

# **UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL “FRANCISCO MORAZÁN”**



**FACULTAD DE HUMANIDADES**  
Espacio pedagógico: “Metodología de la investigación cuantitativa”

## **“HÁBITOS DE ESTUDIO”**

**Catedrático: Rolando ArdónLedezma**

### **Integrantes:**

- |                            |                 |
|----------------------------|-----------------|
| 1. Glenda NicolleDurón     | 1809-1994-00224 |
| 2. Evans Melissa Villatoro | 0801-1981-08959 |
| 3. CherilSusaina Wood      | 0901-1987-00553 |
| 4. Ronald Isaías Domíngues | 0823-1984-00004 |
| 5. José Américo Cañas      | 1707-1995-00453 |

**Tegucigalpa M.D.C 04-Abril-2015**

# ÍNDICE

Resumen.....	1
Términos claves.....	1
•  CAPÍTULO I	
Objetivo general.....	2
Objetivos específicos.....	2
Introducción.....	3
•  CAPÍTULO II	
Marco Teórico.....	7
Hábito.....	7
Estudio.....	7
Hábitos de estudio.....	7
Importancia de los hábitos de estudio.....	10
Métodos de estudio.....	10
Factores para formar los hábitos de estudio.....	13
Técnicas sobre los hábitos de estudio.....	14
•  CAPÍTULO III	
Operacionalización de la variable.....	1
Hipótesis.....	18
Método.....	19
Enfoque.....	19
Contexto.....	19
Muestra.....	19
Descripción de la recolección de datos.....	19
Procedimiento.....	20
•  CAPÍTULO IV	
Análisis de resultados.....	21
Gráfica 1.....	21

Gráfica 2 .....	22
Gráfica 3.....	23
Gráfica 4.....	24
Gráfica 5.....	25
Gráfica 6.....	26
Gráfica 7.....	27
Gráfica 8.....	28
Gráfica 9.....	29
Gráfica 10.....	30

## • CAPÍTULO V

Conclusiones.....	31
Recomendaciones.....	32
Implicaciones.....	33
Importancia y significado.....	34
Resultados inesperados.....	34
Bibliografía.....	36
Anexos.....	37
Cuestionario de los hábitos de estudio.....	38
Fotografías de las instalaciones y estudiantes del Nido de Águilas.....	40

## Resumen

Se realizó una investigación de tipo descriptivo sobre los hábitos de estudio en estudiantes del instituto Nido De Águilas de 7mo, 8vo y 9no grado considerando todo el universo que consta de 140 estudiantes, aplicándoles un cuestionario sobre “Hábitos De Estudio”. Se concluyó que: La mayoría de los estudiantes no realizan esquemas para estudiar, la mayoría de estudiantes asisten a clases diariamente, la técnica del subrayado no es practicada por los estudiantes, los estudiantes señalan que la posición corporal no es muy importante al momento de estudiar, la mayoría de los estudiantes comprenden todo lo que leen antes de aprenderlo, los estudiantes no tienen el hábito de estudiar todos los días, tener un lugar exclusivo, con las condiciones adecuadas facilita el aprendizaje, los estudiantes no realizan un calendario para estudiar, la mayoría de los estudiantes no acostumbran a preguntar lo que no entienden al docente.

**Términos Claves:** *Hábitos, Estudio, Técnica, Factores, Métodos, Motivación.*

**✓ Objetivo general:**

- Conocer los hábitos de estudio que practican los estudiantes de 7mo a 9no grado del Nido de Águilas, Comayagüela 2015.

**✓ Objetivos específicos:**

1. Identificar los principales hábitos de estudio que emplean los estudiantes en su proceso de aprendizaje.
2. Mencionar los resultados que generan los hábitos de estudio.
3. Proponer la práctica de hábitos de estudio adecuados.

## INTRODUCCIÓN

Los resultados del estudio realizado en Honduras, Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Pedagógica Nacional Francisco Morazán, revelan que la mayor debilidad de la población estudiantil encuestada radica, sobre todo, en sus prácticas de higiene mental y física (reposo, alimentación y ejercicio), pero también en el tiempo dedicado al estudio, en la selección de un lugar fijo de estudio, en la lectura comprensiva, y en las capacidades de concentración y memorización. En definitiva pues, es necesaria la realización de una capacitación sistemática y constante en el estudiante de Ciencias Sociales en torno a los hábitos de estudio, especialmente en cuanto a las debilidades señaladas.

El sistema escolar hondureño atraviesa una seria problemática en el rendimiento escolar logrado por los niños, llegando a posiciones inferiores al promedio aceptable con respecto a otros países. Una de las principales causas de esta crisis es la deficiencia en el hábito que se forman al estudiar.

Frente a esta situación urge una investigación de todos los actores del sistema educativo; los alumnos mostrando interés y predisposición para leer todo cuanto esté a su alcance; los docentes echando mano a todos los recursos, técnicas y estrategias para desarrollar en sus alumnos esa inclinación natural por el estudio, hasta lograr que se convierta a la larga en un hábito. Hábito que sea una constante motivación hacia el estudio, y por último los padres de familia cumpliendo la función de orientadores y propulsores en la decisión de estudiar de sus hijos

Actualmente existe mucha preocupación por el desempeño de los estudiantes, el resultado de los estudiantes no satisfacen nuestras expectativas.

Cuando se hace un abordaje de los factores que inciden en los resultados obtenidos en educación, generalmente se hace referencia al currículum, la formación del docente y el uso de las metodologías didácticas que se utilizan en el aula de clases, los recursos, la infraestructura, entre otras, dejándose fuera el papel del estudiante en la adquisición de sus aprendizajes, una de las tareas que tiene que asumir el estudiante es la práctica de hábitos de estudio, por la relevancia que tiene en el éxito estudiantil; por lo que resulta necesario conocer ¿Qué tipo de hábitos de estudio practican los estudiantes de 7mo a 9no grado del instituto Nido de Águilas en Comayagüela, año 2015?

Con el objetivo general de conocer los hábitos de estudio que practican los estudiantes de 7mo a 9no grado del Nido de Águilas, Comayagüela 2015.

Y con el objetivo específico de Identificar los principales hábitos de estudio que emplean los estudiantes en su proceso de aprendizaje, como pregunta problema tenemos: ¿Cuáles son los principales hábitos de estudio que emplean los estudiantes del instituto Nido de Águilas, Comayagüela, 2015?

Para lograr un aprendizaje significativo a largo plazo, se hace necesario que se tengan que formar hábitos procedimentales, hábitos de estudio, hábitos de trabajo entre otros para

lograr fijar lo aprendido en la memoria de largo plazo. (e. explora, Google. Cuerpo humano pág. 42,43).

Los valores, ideas, sentimientos, experiencias significativas definen los hábitos de cada ser humano. Aquí la formación que reciba la persona, así como las demandas del contexto (familia, escuela, trabajo, comunidad, etc.) serán la clave para ejercer un determinado rol en la sociedad. Para ello, la labor de los docentes, los padres y los otros más competentes son los llamados a colaborar en los procesos de formación hábitos de estudio, de la disciplina, para alcanzar los sueños y los proyectos de vida de los adolescentes.

En el círculo de los especialistas en educación, e independientemente del nivel educativo abordado, en las últimas décadas se ha venido acrecentando la importancia dada al rol del estudiante en su proceso de aprendizaje. Esto pues de forma creciente se ha venido asumiendo a éste como un factor decisivo en su propio éxito académico, en el marco del binomio docente / estudiante.

En relación al aprendizaje significativo y autónomo, una importante herramienta a considerar para que el estudiante pueda afrontar con éxito el proceso educativo, son los hábitos de estudio. Sin embargo, hasta ahora no se ha efectuado una investigación formal sobre los hábitos de estudio entre los estudiantes de séptimo a noveno grado del Nido de Águilas, a fin de orientarles o reforzarles en los mismos.

Con los resultados obtenidos, esperamos proporcionar información y pistas a las autoridades y docentes del Nido de Águilas para adoptar medidas en procura de mejorar los hábitos de estudio de los estudiantes. Con ello también, esperamos incentivar el interés e inquietud sobre la necesidad de conocer y promover los hábitos de estudio de los estudiantes en general, ya que constituyen una clave para su aprendizaje y, seguramente, para su desempeño profesional.

Un hábito, es un modo especial de proceder o conducirse, adquirido por repetición de actos semejantes u originados por tendencias instintivas. Por lo tanto, querer estudiar alcanza eficiencia cuando se convierte en una tendencia estable, o sea en un hábito. Para ello debe haber un móvil o fuerza motriz que impulse a emprender y realizar tareas, estos móviles provienen de fines e intereses internos más que de factores. Quiñones (2008, p.25)

Vigo Quiñones (2008, p 22) señala que “el estudio es el proceso realizado por un estudiante mediante el cual trata de incorporar nuevos conocimientos a su intelecto, en otras palabras es el proceso que realiza el estudiante para aprender nuevas cosas”

Mientras Martínez, Pérez y Torres-(1999) Dicen que “Los hábitos de estudio son la práctica constante de las mismas actividades; se requiere de acciones cotidianas, las cuales serán con el tiempo un hábito afectivo siempre y cuando sean asumidas con responsabilidad, disciplina y orden”.

El hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que hace más fácil y efectiva. El estudiante organiza su tiempo y espacio;



aplica técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar, por ello recurre a éstos aspectos en pos de lograr hábitos”

Poves (2001)

Covey (1989) Define que “El hábito como una intersección de conocimientos representada por el paradigma teórico, que responde al qué hacer y el por qué, la capacidad es el cómo hacer y el deseo, la motivación es el querer hacer. Para convertir algo en un hábito se requiere de éstos tres elementos”.

Dicha investigación se llevó a cabo a inicios de abril del presente año, en las instalaciones del Instituto Nido de Águilas, donde se aplicó el Cuestionario de Métodos y Hábitos de estudio (CMHE) Editorial Océano en las aulas de clase de 7mo, 8vo y 9no grado a estudiantes entre 12 y 16 años de ambos géneros.

Hoy no se discute la importancia de los hábitos de estudio, pues se considera una necesidad en el hombre del mundo actual, sobre todo porque constituye el medio más eficiente y prestigioso para el aprendizaje.

Las anteriores consideraciones motivaron la realización del presente estudio, el cual pretende determinar los hábitos de estudio que se emplean y así obtener una utilidad tanto a nivel académico como profesional, ya que consideramos que a nivel académico será muy beneficioso para los estudiantes conocer sus debilidades y así trabajar para mejorarlas, al igual que para nosotros nos servirá para aprender a realizar investigaciones, que posteriormente podremos aplicar estos conocimientos a nivel profesional.

