ VIVANCO, J. (7 junio de 2012): *Cómo hacer eficaz el estudio*. [En línea]. <[http://es.slideshare.net/JennyFernandezVivanco/cmo-hacereficazelestudio?qid=c87a33e5-0944-4b73-ace5-8290e7ef4ef3&v=&b=&from\\_search=2](http://es.slideshare.net/JennyFernandezVivanco/cmo-hacereficazelestudio?qid=c87a33e5-0944-4b73-ace5-8290e7ef4ef3&v=&b=&from_search=2)> [Consulta: 9 abril 2016].

GARCÍA FIGUEROA, T. (25 de octubre de 2010): *Importancia de las técnicas de estudio como indicador para superar el fracaso escolar*. [En línea]. Jaén. <<http://www.educaweb.com/noticia/2010/01/25/importancia-tecnicas-estudio-como-indicador-superar-fracaso-escolar-4056/>> [Consulta: 29 de marzo de 2016].

GONZÁLEZ FLORES, Y. (9 de enero de 2015): *Mapas conceptuales*. [En línea]. <<http://yaniragonzalesf.blogspot.com.es/>> [Consulta: 27 marzo 2016]

GONZÁLEZ TORO, M<sup>a</sup> C. MORENO, C. PEÑA MARISCAL, A. (28 de noviembre de 2011): *Técnicas de Estudios*. [En línea]. <<http://grupopsicopedagogia.blogspot.com.es/p/importancia-de-las-tecnicas-de-estudios.html>> [Consulta: 12 abril de 2016].

SAEZ, M.J. y ELLIOT, J. (1988). La investigación en la acción en España: *un proceso que empieza*. Revista de educación nº287.

INSTITUTO PASCAL. *Técnicas de Estudio y Estrategias de Aprendizaje*. <<http://www.institutopascal.es/formacion/programa-tecnicas-de-estudio/descripcion-general/>> [Consulta: 17 abril de 2016].

Jorge L. Castillo T. (2006): *Investigación-acción. Monografías*. [En línea]. <<http://www.monografias.com/trabajos15/investigacion-accion/investigacion-accion.shtml>> [Consulta: 30 jun. 2016].

LATORRE, A. (2003). *La investigación acción. Conocer y cambiar la práctica educativa*. (Ed. GRAÓ). España.



Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, Boletín Oficial del Estado, 295 § 12886 (2013).

MARTÍ SALA, E. (1991): *Psicología Evolutiva. Teorías y ámbitos de investigación*. Anthropos, Ed. Barcelona.

MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ, V. (2009): *Diversos condicionantes del fracaso escolar en la educación secundaria*. *Revista Iberoamericana de Educación*, ISSN-E 1022-6508, Nº 51, 2009. Madrid.

MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ, V. (1997): *Los adolescentes ante el estudio: causas y consecuencias del rendimiento académico*. Fundamentos. Madrid.

MCMILLAN y SCHUMACHER (2005): *Investigación educativa. Una introducción conceptual*. Pearson Editorial. Madrid.

ROJAS, M. T. (2012): *La investigación acción y la práctica docente*. Cuaderno de educación 42.

SALAS PARRILLA, MIGUEL. (2000): *Técnicas de estudio para Secundaria y Universidad*. Alianza Editorial. Madrid.

SANTOS, D. (2015): *Aprendizaje colaborativo*. [En línea]. <[www.goconqr.com/es/p/3270311](http://www.goconqr.com/es/p/3270311)> [Consulta: 29 marzo 2016].

SANTOS, D. (2013): *Técnicas de estudio*. [En línea]. <[www.goconqr.com/es/p/3270898](http://www.goconqr.com/es/p/3270898)> [Consulta: 29 marzo 2016].

TIERNO JIMÉNEZ, B. (1999): *Mejores técnicas de estudio. Saber leer. Tomar apuntes*. Ed. Temas de Hoy, S.A. Madrid.

## 7. ANEXOS

ANEXO I	Autorización para la participación en la investigación.
ANEXO II	Cuestionario 1.
ANEXO III	Cuestionario 2.
ANEXO IV	Cuestionario 3.
ANEXO V	Rúbrica de valoración de cuestionarios para su validación.
ANEXO VI	Cronología de la investigación-acción.
ANEXO VII	Tablas y gráficos de los resultados del cuestionario 1.
ANEXO VIII	Tablas y gráficos de los resultados del cuestionario 2.
ANEXO IX	Ejemplo de mapas mentales elaborados en el aula.
ANEXO X	Hojas de sesiones de trabajo en el aula.
ANEXO XI	Tablas y gráficos de los resultados del cuestionario 3.

Castellón, 21 de marzo de 2016

Estimados amigos:

Como sabéis, el Mater Dei, entre otras actividades, cuenta con convenios de colaboración con diversas universidades como centro receptor de alumnos universitarios en prácticas del Máster en Profesor de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas.

Durante este mes de enero, hemos recibido uno de estos grupos de estudiantes procedentes de la UJI. Uno de los alumnos en prácticas, realizará el Trabajo de Final de Máster con una orientación investigadora, con los siguientes objetivos:

- Conocer los hábitos de estudio del alumnado.
- Poner en práctica diversas técnicas de estudio.
- Evaluar la mejora lograda, tras la aplicación de dichas técnicas, en cuanto a rendimiento académico, grado de satisfacción y motivación hacia el estudio.

Las etapas que comprenden la investigación son las siguientes:

- Para comenzar, se administrará un pre – test para conocer sus hábitos conscientes de estudio antes de la aplicación de las técnicas.
- A continuación, se pasará un test para identificar técnicas concretas de estudio y conocer su percepción-satisfacción sobre la relación entre sus hábitos de estudio y sus resultados académicos al finalizar la segunda evaluación trimestral.
- Durante el tercer trimestre se trabajarán las técnicas de estudio en el aula.
- En última instancia se pasará un post-test, como el segundo, tras la última evaluación trimestral, para valorar posibles mejoras en los resultados académicos y en su percepción-satisfacción hacia su forma de estudiar.

Todo este trabajo se realizará en las clases de Ciencias Sociales y Tutoría, bajo la supervisión del profesor titular de la misma, María Rosario Badenes.

La información que se obtenga será totalmente confidencial. Una vez finalizada la investigación se realizará un informe que será devuelto a los padres y madres con los resultados obtenidos. Para poder llevar a cabo este proyecto, necesitamos vuestro consentimiento como padres. Por tanto, si no tenéis ningún inconveniente, por favor, rellenad el formulario que aparece en hoja adjunta de esta carta y entregadlo al tutor de vuestro hijo.

Recibid un cordial saludo,

Vicent J. Mechó

Director pedagógico

MATER  
DEI  
CASTELLÓN

Yo, \_\_\_\_\_, con

DNI \_\_\_\_\_, padre/madre/tutor legal de \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_, autorizo que se  
administren los cuestionarios con objeto de llevar a cabo la investigación sobre hábitos  
de estudio.

Firma padre, madre, tutor legal

Castellón, a ..... de marzo de 2016

Apdo. 198  
12080 Castellón (España)  
964 39 85 28 964 39 85 52  
[info@materdei.es](mailto:info@materdei.es)  
[www.materdei.es](http://www.materdei.es)

Nombre y Apellido: \_\_\_\_\_ Curso: \_\_\_\_\_

## CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO

Marca con una X la opción u opciones que consideres adecuadas.

### 1. ¿Cómo estudias?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Con música                        | <input type="checkbox"/> Memorizando                 |
| <input type="checkbox"/> Con la televisión                 | <input type="checkbox"/> Haciendo esquemas           |
| <input type="checkbox"/> Leyendo                           | <input type="checkbox"/> Haciendo mapas conceptuales |
| <input type="checkbox"/> Subrayando lo importante          | <input type="checkbox"/> Haciendo chuletas           |
| <input type="checkbox"/> Otras maneras (especificar) _____ |  |

### 2. ¿Dónde estudias?

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> En la academia                 | <input type="checkbox"/> En la cama                        |
| <input type="checkbox"/> En la biblioteca               | <input type="checkbox"/> En la sala de estar o el comedor  |
| <input type="checkbox"/> En casa                        | <input type="checkbox"/> En el escritorio de mi habitación |
| <input type="checkbox"/> En casa de mis abuelos         | <input type="checkbox"/> En un espacio con ventanas        |
| <input type="checkbox"/> En el sofá                     | <input type="checkbox"/> En un parque                      |
| <input type="checkbox"/> En el suelo                    |  |
| <input type="checkbox"/> Otro lugar (especificar) _____ |  |

### 3. ¿Con quién estudias?

- Solo/a
- Acompañado/a
  - Por profesor/a particular
  - Padre/madre
  - Hermanos/as
  - Compañeros/as de clase
  - Otras personas (especificar) \_\_\_\_\_

### 4. ¿Cuándo empiezas a estudiar?

- Cada tarde
- Cada fin de semana
- En vacaciones
- En vacaciones si no me voy de viaje
- Unos días antes de los exámenes
- Otros (especificar) \_\_\_\_\_

### 5. Mientras estudias el móvil está:

- |                                  |   |
|----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Apagado | <input type="checkbox"/> Encendido                      |
|                                  | <input type="checkbox"/> En modo silencio               |
|                                  | <input type="checkbox"/> En modo vibración              |
|                                  | <input type="checkbox"/> En otra habitación/en un cajón |
|                                  | <input type="checkbox"/> Otros (especificar) _____      |

### 6. Comentarios u observaciones.

Nombre y Apellido: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Curso:

## CUESTIONARIO 2

Marca con una X la opción u opciones que consideres adecuadas a la realidad.

### 1. ¿Cómo estudias?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Escuchando música instrumental de fondo         | <input type="checkbox"/> Con la televisión de fondo |
| <input type="checkbox"/> Escuchando música de tu grupo favorito de fondo | <input type="checkbox"/> Con tapones                |
| <input type="checkbox"/> Escuchando música de la radio                   | <input type="checkbox"/> En silencio                |
| <input type="checkbox"/> Con los cascos para escuchar música             | <input type="checkbox"/> Sentado/a                  |
|  | <input type="checkbox"/> En movimiento              |

### 2. ¿Qué método de estudio utilizas?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Leyendo                     | <input type="checkbox"/> Haciendo chuletas                                  |
| <input type="checkbox"/> Subrayando lo importante    | <input type="checkbox"/> Copiando lo mismo varias veces                     |
| <input type="checkbox"/> Memorizando                 | <input type="checkbox"/> Respondiendo preguntas que otra persona te plantea |
| <input type="checkbox"/> Haciendo resúmenes          | <input type="checkbox"/> Repitiendo o leyendo en voz alta                   |
| <input type="checkbox"/> Haciendo esquemas           |   |
| <input type="checkbox"/> Haciendo mapas conceptuales |   |

### 3. ¿Dónde estudias?

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Al aire libre                     | <input type="checkbox"/> En casa/casa de mis abuelos       |
| <input type="checkbox"/> En una sala de estudio compartida | <input type="checkbox"/> En la sala de estar o el comedor  |
| <input type="checkbox"/> En la academia                    | <input type="checkbox"/> En el escritorio de mi habitación |
| <input type="checkbox"/> En la biblioteca                  | <input type="checkbox"/> En el sofá                        |
|  | <input type="checkbox"/> En el suelo                       |
|  | <input type="checkbox"/> En la cama                        |
|  | <input type="checkbox"/> En movimiento (caminando)         |

### 4. ¿Cómo es tu lugar de estudio? Tiene...

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Luz natural (a través de ventanas)  | <input type="checkbox"/> Es un espacio con otros usos que aprovecho para estudiar      |
| <input type="checkbox"/> Luz artificial  | <input type="checkbox"/> Insonorizado  |
| <input type="checkbox"/> Permanente (puedo dejar sobre la mesa las cosas de estudio tal cual cuando no estoy estudiando) | <input type="checkbox"/> Ruidoso (se oyen sonidos de otras habitaciones o de la calle) |
| <input type="checkbox"/> Temporal (debo recogerlo todo cada vez que me pongo a estudiar/hacer deberes)                   |  |
| <input type="checkbox"/> Compartido con otros estudiantes  |  |

### 5. ¿Con quién estudias?

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Solo/a                                  | <input type="checkbox"/> Con hermanos/as            |
| <input type="checkbox"/> Con profesores particulares/de academia | <input type="checkbox"/> Con compañeros/as de clase |
| <input type="checkbox"/> Con mi padre/madre                      |   |

**6. ¿El profesorado del Colegio te ayuda a estudiar?**

- No.
- Sí.
  - A veces nos plantea preguntas de examen para estudiar.
  - Nos da un modelo de examen.
  - Nos pide esquemas, mapas conceptuales, resúmenes o chuletas.
  - Nos dice qué subrayar en el libro.
  - Nos hace resúmenes/esquemas/mapas conceptuales para copiar.
  - Nos enseña a hacer resúmenes/ esquemas/mapas conceptuales.

**7. ¿Conoces con antelación el tipo de examen/prueba de evaluación que tendrás que hacer?**

- No.
- Sí, a veces nos dicen preguntas de examen.
- Nos dan pistas del tipo de preguntas del examen.
- Nos dan un modelo de examen.

**8. ¿Cuándo estudias?**

- Cada tarde entre semana.
- Cada fin de semana.
- En vacaciones.
- En vacaciones, si no me voy de viaje.
- Unos días antes de cada examen.
- El día de antes del examen.
- En el autobús/coche cuando voy/vuelvo del Colegio.

