

“Cuadernillo de actividades”

Docentes desarrolladores:

Irma Moreno Valdovinos

Módulo:

Autogestión del Aprendizaje

PRIMER SEMESTRE

Nombre del Alumno y Grupo:



módulo de formación

Básica



Diseño gráfico: Mtra. Alejandra Del Ángel López



Contenido	2
Ficha Técnica	3
Dosificación del Programa	4
Propósito del Módulo	5
Palabras del Docente	6
Evaluación Diagnóstica	7
Unidad 1	8
Unidad 2	57
Técnicas de Estudio	80
Anexos	85

CONTENIDO



módulo de
formación

Básica



FICHA TÉCNICA

Módulo: _____ Grupo: _____

Carrera: _____

Docente: _____

DATOS GENERALES DEL ALUMNO:

Nombre: _____

Dirección: _____

Teléfono _____

Tutor: _____

Teléfono del tutor: _____

Matricula: _____

Periodo: _____

Fecha de inicio: _____





Unidad de Aprendizaje (Contenido central)	Aprendizajes esperados	Resultado de aprendizaje	Habilidades socioemocionales (HSE)*
<p>1. Autorregulación del proceso de aprendizaje. 47 horas</p>	<p>Es capaz de reflexionar sobre habilidades del funcionamiento de su forma de aprender, los procesos del pensamiento, atención, memorización y lenguaje para aplicarlas en los ámbitos escolar, familiar y social.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ ·Aplica las fases de aprendizaje de acuerdo con las propias características de los alumnos. ❖ Se motiva al participar activamente en explicar cómo aprendió y cómo seguir aprendiendo 	<p>1.1 Utiliza estilos de aprendizaje, de acuerdo con sus características propias en los ámbitos escolar, familiar y social. 30 horas</p> <p>1.2 Aplica fases de planificación, control y evaluación de acuerdo a su proceso de aprendizaje, para alcanzar sus objetivos a lo largo de su vida 17 horas</p>	<p>Lecciones de HSE de la Dimensión <i>Conoce T</i> - Autoconocimiento.</p>
<p>2. Aprender a estudiar con éxito 25 horas</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Identifica sus hábitos de estudios. ❖ Organiza sus hábitos de estudio. ❖ Identifica técnicas de estudio. ❖ Adopta estrategias en su proceso de aprendizaje. ❖ Clasifica sus estrategias de aprendizaje. ❖ Modifica o implementa estrategias para la mejora de su aprendizaje. 	<p>2.1 Realiza un cronograma de hábitos de estudio de acuerdo a sus intereses para el logro de sus metas. 10 horas</p> <p>2.2 Identifica sus estrategias de aprendizaje a partir de su autoevaluación, que le permitan el logro de sus objetivos y tareas en los ámbitos escolar, familiar, social. 15 horas</p>	



www.pixabay.com



AUTOGESTIÓN DEL APRENDIZAJE

Desarrollará habilidades en el proceso de autoaprendizaje, utilizando estrategias que le permitan el logro de sus objetivos en sus ámbitos.



Ilustración: ale del ángel



Ilustración: ale del ángel

PALABRAS DEL DOCENTE



Estimado estudiante:

Deseamos que este cuadernillo, el cual fue elaborado pensando en ti y en tu desarrollo académico sea de gran apoyo para tu aprendizaje durante este periodo de contingencia.

El cuadernillo tiene como principal objetivo la aplicación y demostración de conocimientos, así como la adquisición de las competencias genéricas básicas en el desarrollo de la educación del estudiante de educación media superior, abordando temas claves para la formación integral del alumno tomando en cuenta los contenidos de los módulos básicos.

Esperamos que el acompañamiento que se te ha brindado a través de estas páginas resulte de utilidad, las actividades aquí diseñadas fueron pensadas para facilitar tu aprendizaje, aun cuando físicamente no podemos estar contigo. Queremos que sepas que seguimos trabajando por tu educación, a pesar de la distancia y las circunstancias que acontecen en nuestro entorno.

Pensando y trabajando por ti, tu maestra.

Irma Moreno Valdovinos





¿Qué vas a aprender?
Vas a medir tu aprendizaje

¿Qué necesitas?
Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde las siguientes preguntas:

1. Menciona cinco de tus habilidades.
2. ¿Qué entiendes por cooperación?
3. ¿En qué habilidades te gustaría mejorar, desarrollar o adquirir?
4. ¿Quiénes son las personas en las que confías?
5. ¿Qué entiendes por relaciones interpersonales?

Unidad y Resultados de Aprendizaje

UNIDAD

1

1.1 Utiliza estilos de aprendizaje, de acuerdo con sus características propias en los ámbitos escolar, familiar y social.

1.2 Aplica fases de planificación, control y evaluación de acuerdo con su proceso de aprendizaje, para alcanzar sus objetivos a lo largo de su vida.

Resultados de Aprendizaje

1.1

1.1 Utiliza estilos de aprendizaje, de acuerdo con sus características propias en los ámbitos escolar, familiar y social.

<< 1.1.1 CONCEPTO DE AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE >>



“El **aprendizaje** es un proceso mediante el cual el conocimiento o comportamiento cambia, como resultado de la experiencia.

Concepto de Autogestión del Aprendizaje

Autogestión significa que los individuos pueden autodirigirse mejor y volverse menos dependientes de la supervisión continua. En lugar de enseñar comportamientos específicos ante una situación, la autogestión enseña a ejercitar la habilidad general, que se puede usar en cualquier situación —no sólo en el ámbito escolar—, para ser más conscientes de las razones gracias a las cuales tomamos ciertas decisiones, y reflexionar sobre las consecuencias, beneficiosas o perjudiciales, que nos traerán nuestras acciones.



www.pixabay.com

Tipos de Aprendizaje

- ✓ Las personas aprenden mejor cuando se les trata con respeto y no se les habla con desprecio.
- ✓ Los aprendizajes deben vincularse con experiencias positivas previas, lo que implica cierto grado de autoconsciencia por parte del estudiante, y comprensión y empatía por parte de cualquier profesor o facilitador.
- ✓ Las personas aprenden mejor cuando su entorno físico es cómodo.
- ✓ La interacción directa y horizontal con un profesor o facilitador hace posible que las personas reaccionen, cuestionen y expresen opiniones sobre lo que están aprendiendo, sin que el maestro ni otros miembros del grupo tomen una actitud de “experto incuestionable”. Todos aprenden de todos.
- ✓ La autoevaluación y la práctica reflexiva es importante, ya que permite reflexionar sobre lo que se ha aprendido y pensar acerca de las formas en que se puede ampliar y aplicar el conocimiento.



www.pixabay.com

Determinación del propio estilo de aprendizaje:



El tipo de aprendizaje de un individuo se refiere a la forma en que percibe, procesa, comprende y retiene la información. Por ejemplo, un estudiante podría aprender mejor actuando en una obra que aborde determinado tema, mientras que otro podría preferir solamente leer acerca de éste.

- ✦ **Visual.** Aprendes mejor cuando te apoyas en imágenes, fotografías, videos y en la organización espacial de los elementos.
- ✦ **Auditivo.** Prefieres rodearte de música, sonidos, rimas y ritmos, y hablar o escuchar te ayuda para aprender mejor cualquier cosa.
- ✦ **Kinestésico.** Aprendes más cuando puedes mover tu cuerpo y/o usar tus manos, es decir, tu sentido del tacto. Escribir o dibujar se incluyen en esta preferencia.

Visual

Las personas con una preferencia visual tienden a:

- ❖ Cuadros de resumen, sinópticos y mapas mentales
- ❖ Diapositivas y presentaciones
- ❖ Carteles
- ❖ Pizarrones
- ❖ Folletos
- ❖ Mapas
- ❖ Dibujos, ilustraciones y fotografías
- ❖ Gráficos
- ❖ Gesticulaciones, movimientos y ademanes

Auditivo

Las personas con una preferencia auditiva suelen:

- ❖ Hacer preguntas.
 - ❖ Estar involucrados en las discusiones.
 - ❖ Hablar en diferentes dinámicas y ejercicios.
 - ❖ Compartir diálogos y experiencias sobre lo que están haciendo y la manera en que lo hacen.
 - ❖ Acompañar el aprendizaje con música, tonos de voz y equivalentes.