El trabajo de investigación está estructurado en cinco capítulos, en el primer capítulo se plantea el problema de investigación, además, se plantean los objetivos y contiene la respectiva justificación. Todo ello permite una mejor visión del tema a investigar. El segundo capítulo se centra en la teoría ocupándose, en primer lugar, de hábito, estudio y luego de hábito de estudio para continuar con diferentes técnicas y métodos de estudio.

El tercer capítulo se formula las hipótesis y se define operacionalmente la variable, se plantea las consideraciones metodológicas, como el tipo de diseño de la investigación, el universo del estudio, el instrumento de recolección de datos y el procedimiento de análisis de la información. En el capítulo cuarto se presentan los resultados con sus respectivos cuadros y gráficos con la discusión de los resultados.

El quinto capítulo, contiene la discusión de la investigación, que contienen las conclusiones, recomendaciones, implicaciones, importancia y significado de la investigación, entre otras más significativas. Por último figuran los anexos y la bibliografía.

Aventurarse en la tarea de investigación constituye un camino que requiere perseverancia y auto aprendizaje continuo, en ese sentido esperamos que la presente investigación sirva de elemento motivador y guía para futuras investigaciones acerca del tema.



## MARCO TEÓRICO

A continuación se presentan diferentes casos de investigaciones sobre hábitos de estudio que nos llevarán a cumplir nuestras expectativas como estudiantes y docentes.

El término de hábitos de estudio involucra dos conceptos implícitos, como son: hábito y estudio, de modo que para definirlo como tal, es necesario tener claro estos últimos.

### Hábito

Considerando que un hábito, es un modo especial de proceder o conducirse, adquirido por repetición de actos semejantes u originados por tendencias instintivas. Por lo tanto, querer estudiar alcanza eficiencia cuando se convierte en una tendencia estable, o sea en un hábito. Para ello debe haber un móvil o fuerza motriz que impulse a emprender y realizar tareas, estos móviles provienen de fines e intereses internos más que de factores.

Quiñones (2008, p.25)

Por otro lado, Ruiz afirma que a nivel educativo, los hábitos facilitan el proceso de aprendizaje ya que provocan en el estudiante actos repetitivos que lo llevan a la culminación del proceso de aprendizaje. De este modo, los hábitos facilitan el aprendizaje significativo, y dentro de ellos, la lectura y la escritura son relevantes ya que proporcionan una clave para adquirir conocimiento en todos los otros dominios del aprendizaje.

Ruiz Sosa (2005)

### Estudio

Vigo Quiñones (2008, p 22) señala que “el estudio es el proceso realizado por un estudiante mediante el cual trata de incorporar nuevos conocimientos a su intelecto, en otras palabras es el proceso que realiza el estudiante para aprender nuevas cosas”

Investigaciones recientes como la de Portillo, aseveran que el estudio es un proceso consciente y deliberado, por lo tanto, requiere de tiempo y esfuerzo. Es una actividad individual, que involucra concentrarse con un contenido, lo que implica entre otras cosas, la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones y procedimientos. Depende además, del contexto, es decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones de las tareas de aprendizaje. Es un proceso orientado hacia metas, puesto que cuando se estudia, se lo hace

en función de unos objetivos o metas preestablecidos que se pretende alcanzar en un determinado lapso.

Portillo Saa (2006)

### **Hábitos de Estudio**

State (2000), señala que “los hábitos de estudio apropiados son importantes para el buen desempeño del estudiante; sin lugar a dudas para lograr este nivel intervienen diversos factores internos y externos, siendo el componente motivacional o cognitivo decisivo en la adquisición de hábitos pertinentes en el estudio”.

Martínez, Pérez y Torres-(1999) Dicen que “Los hábitos de estudio son la práctica constante de las mismas actividades; se requiere de acciones cotidianas, las cuales serán con el tiempo un hábito afectivo siempre y cuando sean asumidas con responsabilidad, disciplina y orden”.

A través de la revista Gabinete Psicopedagógico define a los hábitos de estudio, como el tiempo que se dedica y el ritmo que se imprime a las actividades educativas, los cuales son el mejor predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria. Ambos autores enfatizan el factor tiempo para referirse a los hábitos de estudio y hacer de ello una costumbre aprendida.

Los hábitos son una costumbre en nuestra práctica cotidiana, es la manera cómo hacemos algo, el hábito..., es una costumbre para hacer algo como natural, el hábito de estudiar es la práctica de estudio sin necesidad de ordenar de nuevo para hacerlo; una persona no nace con el hábito; éste se adquiere y se aprende. Todo estudiante requiere y necesita desarrollarlo. El hábito de estudio está relacionado a la acción que se le imprime todos los días a una cierta actividad.

La Universidad de Granada (2001)

El hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que hace más fácil y efectiva. El estudiante organiza su tiempo y espacio; aplica técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar, por ello recurre a éstos aspectos en pos de lograr hábitos”

Poves (2001)

Quelonia (1999). “Otro termino ligado al habito es el modo o la manera como desarrollamos determinados, aplicados al estudio, los hábitos de estudio son como el estudiante se enfrenta cotidianamente a su quehacer académico”

Belaúnde, señala que los hábitos de estudio son conductas más o menos constantes relacionadas con la acción de estudiar. De acuerdo a lo descrito, los hábitos se adquieren

por repetición y acumulación de actos, aplicados a los estudios, mientras más se estudie y se haga de manera regular en el mismo lugar y a la misma hora se podrá arraigar e interiorizar el hábito de estudio. Siendo el estudio un proceso consciente, deliberado que requiere tiempo y esfuerzo; el cual involucra conectarse con un contenido, es decir, implica la adquisición de conceptos, hechos, principios, procedimientos y relaciones dentro de un contexto; este proceso está orientado al logro de metas, por consiguiente el estudio está en función de objetivos y metas establecidas que se pretende lograr en un determinado tiempo. En la presente investigación se asume que los hábitos de estudio son prácticas y habilidades aprendidas y desarrolladas por la repetición constante de actos iguales o semejantes en el que hacer educativo, practicados por los estudiantes para conocer, comprender y aplicar nuevos contenidos, la operacionalización de éstos hábitos se realizan a través de técnicas de estudio, que a decir de Fernández (1988), son un conjunto de hábitos de trabajo intelectual que afectan a las funciones de motivación, condiciones físicas y destrezas instrumentales básicas para el estudio; cada una de éstas proporcionan elementos que permiten un adecuado desenvolvimiento del alumno en el que hacer educativo, así como en su contexto personal.

Belaúnde (1994); apoyado por Secadas (1971)

Covey (1989) Define que “El hábito como una intersección de conocimientos representada por el paradigma teórico, que responde al qué hacer y el por qué, la capacidad es el cómo hacer y el deseo, la motivación es el querer hacer. Para convertir algo en un hábito se requiere de éstos tres elementos”.

Hay diversas razones para que esto sea así, es la aparente desconexión entre las materias de estudio y sus preocupaciones e intereses cotidianos, de 100 estudiantes solamente 20 juzgan interesante todo lo que estudian. Otra razón importante se encuentra en los propios hábitos y métodos de estudio que utilizan los estudiantes que no son las adecuadas para no encontrarle sentido a lo que estudia o realiza, porque en su mayoría de estudiantes solamente memorizan un párrafo del tema sin analizar qué es lo que quiere transmitir, y al querer compartir los que supuestamente estudio, simplemente repite las mismas palabras del tema, de la misma manera continuará el mismo proceso con el resto de los apartados del tema y eso no es estudiar de verdad como se debe.

Castillo (2004)

Belaúnde nos dice que se debe organizar las actividades de estudio, pero también los descansos para mejorar el rendimiento. Conviene un pequeño descanso tras una hora de estudio. También es importante adoptar una postura adecuada para el estudio activo y reducir la fatiga física, espalda recta y bien apoyada, temperatura agradable, buena iluminación y ventilación. La forma de respirar es importante, de vez en cuando se puede utilizar para relajar la tensión muscular y oxigenarse, lo que puede hacerse por respiración ventral. Además es conveniente mantener unos buenos hábitos de sueño, alimentación y

ejercicio, sobre todo en la época de exámenes. Una regla de oro para la motivación es asegurar un tiempo para el descanso, reconocer y gratificarse por el trabajo realizado.

Belaúnde, (2002)

## **IMPORTANCIA DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO.**

Evidente que adquirir hábitos en cualquiera de las actividades, sin que esto se convierta en un factor que nos lleve a evidentes prácticas de stress o aburrimiento que impida el adecuado conocimiento, es importante. En esta medida Covey (1989), refiere que “El hábito de estudiar es necesario si se quiere progresar en el aprendizaje; el estudio es una vertiente del proceso de crecimiento personal que supone desarrollo armónico de la inteligencia, la voluntad y la creatividad, para ello se requiere que éstos respondan a las necesidades, capacidades, afectos, actitudes y valores de los estudiantes”.

Sostiene que el desarrollo de hábitos de estudio apropiados es necesario para el buen desempeño del estudiante; es un tema que interesa a docentes, padres, alumnos, psicólogos, pedagogos, y otros profesionales de la educación de ahí nace su importancia. Así mismo afirma que se estudia para adquirir y asimilar conocimientos que permitan desarrollar y organizar mejor la vida de los estudiantes. Pero el estudio no solo nos equipa para este logro, sino que es parte de la preparación para la vida.

Grajales (2002)

Mientras Horna que si estudiar fuese tan sólo repetir de la forma tradicionalista, el aburrimiento y la ineficiencia serian dos consecuencias inevitables. Sin embargo, además de repetir, que también hay que hacerlo, se pueden hacer otras muchas cosas para que el aprendizaje sea comprensivo y duradero, la alternativa se encuentra en un método de estudio entendido como un proceso continuo de trabajo que empieza en el aula y termina después de las evaluaciones. Porque hay alumnos que únicamente anotan, luego guardan ysacan los apuntes hasta la hora de las evaluaciones ni ellos entienden que fue lo que escribieron, un concepto no se puede entender sin conocer el anterior ni se puede multiplicar si no sabe sumar, la idea de repasar en casa lo visto en clase todo los días es garantizar una adecuada comprensión y recuerdo de la información a corto y a largo plazo. Para hacer entretenido el trabajo conviene aplicar activamente el método de estudio y programar en cada sesión distintas actividades y de distintas materias para no caer en el aburrimiento.

Horna (2009)

## **MÉTODOS DE ESTUDIO.**

a) Definición del método de estudio

Toda actividad conlleva al logro de determinados objetivos y los caminos para el logro de estos pueden ser variados, es como el destino de un viajero que puede llegar por diversos caminos, el método se convierte en la elección de este camino, López (2000), define al método de estudio como el camino adecuado para llegar a un fin académico propuesto, por consiguiente es fundamental para la vida en especial en el campo de las relaciones intelectuales, pues tiene como propósito guiar y promover el estudio para alcanzar el éxito. Tapia (1998), sostiene que el método de estudio; es tener orden en las ideas y en las actitudes cuando se realiza una actividad.