**9. Mientras estudias el móvil está:**

- Apagado.
- Encendido.
  - Con volumen normal.
  - En modo silencio.
  - En modo vibración.
  - En otra habitación/en un cajón.
  - Con el wifi apagado.

**10. ¿Estás satisfecho/a con los resultados académicos obtenidos con tus hábitos de estudio?**

- Sí.
- No.

**11. ¿Crees que puedes mejorar tus hábitos de estudio?**

- Sí, con ayuda.
- Sí, sin ayuda.
- No.

**12. Comentarios u observaciones.**

Curso:

Fecha: \_\_\_\_\_

### CUESTIONARIO 3

Durante esta última evaluación, hemos trabajado tanto en las clases de Geografía como en las tutorías algunas herramientas y técnicas de estudio como la identificación de las palabras clave de un texto, la síntesis de las ideas más importantes de un texto o cortometraje en 2-3 palabras o frases cortas, la realización de esquemas, resúmenes y mapas mentales y conceptuales, claves sobre cómo estudiar en solitario y con compañeros/as.

Para poder valorar si todo ello os ha resultado de ayuda y ha contribuido de alguna forma a mejorar vuestros hábitos de estudio, os pido que completéis este último cuestionario.

Marca con una X la opción u opciones que consideres adecuadas a la realidad.

Tras el trabajo realizado sobre técnicas de estudio durante esta evaluación,

**1. ¿Dirías que has aprendido y adquirido nuevas herramientas de ayuda para el estudio?**

Sí

No

**2. ¿Conoces cuáles son las condiciones más idóneas para un entorno que favorezca el estudio?**

Sí

No

**3. Enumera al menos 4 de las condiciones que favorecen un ambiente adecuado para el estudio.**

—

—

—

—

**4. Durante esta evaluación, ¿has modificado de alguna forma tus hábitos de estudio (has hecho algo que no hacías o dejado de hacer algo que sí hacías)? En caso afirmativo, por favor, explícalo brevemente.**

Sí

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

No

**5. ¿Estás más satisfecho/a con tus resultados académicos en esta evaluación en relación con el esfuerzo que has invertido?**

Sí.

No.

**6. Comentarios u observaciones.**



**VALORACIÓN DE LOS CUESTIONARIOS 1, 2 Y 3 PARA LA INVESTIGACIÓN-  
ACCIÓN SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO DE ESTUDIANTES DE 3º DE ESO**

<b>Cuestionario _____</b>	<b>Muy adecuado</b>	<b>Adecuado</b>	<b>Poco adecuado</b>	<b>Nada adecuado</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Adecuación al objeto del estudio					
Vocabulario utilizado					
Claridad en las cuestiones planteadas					
Pertinencia de las cuestiones planteadas					
Utilidad del cuestionario					
Extensión del cuestionario					
Formato utilizado					

**CRONOGRAMA DE LA INVESTIGACIÓN-ACCIÓN SOBRE**

**HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE 3º ESO DEL COLEGIO MATER DEI DE CASTELLÓN.**

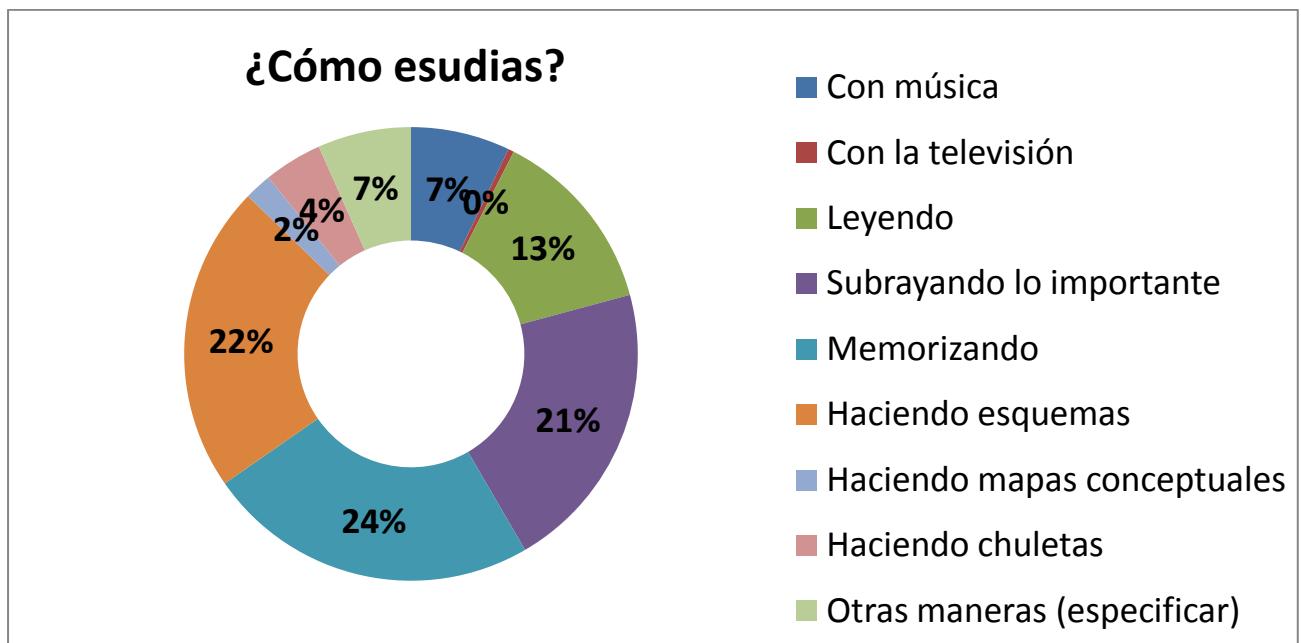
FASE	ACTIVIDAD	ENERO			FEBRERO			MARZO			ABRIL			MAYO			JUNIO			JULIO								
		11-17	18-24	25-31	01-07	08-14	15-21	22-28	29-06	07-13	14-20	21-27	28-03	04-10	11-17	18-24	25-01	02-08	09-15	16-22	23-29	30-05	06-12	13-19	20-26	27-03	04-10	
F.1.	Identificación del problema y definición del tema	*	*	*																								
F.2.	Revisión bibliográfica		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
F.3.	Formulación de objetivos		*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
F.4.	Selección de la muestra	*	*	*																								
F.4.	Elaboración y validación de cuestionarios	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
F.5.	Recogida de datos				*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
F.6.	Análisis de datos																											
F.5.	Sesiones de trabajo en el aula				*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
F.7.	Interpretación de resultados y conclusiones																											
	Monitoreo y seguimiento			*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*

Se identifica con un asterisco (\*) la temporalización prevista y con código de color la ejecutada.  
Estas variaciones son consecuencia de la redefinición del tamaño de la muestra una vez iniciado el trabajo.

GRÁFICOS Y TABLAS CORRESPONDIENTES AL CUESTIONARIO 1 CUMPLIMENTADO EN FEBRERO DE 2016 POR EL ALUMNADO DE 3º ESO DEL COLEGIO MATER DEI DE CASTELLÓN

¿Cómo estudias?								
Con música	Con la televisión	Leyendo	Subrayando lo importante	Memorizando	Haciendo esquemas	Haciendo mapas conceptuales	Haciendo chuletas	Otras maneras (especificar)
6	0	11	15	23	13	1	0	6

- Depende asignaturas
- Haciendo apuntes (a veces ) y explicando
- Copio hasta entenderlo
- No estudio
- Con música especial para estudiar
- Haciendo resúmenes (2)

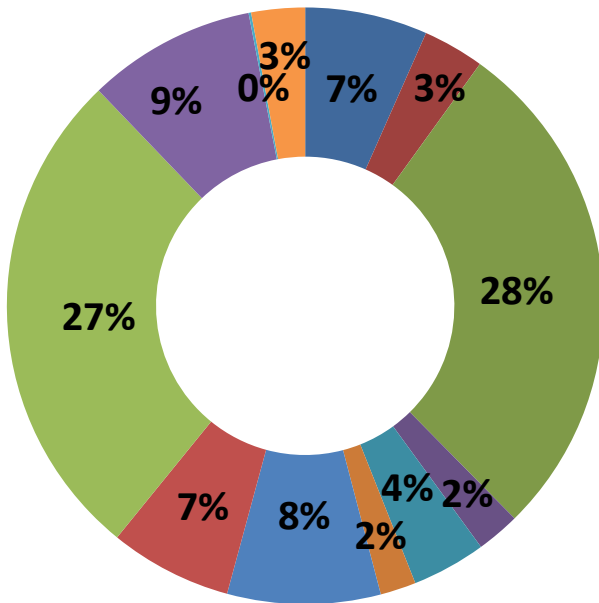


### ¿Dónde estudias?

En la academia	En la biblioteca	En casa	En casa de mis abuelos	En el sofá	En el suelo	En la cama	En la sala de estar o el comedor	En el escritorio de mi habitación	En un espacio con ventanas	En un parque	Otro lugar (especificar)
8	1	26	0	5	5	11	10	21	6	0	3

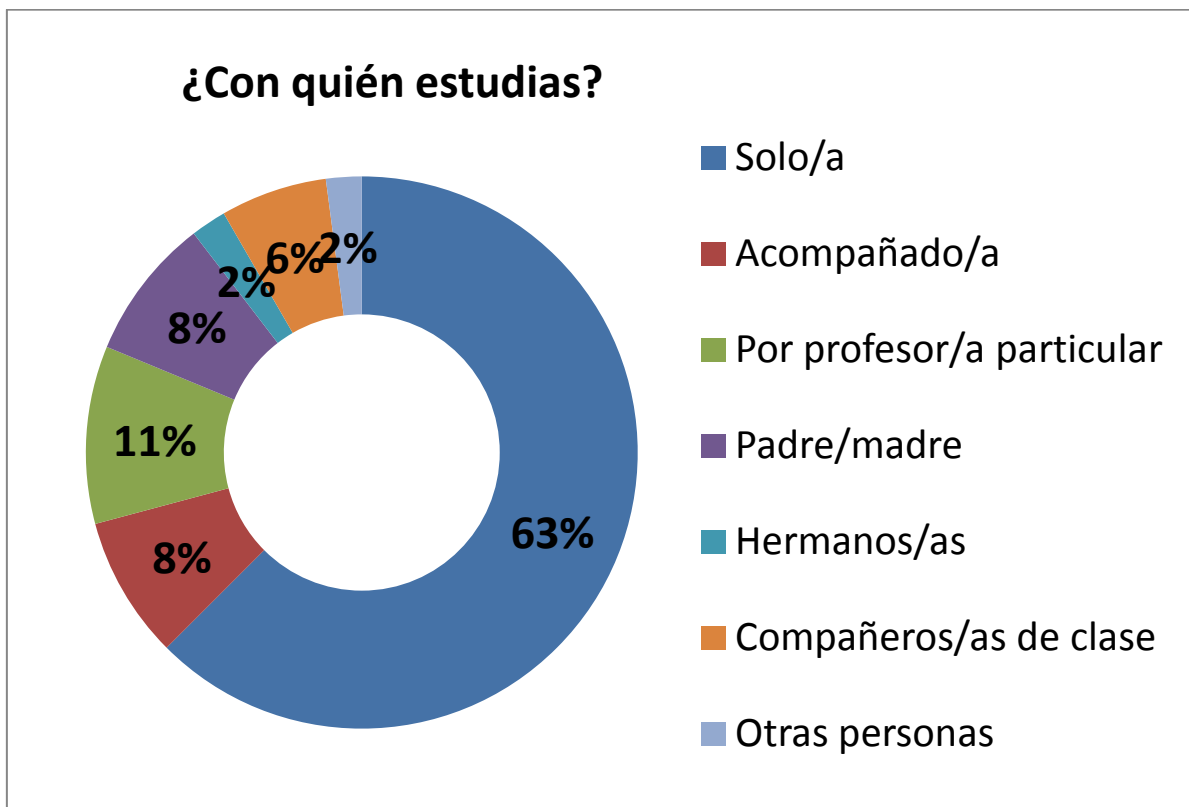
- En la playa a veces
- En una pelota (de Pilates)
- En casa de la profesora particular