Kinestésico

Las personas con preferencia kinestésica tienden a:

- ❖ Hacer algo o caminar mientras piensan o reflexionan.
- ❖ Tocar, sostener o sentir materiales, accesorios o equipos. Incluso tener contacto físico con otras personas.
- ❖ Hacer juego de roles y “ponerse en los zapatos del otro”.
- ❖ Preferir la interacción suave, la charla pausada y los tonos de voz bajos.
- ❖ Actividades prácticas para ejercitar los aprendizajes: hacer, construir, inventar, resolver.



www.pixabay.com

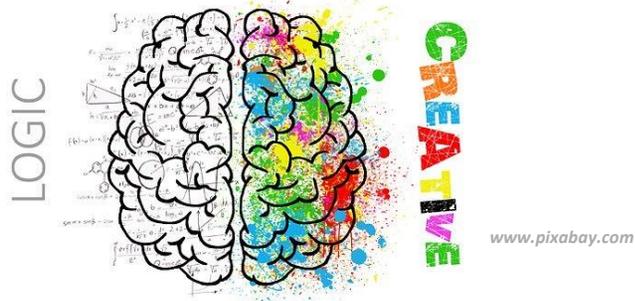
Inteligencias múltiples de Gardner



A fin de capturar toda la gama de habilidades y talentos que la gente posee, Gardner afirmó que las personas no sólo poseen una capacidad intelectual, sino que cuentan con muchos tipos de inteligencia, que incluyen:

Lógico-matemática

La **inteligencia lógico-matemática** describe la capacidad de desarrollar ecuaciones y pruebas, hacer cálculos y resolver problemas abstractos. También implica manejar números, relaciones y patrones lógicos de manera eficaz, así como otras funciones y abstracciones de este tipo. Quienes la han desarrollado analizan lógica y racionalmente cualquier tipo de planteamientos y problemas.



Lingüística verbal

La **inteligencia lingüística verbal** se refiere a la capacidad de un individuo para analizar información y producir trabajos que involucran el lenguaje oral y escrito, como discursos, libros y correos electrónicos. Determina la capacidad de emplear de manera eficaz las palabras, manipulando la estructura o sintaxis del lenguaje, la fonética, la semántica y la comunicación. Hay facilidad para aprender otros idiomas.



Corporal-kinestésica

La **inteligencia corporal-kinestésica** implica el uso del cuerpo para crear productos o resolver problemas. Asimismo, se aprovecha el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como sus habilidades propioceptivas y táctiles.

Es útil para las actividades deportivas, la danza, la expresión corporal y en trabajos de construcciones, utilizando una variedad de materiales concretos. También para la ejecución y uso de instrumentos.



COMPRENDO

Espacial La **inteligencia espacial** permite que las personas comprendan mapas y otros tipos de información gráfica. Es notoria la habilidad para apreciar detalles, la imagen visual y espacial, la capacidad de representar gráficamente las ideas, y de sensibilizar el color, la línea, la forma, la figura, el espacio y sus interrelaciones.



www.pixabay.com

Musical

La **inteligencia musical** permite a las personas producir y dar sentido a diferentes tipos de sonidos. Es la capacidad de percibir, distinguir, transformar y expresar el ritmo, timbre y tono de los sonidos musicales. Quienes la han desarrollado se sienten atraídos por los sonidos de la naturaleza y por todo tipo de melodías; disfrutan de la música y le dan a ésta un sentido profundo.

www.pixabay.com



Interpersonal

La **inteligencia interpersonal** refleja la capacidad de reconocer y comprender los estados de ánimo, deseos, motivaciones e intenciones de otras personas. La **inteligencia intrapersonal** se refiere a la capacidad de las personas para reconocer y evaluar estados de ánimo, deseos, motivaciones e intenciones en sí mismas. Es la habilidad de la introspección, y de actuar consecuentemente sobre la base de este conocimiento; de tener una autoimagen acertada, y capacidad de autodisciplina, comprensión y amor propio.



Naturista

La **inteligencia naturista** se refiere a la capacidad de identificar y distinguir elementos del entorno natural, como diferentes tipos de plantas, animales y formaciones meteorológicas que se encuentran en el mundo. Posibilita diferenciar, clasificar y utilizar del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Incluye habilidades de observación, experimentación, reflexión y capacidad de cuestionarse acerca de nuestro entorno.

www.pixabay.com



www.pixabay.com

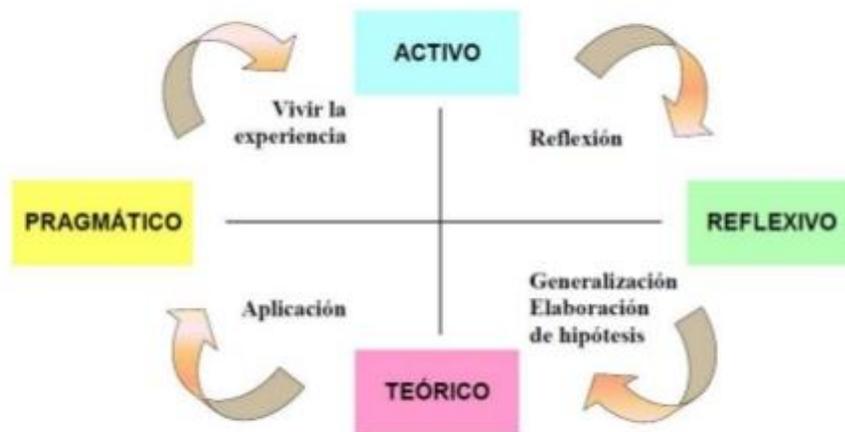
COMPRENDO

Procesamiento de la información (Kolb)

Kolb propone en su Teoría del aprendizaje experiencial que todos aprendemos de nuestra experiencia en forma cíclica: una persona observa algo que sucede (experiencia concreta) y reflexiona sobre ello (observación reflexiva). Dichas experiencia y reflexión se incorporan al conocimiento teórico que la persona ya posee, y que en ocasiones está respaldado por la lectura, la investigación y la educación, construyendo un marco al que se ajustará su experiencia (conceptualización abstracta). Esto, a su vez, se asimila a lo que ya se conocía, proporcionando un nuevo mapa conceptual sobre el cual se basarán las acciones futuras, formando así una nueva experiencia (experiencia activa).



MODELO DE HONEY Y ALONSO



Activo: Animador, Improvisador, Descubridor, Arriesgado, Espontáneo.

Reflexivo: Ponderado, Conciencioso, Receptivo, Analítico, Exhaustivo.

Teórico: Metódico, Lógico, Objetivo, Crítico, Estructurado.

Pragmático: Experimentador, Práctico, Directo, Eficaz, Realista.



Actividad #1 “Determinación del propio estilo de aprendizaje”



¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto del aprendizaje

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Relaciona las columnas de acuerdo con su contenido.

- Tipos de Aprendizaje
- Estilo de aprendizaje
- Inteligencias múltiples de Garrdner
- Kolb
- Aprendizaje
- Autogestión del Aprendizaje

“El **aprendizaje** es un proceso mediante el cual el conocimiento o comportamiento cambia, como resultado de la experiencia.

En lugar de enseñar comportamientos específicos ante una situación, nos enseña a ejercitar la habilidad general, que se puede usar en cualquier situación, para ser más conscientes de las razones gracias a las cuales tomamos ciertas decisiones, y reflexionar sobre las consecuencias, beneficiosas o perjudiciales, que nos traerán nuestras acciones.

Visual, auditivo, kinestésico

Lógico-matemática, Lingüística verbal, Corporal-kinestésica, Espacial, Musical, Interpersonal, Naturista

Auditivo, visual, solitario, social, lógico, físico, verbal,

todos aprendemos de nuestra experiencia en forma cíclica: una persona observa algo que sucede (experiencia concreta) y reflexiona sobre ello (observación reflexiva). Dichas experiencia y reflexión se incorporan al conocimiento teórico que la persona ya posee, y que en ocasiones está respaldado por la lectura, la investigación y la educación, construyendo un marco al que se ajustará su experiencia (conceptualización abstracta).



www.pixabay.com



Actividad #2 “Inteligencias múltiples de Gardner”

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto del aprendizaje

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Relaciona las columnas de acuerdo con su contenido.

APRENDIZAJE COOPERATIVO

RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL

INTERACCIÓN SIMULTÁNEA

APRENDIZAJE COLABORATIVO

CONTRIBUCIÓN INDIVIDUAL

En el aprendizaje cooperativo, el grupo trabaja "cara a cara", con una relación estrecha y a corta distancia.

Cada miembro del grupo debe asumir íntegramente su tarea y, además, tener los espacios para compartirla con el grupo y recibir sus contribuciones.

Consiste en estar enlazados los grupos para conseguir un objetivo, una meta que consiste en que cada miembro del grupo cumpla con sus tareas.

Proceso gradual en el que cada miembro y todos se sienten mutuamente comprometidos con el aprendizaje de los demás

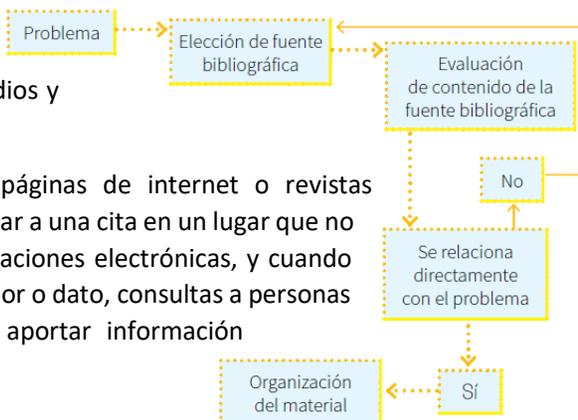
Cada miembro se considera individualmente responsable de alcanzar la meta del colectivo, la participación debe ser equivalente entre todos para que así no exista el individualismo.