#### b) Tipos de métodos de estudio

Plantea tres clases de métodos: método total, método por partes y método mixto o de la medición. El método total, es muy efectivo cuando se trata de estudiar temas cortos. Su técnica requiere leer de principio a fin todo el tema empleando la lectura comprensiva; volver a leer un número suficiente de veces, según el grado de dificultad del tema, hasta lograr su comprensión; y captar la idea general del tema. Método por partes, es excelente en el estudio de temas extensos.

La técnica a seguir consiste primero en considerar cada párrafo tantas veces como sea necesario hasta captar su significado y hacer lo mismo con cada párrafo hasta concluir el tema. Método mixto, llamado así porque intervienen los dos anteriores, en un momento se estudia empleando el método total y en otro, el por partes; es recomendable en el estudio de temas muy extensos.

Tapia (1998)

El método de estudio EPLERR, es una guía de ayuda que permite aprender en forma activa y significativa, sus siglas responde a los verbos explorar, preguntar, leer, esquematizar, recitar y resumir; orienta el estudio en forma organizada y sistemática, es eficaz sólo si se tiene el propósito de mejorar la forma en que se está aprendiendo, no basta con poder aprender y querer aprender, es necesario saber aprender, es decir poseer la capacidad de aprender; tener la voluntad de aprender, estar motivado y mostrar una actitud predispuesta hacia el estudio; y saber aprender, teniendo conocimiento de cómo hacer el trabajo. Del mismo modo precisa que si la organización es buena y se utiliza diversas estrategias, mejores son los resultados. Éste método de estudio debe ser adaptado a las características personales y a las demandas de las tareas que pretende realizar el estudiante; si se practica lo suficiente se convierte en un hábito el cual contribuye a adquirir una actitud más metódica.

Hernández (1998)

Marqués y Mondragón (1987), sostienen que “Los métodos son necesarios no solo para conocerlos; sino también éstos deben ser dominados y usados”

#### c) Relación entre método y hábito de estudio

Para que los estudiantes concluyan sus estudios superiores satisfactoriamente y continúe su preparación a través de la formación continua, se requiere de un complejo y trascendental aprendizaje de hábitos de estudio de modo gradual gracias al rendimiento progresivo.

Los hábitos que se adquieren en la vida, ayuda a ser más ordenado y metódico en el estudio; según lo sustentado, todo ello con el propósito de obtener resultados satisfactorios.

López (2000)

#### d) Diferencia entre métodos y técnicas de estudio

Las técnicas de estudio son ayudas prácticas para la tarea de estudiar, pues la técnica es un producto artificial elaborado por el individuo con el propósito de mejorar la actividad realizada, de acelerar la producción y elevar la calidad de lo que se produce. Así la técnica de estudio sirve para materializar el método de estudio llevando a la práctica concreta. El método no es todo, no basta, se necesitan otros medios que la hagan operativa, es decir, funcional; a este nivel se sitúan las técnicas.

Hernández (1998)

#### e) Importancia de la motivación en la adquisición de hábitos de estudio

La motivación en el estudio, es aquello que estimula el interés, lo que impulsa a una acción. Existen dos grandes motivaciones; la primera es aquella que proporciona placer y todo que impida sentir dolor, pocos educadores discutirán la premisa de que la motivación del estudiante es una influencia importante en el estudio. La motivación en este caso, está formada por todos aquellos elementos que dan la energía necesaria para el estudio y conseguir los objetivos propuestos, entre los factores motivantes encontramos diferentes tipos, se puede estudiar para terminar una carrera profesional, para mejorar el status social, para continuar con los amigos o por el gusto de aprender, todos son igualmente válidos siempre que marquen metas e intereses por conseguirlos.

Horna (2001)

Bellenato, señala que la motivación es condición intrínseca que posee todo individuo para el estudio, que nace de su yo interno y que impulsa a seguir una determinada línea de acción y ejecución; es necesario tener en cuenta que no es posible comprender una condición motivacional interna sin tener en consideración el contexto. Considerando los aportes de los autores referidos se asume que la decisión de tener y practicar adecuados hábitos requiere de elementos internos que el alumno evidencia en sus diferentes facetas de estudio; siendo la motivación uno de ellos, precisando que ella enriquece la preparación y desarrollo de su proceso de estudio.

Establece que el primer paso de la cadena de estudio, son muchas las horas que los alumnos permanecen en clases, leen, preparan temas, resuelven ejercicios u otras actividades según sea la materia, el docente comete el error cuando las explicaciones son largas, tensas por mucho tiempo. La trasmisión oral de los conocimientos es un método de enseñanza valioso, en especial cuando permite el profesor comprender puntualmente el nivel de comprensión

del alumno e ir moldeando el aprendizaje, por esta sencilla razón es necesario que se estructure la exposición de forma simple, concisa, ordenada e interesante, que realice preguntas a los alumnos durante la explicación, esto servirá para que el alumno esté atento en cualquier momento y pueda responder.

Al mismo tiempo manifiestan todas las dudas que tenga para que le sean respondidas sin quedarse con la duda, si no se aprovecha surgirán dificultades de comprensión de no tener claro el tema visto en clases, de la misma manera esa duda o dudas percutirá en todo el proceso de la enseñanza, el maestro debe ser moderno y no tradicionalista como se creía anteriormente que el alumno era receptor no teniendo voz ni voto y el maestro era el único protagonista de la clase.

Bellenato (2005)

### **Factores para formar los hábitos de estudio**

Las condiciones personales, empieza con la actitud positiva, y el deseo, así como la disciplina, la persistencia organización personal, saber manejar el tiempo; encontrarse bien, física y mentalmente, ayuda enormemente al estudio, éstos aspectos muchas veces no están bajo control, pero si pueden ser mejoradas con actividad física, horas de sueño suficientes, alimentación adecuada compuesta de una dieta que ponga mayor énfasis en los desayunos y evitando en lo posible los alimentos que no sean frescos, relajación adecuada. La mentalización de tener que estudiar, es parte muy importante en el estudio diario, ya que es casi obligatorio y no consiste en estar delante de los libros dos o tres horas todos los días. Consiste en ver nuestras propias necesidades, analizar en qué campos o temas tenemos más problemas, cuales son las prioridades inmediatas (exámenes, y trabajos, presentaciones, etc.), y a partir de ahí confeccionamos un horario de trabajo diario.

Horna (2001)

De acuerdo a los factores ambientales: Inciden directamente en la formación de hábitos de estudio siendo los principales; disponer de un lugar de estudio de uso exclusivo, el cambiar de sitio, no favorece a la concentración; el lugar debe ser agradable, bien ventilado, se debe contar con el mobiliario adecuado, entre los factores tenemos la planificación es el primer objetivo que debemos lograr es hacer una planificación del tiempo que hay que dedicar al estudio. Los buenos resultados en el estudio se consiguen realizando un trabajo bien hecho, con métodos y hábitos apropiados. Es necesario formar la costumbre de estudiar. El lugar de estudio es importante estudiar siempre en un mismo sitio, creando de esta manera un espacio acondicionado al estudiante y que éste considere como propio. El hábito de lectura, es básico fomentarlo en los primeros años, la lectura en general es muy beneficiosa. Organizar el tiempo el horario es una distribución del tiempo diario en función de nuestras actividades.

Además manifiesta que: Organizar el espacio en una habitación que se disponga para ello, si puede ser de uso exclusivo, sin malos olores, bien aireada y ventilada, ni con mucho calor ni con frío, sin molestias de ruidos, ni otro tipo de distracciones. Las normas para aprovechar el tiempo, la atención y la concentración son fundamentales para aprovechar las



horas de estudio y las explicaciones dadas por el profesor en clase, existen muchos elementos que influyen en la atención: como la motivación y el interés con que estudiamos y las preocupaciones: problemas familiares, problemas con los compañeros, problemas con los amigos, preocupaciones sexuales o amorosas, problemas de dinero y finalmente el aprender a esquematizar es la manera más efectiva para que el estudiante tenga una visión general del tema y le ayude a prenderlo y asimilarlo.

Soto (2004.)

El factor instrumental manifiesta que: Las condiciones instrumentales convencionales se refieren específicamente al método de estudio que se empieza a aprender y practicar incorporándolo al esquema de conducta de los estudiantes y que en conjunto constituye la psicotécnica para aprender a estudiar, disfrutando de ésta tarea, reteniendo lo que se estudia y utilizándolo en el momento oportuno; todo esto significa acción, el hacer cosas, es el concepto básico relacionado al éxito en el estudio.

Horna (2001)

### **Técnicas sobre los distintos hábitos de estudio**

*El subrayado* es resaltar con una línea las ideas fundamentales de un texto, se lee con atención el texto las veces que sea necesario para comprenderlo bien. Se subraya en cada párrafo las palabras que nos dan las ideas más importantes. Normalmente son nombres o verbos. Si quieres hacerlo perfecto utiliza subrayado con dos colores: uno para lo básico y otro para lo importante pero secundario. Sirve para reflejar lo más importante de un texto, para realizar un resumen posterior y para estudiarlo y poder aprenderlo fácilmente.

*El resumen* es reducir un texto manteniendo lo esencial y quitando lo menos esencial y quitando lo menos importante. Para resumir se subrayan las ideas fundamentales del texto, se ordena lo subrayado y se redacta con nuestras propias palabras. La síntesis Mientras estudiamos podemos ir sintetizando el contenido del texto en una hoja aparte. Cuando realizamos esta tarea, utilizando las palabras del autor, la llamamos “resumen”. Cuando lo hacemos con nuestras propias palabras, “síntesis”.

*Los esquemas y cuadros sinópticos*, no es una técnica sencilla ya que depende directamente de cómo se haya realizado el subrayado y la lectura. Un esquema debe presentar las ideas centrales del texto, destacadas con claridad. El esquema es como un resumen pero más esquematizado, sencillo y claro. Con un solo golpe de vista podemos percatarnos de la información que contiene el texto estudiado.

Cutz, G (2003)

### **El estudio es un ejercicio de voluntad.**

El esfuerzo y la dedicación son las armas fundamentales para afrontarlo pero hay condiciones, hábitos y maneras de estudiar que nos ayudaran a que nos resulte más sencillo y sea más efectivo.

Las escuelas deberían tratar de enseñar a los alumnos, de tal manera que no solo acumulen conocimientos aplicables a las situaciones de la vida cotidiana, sino también a que desarrollen una técnica para adquirir independientemente nuevos conocimientos.

