



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

PLANTEL NEZAHUALCÓYOTL DE LA ESCUELA PREPARATORIA



ORIENTACIÓN EDUCATIVA CUARTO SEMESTRE MÓDULO I PROCESOS DE APRENDIZAJE AUTOGESTIÓN EN EL APRENDIZAJE

Lic. en Psic. JAIME LUIS ARCE TRUEBA



Septiembre 2016.





ORIENTACIÓN EDUCATIVA CUARTO SEMESTRE MÓDULO I PROCESOS DE APRENDIZAJE

Propósito:

Identifica la importancia que tiene la autogestión de su aprendizaje para el éxito académico.

Competencia de la Dimensión:

Identifica sus fortalezas y limitaciones, intereses y expectativas personales en los ámbitos cognitivo, procedimental y emocional, sustentando la elección madura de una profesión y la construcción de su proyecto de vida.



ORIENTACIÓN EDUCATIVA CUARTO SEMESTRE MÓDULO I PROCESOS DE APRENDIZAJE

COMPETENCIA GENÉRICA

1. Se conoce y valora a sí mismo y aborda problemas y retos teniendo en cuenta los objetivos que persigue.

1.1 Enfrenta las dificultades que se le presentan y es consciente de sus valores, fortalezas y debilidades.

7. Aprende por iniciativa e interés propio a lo largo de la vida

7.3 Articula saberes de diversos campos y establece relaciones entre ellos y su vida cotidiana.

AUTOGESTIÓN EN EL APRENDIZAJE

Se entiende como el marco en que el estudiante es el principal responsable y administrador de su proceso de aprendizaje, encuentra sus objetivos académicos, gestiona recursos de material humano, prioriza sus decisiones y tareas en sus circuito de aprendizaje.

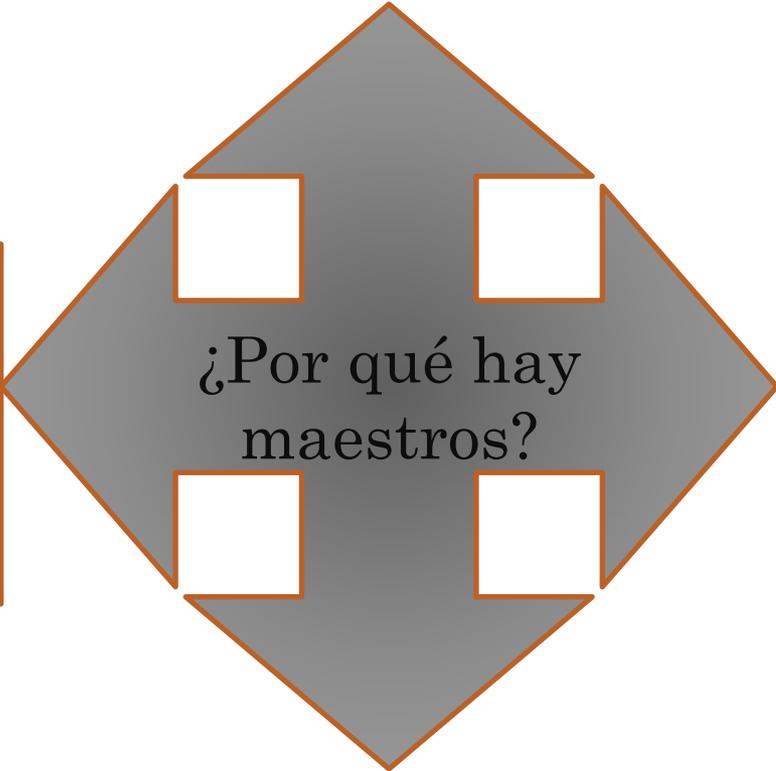


(Bandura, 1982)



Entonces...