Fuentes de información

Obtención y movilización de información

Cuando requerimos realizar una búsqueda de información, debemos consultar distintos medios y documentos.

Por ejemplo, consultas libros, páginas de internet o revistas especializadas; cuando debes llegar a una cita en un lugar que no conoces, consultas mapas y ubicaciones electrónicas, y cuando no estás seguro acerca de un rumor o dato, consultas a personas o documentos que te puedan aportar información certera para aclarar tus dudas.



Concepto de fuentes de información

Investigar te permite recopilar información previa sobre un tema o pregunta de investigación. Continuamente debes tener a la mano la información que recabaste para contrastarla con tus observaciones y resultados. Ello implica el análisis de contenidos especializados encontrados en distintos documentos que debes sintetizar y manejar en todo momento. A esto se le llama **fuentes de información**.

La investigación documental incluye varias fuentes e instrumentos para obtener los datos que se requieren, los cuales van desde teorías previas sobre el tema elegido hasta documentos y evidencias tangibles del objeto o situación que estás estudiando, por ejemplo, libros, revistas, cartas, fotografías, testimonios, escritos, etcétera.

Clasificación de las fuentes

Existen muchos instrumentos y fuentes de información que te darán la oportunidad de contrastar documentos para elegir la que consideres más pertinente y con ello enriquecer tu opinión con otros puntos de vista. Las fuentes de información se clasifican en los tipos siguientes.

1. **Fuentes primarias.** Proporcionan datos de primera mano, por ejemplo: libros, antologías, artículos de publicaciones periódicas, monografías, tesis, disertaciones, documentos oficiales, etcétera.
2. **Fuentes secundarias.** Constituyen compilaciones, análisis de algún escrito, reseñas o resúmenes que alguien creó tras estudiar una fuente primaria.
3. **Fuentes terciarias.** Son documentos que compilan nombres y títulos de revistas y otras publicaciones periódicas, así como nombres de boletines, conferencias, simposios, sitios web, catálogos de libros y otros semejantes al servicio de la investigación. Son útiles para detectar fuentes, pero no son fuentes de información temática como tales.



COMPRENDO

Aquí podrás identificar unas pistas de dónde encontrar las fuentes más comunes y determinar si una fuente de consulta te será útil.

Fuente o instrumento de información	Busca los puntos ricos en información en:
Cualquier texto	La primera y última frase de cada párrafo, pues es usual que en ellas se sintetice la idea principal. Las palabras destacadas en negritas, cursivas o subrayadas. Los gráficos, fotografías e ilustraciones.
Libros	El título te dará la primera pista. La contracubierta da información general del contenido. El índice ofrece un esquema de los temas abordados. La introducción presenta el tema general y a veces explica cómo se estructuran los subtemas. La conclusión suele retomar ideas fundamentales desarrolladas en el contenido. El índice alfabético enlista palabras clave de los temas abordados.
Documentos periodísticos (revistas, diarios, etcétera)	Títulos y subtítulos. Entradas de las notas. Recuadros. Fotografías y pie de fotos. Textos entrecomillados. Infografías.
Páginas de internet	Dirección de la página (país, etcétera). Títulos y subtítulos, así como menús y recuadros. Ilustraciones. Fechas de actualización. Enlaces o hipervínculos que contiene. Mapa de navegación de la página, que es un esquema con todos los contenidos.

Al discriminar entre tus fuentes de información, nunca dejes de hacerte las siguientes preguntas, ya que te ayudarán a clasificar las fuentes que son útiles para ti.

¿Contiene esta fuente información específica sobre mi tema de investigación?	Sí	No
¿Es información actualizada?	Sí	No
¿Tiene un nivel comprensible para mí?	Sí	No
¿Su extensión es adecuada al tiempo que tengo para investigar?	Sí	No
¿Ofrecen el autor o la fuente de información suficientes garantías de calidad, confiabilidad y rigor de los datos?	Sí	No

Al buscar fuentes de información no te conformes con lo primero que encuentres ni con las fuentes más comunes que has empleado hasta ahora. Quizás estás acostumbrado a utilizar los buscadores de internet o sueles buscar algunos libros en la biblioteca, ¡pero hay mucho más que eso! Si bien estas fuentes son muy valiosas, al restringir tu búsqueda a estas opciones te estás perdiendo de valiosa información que no sólo puede aparecer impresa o como texto; también puedes obtener información visual, como fotografías, videos, películas y demás. Puede estar en forma auditiva, como en las grabaciones, programas de radio o una experiencia mixta, como sucede en museos y otras exposiciones que a veces presentan exhibiciones interactivas para que tu experiencia sea mucho más vívida.

En fuentes personales

Las fuentes de información personal parten de la experiencia y el conocimiento individual como elemento clave, a partir de lo cual se puede obtener la información sobre el tema de interés. Incluye el testimonio de personas que han tenido experiencias sobre algún problema, o bien, que son autoridades en su campo de estudio. También incluyen las técnicas que recogen información a partir del contacto directo con las personas; por ejemplo, entrevistas, dinámicas grupales y encuestas, así como exposiciones o conferencias, el dictado de clases o los diálogos y debates, donde se comparte información y argumentos directamente entre las personas.

Fuentes de información bibliográfica

Las **fuentes de información bibliográfica** son todos los documentos que contienen información. Se trata de los medios impresos o escritos, como libros, periódicos y revistas, entre otros. En una investigación es muy importante registrar la referencia bibliográfica o hemerográfica de manera detallada, pues de esta manera se verifica si los datos son reales y verídicos.

Fuentes audiovisuales

Las **fuentes audiovisuales** unen lo auditivo y lo visual en una sola emisión, es decir, conjuntan la imagen y el sonido. Los recursos audiovisuales varían; por ejemplo, podemos encontrar documentales que son una herramienta de apoyo para facilitar la comprensión de algún tema en particular. Además, están los videos especializados, películas, cortometrajes, fotografías, programas de radio y televisión, entre otros. Asimismo, son fuentes de información los lugares donde se graba o reproduce el momento del acontecimiento, como los transmitidos en noticiarios y durante la realización de algunos documentales.





www.pixabay.com



Fuentes de la realidad natural y social

Las **fuentes de la realidad natural y social** son la información que proviene del entorno del ser humano, es decir, que no emanan directamente de él. La **realidad natural** es todo lo que tiene que ver con la naturaleza y la metodología que se utiliza para extraer información. Por su parte, la **realidad social** es todo aquello que el ser humano crea y genera al desarrollarse y existir en un determinado entorno al cual afecta. En este caso también es determinante la observación, pues a partir de ésta se perciben y analizan los fenómenos de la sociedad.

De objetos y procesos tecnológicos

Los **objetos y procesos tecnológicos** son una fuente de información en la observación y evolución del objeto mismo, el cual contiene información valiosa sobre la humanidad. Entre ellos tenemos, por ejemplo, el teléfono celular, internet, la tecnología espacial y médica, etcétera. Sin embargo, la información que encontramos en la red puede ser poco confiable, debido a que no existen filtros para subir la información.

Existen algunas fuentes que pueden tener mayor confiabilidad, como son:

- ❖ Páginas universales
- ❖ Páginas de gobierno
- ❖ Páginas de instituciones serias y reconocidas socialmente
- ❖ Bibliotecas digitales
- ❖ Blogs educativos

En fuentes de información diversas

Son todas aquellas que de alguna manera difunden los conocimientos propios de un área determinada, como salud, economía, educación, historia, arte, ciencias exactas, etc., para enriquecer la adquisición de aprendizajes sobre temas de un área de estudio determinada, como estudios de caso, notas periodísticas, reportes locales, fotografías o estadísticas. Cada una de éstas da origen a las fuentes de información primaria, las cuales, a su vez, dan lugar a otras que conforman fuentes secundarias o terciarias.



Actividad #3 “Obtención y movilización de información en temas del interés del alumno”

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de un cuadro sinóptico de actividades para obtener información a partir de fuentes disponibles

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Realiza un cuadro sinóptico de actividades para obtener o movilizar información a partir de fuentes disponibles que incluya los siguientes tipos.

❖ Fuentes **personales**

❖ Fuentes **audiovisuales**

❖ Fuentes de la **realidad natural y social**

Actividad #4 “Obtención y movilización de información en temas del interés del alumno”

Instrucciones: Realiza una breve investigación basada en fuentes personales sobre la historia de tu colonia. Guíate con las siguientes preguntas.

- a. ¿Cuáles han sido los cambios y las razones para modificar las calles?
 - b. ¿Cómo han cambiado las relaciones entre ciertas familias vecinales?
 - c. ¿Cómo se transportaban a la ciudad en la década de 1970?
 - d. ¿Había drenaje, agua en 1940?
 - e. En la misma época, ¿qué trabajos hacían las personas para cubrir sus necesidades básicas?
1. Investiga sobre algunas tradiciones y costumbres que se tenían en esa década.
 2. Escribe una reseña de 20 líneas sobre tu investigación y menciona las fuentes de consultas. Además, agrega un comentario personal de seis líneas sobre lo que te pareció más interesante.