Aprender a estudiar significa conocer el método de estudio. Todo individuo necesita para afrontar la vida moderna saber leer y escribir, poseer entrenamientos manuales y sobre todo requiere hábitos metodológicos de estudio y de pensamiento, que lo guíen con mayor seguridad en sus proyectos de estudio y elevarán su rendimiento académico.

Para Portillo al tratar sobre hábitos de estudio reportan que los estudiantes que los tengan disfrutan de muchas ventajas, básicamente: mejor rendimiento, mayor cantidad de conocimiento, aprendizaje en menor tiempo, mayor desarrollo intelectual, mejor nivel cultural, facilidad para el manejo de información, disposición de mayor tiempo, autoestima y motivación intrínseca elevadas, seguridad, entusiasmo, éxito y métodos de estudio y estilos de aprendizaje establecidos.

Bigge y Hunt (1981)

Una investigación sobre hábitos de estudio, desarrollada por investigadores de la Pontificia Universidad Católica de Chile; arroja las siguientes conclusiones, las variables mejores desarrolladas por los estudiantes, es su capacidad para realizar con agrado todo lo relacionado con sus estudios, comportamiento adecuado en el aula que facilita el estudio; la capacidad de realizar una lectura eficaz, así como la facilidad en el trabajo individual y grupal, todo ello logrado por una adecuada motivación para la práctica de hábitos de estudio. Este estudio aporta a nuestro trabajo en el establecimiento de niveles de discusión más amplios y con sustento teórico, comparativo encontrados en diferentes contextos.

Núñez y Sánchez (2001)

Una investigación sobre el programa inicial de hábitos y de técnicas de estudio para mejorar la actitud, el auto concepto ante el mismo y en alumnos de tercero primaria, fue realizada en un colegio privado de la capital. El diseño fue pre-experimental, de un solo grupo con pre test y post test. Durante el proceso se evaluó en primer lugar la actitud y el auto concepto ante el estudio. En base a los resultados obtenidos en la prueba, se elaboró un programa inicial de hábitos y técnicas de estudio de acuerdo a las necesidades de los alumnos. Se concluyó que el programa implementado mejoró las escalas de actitud y auto concepto ante el estudio, no sufrió ningún cambio significativo.

López (2006)

Otra investigación sobre la incidencia de los hábitos de estudio en un estudiante adolescente del sexo masculino, que cursaba primero básico en un colegio privado de la ciudad de Lima Perú, que se realizó en base a este caso único, aplicando el inventario de hábitos de estudio de Posar y el cuestionario de Edelvives A-024, concluyó que los hábitos de estudio deficientes interfieren directamente en la vida escolar.

Calderón (2005)

En la Universidad Católica de Perú, se realizó una investigación que tuvo como objetivo determinar la relación de los hábitos de estudio y la auto eficacia percibida según la condición académica. La muestra estuvo conformada por 135 estudiantes de una universidad privada de Lima, seleccionados por muestreo no probalístico intencional. Se tuvo así un grupo de estudiantes con mal rendimiento académico o en riesgo de ser dados de baja en la universidad y otro grupo de estudiantes con rendimiento académico normal. Los hábitos de estudio fueron medidos con el Inventario de Hábitos de Estudio de Pozar y la auto eficacia con la Escala de Auto eficacia general de Schawzer. Se realizó un análisis descriptivo de frecuencias y comparación de medias con el fin de buscar diferencias en cada grupo de estudiantes. Se encontró que, tanto la autoeficacia percibida, como algunas de las escalas de hábitos de estudio, no se relacionan con la condición académica de los estudiantes.

Terry (2008)

Vildoso, realizó la investigación respecto a la influencia de los hábitos de estudio y la autoestima de los estudiantes en una Universidad de Lima- Perú. Se trabajó con los estudiantes de segundo y tercer año. Una conclusión fue que sí existe influencia significativa de los hábitos de estudio y la autoestima de los alumnos de la muestra. En diferentes investigaciones realizadas a nivel primario, secundario o superior, se ha definido que los hábitos de estudio son indispensables para que el alumno adquiera su aprendizaje y el beneficio que el alumno logra, si desde temprana edad aprende sobre los mismos. Los hábitos de estudio son el mejor y más potente productor del éxito académico. Lo que determina un buen desempeño académico es el tiempo que dedica y el ritmo que se imprime al trabajo.

Vildoso (2003)

Hay en la actualidad investigaciones sobre los hábitos de estudio una de estas la de la M en T. E. Martha Díaz Flores, su investigación titulada “diagnóstico de hábitos de estudio en alumnos de primer ingreso al nivel superior de la UAEMéxico” presenta un estudio correlacional que tiene como objetivo, identificar cuáles son los hábitos de estudio de dichos alumnos así también como las diferentes formas en las que procesan la información y si hay diferencias de los hábitos de estudio entre los alumnos hombres y mujeres. Utilizando como herramienta el Cuestionario Diagnóstico de Hábitos de Estudio de Castro (1999), en modo de auto evaluación, que toma en cuenta 7 variables; lectura, procesamiento de información, concentración en el estudio, estudio independiente, administración del tiempo, recursos materiales y lugar de estudio. Esta investigación está en proceso de desarrollo.

**VARIABLES E HIPÓTESIS:**

VARIABLE DESCRIPTIVA	DIMENSIONES	INDICADOR
• Hábitos de estudio	• Planificación del estudio.	• Cuestionario de Métodos y Hábitos de estudio (CMHE) Editorial Océano.
	• Lugar y ambiente de estudio.	
	• El método de estudio.	
	• La lectora	
	• Memoria y atención	
	• La clase	
	• Técnicas auxiliares	
	• Revisión y exámenes	

### **Hipótesis General**

Los hábitos de estudio tienen una aceptación positiva en los estudiantes de séptimo a noveno grado del Instituto Nido de Águilas.

### **Hipótesis específicas**

- H<sub>1</sub>: Los esquemas de estudio que utilizan en la preparación para sus exámenes, logra una mayor eficacia académica (75% de la muestra utilizan esquemas)
- H<sub>2</sub>: Los alumnos que asisten a clases todos los días poseen en forma significativa un mayor número de hábitos de estudios positivos (80% de la muestra asisten a clases todos los días)
- H<sub>3</sub>: El manejo del subrayado tiende a tener hábitos de estudios positivos (85% de la muestra utilizan el subrayado)
- H<sub>4</sub>: La posición corporal en los estudiantes un buen hábito de estudio para disminuir el aburrimiento (90% de la muestra se preocupan de la posición corporal)
- H<sub>5</sub>: La comprensión de lo que se lee es fundamental para un buen aprendizaje (80% de la muestra comprenden todo lo que leen)
- H<sub>6</sub>: Estudiar a la misma hora facilitan el aprendizaje, (80% de la muestra estudian todos los días a la misma hora)
- H<sub>7</sub>: Tener un mobiliario adecuado es una herramienta indispensable para un mejor desempeño del estudiante (70% de la muestra tienen una mesa de trabajo)
- H<sub>8</sub>: Tener un calendario de repaso es una técnica que ayuda al estudiante para sus estudios (60% de la muestra tienen un calendario de repaso)

- $H_9$ : Preguntar al profesor sobre lo no entendido en clase favorece el aprendizaje (70% de la muestra preguntan al profesor lo que no entienden)
- $H_{10}$ : Repasar a diario lo visto en clase garantiza una mayor comprensión (75% de la muestra repasan lo visto en clases diariamente)

## MÉTODO

### ❖ Enfoque:

La investigación se realizó desde el enfoque cuantitativo.

### ❖ Contexto:

La investigación se llevó a cabo en las instalaciones del Instituto Nido de Águilas, ubicado en la Colonia El Pedregal, frente al antiguo local de Textiles Rio Lindo; gracias a la autorización y colaboración de la Directora de dicha institución, Licenciada Irma Elizabeth Vega.

### ❖ Muestra:

Se escogió todo el universo que consta de 140 estudiantes de séptimo, octavo y noveno, jornada matutina, de ambos sexos, del Instituto Nido de Águilas.

Nos reunimos en parejas y fue así que nos dividimos los cursos para aplicar el cuestionario; los estudiantes se encontraban en las clases de español, inglés y matemáticas en sus respectivas aulas de clases, con el permiso de la Licencia aplicamos a cada estudiante su cuestionario de Hábitos de Estudio con la supervisión correspondiente.

### ❖ Descripción detallada de la recolección de datos:

La recolección de datos se llevó a cabo de forma eficiente, mediante la aplicación de un cuestionario a estudiantes de 7mo a 9no grado, del Instituto Nido de Águilas. Para lo cual nos hicimos presentes en las instalaciones de dicha institución y procedimos a distribuir los cuestionarios entre los estudiantes. Dicho cuestionario brindó los datos que una vez obtenidos se analizaron. Se recabaron datos sobre la utilización de hábitos de estudio, estos fueron obtenidos en fecha 6 de abril, 2015. Los datos se obtuvieron mediante la aplicación de un cuestionario auto aplicado grupal. La variable a medir fueron los hábitos de estudio.