Motivar la curiosidad del alumno en su aprendizaje



Tiene la finalidad de ser el facilitador del aprendizaje



Demostrar al alumno lo indicado en relación al aprendizaje



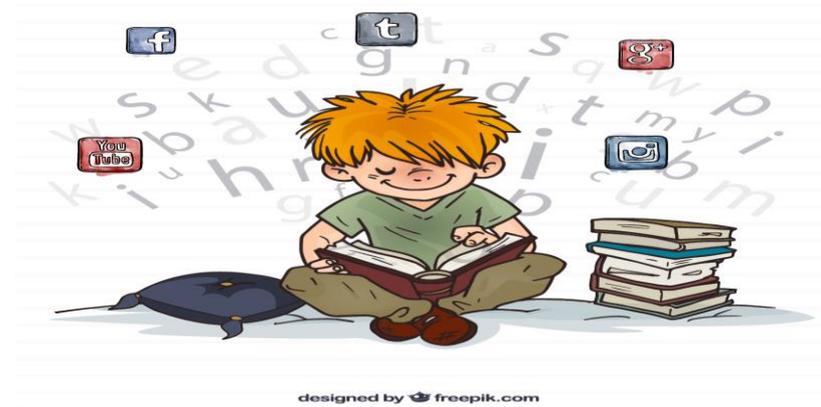
Se debe trabajar de forma paralela.
El alumno curioso de saber y el maestro
entregado a su clase.



El alumno debe tener su vida organizada y sus metas
fijas para así poder adquirir un mejor



Se reconoce que cada estudiante dependiendo de su contexto y sus variables (competencias y habilidades), desarrolla un estilo de aprendizaje propio.



El estudiante debe ser consciente de su responsabilidad en modular su aprendizaje y desarrollar estrategias para resolver problemas y de la necesidad de evaluación de la efectividad de ellas.



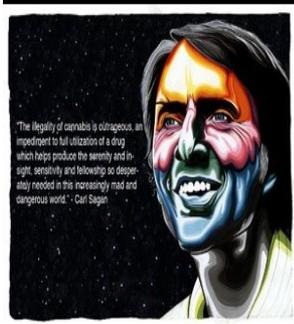
.....

Provoca una nueva forma de aprendizaje y construcción del conocimiento

Se refiere a la capacidad de aprender por si mismo

Aprendizaje autónomo

Cada persona asume su propia responsabilidad e iniciativa para su aprendizaje



El cerebro es como un músculo. Cuando está en uso nos sentimos muy bien. La comprensión es alegre.

-Carl Sagan

www.frasesgo.com





MOTIVACIÓN

Causa del movimiento, se refiere al señalamiento o énfasis que se descubre en una persona hacia un determinado medio de satisfacer una necesidad, creando o aumentando con ello el impulso necesario para que ponga en obra ese medio o esa acción, o bien para que deje de hacerlo.



A word cloud featuring various terms related to motivation. The words are arranged in a cluster, with 'MOTIVACION' being the largest and most central. Other prominent words include 'inspiración', 'energía', 'atracción', 'positivismo', 'sueños', 'poder', 'fuerza', 'alegría', 'mente', 'secretos', 'metas', and 'creer'. The colors of the words range from dark green to bright orange.

secretos
fuerza
alegría
energía
mente
poder
inspiración
MOTIVACION
sueños
atracción
positivismo
metas
creer



CONOCIMIENTOS PREVIOS

Es la información que el individuo tiene almacenada en su memoria, debido a sus experiencias pasadas ayudando así a una mejor percepción de lo nuevo significativo que el quiera incorporar.

el aprendizaje no consiste en incorporar conocimientos al vacío, sino en modificar conocimientos anteriores.



HABILIDADES COGNITIVAS

Son operaciones del pensamiento por medio de las cuales el sujeto puede apropiarse de los contenidos y procesos de su interés.

Que a su vez permitirá al sujeto adquirir nuevos conocimientos de una forma organizada y precisa, dependiendo de la forma en que lo lleve a cabo.



HABILIDADES METACOGNITIVAS

Es la habilidad que tenemos para aprender a conocer y controlar los procesos básicos que requerimos para un aprendizaje adecuado. Nos permite crear estrategias, incluso puede detectar las posibles fallas que puedan nacer al momento.

Se basan en:

Observación.

Descripción.

Comparación.

Relación

Ordenamiento.

Análisis

Síntesis.



HABILIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES

Habilidades sociales: Son conductas que emite un individuo dentro de un contexto social y es capaz de expresar emociones, sentimientos, deseos, derechos etc., de forma adecuada, respetando siempre la opinión y conducta de los demás. Su objetivo es la potenciación de las consecuencias favorables y la minimización de las desfavorables.



HABILIDADES SOCIALES Y EMOCIONALES

Habilidades emocionales: Se refiere a los controles de la conducta que esta a su vez interfiere en el aprendizaje e influyen en forma de sentimientos, conducta etc.