Actividad #5 “Obtención y movilización de información en temas del interés del alumno”

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de actividades para obtener información a partir de diferentes fuentes.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

- c. Cómo se llega al lugar donde vive
- d. Qué lugares interesantes hay en el lugar donde vive y por qué son importantes (historia, ubicación, datos relevantes)

Instrucciones: Obtén información de una fuente personal.

1. En pareja, entablen una conversación en la que cada persona hablara de los siguientes puntos:
 - a. Cuál es su lugar de origen
 - b. Qué comida se prepara en las fiestas en su lugar de origen

Nota: es importante que durante el dialogo no se interrumpa a la persona que está hablando y se le escuche con atención (respete los turnos).



Actividad #6 “Obtención y movilización de información en temas del interés del alumno”

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de actividades para obtener información a partir de diferentes fuentes.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Realiza una entrevista abierta.

1. Pide a una persona mayor una entrevista para que te proporcione información acerca de cómo se fundó la colonia, pueblo o barrio donde vives.
2. Durante la entrevista, escucha con atención, no hagas anotaciones mientras te hablan; espera a escribir después (si te es posible, lleva una grabadora de audio o algún dispositivo para grabar sonido).
3. Después de la entrevista, transcribe las respuestas.

Actividad #7 “Obtención y movilización de información en temas del interés del alumno” “.

Instrucciones: Explica con tus propias palabras cuáles son las características de las fuentes de información confiable en internet.

Atención y concentración

Reflexión del proceso de atención en el estudio

Como hemos visto, las fuentes de información no sólo sirven al proceso de investigación, sino también para la producción y movilización de datos; es decir, para enriquecer y difundir la información que devuelva un proceso investigativo. Es importante que conozcas y reflexiones sobre cuáles son los aspectos que debes tener en cuenta para la realización de este proceso, pues la atención y concentración que pongas en ello te llevará a lograr investigaciones más eficientes, completas y adecuadas para tu aprendizaje y el de los demás.

El proceso de atención-concentración

La **atención** es el proceso mediante el cual percibimos y seleccionamos estímulos de nuestro ambiente, esto es, la manera en la que focalizamos una mayor atención en elementos a los que damos prioridad, y una menor atención a estímulos que no nos resultan relevantes. Se puede prestar atención a aquello que nos interesa por las propias características del incentivo en cuestión, como su tamaño, color, forma y movimiento, o bien, por experiencias previas con ese objeto o persona.

Por su parte, la **concentración** es la capacidad para mantener voluntariamente la atención focalizada en un objeto o tarea específica durante un tiempo prolongado, con una cierta tensión mental del individuo y excluyendo de la atención otros estímulos, siempre y cuando no sean estímulos naturales de supervivencia.



Estrategias para el desarrollo de la atención



El psicólogo Enrique Pallarés Molíns nos propone algunas estrategias para desarrollar la atención y mejorar la concentración.

- ❖ Revisa de vez en cuando las causas que dificultan tu concentración (escasa motivación, falta de metas u objetivos, estudio pasivo, problemas interpersonales, dificultades del ambiente, problemas personales y familiares o estrés-depresión).
- ❖ Acepta no conseguir estar siempre concentrado a tope.
- ❖ Primera clave para concentrarse: tener metas u objetivos (tanto generales como a corto plazo).
- ❖ Evita las actitudes negativas hacia las asignaturas. Ten motivos positivos y metas bien definidas.
- ❖ Un horario diario y regular de estudio favorece la concentración.
- ❖ No olvides la influencia que en la concentración tienen el sueño, la comida, la bebida, la postura, etcétera.
- ❖ Prevé y evita las interrupciones. Antes de ponerte a estudiar, deja resueltas las actividades o tareas que pueden causar interrupciones.
- ❖ Al ponerte a estudiar, estaciona tus preocupaciones e ilusiones.

- ❖ Fomenta el estudio activo (lee con cierta rapidez, hazte preguntas, relaciona, subraya, esquematiza, haz mapas conceptuales, etc.); el estudio pasivo es la mejor estrategia para distraerte.

- ❖ Sigue una pauta o método durante el estudio.



- ❖ Estudia siempre con papel y pluma al lado. Escribe las palabras clave o los datos más importantes (escribiendo muy poco) y señala las relaciones con líneas.

- ❖ Aplica la imaginación visual en lo que estudias y, si te resulta fácil, la de los otros sentidos.
- ❖ Utiliza alguna técnica sencilla de relajación (relajación muscular, respiración, visualización) que te ayudará a serenarte y concentrarte.
- ❖ Cuando te sorprendas distraído, sigue un reflejo o rutina para volver a la materia y a concentrarte.
- ❖ Si tienes pensamientos distractores, desvíalos o aplázalos para otro momento del día.
- ❖ Si tienes pensamientos que vuelven una y otra vez, puede que en ellos se esconda una necesidad insatisfecha o algún problema personal. Consúltalos con alguien que pueda ayudarte.

Tomado de Pallarés, M. E. (1999). Técnicas de estudio y examen para universitarios. Ediciones Mensajero



Actividad #8 “El proceso de atención - concentración.

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de un estudio bien organizado sin dejarlo al azar.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Relaciona las palabras que a continuación se presentan con la oración completando el enunciado.

 papel y pluma	 estudio
 concentración	 atención
 negativas	 causas
 atención y concentración	

La _____ que pongas en ello te llevará a lograr investigaciones más eficientes, completas y adecuadas para tu aprendizaje y el de los demás.

La _____ es el proceso mediante el cual percibimos y seleccionamos estímulos de nuestro ambiente,

La _____ es la capacidad para mantener voluntariamente la atención focalizada en un objeto o tarea específica durante un tiempo prolongado,

Revisa de vez en cuando las _____ que dificultan tu concentración (escasa motivación, falta de metas u objetivos, estudio pasivo, problemas interpersonales, dificultades del ambiente, problemas personales y familiares o estrés-depresión).

Evita las actitudes _____ hacia las asignaturas. Ten motivos positivos y metas bien definidas.

Estudia siempre con _____ al lado. Escribe las palabras clave o los datos más importantes (escribiendo muy poco) y señala las relaciones con líneas.

Fomenta el _____ activo (lee con cierta rapidez, hazte preguntas, relaciona, subraya, esquematiza, haz mapas conceptuales, etc.); el estudio pasivo es la mejor estrategia para distraerte.

Las fuentes de distracción en el ámbito educativo

La **distracción** es el desplazamiento de la atención hacia estímulos diferentes a aquello en lo que estás ocupado. Las fuentes de distracción son los eventos, pensamientos, personas o cosas que ocasionan la desviación de la atención. Pueden producirse por falta de interés en algo a lo cual no ofrecemos suficiente atención. Aquí abordaremos cómo afecta tu concentración en el ámbito académico.



Los factores de distracción pueden surgir por causas subjetivas, como falta de vivencias que relacionemos con el objeto de atención, actividad mental o intereses distintos, así como por causas objetivas, que se presentan cuando un tema se expone en forma monótona o hay ruidos fuertes ajenos a la clase, entre otros.

Causas subjetivas de distracción	Causas objetivas de distracción
<ul style="list-style-type: none"> • Problemas personales y familiares. • Falta de interés o de motivación. • Asuntos pendientes. • Acumulación de tareas. • Fatiga física o psíquica. 	<ul style="list-style-type: none"> • Factores del entorno, como ruidos, iluminación, postura, etcétera. • Falta de un horario y planificación. • Monotonía de la tarea. • Ignorancia de instrucciones u objetivos por cumplir.

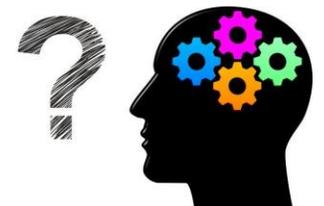
Conocer estos factores te ayudará a evitarlos para mejorar tu concentración y comprensión de las clases y las actividades escolares.

Reflexión del proceso de memorización

La memoria es fundamental para el proceso de aprendizaje, no tanto por la memorización de conceptos de forma atomizada y desordenada, sino por la memoria de experiencias que permiten el aprendizaje por medio de la comprensión. Es importante conocer sus formas y procesos para que seas capaz de establecer estrategias para desarrollarla y mejorar tu rendimiento académico.

Fases de funcionamiento de la memoria a largo plazo

La **memoria** es la capacidad de almacenamiento de información del ser humano, vinculada con los procesos de atención y percepción. Es concebida como una gran productora de recuerdos. Asimismo, las más recientes investigaciones sobre el cerebro han descubierto la gran conectividad que existe entre sus diferentes elementos.



COMPRENDO

Al entender el concepto memoria, notamos que implica la conservación de conocimientos, comprensión, sentimientos, emociones, habilidades y destrezas, al igual que actitudes y valores; sus fases son las siguientes.