**❖ Procedimiento:**

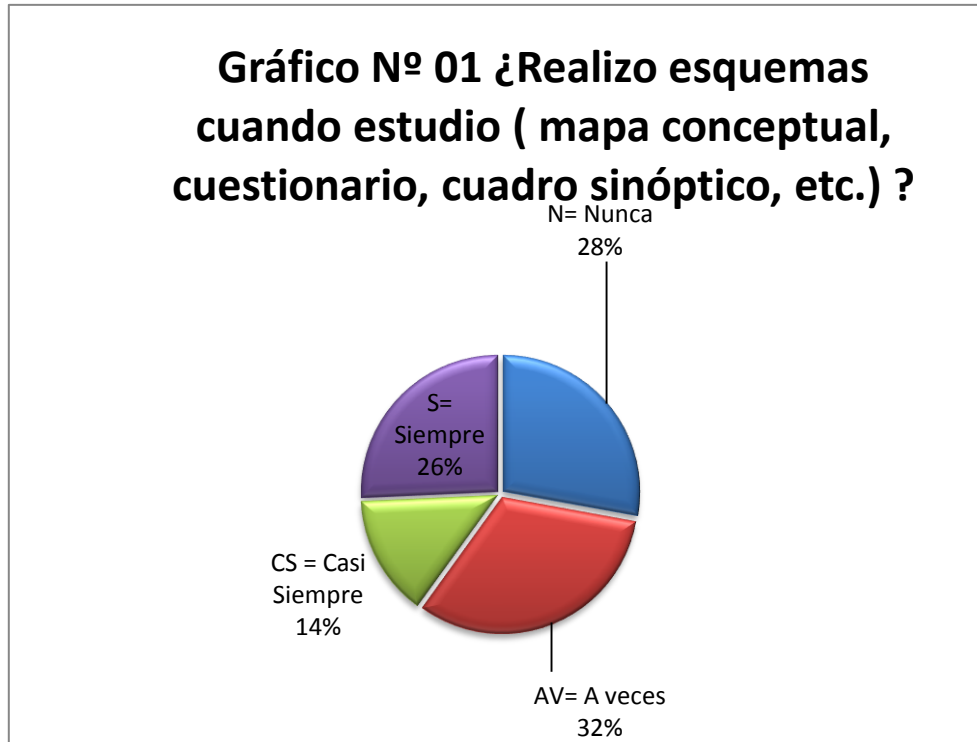
1. Reunión en el aula de clase de forma aleatoria para formar el equipo de trabajo. En esta primera reunión se estructuró la red de comunicación (WhatsApp y correo electrónico), se eligió la coordinadora del equipo y se levantó listado de todos los miembros del equipo.
2. En la primera reunión oficial como equipo, se hizo una lluvia de idea de temas que eran de interés para la investigación.
3. Se procedió a la elección del tema de investigación, para lo cual se usaron como base diversos estudios facilitados por el catedrático.
4. Se continuó con la redacción del problema, así como con el establecimiento de un objetivo general y al menos tres específicos y se realizó el primer borrador de la justificación y de la introducción.
5. Se procedió con la revisión bibliográfica de la variable y se realizaron cerca de 65 fichas textuales.
6. En internet se examinó el estudio internacional sobre el tema.
7. Luego de realizados los pasos 4 y 5 se procedió a comenzar a trabajar en el desarrollo del marco teórico.
8. Basados en el estudio facilitado por el catedrático, se procedió a adaptar el instrumento a utilizar en la investigación y posteriormente a redactar las hipótesis.
9. Teniendo el instrumento listo, se visitó las instalaciones del Instituto Nido de Águilas, donde se dio una reunión con la Licenciada Irma Elizabeth Vega, Directora de dicha institución. La Lic. Vega muy amablemente otorgó el visto bueno para presentarse el día lunes 7 de abril a aplicar las encuestas.
10. El día lunes 7 de abril se arribó a las 8 am a las instalaciones del Instituto Nido de Águilas, donde divididos en dos grupos y se procedió a aplicar las encuestas en los salones de clase de los grados 7mo-8vo & 9no.
11. Luego se procedió a la tabulación de los datos y realización de los respectivos gráficos.





## ANÁLISIS DE RESULTADOS:

- **H<sub>1</sub>:** Los esquemas de estudio que utilizan en la preparación para sus exámenes, logra una mayor eficacia académica (75% de la muestra utiliza esquemas cuando estudian) (ítem No.12)



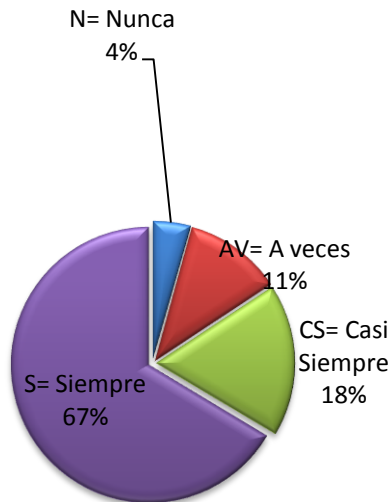
El 60% (32% a veces más 28% nunca) de los estudiantes no realizan esquemas cuando estudian por lo que se rechaza la hipótesis No.1 (el 75% de la muestra realizan esquemas de estudio).

Para Cutz G. (2003) “El resumen es reducir un texto manteniendo lo esencial y quitando lo menos esencial y quitando lo menos importante. Para resumir se subrayan las ideas fundamentales del texto, se ordena lo subrayado y se redacta con nuestras propias palabras. La síntesis Mientras estudiamos podemos ir sintetizando el contenido del texto en una hoja aparte. Cuando realizamos esta tarea, utilizando las palabras del autor, la llamamos “resumen”. Cuando lo hacemos con nuestras propias palabras, “síntesis”. Los esquemas y cuadros sinópticos”

No es una técnica sencilla ya que depende directamente de cómo se haya realizado el subrayado y la lectura. Un esquema debe presentar las ideas centrales del texto, destacadas con claridad. El esquema es como un resumen pero más esquematizado, sencillo y claro. Con un solo golpe de vista podemos percatarnos de la información que contiene el texto estudiado.

- **H<sub>2</sub>:** Los alumnos que asisten a clases todos los días poseen en forma significativa un mayor número de hábitos de estudios positivos (80% de la muestra procura asistir a clases todos los días) (ítem No.30)

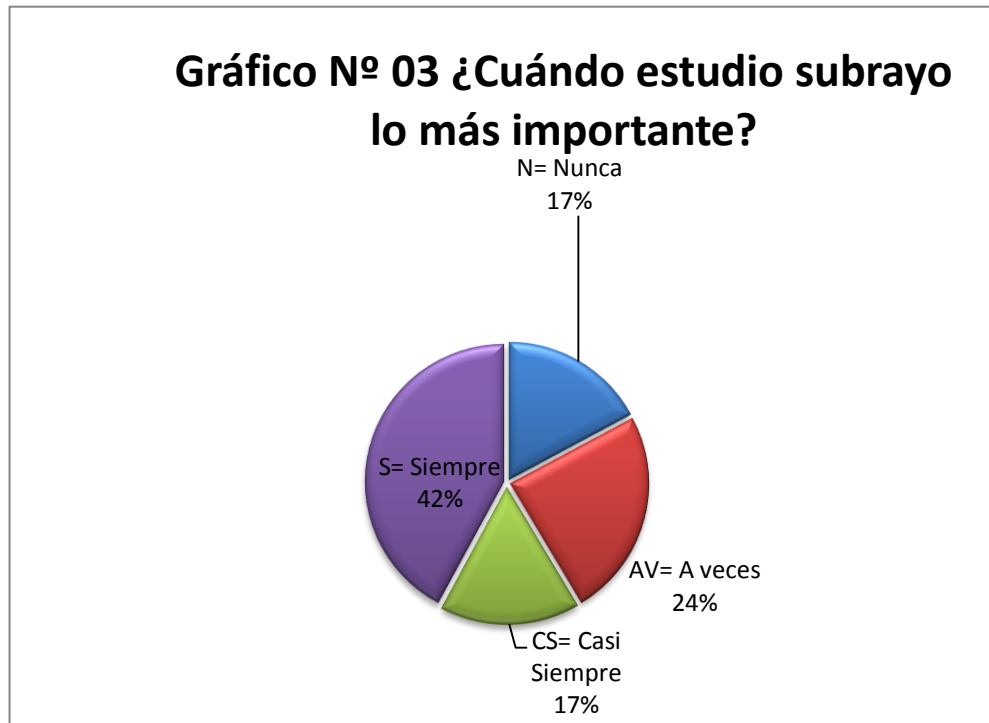
**Gráfico Nº 02 ¿ Procuro asistir a clases todos los días ?**



El 85% (67% siempre más 18% casi siempre) de los estudiantes procuran asistir a clases por lo que la hipótesis No.2 es aceptada (80% de la muestra asisten a clases todos los días).

La motivación en el estudio, es aquello que estimula el interés, lo que impulsa a una acción. Según Horna (2001), existen dos grandes motivaciones; la primera es aquella que proporciona placer y todo que impida sentir dolor, pocos educadores discutirán la premisa de que la motivación del estudiante es una influencia importante en el estudio. La motivación en este caso, está formada por todos aquellos elementos que dan la energía necesaria para el estudio y conseguir los objetivos propuestos, entre los factores motivantes encontramos diferentes tipos, se puede estudiar para terminar una carrera profesional, para mejorar el status social, para continuar con los amigos o por el gusto de aprender, todos son igualmente válidos siempre que marquen metas e intereses por conseguirlos.

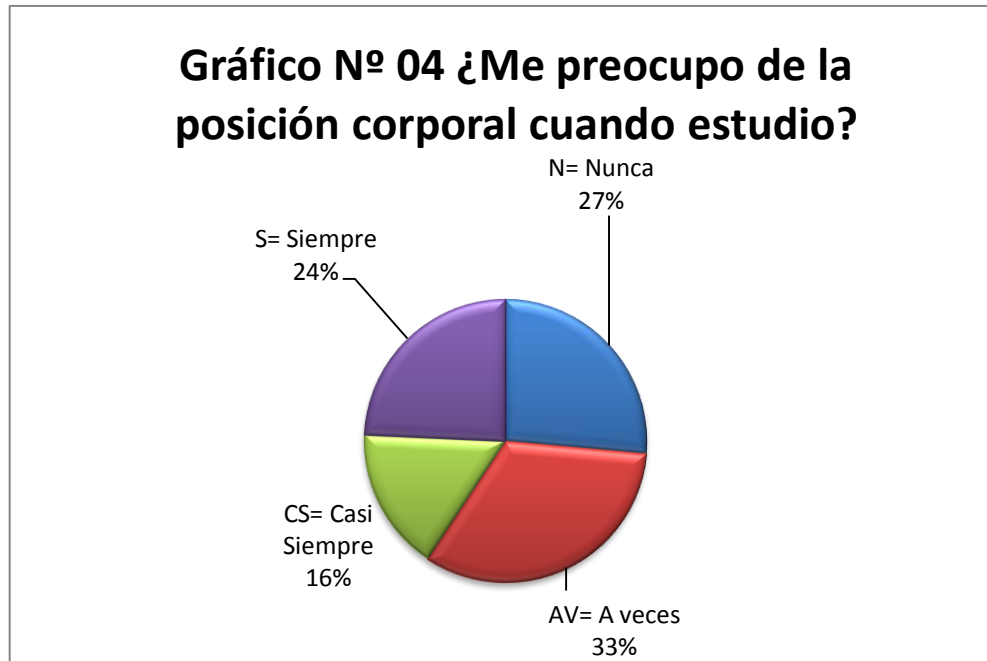
- **H<sub>3</sub>**: El manejo del subrayado tiende a tener hábitos de estudios positivos (70% de la muestra subraya lo más importante cuando estudian) (ítem No.11)



El 59% (42% siempre más 17% casi siempre) de los estudiantes están de acuerdo que cuando estudian subrayan lo más importante, porque se rechaza la hipótesis No.3 (el 70% de la muestra subrayan lo más importante).