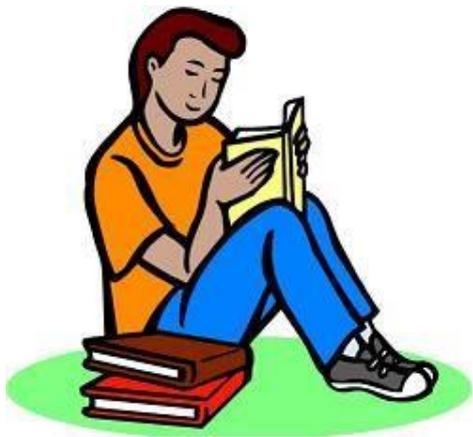
APRENDIZAJE AUTODIRIGIDO

Es un método de enseñanza en el que el estudiante asume la iniciativa en el diagnóstico de sus necesidades de aprendizaje, la formulación de los objetivos, la elección y búsqueda de los recursos humanos y materiales para el aprendizaje, selecciona las estrategias para mejor aprender y evalúa las formas en que este se maneja o se va desarrollando, dando así una posible conclusión de como es incorporado el aprendizaje.



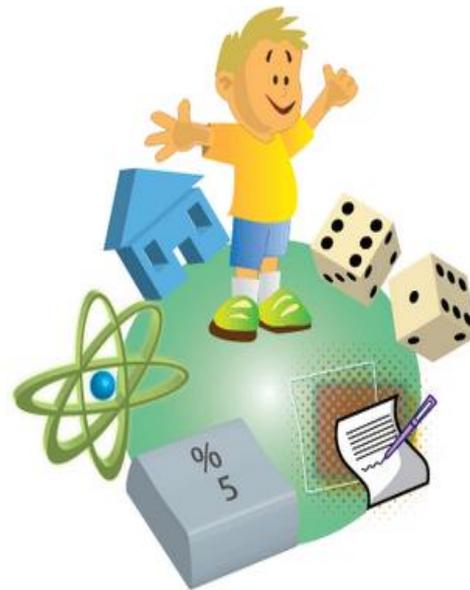
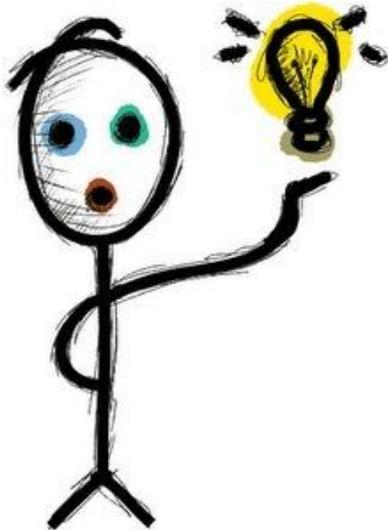
HÁBITOS ACADÉMICOS

O también llamados técnicas de estudio, son un conjunto de acciones y estrategias que realiza el estudiante para comprender y memorizar conceptos y contenidos de las diversas asignaturas. Estas acciones y estrategias son las que suelen utilizar los alumnos que consiguen buenos resultados académicos. Para aprender a estudiar, y es necesario ponerlas en práctica diariamente en todas las asignaturas posibles hasta conseguir el hábito de aplicarlas con naturalidad.



APRENDER A APRENDER

Es encontrar una mejor manera de entender, analizar, escuchar, comprender y ejecutar las cosas del exterior por medios que a cada uno le parezcan convenientes, para así poder llevar una mejor manera de estudio mediante un aprendizaje más conveniente y efectivo dependiendo de sus propios intereses y necesidades.



ESTRATEGIAS PARA SER AUTOGESTIVO

- Hábitos de lectura.
- Hábitos de escritura.
- Búsqueda y selección de información en Internet y otros medios.
- Pensamiento crítico.



HÁBITOS DE LECTURA

Leer: Es la dimensión conceptual o fenomenológica que tiene el fin de entenderse regularmente se usa como manera de lenguaje comunicativo..

Concejo...
Toma un
vaso de
agua
antes de
comenzar
a leer o
bien un
pedazo de
chocolate

Los hábitos de lectura se refieren a las estrategias que el mismo interesado desarrolla

Como leer en un lugar cerrado y fuera de ruidos.
Horas o tiempo de lectura.
Motivación a la lectura.
Literaturas de sumo interés.
Escoger un lugar con ventilación correcta.

HÁBITOS DE ESCRITURA

La escritura es un método de comunicación en forma de símbolos que son estructurados por un lenguaje.

Leer hace que mejore nuestra escritura.

Ejercicios de figuras primarias.

Escuchar música relajante.

Dibujos.

Tocar algún instrumento musical agiliza los movimientos de la mano.