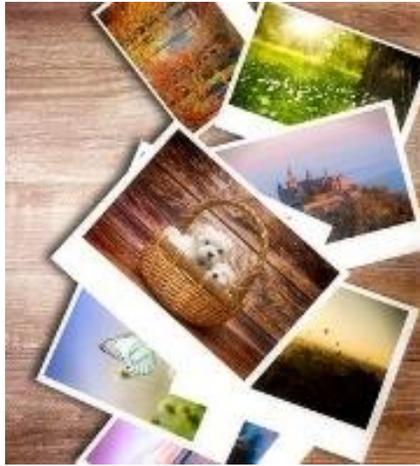
1. **Fijación.** También llamada **adquisición**, ocurre cuando los contenidos captados mediante sensaciones, imaginación, sentimientos, pensamientos y aprendizaje son guardados o fijados en la mente.



2. **Codificación.** Se inicia en la estimulación externa (sensaciones) con una especie de traducción realizada por los receptores sensoriales, mientras que las estimulaciones internas (sentimientos e imágenes) se transforman en recuerdos, dejando una huella.

3. **Conservación.** Ya que se codificaron los recuerdos, se almacenan, pasando a ser parte definitiva del subconsciente y del consciente de la persona. Las circunstancias que favorecen una mayor conservación son aquellas en las que se registra la repetición de sucesos. Además, la entrada de nueva información se integrará a la ya codificada. En esta etapa se establece la relación de unos recuerdos con otros, lo que fortalece la memoria.





4. Evocación. Los recuerdos son revividos en forma de imágenes sensoriales o emotivas por algún estímulo externo o voluntario, lo que genera un reconocimiento; sin embargo, el hecho de que vuelvan a aparecer en la conciencia no implica que necesariamente sean reconocidos como recuerdos adquiridos con anterioridad

Tipos de memoria

La persistencia de la memoria dependerá de su tipo, a corto o largo plazo, del interés y de la comprensión. Observa el siguiente esquema, en el que se explican las dos primeras.

Memorización de contenidos

La **memorización de contenidos** consiste en repetir literalmente el material que se lee o estudia. Sin embargo, la memorización tiene diferentes aspectos positivos, pues se utiliza para captar contenidos y analizar, clasificar, comparar y sintetizar la información.



Figura 1.3

El memorama es un juego con el que se desarrolla la memoria visual.

Memoria

A corto plazo

Guarda en forma activa una pequeña cantidad de información, de manera que se encuentra inmediatamente disponible durante un corto periodo, desde segundos y hasta algunas horas.

A largo plazo

Almacena recuerdos por más tiempo. Puede prolongarse días o décadas, sin límite alguno de capacidad o duración. Para mantener datos o vivencias, es necesario repetir y recuperar los contenidos, así como un grado de comprensión y relación con otros recuerdos.



Actividad #9 “Fuentes de distracción en el ámbito educativo”.

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de las distracciones en el estudio.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa.

1. ¿Qué es la distracción?
2. Menciona algunas fuentes de distracción en el ámbito educativo.
3. ¿Por qué surgen los factores de distracción?
4. ¿Qué es la memoria?
5. ¿Para qué es fundamental la memoria?
6. Menciona las fases de la memoria y su descripción
7. Memoria a corto plazo es aquella que:
8. Memoria a largo plazo es aquella que:
9. ¿En qué consiste la memorización de contenidos?

Ordenación, clasificación, resumen de contenidos

La organización de los contenidos repercute en el tipo de tarea cognitiva que el estudiante puede realizar, pues se promueve determinada actitud hacia el conocimiento. La organización implica la forma en que se ordenará la información para su mejor comprensión, y puede realizarse agrupando elementos de información de acuerdo con las propiedades comunes entre ellos. Por tanto, definir un sistema de clasificación es elegir los contenidos con base en los atributos que vamos a agrupar y en la forma en que vamos a organizarlos.

Sin embargo, para organizar adecuadamente la información es necesario que ésta sea identificada, es decir, que seas capaz de reconocer los datos más relevantes de todo el conjunto de información que has recopilado. Para ello son útiles, por ejemplo, los mapas conceptuales ya que ayudan a identificar y relacionar la información.

La identificación de datos es un proceso interactivo y gradual, ya que es posible que, a medida que se van adquiriendo más conocimientos, es más sencillo recopilar información relevante.



Por su parte, para organizar la información es necesario seguir algunas pautas.

1. Clasificación de contenidos. Debes definir cuáles serán los grupos en que clasificarás la información: puede ser por secciones, apartados o subtemas. Por ejemplo, si estás realizando una investigación sobre calentamiento global, quizá tengas una sección sobre contaminación del aire, donde incluirás todos los datos, documentos, entrevistas y demás fuentes que aborden este aspecto; otra sección sobre deforestación, donde incluyas estadísticas, videos y documentales al respecto, y así sucesivamente.

2. Ordenación de contenidos. Una vez que se establece la clasificación se define un orden interno para cada sección. Consiste en determinar un orden (cronológico, alfabético, numérico, por temas y subtemas) a la información utilizada en cada sección (notas, entrevistas, videos, documentos, etcétera).

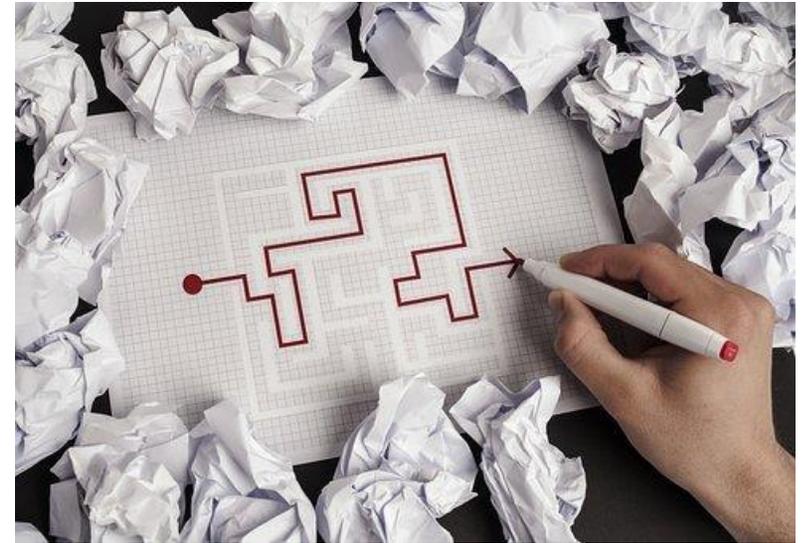
3. Resumen de contenidos. Es la acción de sintetizar un texto; es decir, exponer las ideas más relevantes conservando su sentido original y omitiendo los detalles adicionales.

Reflexión sobre la estructuración de información conceptual

Los contenidos de la información están representados mediante conceptos, cualidades, objetos y relaciones. Esta representación debe ser coherente para que sea comprensible. Una estructura de este tipo está conformada por conceptos coherentes enlazados, cuyo objetivo es exponer el conocimiento del objeto de estudio.

Estructurar la información nos ayuda a:

- ❖ Conectar la información nueva con tus conocimientos previos.
- ❖ Descubrir cómo los conceptos se relacionan entre sí.
- ❖ Recordar la información fácilmente.