### ¿Dónde estudias?

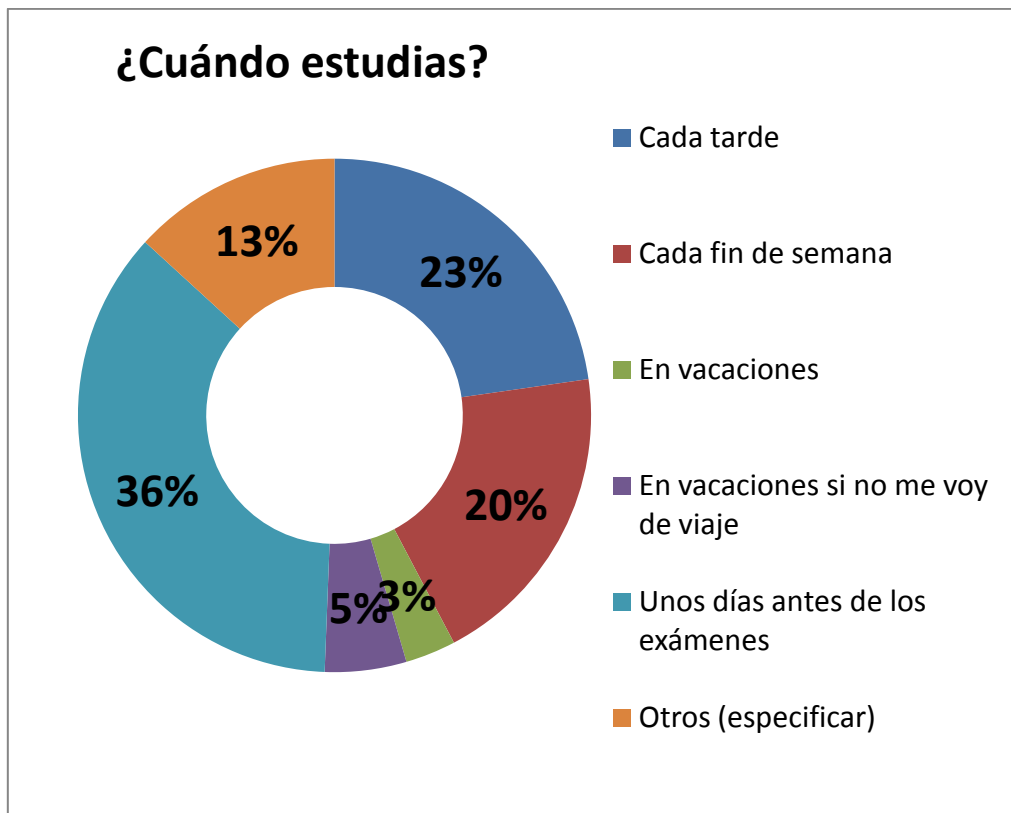


- En la academia
- En la biblioteca
- En casa
- En casa de mis abuelos
- En el sofá
- En el suelo
- En la cama
- En la sala de estar o el comedor
- En el escritorio de mi habitación
- En un espacio con ventanas
- En un parque
- Otro lugar (especificar)

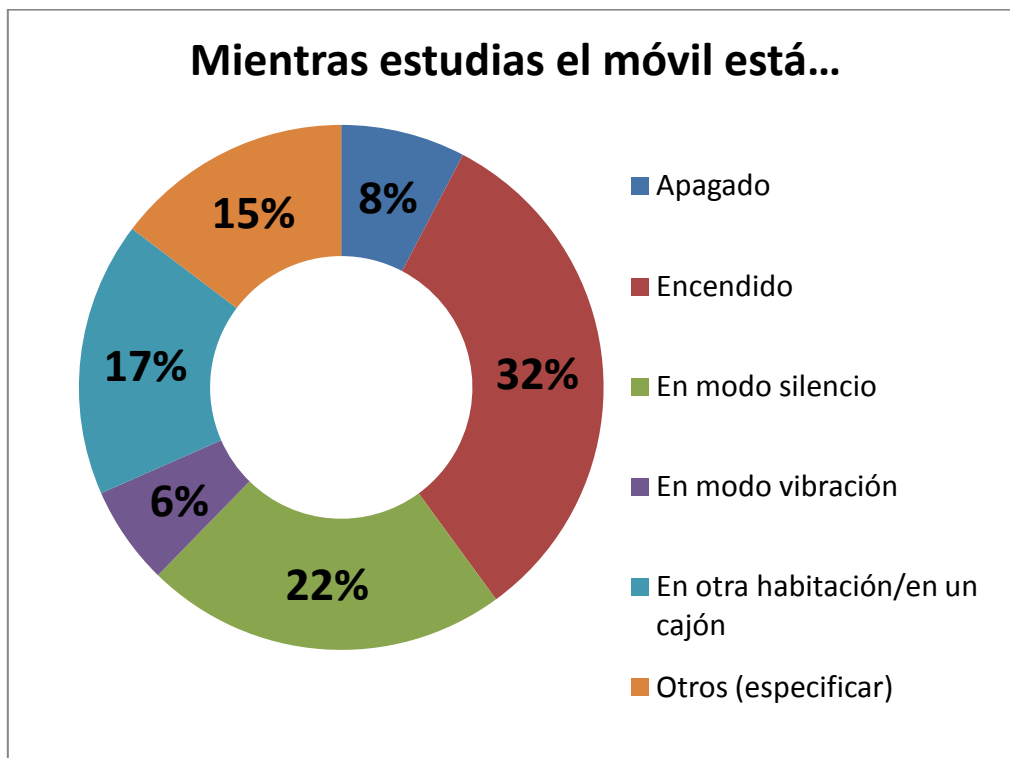
¿Con quién estudias?						
Solo/a	Acompañado/a	Por profesor/a particular	Padre/madre	Hermanos/as	Compañeros/as de clase	Otras personas
30	4	5	4	1	3	1



¿Cuándo empiezas a estudiar?					
Cada tarde	Cada fin de semana	En vacaciones	En vacaciones si no me voy de viaje	Unos días antes de los exámenes	Otros (especificar)
9	5	1	4	24	2



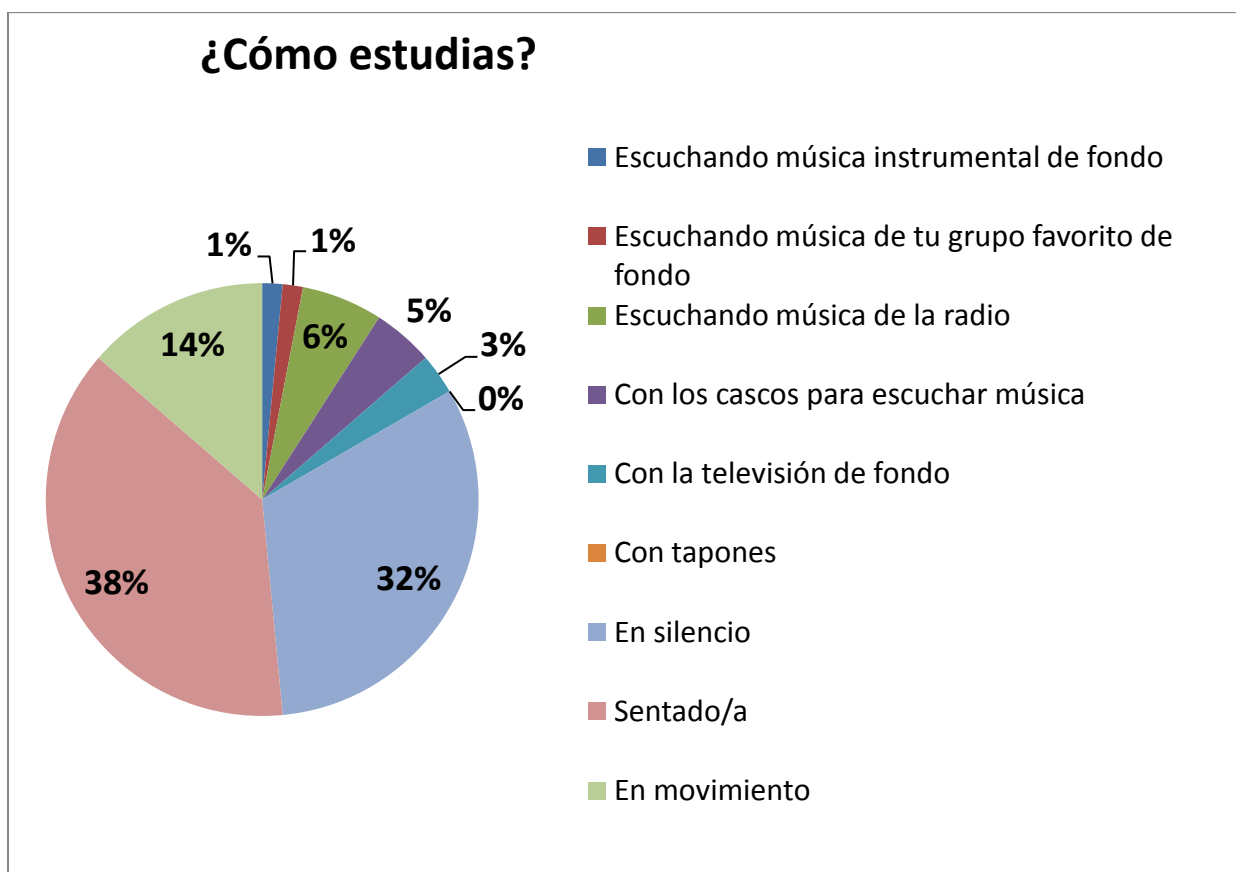
Mientras estudias el móvil está:					
Apagado	Encendido	En modo silencio	En modo vibración	En otra habitación/en un cajón	Otros (especificar)
3	21	13	5	9	6



No tengo móvil por castigo hasta junio

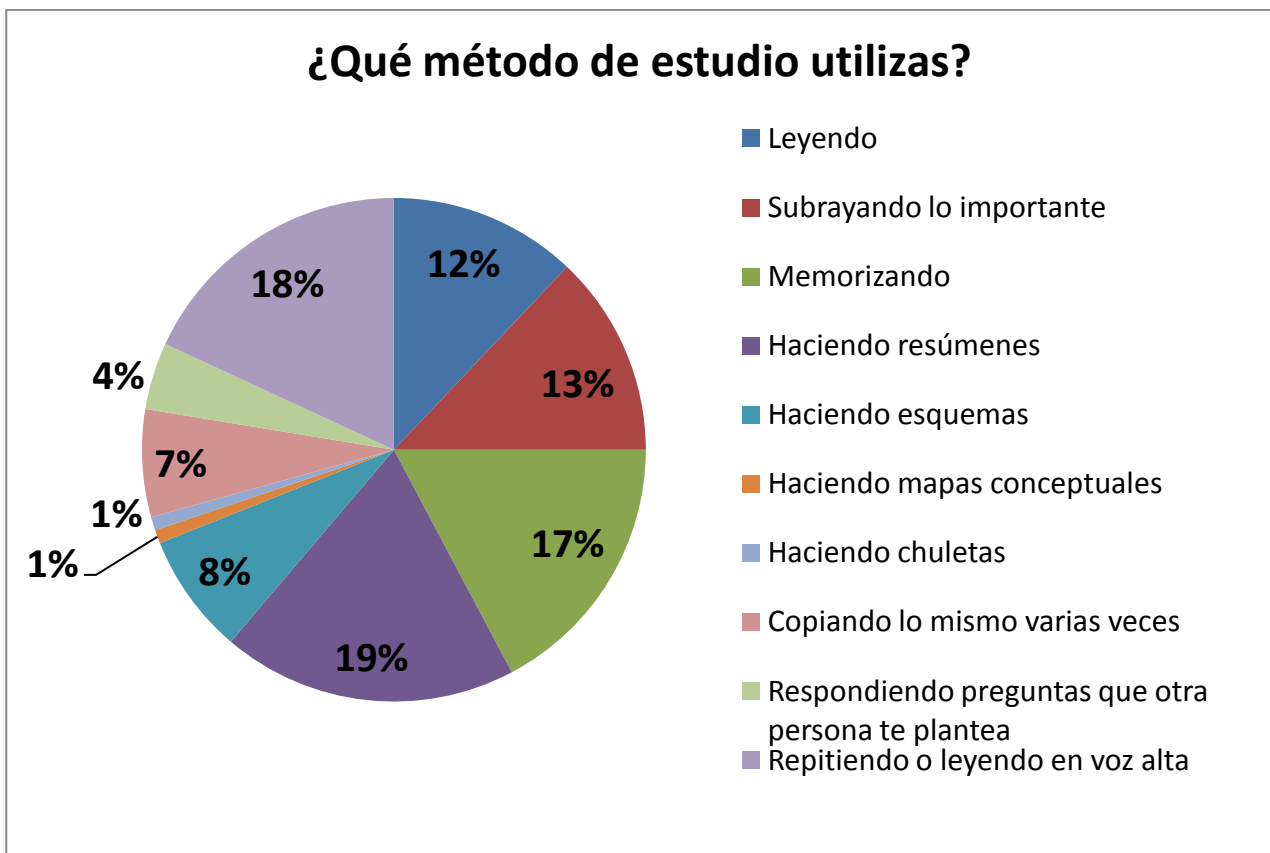
**GRÁFICOS Y TABLAS CORRESPONDIENTES AL CUESTIONARIO 2 CUMPLIMENTADO EN MARZO DE 2016 POR EL ALUMNADO DE 3º ESO DEL COLEGIO MATER DEI DE CASTELLÓN**

<b>¿Cómo estudias?</b>								
Escuchando música instrumental de fondo	Escuchando música de tu grupo favorito de fondo	Escuchando música de la radio	Con los cascos para escuchar música	Con la televisión de fondo	Con tapones	En silencio	Sentado/a	En movimiento
1	1	4	3	2	0	21	25	9