Cutz, G (2003) dice que: “El subrayado es resaltar con una línea las ideas fundamentales de un texto, se hace Se lee con atención el texto las veces que sea necesario para comprenderlo bien. Se subraya en cada párrafo las palabras que nos dan las ideas más importantes. Normalmente son nombres o verbos. Si quieres hacerlo perfecto utiliza subrayado con dos colores: uno para lo básico y otro para lo importante pero secundario. Sirve para reflejar lo más importante de un texto, para realizar un resumen posterior y para estudiarlo y poder aprenderlo fácilmente”.

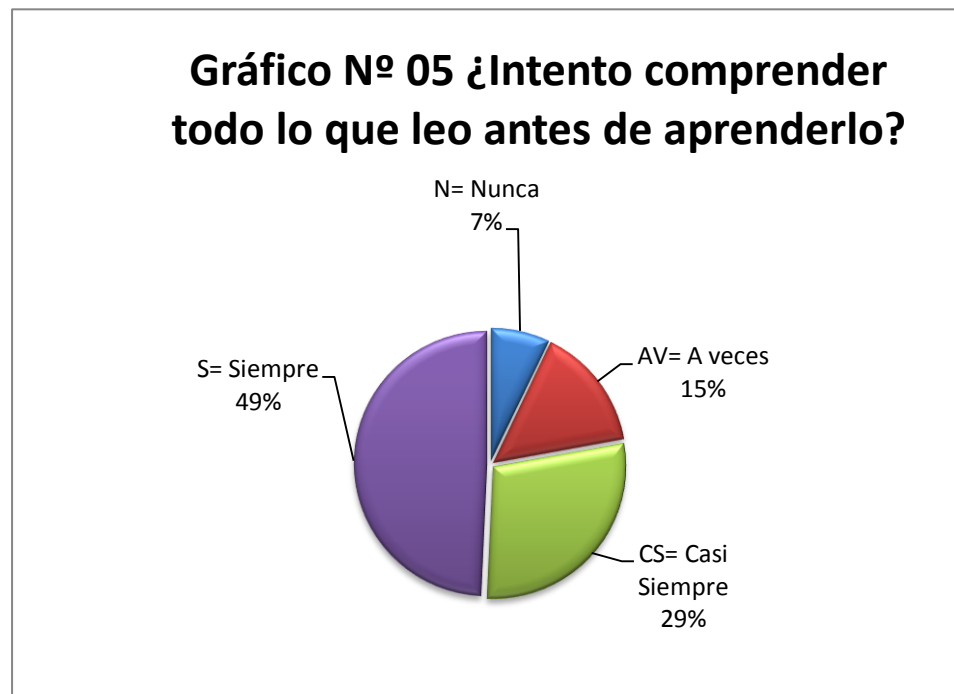
- **H<sub>4</sub>:** La posición corporal en los estudiantes un buen hábito de estudio para disminuir el aburrimiento (90% de la muestra se preocupa de la posición corporal cuando estudian) (ítem No.7)



Un 60% (33% a veces más 27% nunca) Señala la presencia de preocupación de la posición corporal cuando estudio, por lo que rechaza la hipótesis No. 4 (el 90% de la muestra señala la presencia de preocupación de la posición corporal cuando estudio).

Belaunde, (2002) sostiene que “Se debe organizar las actividades de estudio, pero también los descansos para mejorar el rendimiento. Conviene un pequeño descanso tras una hora de estudio. También es importante adoptar una postura adecuada para el estudio activo y reducir la fatiga física, espalda recta y bien apoyada, temperatura agradable, buena iluminación y ventilación. La forma de respirar es importante, de vez en cuando se puede utilizar para relajar la tensión muscular y oxigenarse, lo que puede hacerse por respiración ventral. Además es conveniente mantener unos buenos hábitos de sueño, alimentación y ejercicio, sobre todo en la época de exámenes. Una regla de oro para la motivación es asegurar un tiempo para el descanso, reconocer y gratificarse por el trabajo realizado.”

- **H<sub>5</sub>:** La comprensión de lo que se lee es fundamental para un buen aprendizaje (80% de la muestra intenta comprender todo lo que leen) (ítem No.14)



Un 78% (49% siempre más 29% casi siempre) intentan comprender todo lo que leen antes de aprenderlo, por lo que se acepta la hipótesis No.5 (el 80% de la muestra intentan comprender todo lo que leen)

Al igual que Castillo (2004), indica que hay diversas razones para que esto sea así, es la aparente desconexión entre las materias de estudio y sus preocupaciones e intereses cotidianos, de 100 estudiantes solamente 20 juzgan interesante todo lo que estudian. Otra razón importante se encuentra en los propios hábitos y métodos de estudio que utilizan los estudiantes que no son las adecuadas para no encontrarle sentido a lo que estudia o realiza, porque en su mayoría de estudiantes solamente memorizan un párrafo del tema sin analizar qué es lo que quiere transmitir, y al querer compartir los que supuestamente estudio, simplemente repite las mismas palabras del tema, de la misma manera continuará el mismo proceso con el resto de los apartados del tema y eso no es estudiar de verdad como se debe.

- **H<sub>6</sub>**: Estudiar a la misma hora facilitan el aprendizaje, (80% de la muestra estudia todos los días) (ítem No.1)

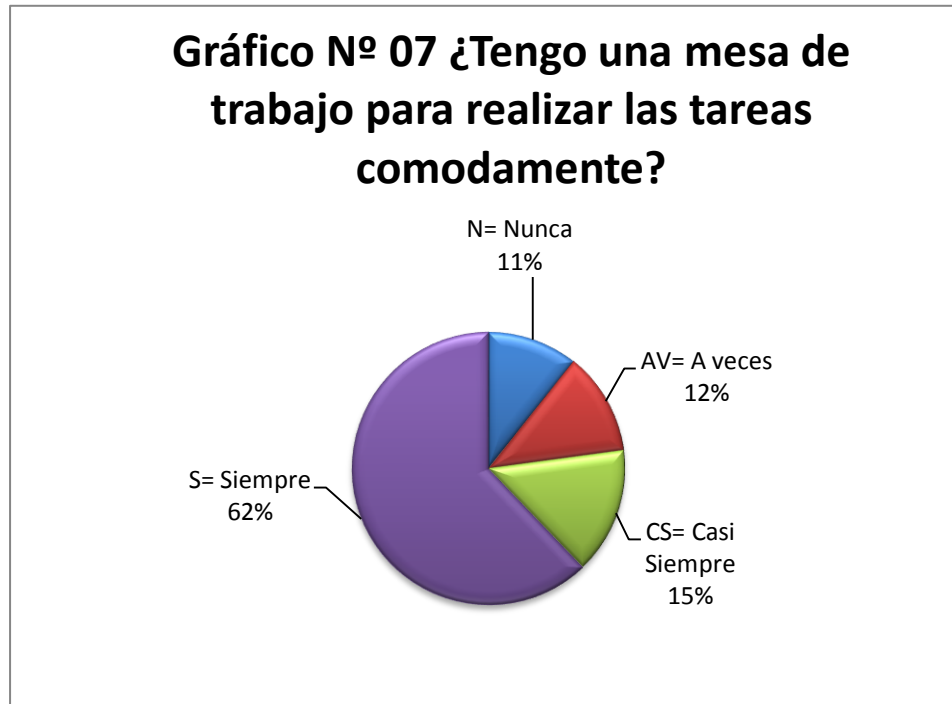


Un 72 % (nunca 36% mas 36% de algunas veces) opinaron que no estudian todos los días por lo que rechaza la hipótesis No.6 (el 80% de la muestra estudia todos los días)

Poves (2001), el hábito de estudio es una acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora, la reiteración de ésta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que hace más fácil y efectiva. El estudiante organiza su tiempo y espacio; aplica técnicas y métodos concretos que utiliza para estudiar, por ello recurre a éstos aspectos en pos de lograr hábitos”



- **H<sub>7</sub>:** Tener un mobiliario adecuado es una herramienta indispensable para un mejor desempeño del estudiante (70% de la muestra tiene una mesa de trabajo para realizar sus tareas ) (ítem No.9)



El 77% (62% siempre más 15% casi siempre) utilizan una mesa de trabajo para poder realizar sus tareas cómodamente, por lo que se acepta la hipótesis No. 7 ( 70% de la muestra tienen una mesa de trabajo)

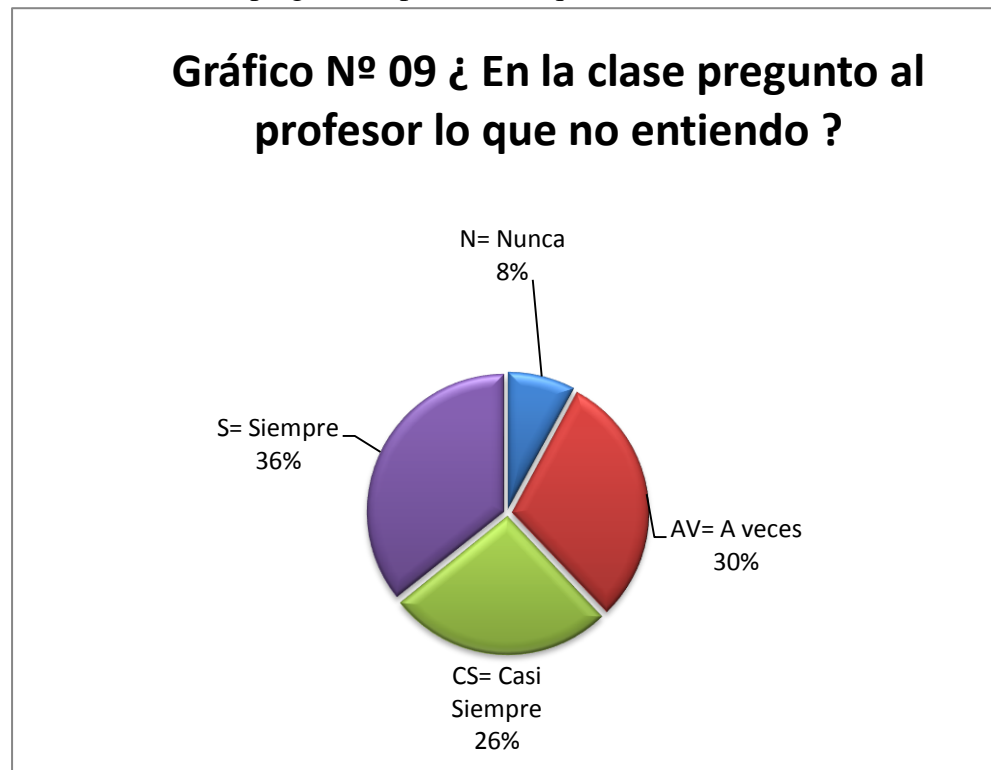
Soto (2004.), que nos habla sobre los factores ambientales: “Inciden directamente en la formación de hábitos de estudio siendo los principales; disponer de un lugar de estudio de uso exclusivo, el cambiar de sitio, no favorece a la concentración; el lugar debe ser agradable, bien ventilado, se debe contar con el mobiliario adecuado, entre los factores tenemos la planificación es el primer objetivo que debemos lograr es hacer una planificación del tiempo que hay que dedicar al estudio. Los buenos resultados en el estudio se consiguen realizando un trabajo bien hecho, con métodos y hábitos apropiados. Es necesario formar la costumbre de estudiar. El lugar de estudio es importante estudiar siempre en un mismo sitio, creando de esta manera un espacio acondicionado al estudiante y que éste considere como propio.