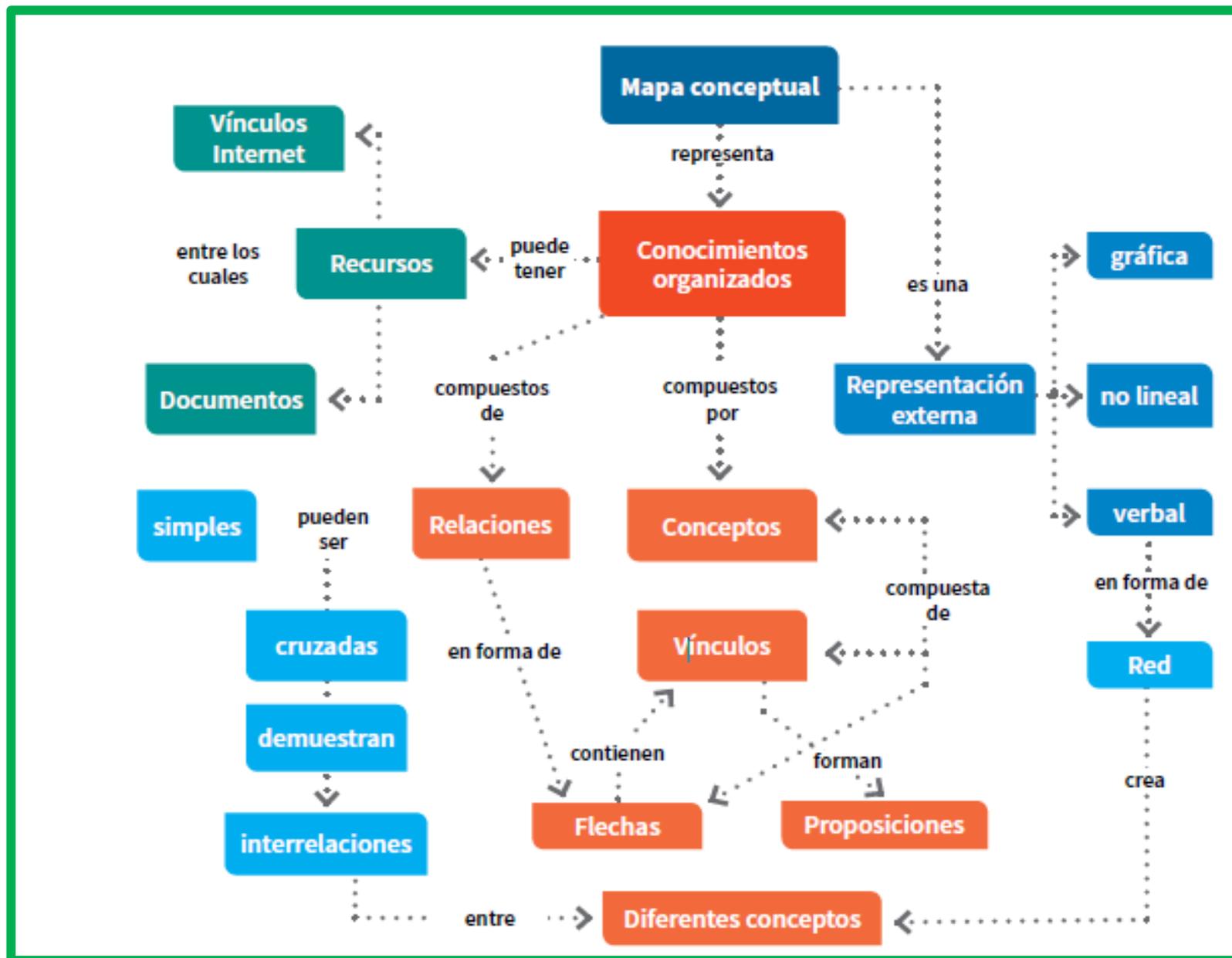


Reformulación o intervención de conceptos o procedimientos

La **reformulación o invención de conceptos o procedimientos** se refiere a explicar en un lenguaje sencillo la información recabada. Este proceso implica comprender un concepto para retransmitirlo, por lo que trasciende la memorización, y se instala en el nivel de comprensión.

Realización de mapas conceptuales

La realización de **mapas conceptuales** consiste en plasmar visual y gráficamente conceptos e ideas por medio de palabras, dibujos o símbolos. La realización de un mapa conceptual requiere de un estudiante más activo, dispuesto a analizar la información, relacionarla, categorizarla y/o jerarquizarla, y no sólo a memorizarla. Durante la elaboración de mapas conceptuales utilizamos los dos hemisferios cerebrales y mediante la organización de la información somos más creativos, además de que sintetizamos pensamientos, creencias, sentimientos, y a la vez imaginamos, compartimos y aprendemos.



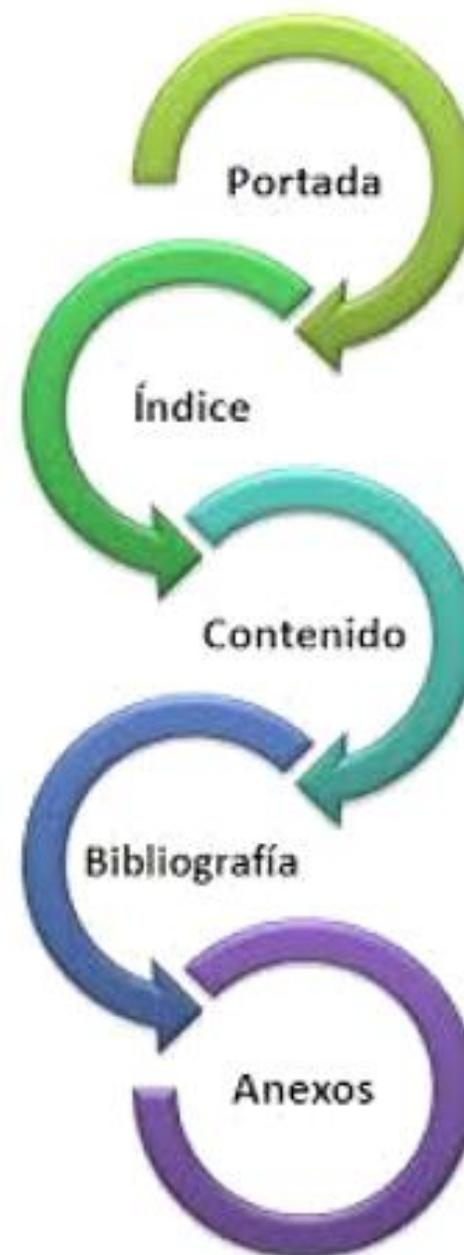
Formulación de conclusiones

La **formulación de conclusiones** significa comprender los puntos principales o esenciales del trabajo realizado. Para plantear una adecuada conclusión se deben atender los siguientes aspectos.

- ❖ **Repasar el trabajo**, es decir, sintetizar la información para plantear una idea de cierre que refleje los resultados del trabajo.
- ❖ **Ofrecer recomendaciones** para el futuro cuando realices otra investigación o aplicación, ya que puede representar el eslabón entre el pasado y el futuro, por lo cual siempre deja la puerta abierta a otros trabajos.
- ❖ **Eliminar información innecesaria**, ya que la conclusión debe fundamentarse en lo que se escribió o planteó con antelación en el trabajo para no confundir a los posibles lectores.

Presentar los resultados de una investigación requiere un orden de los procesos que seguiste, así como del análisis de tus resultados y las conclusiones a las que llegaste. Así que apura la recopilación y ten a la mano toda la información obtenida durante tu investigación. Para ello, es conveniente que prepares un pequeño guion de trabajo con los siguientes puntos elementales que te ayudarán a ordenar tu información.

- ❖ **Portada.** En ella debe aparecer el nombre de la escuela, el de la materia en que presentas el reporte, el título de tu trabajo, tu nombre, el grupo al que perteneces y la fecha en la que presentas el reporte.
- ❖ **Índice.** En él escribirás en orden los temas y subtemas que incluiste en tu guion de trabajo y que desarrollaste en tu trabajo. Debes indicar el número de la página en el que inicia cada apartado.
- ❖ **Introducción.** La introducción inicia tu trabajo. Es un apartado muy breve, donde deberás indicar al lector cuál es el objetivo general de la investigación, mencionando la metodología que utilizaste y exponiendo una presentación muy breve de los contenidos y puntos más importantes con el fin de atrapar la atención del lector.



- ❖ **Desarrollo.** Es la parte más robusta de tu redacción. Puedes presentar tu información en forma de capítulos. Por ejemplo:
- ❖ **Capítulo I.** Definición del tema y planteamiento del problema a investigar, así como la justificación de su importancia. Aquí se señalan los objetivos a alcanzar y la hipótesis de trabajo que guiará el desarrollo de contenidos.
- ❖ **Capítulo II.** Información ordenada obtenida de las diversas fuentes consultadas. Incluye teoría, conceptos, argumentos, descripción de estudios, observaciones y experimentos previos, así como algunas argumentaciones propias, citas textuales y paráfrasis de autores. También incorpora imágenes obtenidas de las fuentes de consulta.
- ❖ **Capítulo III.** Exposición puntual de las teorías en las que se apoya la investigación que realizaste. Recuerda que tu trabajo debe ser consistente y seguir una línea teórica que evite que incurras en contradicciones y que, al mismo tiempo, defina la perspectiva del trabajo que realizaste.



- ❖ **Capítulo IV.** Metodología utilizada, técnicas e instrumentos de investigación. En esta parte debes describir la forma en que decidiste recurrir a experimentos, observaciones y otras formas de recopilación de datos, explicando los criterios que utilizaste, por ejemplo, número de personas consultadas, descripción del caso concreto de tu estudio, el porqué de las comparaciones o búsquedas específicas de ciertos datos, etc. Incluye gráficos de fuentes y de tu autoría.
- ❖ **Capítulo V.** Procesamiento de la información. Incluye la descripción de toda tu experiencia durante los experimentos, observaciones y estudios que mencionaste en el apartado anterior, describiendo con detalle los resultados y observaciones obtenidos. Incluye imágenes y gráficos de tu proceso de investigación.



- ❖ **Capítulo VI.** Análisis de la información. Este apartado considera los argumentos y las relaciones que pudiste encontrar en los resultados de los estudios que realizaste. Muestra las imágenes, gráficos, estadísticas y porcentajes que obtuviste a partir de tu investigación, ofreciendo una explicación de cada uno y relacionando estos resultados, buscando con ello responder al planteamiento del problema y la pregunta de investigación. En él se empiezan a mostrar las dificultades que encontraste en tu proceso de investigación.
- ❖ **Conclusiones.** Se presentan en una o dos páginas, retomando las ideas que lograste desarrollar en los resultados anteriores y relacionándolas con la información previa obtenida en las fuentes para lograr confirmar tu hipótesis o refutarla, así como para dar respuesta a la pregunta de investigación. En las conclusiones mencionarás si cumpliste tus objetivos y puedes exponer algunas observaciones al respecto, así como incluir otras posibles interrogantes que surgieron a partir de los resultados que obtuviste.