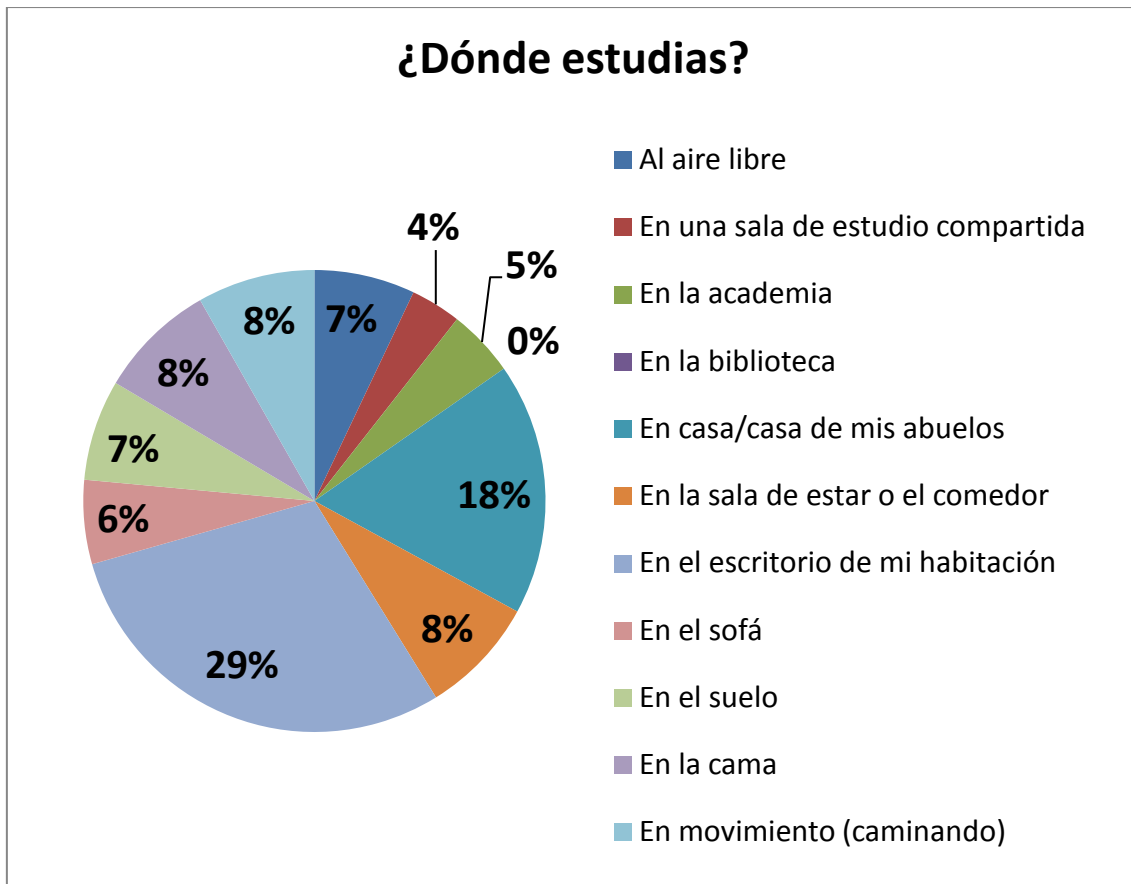




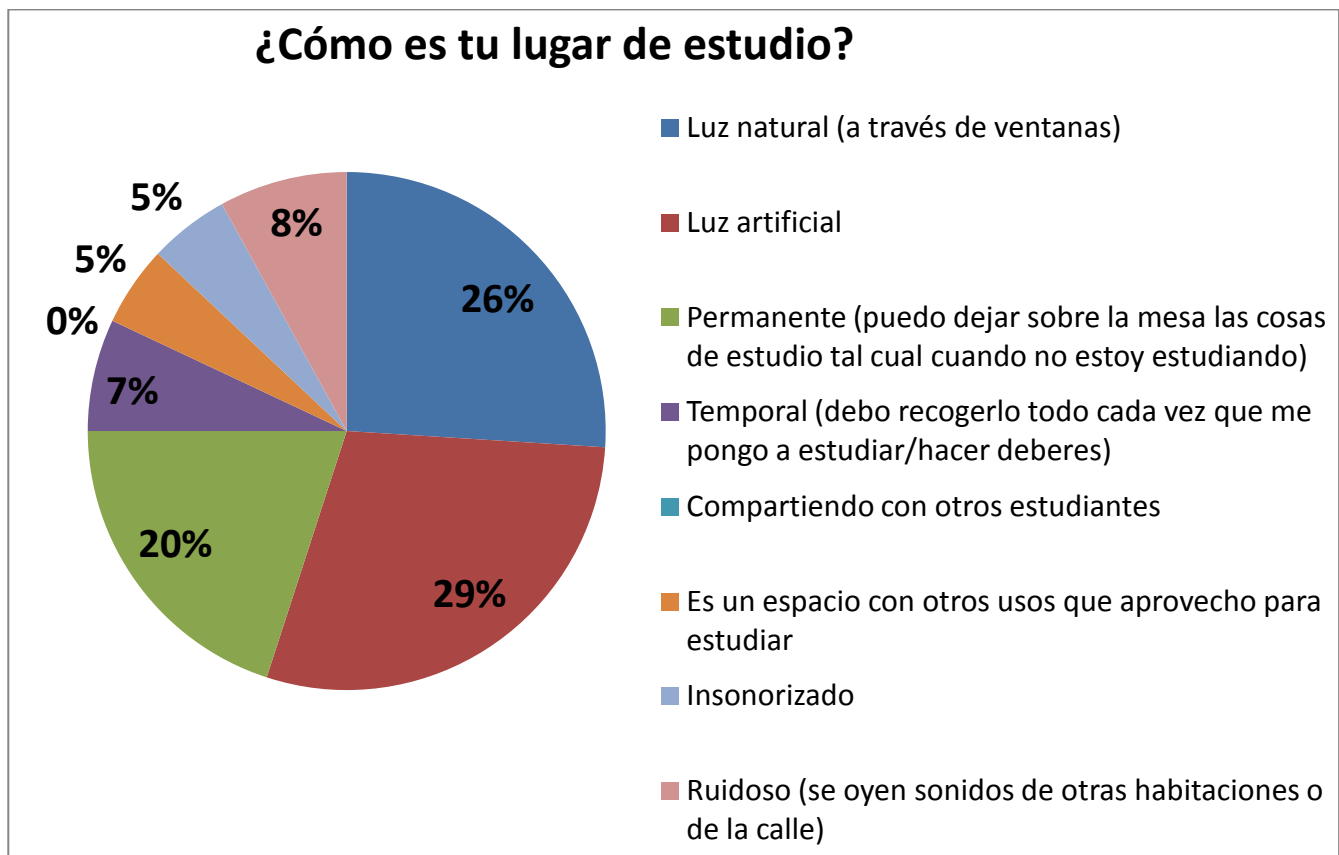
¿Qué método de estudio utilizas?									
Leyendo	Subrayando lo importante	Memorizando	Haciendo resúmenes	Haciendo esquemas	Haciendo mapas conceptuales	Haciendo chuletas	Copiando lo mismo varias veces	Respondiendo preguntas que otra persona te plantea	Repitiendo o leyendo en voz alta
14	15	20	22	9	1	1	8	5	21



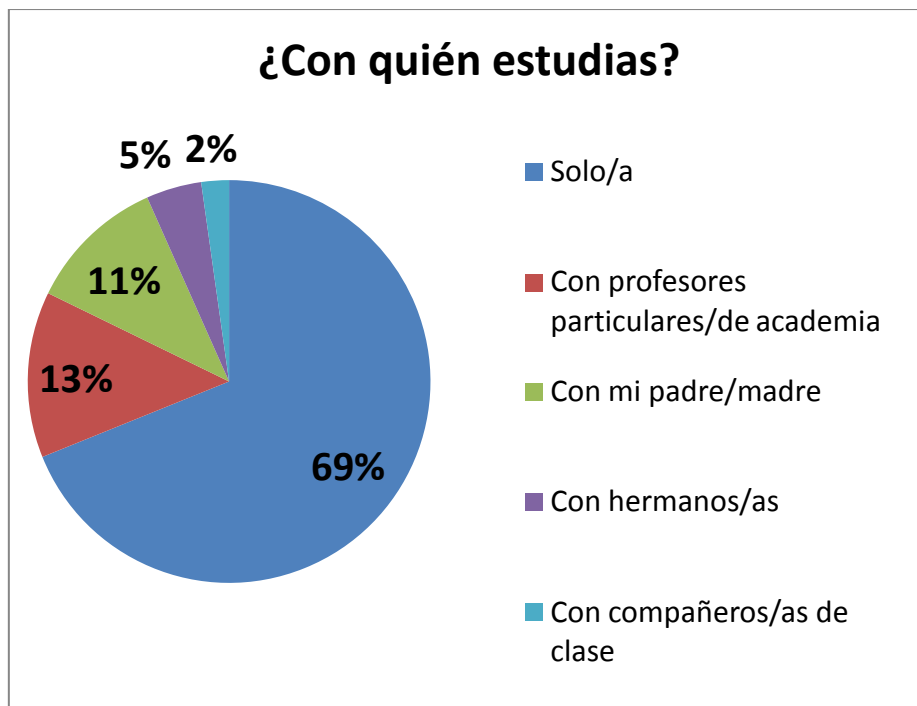
¿Dónde estudias?										
Al aire libre	En una sala de estudio compartida	En la academia	En la biblioteca	En casa/casa de mis abuelos	En la sala de estar o el comedor	En el escritorio de mi habitación	En el sofá	En el suelo	En la cama	En movimiento (caminando)
6	3	4	0	15	7	25	5	6	7	7



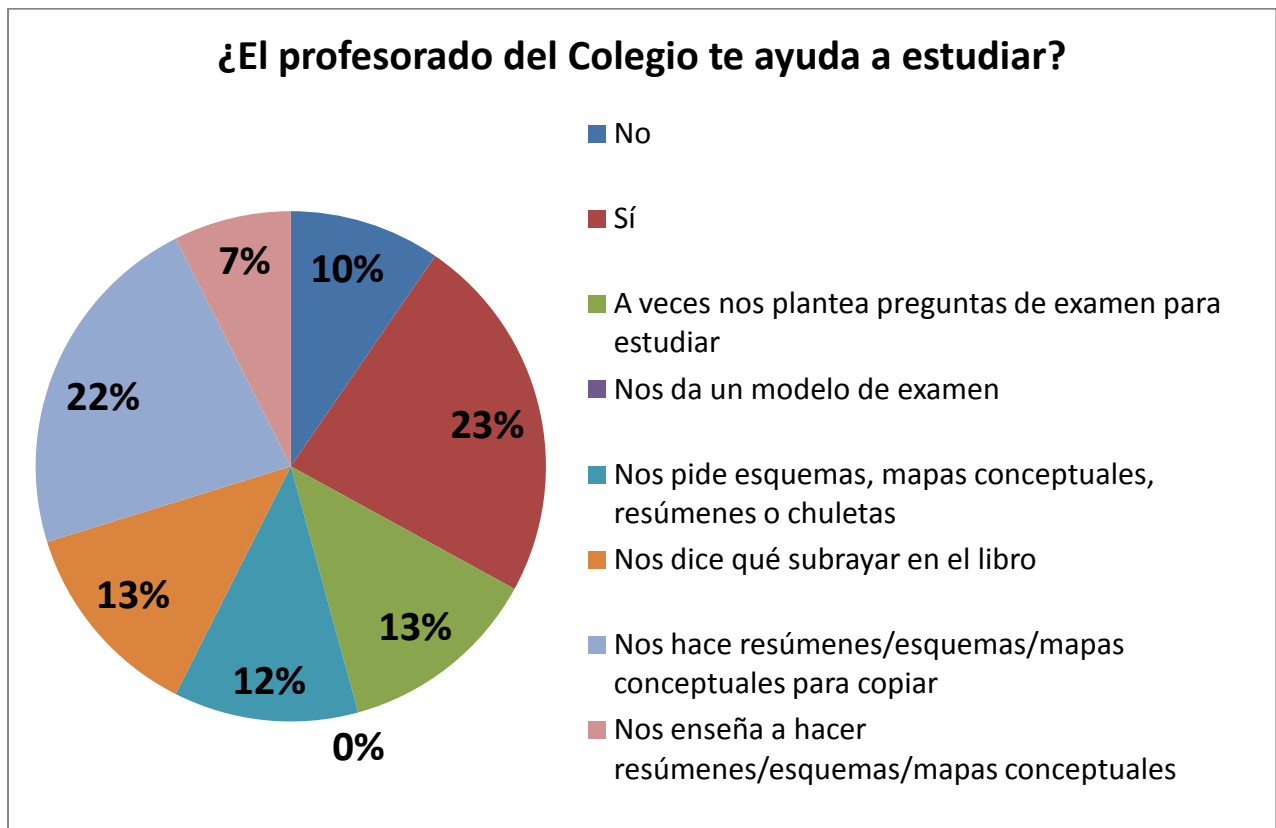
¿Cómo es tu lugar de estudio? Tiene...							
Luz natural (a través de ventanas)	Luz artificial	Permanente (puedo dejar sobre la mesa las cosas de estudio tal cual cuando no estoy estudiando)	Temporal (debo recogerlo todo cada vez que me pongo a estudiar/hacer deberes)	Compartiendo con otros estudiantes	Es un espacio con otros usos que aprovecho para estudiar	Insonorizado	Ruidoso (se oyen sonidos de otras habitaciones o de la calle)
26	29	20	7	0	5	5	8