BÚSQUEDA Y SELECCIÓN DE INFORMACIÓN

Leer antes de escribir una información, es importante pues no solo puedes aprender mejor sino también te ayudaría a darte cuenta de que información estas leyendo, si ésta tiene o no tiene coherencia o credibilidad.

Nunca busques información en :



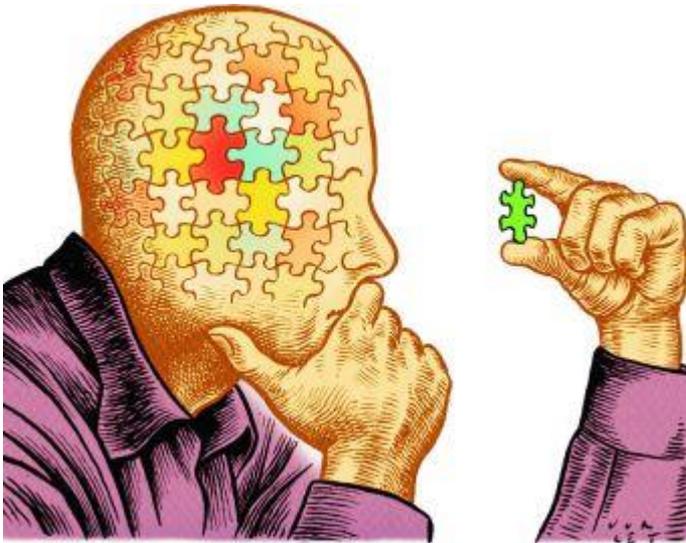
- yahoo respuestas
- Rincón del vago
- Buenas tareas.com.
- Incluso algunas fuentes de Wikipedia



Sus fuentes no son confiables pues cualquiera puede escribir cualquier barbaridad

PENSAMIENTO CRITICO

Es el proceso mental que cada individuo tiene para poder analizar, entender o evaluar de una manera que tus conocimientos lo hagan interpretar, en particular las opiniones o afirmaciones se toman en cuenta para así poder aceptar algo como verdad o mentira.



Así que recuerda

Preguntar
a tus
maestros

Se más objetivo,
ambicioso, y
ejercita tu
mente

Buscar tu
propia forma
de aprendizaje



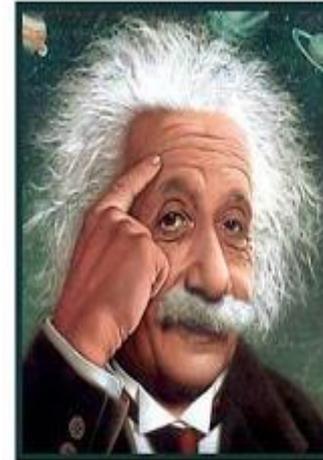
Usa el internet para
obtener información
escolar

Alejarte de
distractores
no
productivos

Poner más atención
y ser más curioso en
cuestión de aprender



Para estudiar y aprender mejor debes estar motivado a hacerlo, es decir, debes tener una meta fija, una ambición, y ésta no te dejará desanimarte