- ❖ **Referencias bibliográficas.** En esta sección se presentarán por orden alfabético, en el formato APA que ya conoces, los datos que hacen referencia a las citas mencionadas a lo largo de tu texto.
- ❖ **Anexos.** Esta parte es opcional, dependiendo del tipo de investigación e instrumentos que hayas utilizado. En este apartado puedes incluir, por ejemplo, las preguntas que realizaste en una encuesta o un cuestionario, y agregar gráficas, estadísticas o imágenes que no incorporaste en el desarrollo por resultar demasiado específicas o por dirigirse hacia un tema interesante, pero que no era el que planteaste de inicio.



Actividad #10 “Estrategias para la organización de contenidos que facilitan la comprensión”.

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de una organización bien estructurada.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa”.

1. La organización de contenidos ¿qué implica?
2. para organizar adecuadamente la información es necesario que:
3. La identificación de datos es un proceso...
4. ¿Qué pautas es necesario seguir para organizar la información?
5. ¿Cómo están representados los contenidos de la información?
6. ¿Cómo nos ayuda estructurar la información?
7. ¿A qué se refiere la reformulación o invención de conceptos o procedimientos?
8. ¿En qué consiste los mapas conceptuales?
9. ¿Qué aspectos se deben atender para plantear una adecuada conclusión?
10. ¿Qué se requiere para presentar los resultados de una investigación?
11. ¿Cuáles son los puntos elementales que debe llevar un guion?
12. Construyan un mapa conceptual que rescate la información más importante que hayan encontrado sobre el tema.

Reflexión del proceso de lenguaje

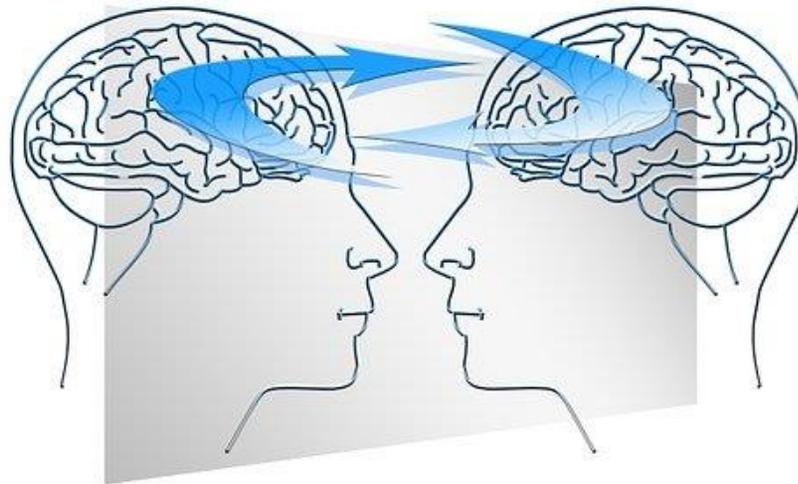
El uso adecuado del lenguaje promueve procesos cognitivos que involucran la memoria; de hecho, ambos se llevan a cabo en la corteza cerebral, y su principal articulación ocurre en la relación de ideas pasadas o presentes. Esto también hace posible prever consecuencias.

Conceptualización

El **lenguaje** es el conjunto de sonidos articulados mediante el cual el ser humano expone sus pensamientos y sentimientos. Otra definición señala que es el conjunto de sistemas de comunicación que utiliza el ser humano para expresarse de diversas formas, como gestos, dibujos, sonidos, movimientos, etcétera.

Por su parte, la **conceptualización** es el proceso de desarrollo y clarificación de conceptos. Significa lograr la representación mental en un concepto de una idea abstracta, a partir de la experiencia y la comprensión de aquello que nos rodea.

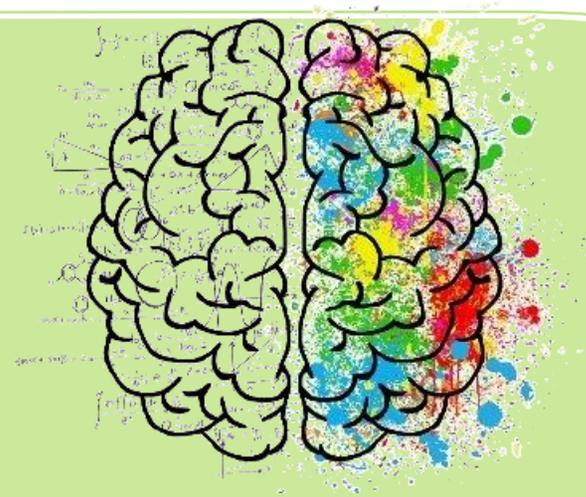
La formación de conceptos se realiza mediante un proceso llamado **abstracción**, el cual inicia desde el nacimiento, cuando nuestros sentidos y pensamiento son estimulados por lo que sucede en el mundo: nuestros padres, las acciones que ocurren a nuestro alrededor, el calor, la luz del sol, el viento, el agua que nos moja y la experiencia en general.



Importancia del desarrollo de la verbalización

Para explicar lo que aprendió y cómo lo aprendió

Verbalizar significa poder explicar en voz alta, mediante lenguaje y conceptos, aquello que se sabe o desea compartir con otros. Para ello es fundamental el proceso comunicativo y su relación con el aprendizaje, ya que el lenguaje refleja nuestras operaciones mentales, cómo entendemos los conceptos que ya manejamos, cómo los relacionamos y el tipo de conexión lógica y causal que establecemos entre ellos. Por esta razón es necesario cuidar el lenguaje con que expresamos nuestras explicaciones al exponer un tema o contestar preguntas, pues esto nos garantizará que estamos logrando aprendizajes comprensivos, significativos y funcionales.



Relación entre el proceso de memoria y el lenguaje

Existe una relación muy clara entre el proceso de memoria y el lenguaje, por lo que el papel que cumple el lenguaje en el proceso de aprendizaje es relevante.

La manera de aprender en forma tradicional es la memorística, en la que no importa si el alumno relacionó, entendió o comprendió el conocimiento; es decir, son aprendizajes poco funcionales en el ámbito social o laboral. Así pues, el ser humano aprende aquello a lo cual le encuentra sentido; es decir, aquello que se relaciona con sus conocimientos previos y que hace referencia a sus habilidades y destrezas adquiridas con antelación.





Actividad #11 “Proceso de lenguaje”



¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto del lenguaje.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Relaciona las palabras que a continuación se presentan con la oración completando el enunciado.

lenguaje

abstracción

conceptualización

memorística

Verbalizar

lenguaje

El uso adecuado del _____ promueve procesos cognitivos que involucran la memoria;

El _____ es el conjunto de sonidos articulados mediante el cual el ser humano expone sus pensamientos y sentimientos.

Por su parte, la _____ es el proceso de desarrollo y clarificación de conceptos.

La formación de conceptos se realiza mediante un proceso llamado _____, el cual inicia desde el nacimiento,

_____ significa poder explicar en voz alta, mediante lenguaje y conceptos, aquello que se sabe o desea compartir con otros.

La manera de aprender en forma tradicional es la _____, en la que no importa si el alumno relacionó, entendió o comprendió el conocimiento;

Reflexión del proceso del pensamiento

El **pensamiento** se define como todo proceso mental que se produce gracias al intelecto y la racionalidad, y puede traducirse en estructuras lingüísticas. Esto significa que el pensamiento está conformado por diferentes elementos básicos que, al agruparse, forman combinaciones más complejas. En el lenguaje, estos elementos básicos son las palabras, las cuales tienen cierto significado. Cuando se agrupan varias palabras se forman enunciados — también llamados **proposiciones**— que transmiten significados más complejos.

El proceso de pensamiento para la solución de un problema se divide en las siguientes cinco etapas.

1. **Identificar el problema.** Este procedimiento permite saber si un objeto o hecho depende de un concepto, para lo cual se deben realizar acciones como recordar rasgos de la idea y propiedades, así como reconocer si el objeto posee o no estos elementos.
2. **Definir y representar el problema.** Es necesario identificar cuáles son los rasgos suficientes y necesarios que determinan cierto concepto. La definición responde la pregunta “¿qué?”, para lo cual es preciso:
 - a. Determinar las características esenciales que distinguen y delimitan el objeto de la definición.
 - b. Enunciar en forma sintética y precisa los rasgos esenciales del objeto.
3. **Explorar las posibles estrategias y alternativas.** Es uno de los pasos más complejos, pues se basa en el desarrollo de diferentes posibilidades de solución al problema.