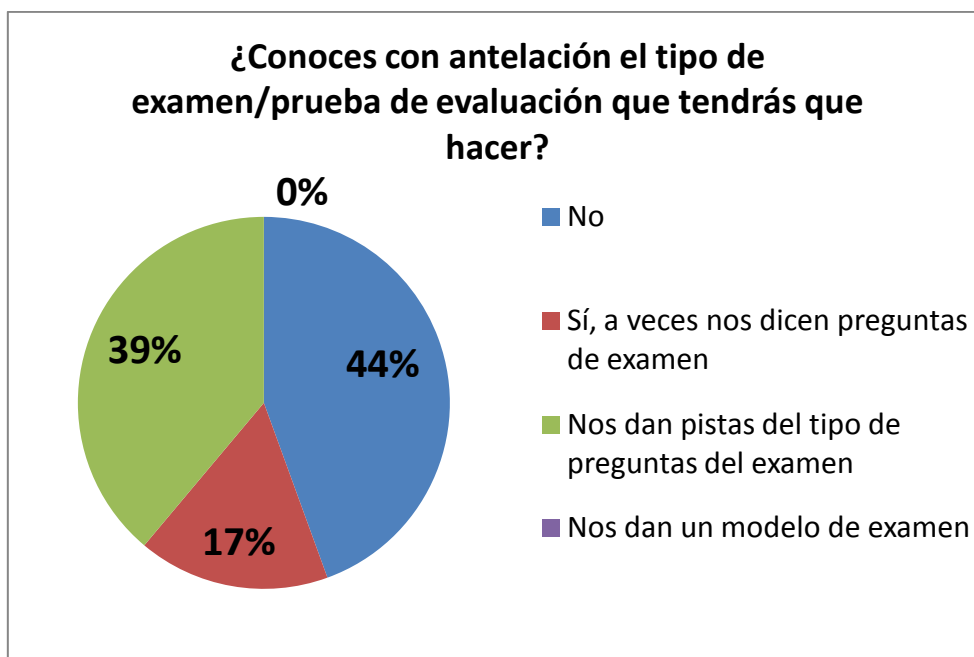
¿Con quién estudias?				
Solo/a	Con profesores particulares/de academia	Con mi padre/madre	Con hermanos/as	Con compañeros/as de clase
<b>31</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>1</b>



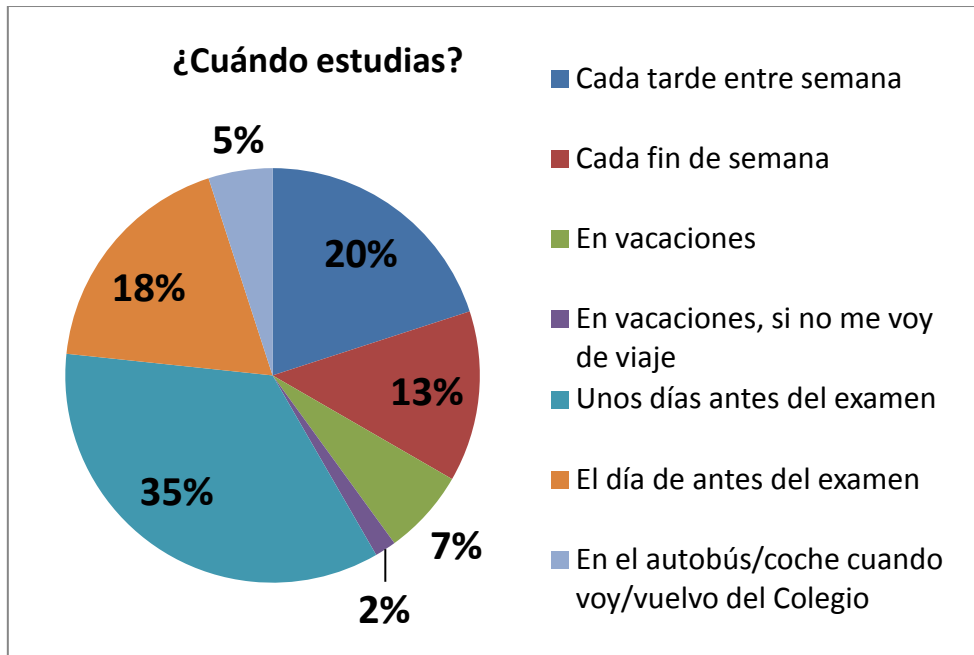
¿El profesorado del Colegio te ayuda a estudiar?							
No	Sí	A veces nos plantea preguntas de examen para estudiar	Nos da un modelo de examen	Nos pide esquemas, mapas conceptuales, resúmenes o chuletas	Nos dice qué subrayar en el libro	Nos hace resúmenes/esquemas/mapas conceptuales para copiar	Nos enseña a hacer resúmenes/esquemas/mapas conceptuales
9	22	12	0	11	12	21	7



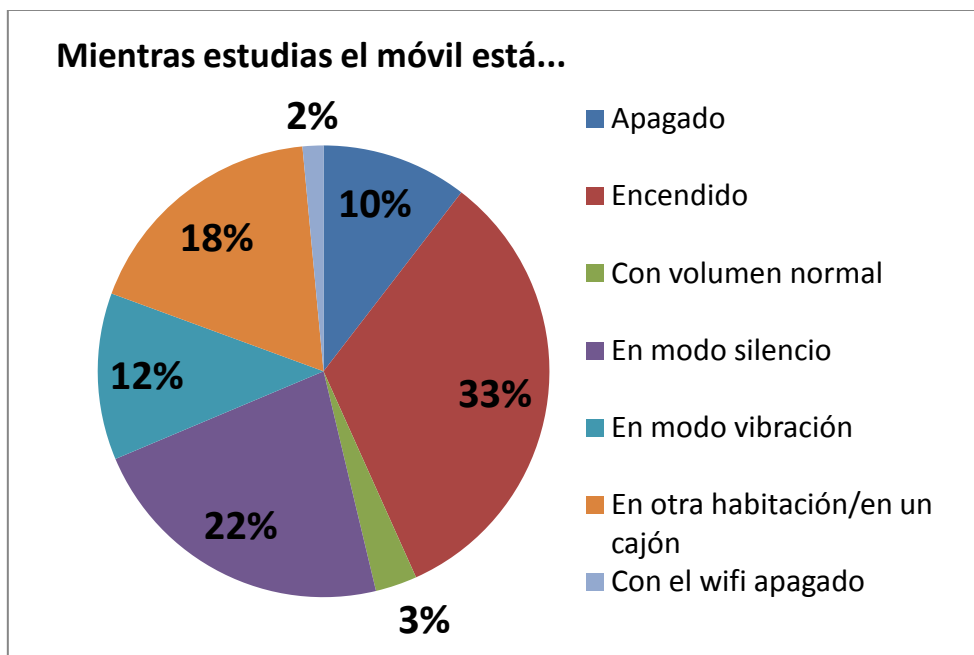
¿Conoces con antelación el tipo de examen/prueba de evaluación que tendrás que hacer?			
No	Sí, a veces nos dicen preguntas de examen	Nos dan pistas del tipo de preguntas del examen	Nos dan un modelo de examen
16	6	14	0



¿Cuándo estudias?						
Cada tarde entre semana	Cada fin de semana	En vacaciones	En vacaciones, si no me voy de viaje	Unos días antes del examen	El día de antes del examen	En el autobús/coche cuando voy/vuelvo del Colegio
<b>12</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	<b>3</b>

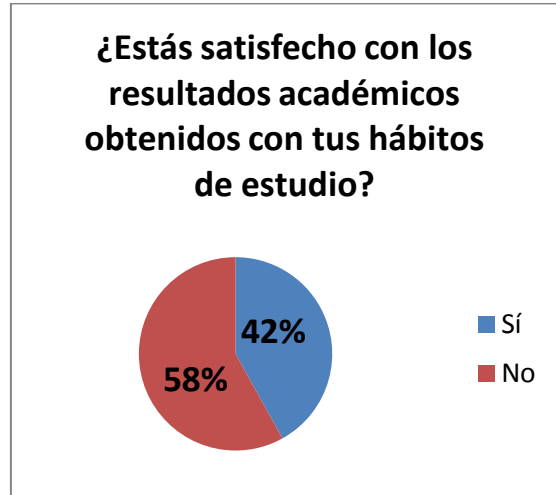


Mientras estudias el móvil está:						
Apagado	Encendido	Con volumen normal	En modo silencio	En modo vibración	En otra habitación/en un cajón	Con el wifi apagado
7	22	2	15	8	12	1

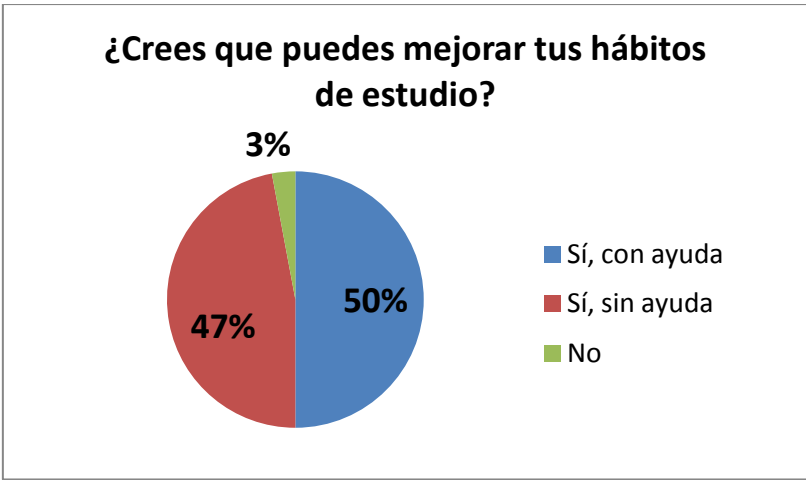


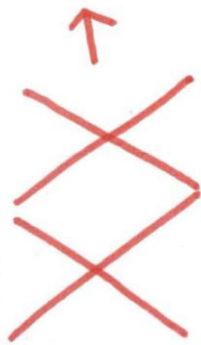


¿Estás satisfecho con los resultados académicos obtenidos con tus hábitos de estudio?	
Sí	No
<b>13</b>	<b>18</b>



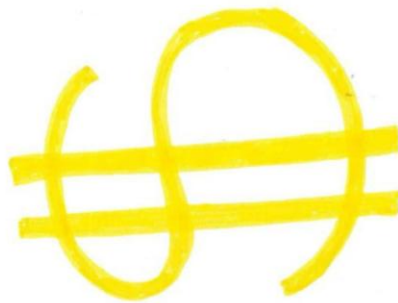
¿Crees que puedes mejorar tus hábitos de estudio?		
Sí, con ayuda	Sí, sin ayuda	No
<b>17</b>	<b>16</b>	<b>1</b>





DESDE MITJANS DEL SEGLE XX,  
HAN INSTAL·LAT ACTIVITATS  
INDUSTRIALS I TERCIÀRIES  
AL SEU VOLTANT

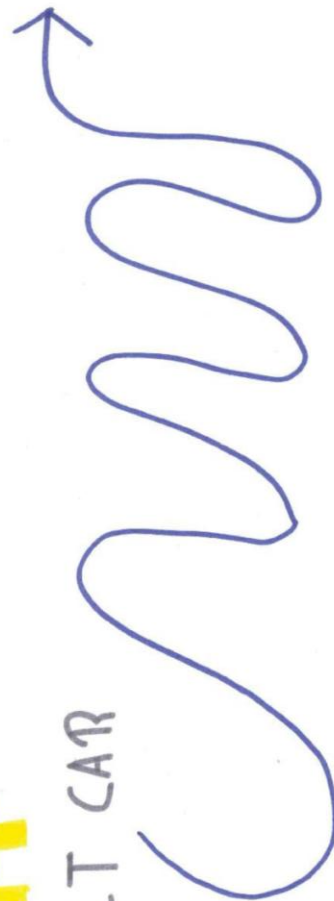
# EL TRANSPORT AERI



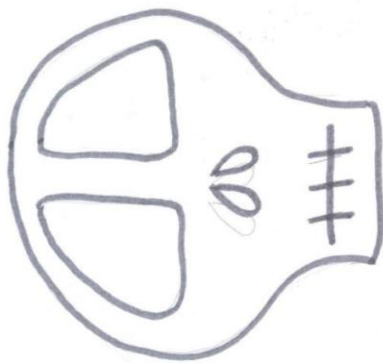
MOLT CAR

→ Adequat per a

- Grans distàncies
- Mercaderies lleugeres



actualment la proliferació  
de companyes ha reduït  
els costos.