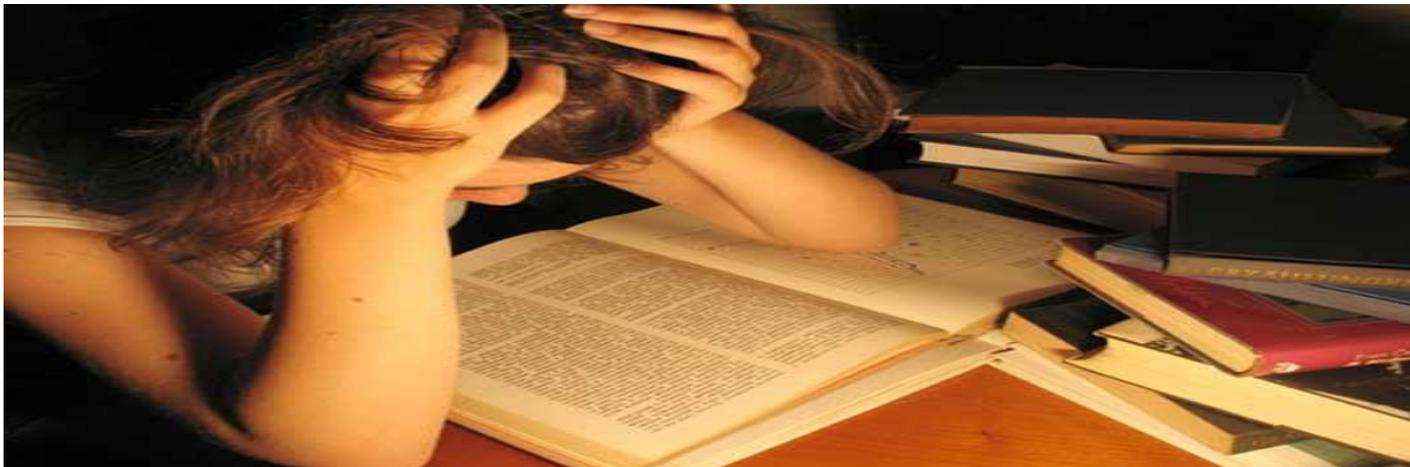


Nunca consideres el estudio como una obligación, sino como una oportunidad para penetrar en el bello y maravilloso mundo del saber...

<http://www.1000.com>

Albert Einstein
A. Einstein

“Pero..... yo siempre estudio y aun así obtengo malas calificaciones.”



Quizá solo tienes una mala forma de estudiar.

"No existe una manera fácil. No importa cuán talentoso seas, tu talento te va a fallar si no lo desarrollas. Si no estudias, si no trabajas duro, si no te dedicas a ser mejor cada día."

- Will Smith



- ¿Ya analizaste tu forma de estudio?
- No, yo no sirvo para estudiar.

No eres malo en tus calificaciones ...solo no sabes estudiar

Es importante que tu mismo te des cuenta, que haces mal, como lo haces, no todos tenemos la misma forma de aprender

¿Cómo puedes mejorar tu aprendizaje?

Crea un plan de estudio

Toma descansos

Crea apuntes propios

Dormir lo suficiente



Realiza preguntas

Examina tu conocimiento regularmente

Aprender de los errores

Practica bajo simulaciones de examen



CREA UN PLAN DE ESTUDIO

Debes tener en cuenta los puntos más importantes de tu método de estudio, realiza un horario de estudio donde dividas tus horas escolares y tus horas de lectura y repaso de ejercicios escolares.

Divide igual tu tiempo de actividades de ocio y tus actividades escolares



No solo estudia en la escuela,
hazlo también en el hogar.
Fortalecerás tu aprendizaje.



TOMA DESCANSOS

Durante la lectura regularmente la vista comienza a cansarse, por eso es importante tomar ligeros descansos aproximadamente de 05 a 10 minutos.

Esto ayudará a despejarte y reanimarte para poder regresar a estudiar con más entusiasmo y menos cansancio.



Cuando estudies usa solo ideas cortas, esto ayuda en tu memoria y ganas más tiempo.



CREA APUNTES PROPIOS

En las anotaciones normales que los maestros o catedráticos te digan, tu mismo crea notas, notas pequeñas y llamativas donde coloques en tus propias palabras lo que entiendas de un tema en específico.

Has notado que en definiciones de algún tema, solo una palabra es la que verdaderamente define el concepto y lo demás es solo anexo informativo



DORMIR LO SUFICIENTE

Regularmente debes dormir de 6 a 7 horas seguidas, esto ayuda a tu sistema nervioso, y te hace sentir menos cansado y más activo, tu mente más dispuesta a aprender.



No gastes mucho tiempo de la noche para interactuar en redes sociales o en internet, mejor duerme lo suficiente

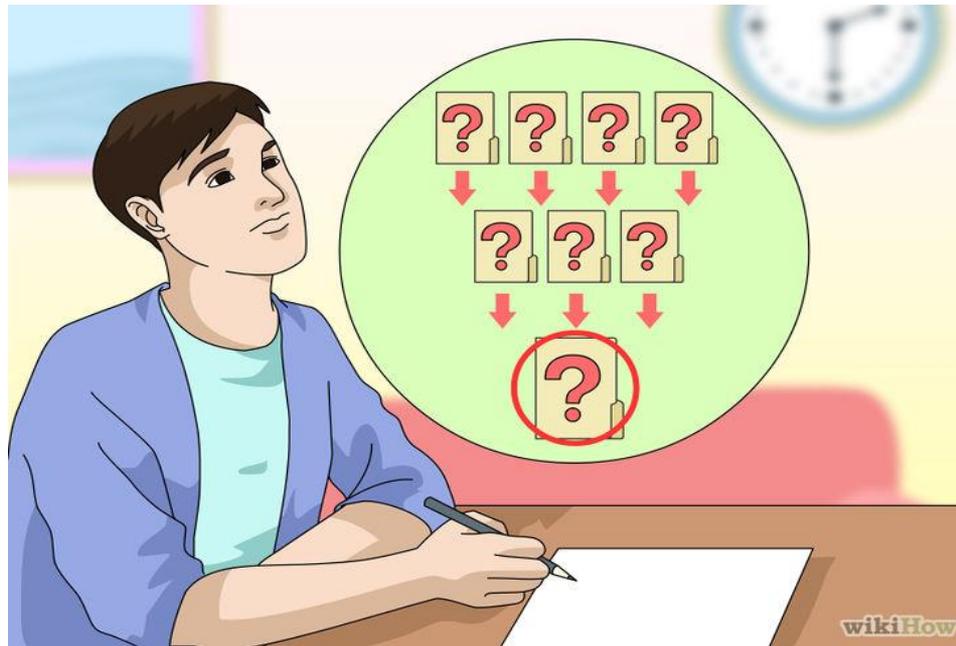
Dormir poco te hace sentir cansado, menos activo, y sin motivación.