- **H<sub>8</sub>:** Tener un calendario de repaso es una técnica que ayuda al estudiante para sus estudios (60% de la muestra tiene un calendario de repaso) (ítem No.50)



El 61% (40% nunca más 21% a veces) de los estudiantes no realizan un calendario de repaso, por lo tanto se rechaza la hipótesis No.8 ( 60% de la muestra tienen un calendario de repaso) por lo que contradice el estudio de Horna (2001), Los factores psicológicos son: “Las condiciones personales, empieza con la actitud positiva, y el deseo, así como la disciplina, la persistencia organización personal, saber manejar el tiempo; encontrarse bien, física y mentalmente, ayuda enormemente al estudio, éstos aspectos muchas veces no están bajo control, pero si pueden ser mejoradas con actividad física, horas de sueño suficientes, alimentación adecuada compuesta de una dieta que ponga mayor énfasis en los desayunos y evitando en lo posible los alimentos que no sean frescos, relajación adecuada. La mentalización de tener que estudiar, es parte muy importante en el estudio diario, ya que es casi obligatorio y no consiste en estar delante de los libros dos o tres horas todos los días. Consiste en ver nuestras propias necesidades, analizar en qué campos o temas tenemos más problemas, cuales son las prioridades inmediatas (exámenes, y trabajos, presentaciones, etc.), y a partir de ahí confeccionamos un horario de trabajo diario.

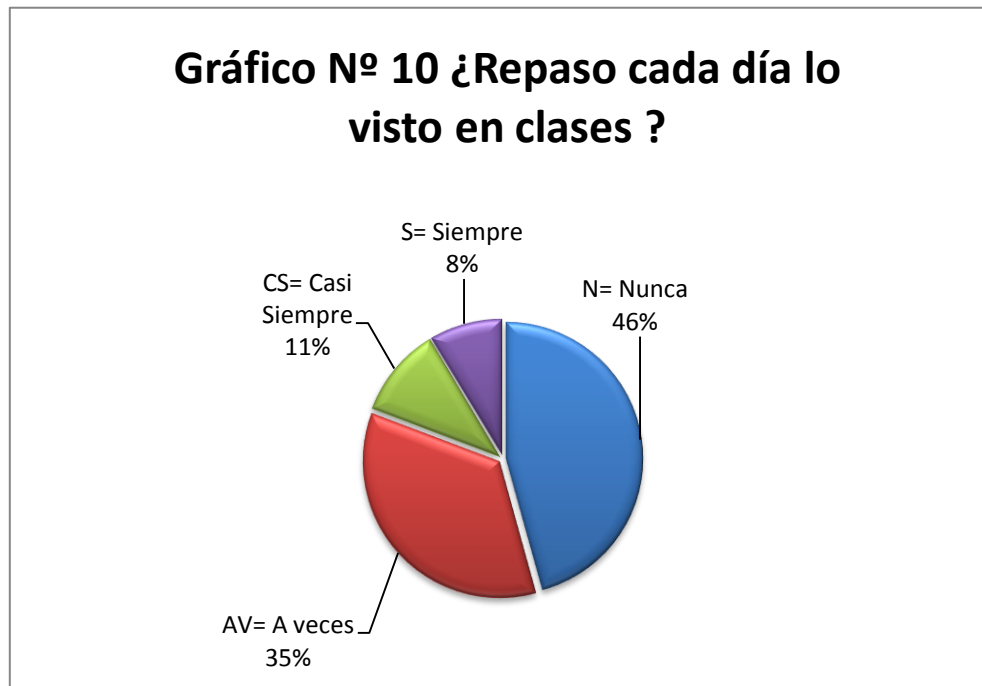
- **H<sub>9</sub>:** Preguntar al profesor sobre lo no entendido en clase favorece el aprendizaje (70% de la muestra pregunta al profesor lo que no entiende) (ítem No.31)



El 62% (36% siempre más 26% casi siempre) preguntan al profesor sobre lo que no entendieron, por lo que se rechaza la hipótesis No.9 (70% de la muestra pregunta al profesor sobre lo no entendido en clase)

Bellenato (2005) Al mismo tiempo manifiestan todas las dudas que tenga para que le sean respondidas sin quedarse con la duda, si no se aprovecha surgirán dificultades de comprensión de no tener claro el tema visto en clases, de la misma manera esa duda o dudas percutirá en todo el proceso de la enseñanza, el maestro debe ser moderno y no tradicionalista como se creía anteriormente que el alumno era receptor no teniendo voz ni voto y el maestro era el único protagonista de la clase.

- **H<sub>10</sub>:** Repasar a diario lo visto en clase garantiza una mayor comprensión ( 75% de la muestra repasa todos los días lo visto en clases) (ítem No.16)



El 81% (46% nunca más 35% a veces) no repasan cada día lo visto en sus clases, es por eso que se rechaza la hipótesis No.10 (75% de la muestra repasan a diario lo visto en clase) que contradice lo dicho de Horna (2009), que menciona que si estudiar fuese tan sólo repetir de la forma tradicionalista, el aburrimiento y la ineficiencia serían dos consecuencias inevitables. Sin embargo, además de repetir, que también hay que hacerlo, se pueden hacer otras muchas cosas para que el aprendizaje sea comprensivo y duradero, la alternativa se encuentra en un método de estudio entendido como un proceso continuo de trabajo que empieza en el aula y termina después de las evaluaciones. Porque hay alumnos que únicamente anotan, luego guardan y sacan los apuntes hasta la hora de las evaluaciones ni ellos entienden que fue lo que escribieron, un concepto no se puede entender sin conocer el anterior ni se puede multiplicar si no sabe sumar, la idea de repasar en casa lo visto en clase todo los días es garantizar una adecuada comprensión y recuerdo de la información a corto y a largo plazo.

## DISCUSIÓN:

### Conclusiones:

1. Podemos concluir que la mayoría de los estudiantes no realizan esquemas para estudiar.
2. La mayoría de estudiantes asisten a clases diariamente.
3. La técnica del subrayado no es practicada por los estudiantes.
4. Los estudiantes señalan que la posición corporal no es muy importante al momento de estudiar.
5. La mayoría de los estudiantes comprenden todo lo que leen antes de aprenderlo.
6. Los estudiantes no tienen el hábito de estudiar todos los días.
7. Tener un lugar exclusivo, con las condiciones adecuadas facilita el aprendizaje.
8. Los estudiantes no realizan un calendario para estudiar.
9. La mayoría de los estudiantes no acostumbran a preguntar lo que no entienden al docente.
10. Los estudiantes no repasan lo visto en clase todos los días.

**Recomendaciones:****A los maestros:**

- Enseñar al estudiante a planificar y coordinar su tiempo, sin dejar a un lado la importancia que tiene la motivación en el proceso de enseñanza aprendizaje, pues ésta ayuda a un buen desarrollo en el estudiante, su fuerza interior y las ganas de ejecutar una acción.
- Incentivar el desarrollo de hábitos positivos de estudio en las diferentes actividades académicas planificadas, ejecutadas y evaluadas; a través de tareas domiciliarias, trabajos de investigación y las clases.

**A los padres de familia:**

- Motivar a mantener una buena relación entre padres e hijos y hacerles notar que la escuela es importante, con la finalidad de incrementar el esfuerzo Académico.
- Involucrar a los padres y representantes de los alumnos en esta problemática para que así ellos colaboren con el trabajo y mantenimiento en cuanto a hábitos de estudio se refiere y el apoyo emocional que deben brindar a sus hijos para que obtengan un mejor rendimiento.

**A los Estudiantes:**

- Incentivar la participación activa en la clase por medio de la selección del material adecuado de estudio, enseñando a utilizar mejor su tiempo, a leer, comprender, señalar lo esencial, resumir adecuadamente y relacionar lo estudiado con su diario vivir.
- El organizar nuestro tiempo para estudiar es una estrategia muy importante porque así se evita tomar horas asignadas a otras actividades como dormir, recrearnos, alimentarnos y actividades familiares.

Se generaliza la población ya que se tomó todo el universo de 7mo a 9no grado del Instituto Nido de Águilas.

### **Implicaciones:**

- Según los resultados obtenidos en la investigación acerca de los hábitos de estudio podemos decir que los estudiantes practican hábitos de estudio positivos. Los estudiantes entrevistados esperan y desean que la institución tenga esa tarea de poder inculcarles los diferentes tipos de hábitos de estudio para un rendimiento eficaz. Confiamos que a esta investigación se le dé el debido seguimiento y el interés correspondiente para que los estudiantes tengan el apoyo de poder practicar otros tipos de hábitos de estudio para su beneficio, de lo contrario se irá perdiendo la práctica de los antes mencionados.

El instrumento se aplicó mediante un cuestionario de forma escrito a los estudiantes de séptimo a noveno grado.

Los objetivos establecidos se cumplieron favorablemente, ya que se conocieron los hábitos de estudio que ponen en práctica los estudiantes del séptimo a noveno grado del Instituto Nido de Águilas.

Con los resultados obtenidos propondremos a los docentes los hábitos que los alumnos deben tomar en cuenta para obtener mejores resultados en sus calificaciones.

Un estudio realizado en la Universidad de Granada (2001), a través de la revista Gabinete Psicopedagógico contemplado con el marco teórico coincide con el estudio que nosotros realizamos en el Instituto Nido de águilas que una buena práctica de hábitos de estudio llevara a que los estudiantes sean más responsables con sus tareas designadas.

Una investigación sobre los hábito de estudio, realizado porBelaúnde (1994) citado en el marco teórico; coinciden con las funciones de motivación de los estudiantes del instituto Nido de Águilas que organiza su tiempo y espacio; aplica técnicas y métodos concretos para utilizar y posponer un buen resultado.

Según Soto, implantado en el marco teórico nos dice que se debe de contar con un mobiliario adecuado, que inciden directamente en la formación de hábitos; por lo que coincide con la investigación realizada por nosotros que los estudiantes tienen una mesa para realizar sus trabajos cómodamente y tener un mejor desempeño.