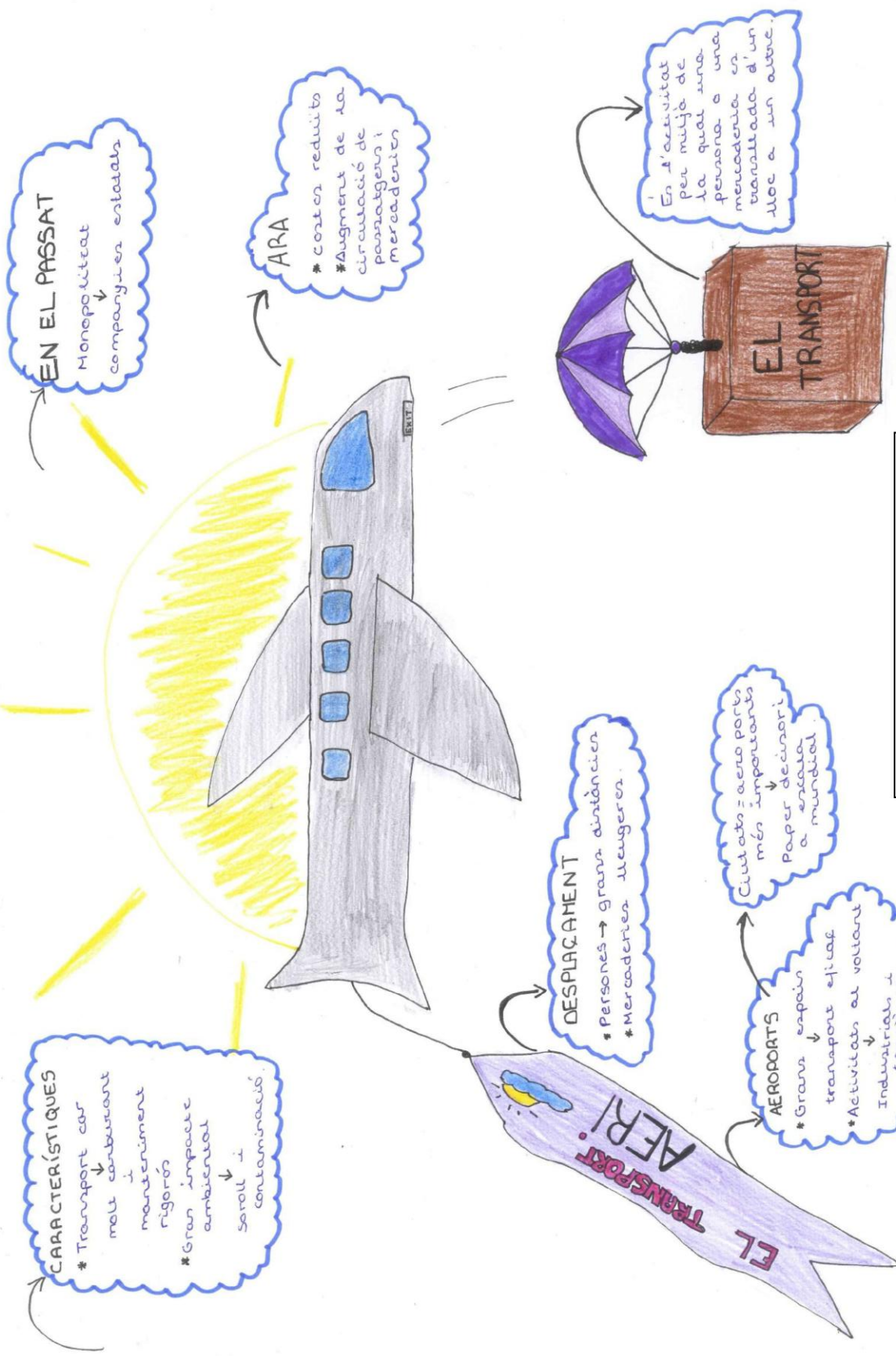
MOLT

CONTAMINANT



o causa del  
soroll

ESTUDIANTES 3º ESO  
COLEGIO MATER DEI  
CASTELLÓN



**EN EL PASSAT**  
 Monopolitzat  
 ↓  
 companyies estatals

**ARA**  
 \* Costos reduïts  
 \* Augment de la circulació de passatgers i mercaderies

En l'activitat per mulla de la qual una persona o una mercaderia es transportada d'un lloc a un altre.



**CARACTERÍSTIQUES**  
 \* Transport car molt car i manteniment rigorós  
 \* Gran impacte ambiental  
 ↓  
 Soroll i contaminació

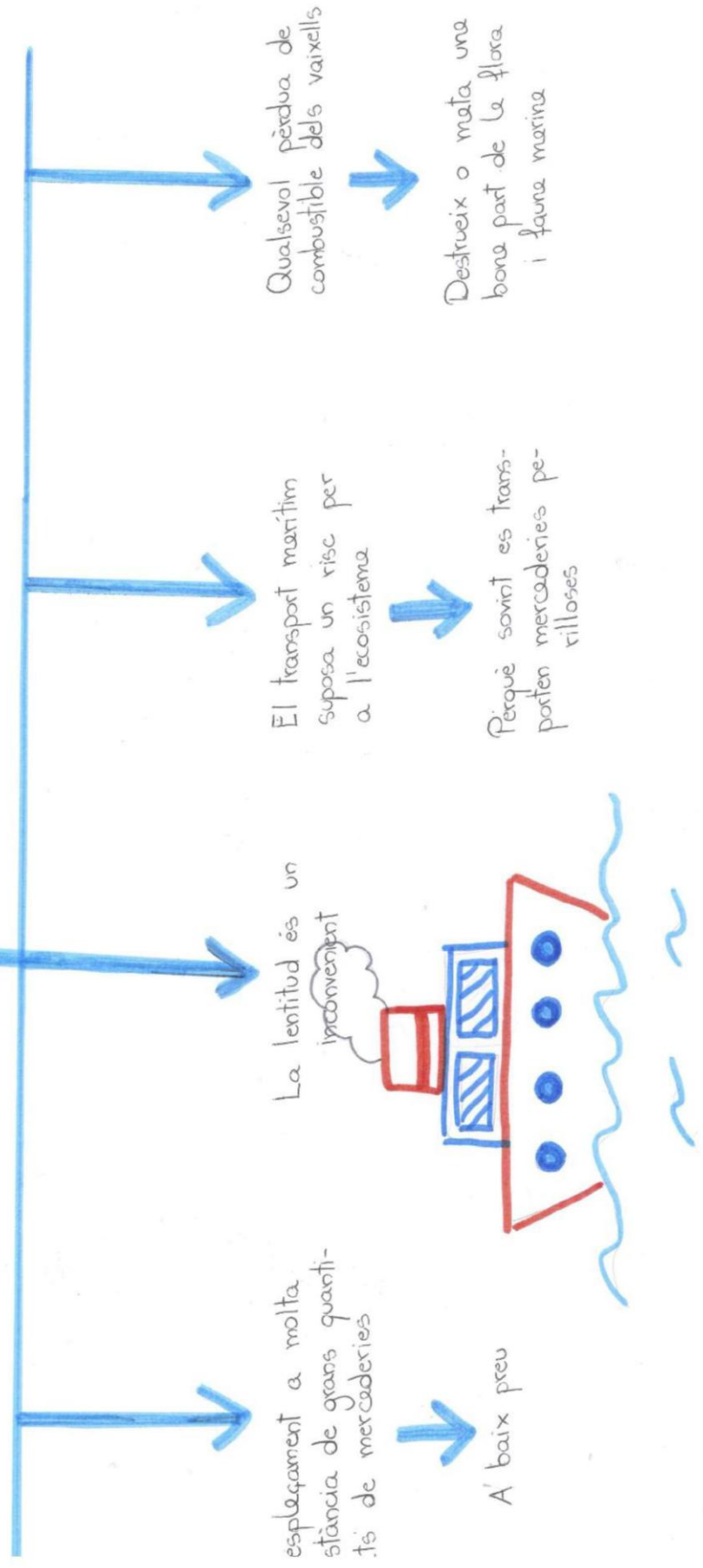
**DESPLAÇAMENT**  
 \* Persones -> grans distàncies  
 \* Mercaderies lleugeres

Ciutats = aero ports més importants  
 ↓  
 Paper decisiu a escala mundial

**AEROPORTS**  
 \* Grans espais transport eficaç  
 \* Activitats al voltant  
 ↓  
 Industrials i terciàries.

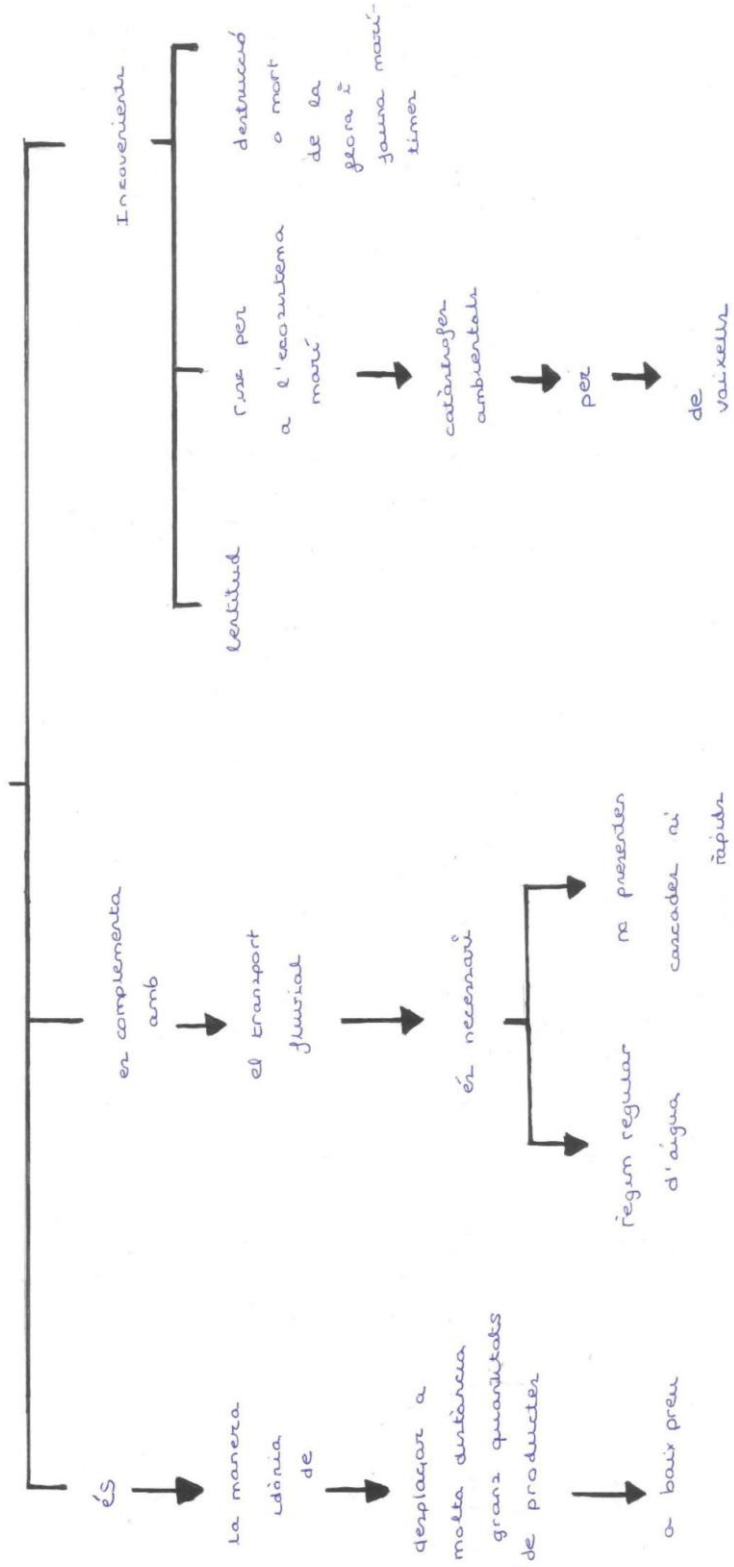
ESTUDIANTES 3º ESO  
 COLEGIO MATER DEI  
 CASTELLÓN

# transport marítim




# EL TRANSPORT MARÍTIM

ESTUDIANTES 3º ESO  
COLEGIO MATER DEI  
CASTELLÓN












	TUTORÍA			
	CURSO	3º ESO		
	UNIDAD DIDÁCTICA	Hábitos de estudio. Sesión 1.A.		
	FECHA DE REALIZACIÓN	19 de Abril de 2016		
	REFERENCIA	Ana Blanco	DURACIÓN	55 minutos

***Hábitos de estudio. Ambiente de estudio.***

 <b>COMPETENCIAS BÁSICAS</b>	<b>Aprender a Aprender</b> <b>Comunicación lingüística</b> <b>Cívica y social</b>
 <b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer las condiciones ideales del lugar de estudio.</li> <li>2. Reflexionar sobre las condiciones de su espacio habitual de estudio.</li> </ol>

*DATOS DE LA SESIÓN*

 <b>MATERIAL DE APOYO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas con características a representar.</li> </ul>
 <b>MATERIAL A ENTREGAR</b>	Imagen sobre el entorno de estudio favorable.
 <b>MATERIAL DE TRABAJO</b>	Infografías sobre cómo organizar el lugar de estudio y cuáles son las condiciones ideales para el estudio. Resultados de las encuestas realizadas al grupo sobre sus hábitos de estudio.
<b>LUGAR DE TRABAJO</b>	El patio (dispone de bancos y mesas para poder trabajar).
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	Centro Psicológico de Terapia de Conducta. “El material y e ambiente para el estudio”. Merino Nicolás. [en línea]. 5 de septiembre de 2012. < <a href="http://www.terapiadeconducta.com/?p=1897">http://www.terapiadeconducta.com/?p=1897</a> > [Consulta: 19 de abril de 2016] Aula Planeta. “Cinco claves básicas para organizar el lugar de estudio”. [en línea]. Equipo Superpadres.23 enero de 2015. < <a href="http://www.aulaplaneta.com/2015/01/23/en-familia/cinco-claves-basicas-para-organizar-el-lugar-de-estudio-infografia/">http://www.aulaplaneta.com/2015/01/23/en-familia/cinco-claves-basicas-para-organizar-el-lugar-de-estudio-infografia/</a> > [Consulta: 19 de abril de 2016]
<b>SUGERENCIAS</b>	Para grupos menos creativos y más participativos, se plantea como sesión alternativa la sesión 1.B.

## **ESQUEMA – DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

<b>FASES</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>TIEMPO</b>
1ª	OBJETIVOS DE LA SESIÓN	5'
2ª	PRESENTACIÓN DE RESULTADOS DE LA ENCUESTA REALIZADA	10'
3ª	DINÁMICA POR GRUPOS	25'
4ª	DUDAS, PREGUNTAS	10'
5ª	CONCLUSIONES	5'
<b>TOTAL SESIÓN</b>		<b>55'</b>

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

#### **1ª/ OBJETIVOS DE LA SESIÓN 5'**

Se exponen los objetivos de la sesión para conocimiento de todo el grupo.

#### **2ª/ PRESENTACIÓN RESULTADOS DE LA ENCUESTA REALIZADA 10'**

La persona a cargo de la actividad les presentará las conclusiones obtenidas de las encuestas que realizaron sobre sus hábitos de estudio al finalizar la segunda evaluación.