REALIZA PREGUNTAS

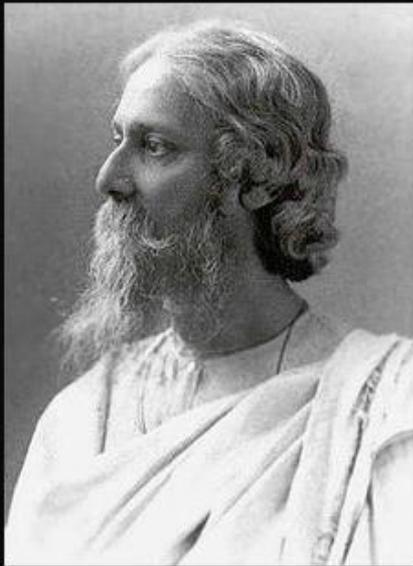
Nunca te quedes con la duda, si hay algún tema que no entiendas estás en tu derecho de pedirle al catedrático que te vuelva a explicar.

Puedes y tienes la obligación de preguntar cualquier duda respecto a la clase.



EXAMINA TUS CONOCIMIENTOS REGULARMENTE

Para ver tu nivel de aprendizaje, es muy importante hacerte preguntas, algo así como un examen, ya sea escrito, oral y de memoria, pues de esta forma puedes ver tus mejoras o tus errores en tu aprendizaje.



Hacer preguntas es prueba de que se piensa.

(Rabindranath Tagore)



APRENDER DE LOS ERRORES

¿Cómo aprendiste a hacer algo?

¿Acaso no fue por los errores que tuviste antes de lograr hacerlo bien?

Pues es parte de tu aprendizaje, jamás la vas a dejar de ver pues cada que adquieres una nueva información tu cerebro la desarrolla muchas veces antes de poder hacerla a la perfección.



PRACTICA BAJO SIMULACIONES DE EXAMEN

No solo en los exámenes tu vas a verificar tus conocimientos, cabe mencionar que tu mismo tienes que hacer estas pequeñas pruebas, realiza problemas de solución matemática, filosófica, historia, esto te serviría para verificar tus conocimientos y fortalecerlos en caso de ser necesario así ya puedes notar en que área tienes más errores.



LA PRÁCTICA TE HARÁ EXPERTO

La práctica y el ejercicio diario de técnicas y métodos de estudio que faciliten la autogestión de tu aprendizaje, logrará brindarte grandes satisfacciones en tus notas escolares, lo que a la vez te brindará grandes oportunidades de crecimiento académico, tales como obtención de reconocimientos, asistencia a conferencias y talleres especializados o becas económicas que aprovecharás para tu crecimiento personal y académico.

Practica la autogestión del aprendizaje y conviértete en un extraordinario estudiante!! El éxito te espera!!



REFERENCIAS.

<https://es.wikipedia.org/wiki/Motivaci%C3%B3n>

<http://www.uhu.es/cine.educacion/didactica/0083motivacion.htm>

<http://www.monografias.com/trabajos75/teoria-aprendizaje-significativo-david-ausubel/teoria-aprendizaje-significativo-david-ausubel2.shtml>

<http://es.slideshare.net/sistematizacion/habilidades-cognitivas-2279978>

<http://es.slideshare.net/danielb558/habilidades-cognitivas-y-metecognitiva>

<http://www.insexbcn.com/html/habilidades.html>

<http://users.dsic.upv.es/asignaturas/fade/oade/download/Aprendizaje%20autodirigido.pdf>

<http://janinareny.blogspot.mx/>

<http://www.psicopedagogia.com/definicion/aprender%20a%20aprender>