### Importancia y significado de la investigación:

Los hábitos de estudio son una herramienta fundamental para los estudiantes, como hemos comprobado en esta investigación, incluso mucho más que la medida de la inteligencia. Lo que favorece sobre todo nuestros resultados escolares es el tiempo que dedicamos al estudio y el aprovechamiento del tiempo con unos buenos hábitos de trabajo, atención y concentración.

Durante la etapa de Primaria, el alumnado adquiere los hábitos de estudio de manera informal y progresiva, ya que por lo general no suelen enseñarse directamente, al menos hasta el último ciclo de la etapa. Al iniciar la Secundaria, los estudiantes experimentan una mayor exigencia en el trabajo escolar que les requiere un esfuerzo mayor que el que venían aplicando en la etapa de Primaria. Tienen más asignaturas, el peso de los exámenes es mayor y estos son más frecuentes.

El 75% del alumnado que viene de Primaria con buenos hábitos de estudio y esfuerzo promociona con todas las asignaturas aprobadas. Es decir, 3 de cada 4 estudiantes mantienen los buenos resultados de la escuela.

La importancia de esta investigación es que a partir de él nos podemos dar cuenta en que están fallando los alumnos y en qué medida el docente puede ser responsable de esto, al no hacer inca pie en fomentar desde los primeros años escolares diversas estrategias para que el alumno adquiera técnicas de estudio.

Si se reparara en esto, hasta el docente saldría beneficiado porque el alumno sería más independiente, por lo cual alcanzaría un buen desempeño en sus diferentes niveles académicos.

### Resultados inesperados:

- En la H1 se encontró el primer resultado inesperado, al mostrar que el 60% de estudiantes no realiza esquemas ni estrategias al momento de estudiar. Es inesperado ya que se considera muy importante para la obtención de buenos resultados hacer un esquema de estudio que ayude a realizar el aprendizaje de forma eficiente. Se considera que esta hipótesis falló, debido al poco conocimiento e interés en creación de esquemas por parte de los estudiantes.
- Un segundo resultado inesperado es el mostrado en la 9na hipótesis, donde el 62% de los estudiantes no le hacen preguntas al maestro para aclarar dudas y tener una mejor comprensión del tema. Según los expertos las preguntas al maestro deberían ser una práctica constante ya que esto les ayuda a los estudiantes a obtener un aprendizaje significativo. Se concluye que esta hipótesis falló, debido al temor de los estudiantes a realizar interrogantes que puedan causar burla por parte de sus



compañeros o que el maestro no quiera contestar haciéndolo ver como algo sin relevancia.

- El tercer resultado inesperado es el mostrado en la décima hipótesis, donde el 81% de los estudiantes no repasa a diario sus apuntes. Uno de los hábitos de estudio que se considera debe ser fomentado y practicarse a diario es precisamente repasar a diario los estudios, ya que esto ayuda a identificar dudas y a reforzar conocimientos entre otras. Esta tercera hipótesis falló, debido al poco interés que tienen los jóvenes en la actualidad en invertir su tiempo libre en estudios. Es más fácil dedicar este tiempo a navegar por internet, salir con amigos, chatear, etc.

## BIBLIOGRAFÍA

Aduna Mondragón, Márquez Serrano, Eneida 1997, Curso de hábitos de estudio y autocontrol, México, Editorial S.A.

Calderón, J. (2005). La incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico. Tesis inédita, Universidad Rafael Landívar. Guatemala.

García, C., Gutiérrez, M. y Condemarín, E. (2005). A estudiar se aprende. (9ª ed.). México, D.F: Editorial Alfa omega.

García, M. (2005) Estrategia experimental para desarrollar técnicas y hábitos de estudio dirigido a estudiantes de 12 a 15 años, cursantes del nivel básico del colegio Mixto privado El deber. Tesis inédita Universidad de San Carlos de Guatemala.

Gonzales, J., Núñez, J. y García, M. (1998). Dificultades del aprendizaje escolar. Madrid: Ediciones Pirámide, S.A.

Hernández Pinas Fuensanta, Aprender a aprender, técnicas de estudio, Pg. 35-39.

Horna R. (2001) Aprendiendo a Disfrutar del Estudio. Ed. Renalsa. Perú.

Jiménez, J. y Gonzales, J. (2004). Métodos para desarrollar hábitos y técnicas de estudio.

López, M. (1978). Hábitos de estudio en la escuela. México: Trillas. OCDE: Ministerio de Educación, cultura y Deporte, 2001.pag. 31.

López, M. (2006) Aprendiendo y creciendo juntos. Tomo II .Bogotá, Colombia: Ediciones Gamma, S.A.

Mora, J. (1998). Acción tutorial y orientación educativa. (5ª. ed.).México: Edición Narcea S.A.

Terry, L. (2008). Hábitos de estudio y autoeficacia percibida en estudiantes universitarios, con y sin riesgo académico. Tesis inédita. Universidad Pontificia Católica de Perú, Perú.

Vildoso, V. (2003). Influencia de los hábitos de estudio y la autoestima en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela de agronomía de la Universidad Jorge Basadre Grohman. Tesis inédita. Universidad Mayor de San Marcos. Perú.

# ANEXOS

## Cuestionario de Hábitos de Estudio

Nombre:	Clase/Sección:
Centro:	Género:
Edad:	Fecha:

**Instrucciones:**

A continuación, encontraras una lista de preguntas referidas a tu modo de estudiar. En cada pregunta debes elegir una de las cuatro opciones que la acompañan, marcándola con una X, según tu preferencia. El significado de las letras es N= Nunca, AV= A Veces, CS= Casi Siempre y S= Siempre. Es importante que respondas cada pregunta por separado independientemente de tus respuestas en las anteriores. Este cuestionario está basado para que reflexiones sobre lo que haces, no para darte una calificación final, así pues, responde sinceramente y reflexiona sobre tus respuestas. La aplicación de este cuestionario, servirá para saber dónde estás en cuanto a Hábitos de Estudio.

	Puntuación	1	2	3	4
1	Estudio todos los días	N	A.V	C.S	S
2	Estudio a la misma hora	N	A.V	C.S	S
3	Planifico lo que debo estudiar cada día	N	A.V	C.S	S
4	Anoto en mi agenda todo lo que debo hacer	N	A.V	C.S	S
5	Tengo un sitio para estudiar	N	A.V	C.S	S
6	Evito estudiar con música	N	A.V	C.S	S
7	Me preocupo de la posición corporal cuando estudio	N	A.V	C.S	S
8	Antes de sentarme a estudiar, preparo todo lo necesario	N	A.V	C.S	S
9	Tengo una mesa de trabajo para trabajar cómodamente	N	A.V	C.S	S
10	Cuando estudio, leo primero la lección para saber de qué va a tratar	N	A.V	C.S	S
11	Cuando estudio subrayo lo más importante	N	A.V	C.S	S
12	Realizo esquemas cuando estudio (mapa conceptual, cuestionario, cuadro sinóptico, etc.)	N	A.V	C.S	S
13	Uso mis esquemas para repasar	N	A.V	C.S	S
14	Intento comprender todo lo que leo antes de aprenderlo	N	A.V	C.S	S
15	Consulto otros libros antes de los textos	N	A.V	C.S	S
16	Repaso cada día lo visto en clases	N	A.V	C.S	S
17	Repaso en voz alta para retener mejor lo aprendido	N	A.V	C.S	S
18	Leo todos los días un rato	N	A.V	C.S	S
19	Me intereso por lo que leo	N	A.V	C.S	S
20	Me interesan las lecturas que me mandan mis profesores	N	A.V	C.S	S
21	Adapto mi velocidad lectora al tema que leo o estudio	N	A.V	C.S	S
22	Cuando leo, me interrumpo de vez en cuando para descansar la vista	N	A.V	C.S	S
23	Busco en el diccionario las palabras que no entiendo	N	A.V	C.S	S
24	Cuando leo no me molesta que hablen a mi lado	N	A.V	C.S	S
25	Cuando leo de forma silenciosa, no muevo ni los labios ni la lengua	N	A.V	C.S	S
26	Intento memorizar solo aquello que me parece lo más importante de	N	A.V	C.S	S

	cada lección				
27	Trato de comprender lo que estudio antes de memorizarlo	N	A.V	C.S	S
28	Repaso en voz alta para memorizarlo mejor	N	A.V	C.S	S
29	Estudio activamente para no distraerme	N	A.V	C.S	S
30	Procuro asistir a clases todos los días	N	A.V	C.S	S
31	En la clase pregunto al profesor lo que no entiendo	N	A.V	C.S	S
32	Me llevo bien con los profesores	N	A.V	C.S	S
33	Procuro estar activo/a en la clase para no distraerme	N	A.V	C.S	S
34	Tomo apuntes en clases	N	A.V	C.S	S
35	Después de la clase, paso a limpio mis apuntes	N	A.V	C.S	S
36	Uso abreviaturas cuando tomo apuntes en la clase	N	A.V	C.S	S
37	Intento organizar mis apuntes todos los días	N	A.V	C.S	S
38	Uso apuntes y libros para prepararme para los exámenes	N	A.V	C.S	S
39	Consulto a la biblioteca para hacer mis trabajos en clase	N	A.V	C.S	S
40	Uso libros de consulta para ampliar mi información	N	A.V	C.S	S
41	Las ideas más importantes de lo que leo las registro en fichas	N	A.V	C.S	S
42	Me gusta cuidar mi ortografía	N	A.V	C.S	S
43	Cuando realizo un trabajo primero lo hago en borrador	N	A.V	C.S	S
44	Me gusta que mis trabajos tengan una buena presentación	N	A.V	C.S	S
45	Cuando tengo que hacer un trabajo realizo un esquema previo	N	A.V	C.S	S
46	Cuando escribo lo entiende el profesor sin dificultad	N	A.V	C.S	S
47	Me intereso por interpretar los gráficos que aparecen en mis lecturas	N	A.V	C.S	S
48	Me gusta participar en clases	N	A.V	C.S	S
49	Me tomo tiempo para prepararme en mis exámenes	N	A.V	C.S	S
50	Tengo un calendario de repaso	N	A.V	C.S	S
51	El día antes del examen lo dedico a repasar	N	A.V	C.S	S
52	Antes de realizar un examen organizo lo que voy a necesitar	N	A.V	C.S	S
53	En los exámenes empiezo siempre por la pregunta que mejor me parece	N	A.V	C.S	S
54	Antes de contestar a una pregunta en un examen, pienso detenidamente lo que debo responder	N	A.V	C.S	S
55	En el examen si algo no entiendo lo pregunto al profesor	N	A.V	C.S	S

## Instalaciones y estudiantes del instituto Nido de Águilas