#### **3ª/ DINÁMICA POR GRUPOS 25'**

El alumnado, organizado por grupos de 3, debe escenificar una característica del lugar de estudio ideal y el resto de la clase debe adivinarlo y explicar por qué creen que es importante. El grupo protagonista de la representación completará la explicación.

Disponen de 5 minutos de preparación y 20 de representación-explicación.

La persona a cargo de la sesión supervisará y acompañará el desarrollo de la dinámica e intervendrá, si es necesario, para reorientar o reforzar el trabajo de los grupos.


#### **4ª/ DUDAS, PREGUNTAS 10'**

Tiempo para plantear preguntas o dudas no resueltas durante la sesión.



#### **5ª/ CONCLUSIONES 5'**

La persona a cargo de la actividad recapitula de forma sintetizada los aspectos más relevantes tratados durante la sesión, (como en el resto de la sesión, buscando la participación de la clase y aportando refuerzos positivos a sus intervenciones).






	TUTORÍA			
	CURSO	3º ESO		
	UNIDAD DIDÁCTICA	Hábitos de estudio. Sesión 1.B.		
	FECHA DE REALIZACIÓN	29 de Abril de 2016		
	REFERENCIA	Ana Blanco	DURACIÓN	55 minutos

***Hábitos de estudio. Ambiente de estudio.***

 COMPETENCIAS BÁSICAS	<b>Aprender a Aprender</b> <b>Comunicación lingüística</b> <b>Cívica y social</b>
 OBJETIVOS	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer las condiciones ideales del lugar de estudio.</li> <li>2. Reflexionar sobre las condiciones de su espacio habitual de estudio.</li> </ol>

*DATOS DE LA SESIÓN*

 MATERIAL DE APOYO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarjetas e imágenes icónicas de apoyo sobre características del lugar de estudio.</li> <li>• Celo o blue-tack.</li> </ul>
 MATERIAL A ENTREGAR	Imagen sobre el entorno de estudio favorable.
 MATERIAL DE TRABAJO	Infografías sobre cómo organizar el lugar de estudio y cuáles son las condiciones ideales para el estudio. Resultados de las encuestas realizadas al grupo sobre sus hábitos de estudio.
LUGAR DE TRABAJO	El patio (dispone de bancos y mesas para poder trabajar).
BIBLIOGRAFÍA	Centro Psicológico de Terapia de Conducta. "El material y e ambiente para el estudio". Merino Nicolás. [en línea]. 5 de septiembre de 2012. < <a href="http://www.terapiadeconducta.com/?p=1897">http://www.terapiadeconducta.com/?p=1897</a> > [Consulta: 19 de abril de 2016] Aula Planeta. "Cinco claves básicas para organizar el lugar de estudio". [en línea]. Equipo Superpadres.23 enero de 2015. < <a href="http://www.aulaplaneta.com/2015/01/23/en-familia/cinco-claves-basicas-para-organizar-el-lugar-de-estudio-infografia/">http://www.aulaplaneta.com/2015/01/23/en-familia/cinco-claves-basicas-para-organizar-el-lugar-de-estudio-infografia/</a> > [Consulta: 19 de abril de 2016]
SUGERENCIAS	Para incidir más en la confianza, la creatividad, la comunicación no verbal y la expresión de pensamientos y emociones, se plantea como sesión alternativa la sesión 1.A.

## **ESQUEMA – DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

<b>FASES</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>TIEMPO</b>
1ª	OBJETIVOS DE LA SESIÓN	5'
2ª	DINÁMICA EN PEQUEÑOS GRUPOS – LLUVIA DE IDEAS	5'
3ª	PUESTA EN COMÚN	15'
4ª	LLUVIA DE IMÁGENES	5'
5ª	PUESTA EN COMÚN	15'
6ª	DUDAS, PREGUNTAS	5'
7ª	CONCLUSIONES	5'
<b>TOTAL SESIÓN</b>		<b>55'</b>

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

#### **1ª/ OBJETIVOS DE LA SESIÓN      5'**

Se exponen los objetivos de la sesión para conocimiento de todo el grupo.

#### **2ª/ DINÁMICA EN PEQUEÑOS GRUPOS – LLUVIA DE IDEAS      5'**

El alumnado, organizado por grupos de 6, debe anotar en unas tarjetas en blanco las características o condiciones que consideran adecuadas de un buen lugar de estudio.

#### **3ª/ PUESTA EN COMÚN      15'**

Sentados en semicírculo frente a una pared, cada grupo comparte una característica o condición que la persona a cargo de la actividad pegará en la pared a modo de mural, e irá comentando a través de preguntas participativas si en su grupo también la han considerado y por qué creen que esa aportación favorece el estudio. La persona a cargo de la actividad también repasará las características de un buen lugar de estudio y replanteará las que considere necesarias con el fin de reforzar y facilitar la interiorización de las aportaciones más completas y adecuadas, y añadirá aquellas que no sean aportadas por los grupos.

Al mismo tiempo, presenta también, a colación de las aportaciones pertinentes, las conclusiones obtenidas de las encuestas que realizaron sobre sus hábitos de estudio al finalizar la segunda evaluación.

#### **4ª/ LLUVIA DE IMÁGENES      5'**

En el centro de la sala habrá una serie de imágenes diversas dispuestas en el suelo de entre las cuales, individualmente, deberán elegir una que vean relacionada con alguna de las condiciones que favorecen el estudio que han comentado anteriormente.

**5ª/ PUESTA EN COMÚN                      15'**

De vuelta al semicírculo, se realiza la puesta en común en la que cada estudiante pegará su imagen en el mural junto a la condición relacionada, justificando su elección ante el resto de la clase.

**6ª/ DUDAS, PREGUNTAS                      10'**



Es tiempo para plantear preguntas o dudas no resueltas durante la sesión.

**7ª/ CONCLUSIONES                      5'**




La persona a cargo de la actividad recapitula de forma sintetizada los aspectos más relevantes tratados durante la sesión, (como en el resto de la sesión, buscando la participación de la clase y aportando refuerzos positivos a sus intervenciones).

	TUTORÍA			
	CURSO	3º ESO		
	UNIDAD DIDÁCTICA	Hábitos de estudio. Sesión 2.		
	FECHA DE REALIZACIÓN	26 de Abril y 06 de Mayo de 2016		
	REFERENCIA	Ana Blanco	DURACIÓN	55 minutos

***Hábitos de estudio. Hashtag (Sintetizar información clave).***

 COMPETÈNCIA S BÁSICAS	<b>Aprender a Aprender</b> <b>Comunicación lingüística</b>
 OBJETIVOS	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajar la capacidad de síntesis.</li> <li>2. Trabajar en grupo.</li> <li>3. Sensibilizar sobre el buen uso de las redes sociales.</li> </ol>

DATOS DE LA SESIÓN

 MATERIAL DE APOYO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyector</li> <li>• Pantalla</li> <li>• Vídeos</li> <li>• Ordenador</li> <li>• Altavoces.</li> </ul>
 MATERIAL A ENTREGAR	Ninguno.
 MATERIAL DE TRABAJO	Vídeos (cortometrajes).
LUGAR DE TRABAJO	Aula de referencia.
BIBLIOGRAFÍA	Campaña audiovisual del Ministerio de Interior sobre ciberseguridad. Cortos de Pixar; Monstruos S.A.; Gru, mi villano favorito; Ice Age; The Power of Teanwork; Lección de motivación; Cuerdas.
SUGERENCIAS	Para más información sobre hashtags y twitter, consultar <a href="http://redessociales.about.com/od/LoBasicoPrimerosPasosEnTwitter/a/Conoce-Que-Son-Los-Hashtags-En-Twitter.htm">http://redessociales.about.com/od/LoBasicoPrimerosPasosEnTwitter/a/Conoce-Que-Son-Los-Hashtags-En-Twitter.htm</a>

## **ESQUEMA – DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

<b>FASES</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>TIEMPO</b>
1ª	OBJETIVOS DE LA SESIÓN	5'
2ª	VISUALIZACIÓN DE CORTOMETRAJES / DINÁMICA TWITS	35'
3ª	DUDAS, PREGUNTAS	5'
4ª	CONCLUSIONES	10'
<b>TOTAL SESIÓN</b>		<b>55'</b>

### **DESARROLLO DE LA SESIÓN.**

#### **1ª/ OBJETIVOS DE LA SESIÓN 5'**

Se exponen los objetivos de la sesión para conocimiento de todo el grupo.

#### **2ª/ VISUALIZACIÓN DE CORTOMETRAJES 35'**


El alumnado, organizado por parejas o tríos, debe formular uno o dos hashtags que recojan, según su criterio, la temática del corto visualizado. De forma ordenada y participativa irán compartiéndolos con el resto de la clase. La persona a cargo de la actividad, recogerá las ideas principales presentadas en los videos tras cada visualización, acercándolos a la realidad de los/las estudiantes de la clase mediante ejemplos si lo considera necesario.

#### **3ª/ DUDAS, PREGUNTAS 5'**



Tiempo para plantear preguntas o dudas no resueltas durante la sesión.

#### **4ª/ CONCLUSIONES 10'**




Animar a la clase por el trabajo realizado y su capacidad de síntesis, a modo de refuerzo positivo, pues lo que acaban de realizar durante esta sesión es el inicio, la base para un buen método de estudio y aprendizaje. Sabiendo identificar las ideas principales (como han hecho al plantear sus hashtags) pueden elaborar sus propios materiales de estudio de calidad (resúmenes, esquemas, mapas mentales, etc.).

	TUTORÍA			
	CURSO	3º ESO		
	UNIDAD DIDÁCTICA	Hábitos de estudio. Sesión 3.		
	FECHA DE REALIZACIÓN	10 de Mayo y 13 de Mayo de 2016		
	REFERENCIA	Ana Blanco	DURACIÓN	55 minutos

***Hábitos de estudio. Algo que contar.***

 COMPETENCIAS BÁSICAS	<b>Aprender a Aprender</b> <b>Comunicación lingüística</b> <b>Cívica y social</b>
 OBJETIVOS	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajar de forma cooperativa entre iguales.</li> <li>2. Trabajar las capacidades de comprensión y síntesis.</li> <li>3. Introducir estrategias sencillas para reducir el nerviosismo y el estrés ante un examen.</li> </ol>

***DATOS DE LA SESIÓN***

 MATERIAL DE APOYO	No se requiere.
 MATERIAL A ENTREGAR	Ninguno.
 MATERIAL DE TRABAJO	1 bolígrafo y 1 folio por persona.
LUGAR DE TRABAJO	Aula de referencia.
BIBLIOGRAFÍA	Apúntateuna. "9 preguntas para un proyecto". Sánchez, J.M. [en línea]. 18 de mayo de 2013. < <a href="http://apuntateuna.es/9-preguntas-para-un-proyecto/">http://apuntateuna.es/9-preguntas-para-un-proyecto/</a> > [Consulta: 19 abril de 2016]
SUGERENCIAS	

## ESQUEMA – DESARROLLO DE LA SESIÓN.

FASES	DESCRIPCIÓN	TIEMPO
1ª	OBJETIVOS DE LA SESIÓN	5'
2ª	TRABAJO INDIVIDUAL	15'
3ª	TRABAJO POR PAREJAS/TRÍOS	20'
4ª	PUESTA EN COMÚN	15'
<b>TOTAL SESIÓN</b>		<b>55'</b>

### DESARROLLO DE LA SESIÓN.

#### **1ª/ OBJETIVOS DE LA SESIÓN 5'**

Sentados/as por parejas de trabajo, se les exponen los objetivos de la sesión para conocimiento de todo el grupo.

#### **2ª/ TRABAJO INDIVIDUAL 15'**

Individualmente deben cortar un folio por la mitad y:

- Escribir en medio folio algo que quieran contarle a su pareja de trabajo (lo que van a hacer este fin de semana, en verano, hablarle de su grupo de música favorito, etc.). Deben contárselo por escrito y redactado (no de forma esquemática).
- Subrayar las palabras clave de la información que cada uno ha escrito.
- Hacer, en el medio folio restante, un mapa conceptual con las palabras clave; deben estar bien relacionadas entre sí, seguir una lógica.
- Por detrás del mapa, deben escribir, tras cada recuadro con información, el tipo de información que recoge a través un interrogante (¿qué?, ¿cuándo?, ¿quién?, ¿dónde?, ¿cómo?, ¿para qué?, ¿para quién?, ¿por qué?, ¿con qué?)



apuntateuna.es

### 3ª/ TRABAJO POR PAREJAS/TRÍOS

20'

Cada participante mostrará el mapa que ha elaborado a su pareja y ésta deberá interpretarlo en voz alta; al acabar, cada autor/a completará la información que considere faltaba o corregirá la que pudiera estar equivocada y juntos reformularán el mapa, si fuera necesario, para que la información sea comprensible e interpretable de la forma más adecuada (en otro color). La información escrita sólo será conocida y compartida con las parejas de trabajo.

### 4ª/ PUESTA EN COMÚN 15'

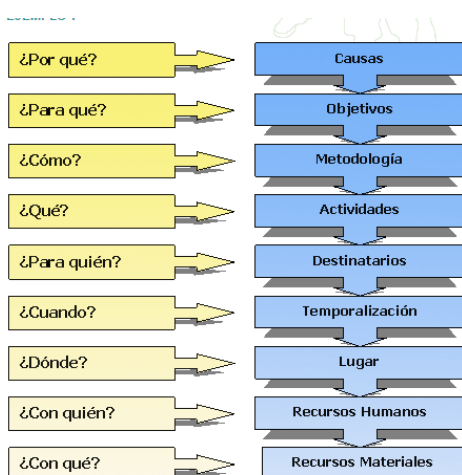
La persona a cargo de la actividad conducirá la puesta en común con el fin de:

- Reflexionar sobre su capacidad de comprensión y síntesis, a través de la formulación de preguntas como: ¿vuestra pareja ha comprendido bien lo que queríais explicar o ha habido aspectos que no ha entendido bien, ha desordenado o se ha saltado? ¿por qué creéis que puede haber ocurrido?
- Identificar los interrogantes más utilizados en sus mapas (que se resumen en “las 9 preguntas del periodismo”)

Para finalizar con la siguiente conclusión: estas preguntas pueden servirles de guía tanto para redactar sus propios textos como para identificar los aspectos más relevantes de textos escritos por otros.

Pueden servirse de ellas como recurso para simplificar los enunciados de una pregunta de examen o los apartados de un trabajo o proyecto a realizar (objetivos, características, procedimientos, etc.)

Leer bien cada enunciado, interpretar y comprender palabra por palabra, les puede ayudar dándoles seguridad en sí mismos al entender bien lo que se les está pidiendo para elaborar sus respuestas con mayor confianza. Y reducir así la ansiedad y nerviosismo habituales al afrontar un examen.





www.madrid.org






	TUTORÍA			
	CURSO	3º ESO		
	UNIDAD DIDÁCTICA	Hábitos de estudio. Trabajo transversal en 9 sesiones de Ciencias Sociales (Actividades del sector terciario).		
	FECHA DE REALIZACIÓN	9 sesiones (entre el 12 de abril y el 13 de Mayo de 2016)		
	REFERENCIA	Ana Blanco	DURACIÓN	Variable

***Hábitos de estudio. Algo que contar.***

 <b>COMPETENCIAS BÁSICAS</b>	<b>Aprender a Aprender</b> <b>Comunicación lingüística</b> <b>Cívica y social</b>
 <b>OBJETIVOS</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Poner en práctica técnicas de estudio.</li> <li>2. Poner en práctica técnicas de trabajo cooperativo.</li> <li>3. Trabajar las capacidades de comprensión y síntesis.</li> </ol>

**DATOS DE LA SESIÓN**

 <b>MATERIAL DE APOYO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Libro de texto.</li> <li>- Tarjetas de mímica.</li> <li>- Pizarra.</li> <li>- Tarjetas tabú.</li> <li>- Tiza.</li> </ul>
 <b>MATERIAL A ENTREGAR</b>	Ninguno.
 <b>MATERIAL DE TRABAJO</b>	1 bolígrafo. El dossier individual de clase. 1 hoja A3 por cada 3-4 estudiantes. 1 folio por cada pareja de estudiantes.
<b>LUGAR DE TRABAJO</b>	Aula de referencia o patio.
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	-.
<b>SUGERENCIAS</b>	

## **ESQUEMA - ACTIVIDADES.**

<b>TIPOS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>TIEMPO</b>
1ª	ACTIVIDADES PROPUESTAS DE MENOR DURACIÓN	10'
2ª	ACTIVIDADES PROPUESTAS DE DURACIÓN MEDIA	15'
3ª	ACTIVIDADES PROPUESTAS DE MAYOR DURACIÓN	50'

## **DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES.**

### **1ª/ ACTIVIDADES PROPUESTAS 10'**

De cada apartado del tema “Actividades del sector terciario”, el alumnado deberá identificar las palabras clave e incluirlas en el dossier individual de clase; pueden presentarlas en forma de lista, subrayadas en sus apuntes, ...siempre y cuando estén identificadas de forma expresa.

Se presentan los contenidos de las diferentes sesiones (características del sector, flujos y bloques comerciales, tipos de comercio, tipos de transporte, etc.) a través de una actividad de tabú o mímica; para atraer la atención y la participación de la clase. Las palabras presentadas se escribirán en la pizarra a medida que las vayan deduciendo y al finalizar la sesión se hará un repaso contextualizándolas a partir del planteamiento de preguntas dirigidas de respuesta participativa.

### **2ª/ ACTIVIDADES PROPUESTAS 15'**

Realización de mapas conceptual/mental, esquema o resumen de diferentes apartados a lo largo de la unidad didáctica (cada vez utilizar una técnica diferente para practicarlas todas). Se trabaja tanto de forma individual, como por parejas y grupos (naturales y artificiales) de 3-4 miembros. A determinar en función de la participación y predisposición del grupo en cada sesión.

Siete parejas voluntarias deben identificar en 5 minutos las palabras clave de un párrafo indicado por el profesor; cuentan con cinco minutos para identificarlas. El resto de la clase hará de juez observador/a para validar o no las palabras aportadas por sus compañeros/as (10 minutos).

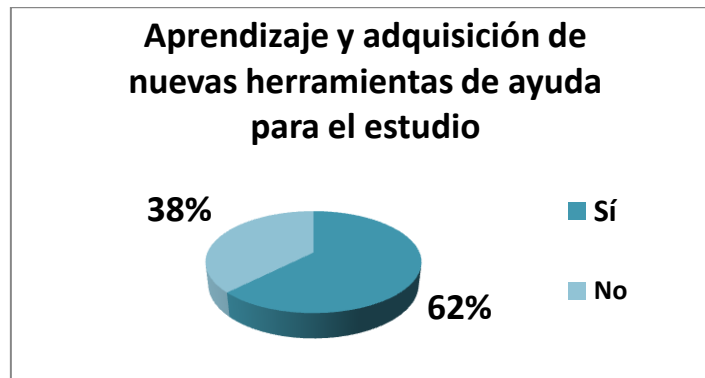
### **3ª/ ACTIVIDADES PROPUESTAS 50'**

Por parejas o tríos artificiales deben preparar (20 minutos) y exponer (30 minutos) al resto de la clase un apartado sobre el comercio. Deben plasmar por escrito un mapa o esquema del punto que se les haya asignado y explicarlo a sus compañeros/as. El documento elaborado se entregará al final de la sesión.

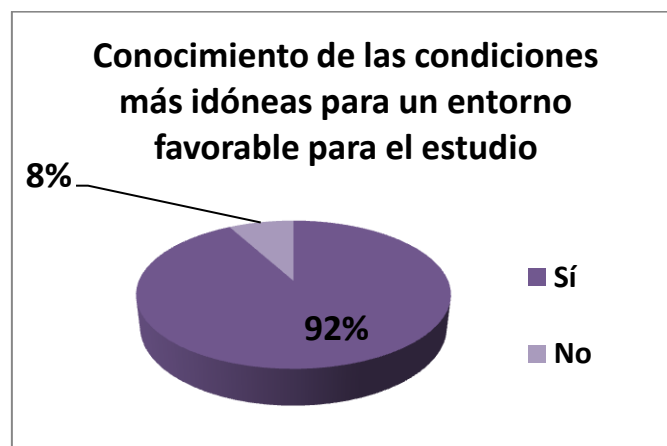
Por grupos naturales de 3-4 miembros, deben realizar en una hoja tamaño A3 un mapa conceptual, mapa mental o esquema sobre el tipo de transporte asignado por el profesor y entregarlo al finalizar la sesión. Se compartirán en el aula virtual para que todos puedan tener acceso a ellos y se colgarán en el aula.

GRÁFICOS Y TABLAS CORRESPONDIENTES AL CUESTIONARIO 3 CUMPLIMENTADO EN JUNIO DE 2016 POE EL ALUMNADO DE 3º ESO DEL COLEGIO MATER DEI DE CASTELLÓN

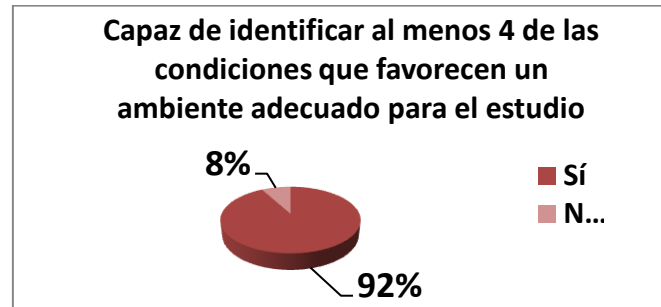
¿Dirías que has aprendido y adquirido nuevas herramientas de ayuda para el estudio?	
Sí	No
15	9



¿Conoces cuáles son las condiciones más idóneas para un entorno que favorezca el estudio?	
Sí	No
23	2



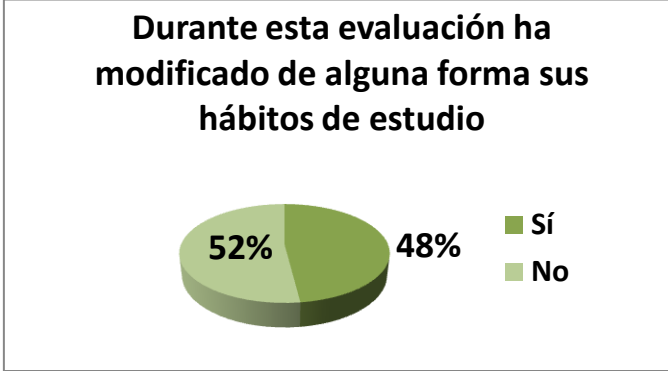
Enumera al menos 4 de las condiciones que favorecen un ambiente adecuado para el estudio.	
Sí	No
23	2



#### ENUMERACIÓN DE CONDICIONES FAVORABLES PARA UN AMBIENTE ADECUADO DE ESTUDIO

ILUMINACIÓN	Buena iluminación (12) Luz natural (8)
VENTILACIÓN	Habitación ventilada (6)
TEMPERATURA	Temperatura adecuada (5) Ni frío ni calor (4)
POSTURA ADECUADA	Postura adecuada (5) Sentarse adecuadamente (3) Estar sentado (1)
DISTRACCIONES	No distracciones 4
RUIDO	Espacio sin música (2) Lugar tranquilo (6) Silencio (9) Sin ruido (2) Música clásica (1) Soledad (1) Música (1) Poca gente (1)
LUGAR ESTABLE	Lugar de estudio habitual, fijo (2)
ORGANIZACIÓN	Lugar ordenado (2) Orden (7) mesa despejada y organizada (3) Limpieza (2) Buena distribución (1) Tener todo a mano (1)
DESCANSOS	Periodos de descanso (1)
LUGAR ADECUADO	Comodidad (4) Sitio adecuado (1) Silla adecuada (1) Material adecuado (1)
OTROS	Hacer esquemas (3)
	Academia (1)
	Concentración (1)

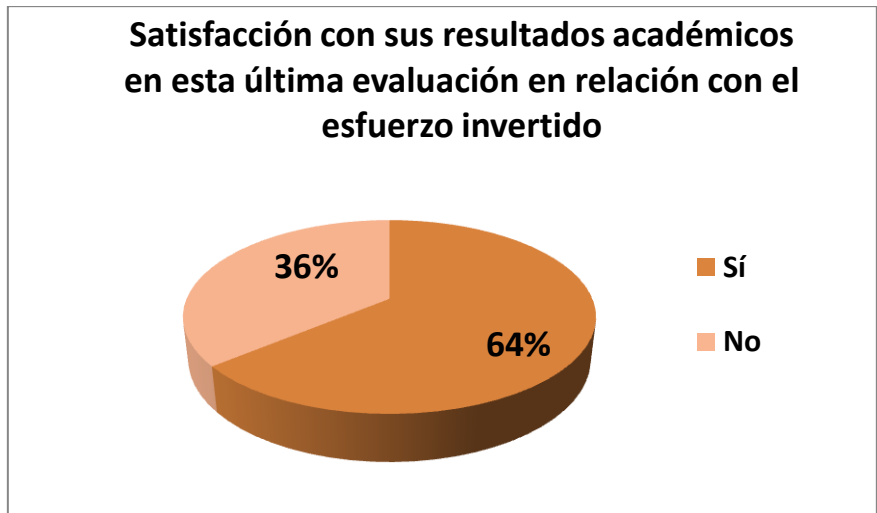
Durante esta evaluación, ¿has modificado de alguna forma tus hábitos de estudio (has hecho algo que no hacías o dejado de hacer algo que sí hacías)? En caso afirmativo, por favor, explícalo brevemente.	
Sí	No
12	13



**MODIFICACIONES EN HÁBITOS DE ESTUDIO DURANTE 3ª EVALUACIÓN**

- Lugar de estudio: de mi habitación a la biblioteca.
- He empezado a hacer resúmenes y esquemas
- Hacer esquemas
- Hago más esquemas en forma de mapa mental
- He hecho más esquemas para aclararme mejor.
- He hecho resúmenes con palabras clave para los exámenes.
- Hago mapas conceptuales y resúmenes a partir de ahí.
- Me he organizado tiempo y apuntes, he comenzado antes a estudiar.
- He hecho más esquemas y he estudiado mejor
- Gracias a las palabras clave he aprobado.
- Tratar de usar más luz natural y menos lámparas

¿Estás más satisfecho/a con tus resultados académicos en esta evaluación en relación con el esfuerzo que has invertido?	
Sí	No
16	9



#### COMENTARIOS Y OBSERVACIONES GENERALES

- He aprendido bastantes la pena es que no lo he puesto en práctica.
- He aprendido todo lo que ella quería pero no lo he usado.
- En algunas asignaturas he estudiado mucho y he sacado algunas notas bajas
- Conozco las condiciones de un buen lugar de estudio pero no las aplico
- En algunas materias he ido mejor o lo he intentado pero ya era tarde por eso el no (en satisfacción resultados-esfuerzo)