4. **Actuar con base en la estrategia seleccionada.** No es posible resolver un problema a no ser que se elija una opción o una estrategia, o se tome un plan de acción, el cual se debe perfilar como el más cercano a una posibilidad de solución.
5. **Evaluar los resultados.** El último paso es dar seguimiento y averiguar qué nivel de eficiencia se desarrolló con la opción elegida; es decir, asegurarse de los resultados obtenidos, reconociendo aciertos y posibles errores.



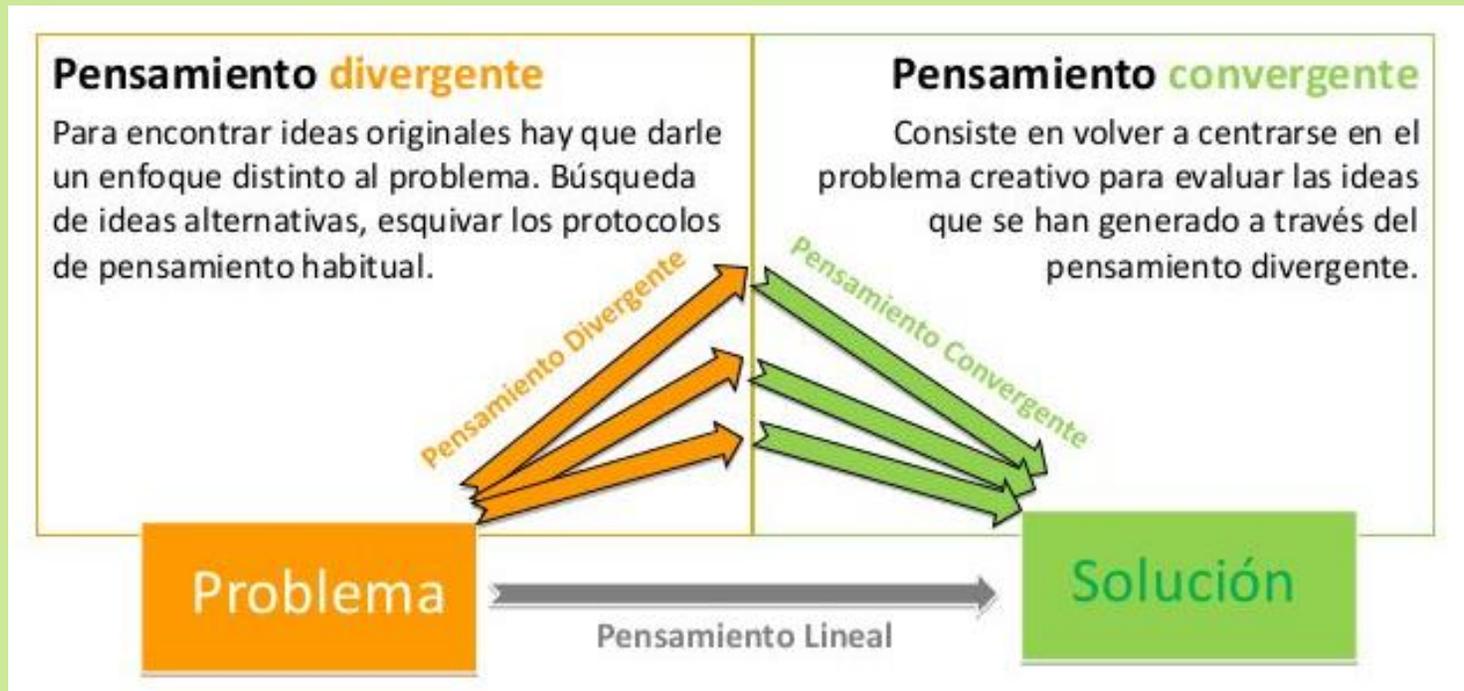
Pensamiento convergente

¿Has reflexionado sobre la forma en que sueles activar tu pensamiento para solucionar un problema? En general, los seres humanos resolvemos problemas mediante el uso del **pensamiento convergente**, mientras que las propuestas de solución se nos ocurren gracias al pensamiento divergente.

El pensamiento convergente no es creativo, no imagina nuevas soluciones, sino que utiliza la lógica y lo ya conocido para encontrar una solución a determinado problema. Se usa un método lineal lógico y se toman pasos racionales para descubrir la solución correcta. Por este motivo, el pensamiento convergente se emplea en exámenes, ejercicios de opción múltiple, secuencias y problemas aritméticos.

Pensamiento divergente

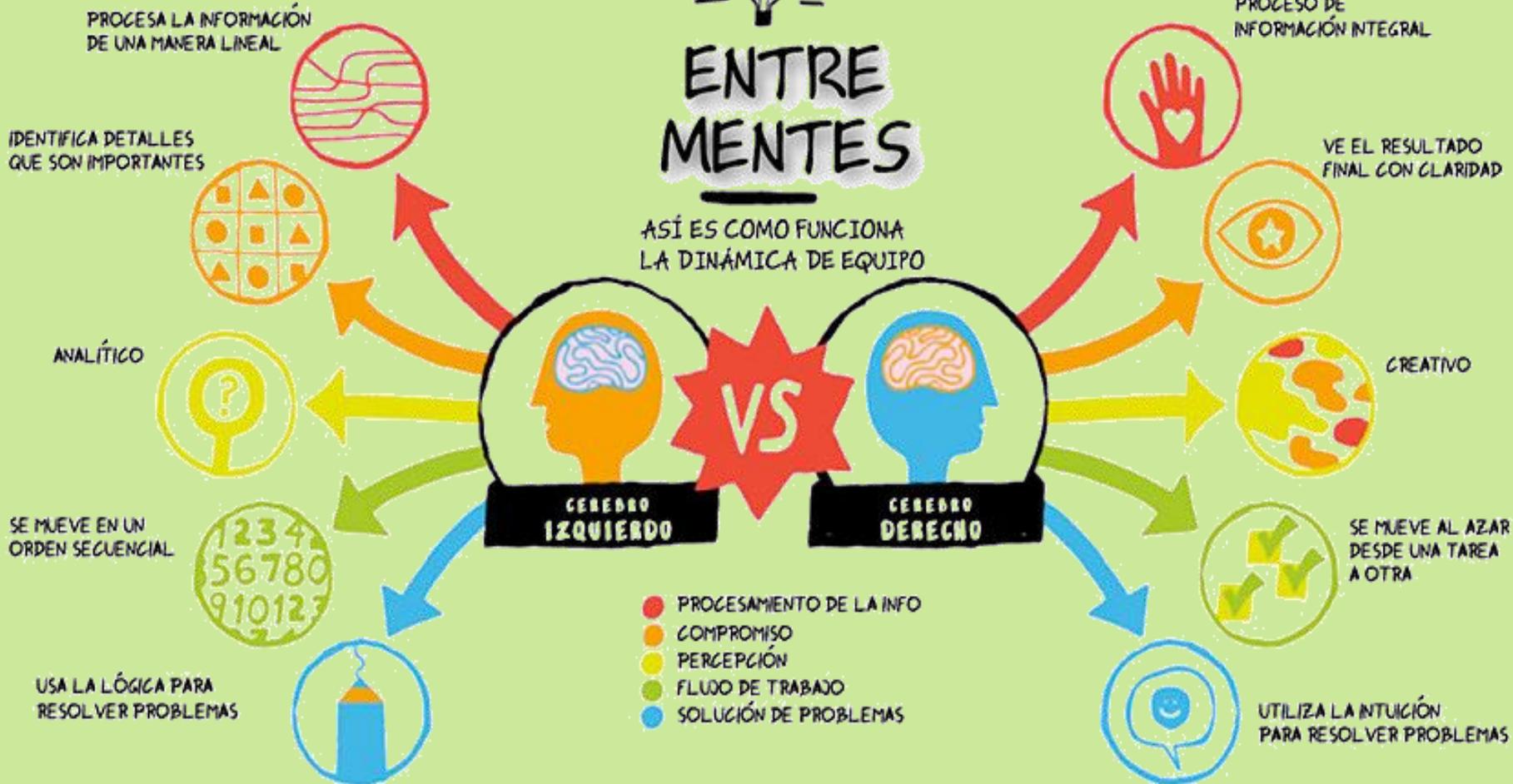
El **pensamiento divergente** consiste en la búsqueda de alternativas o posibilidades creativas y novedosas para la resolución de un problema. El secreto para crear nuevas ideas es separar tu pensamiento divergente de tu pensamiento convergente. Se trata de un proceso completamente creativo que pondrá a revolucionar tu cerebro. Esta forma de pensar se utiliza mejor en tareas creativas, como la escritura libre, las ilustraciones creativas, el mapeo mental y la lluvia de ideas. Significa generar muchas y nuevas opciones antes de evaluarlas.





ENTRE MENTES

ASÍ ES COMO FUNCIONA LA DINÁMICA DE EQUIPO





Actividad #12 “Proceso del pensamiento Convergente y el pensamiento divergente”

¿Qué vas a aprender?

A identificar el pensamiento divergente y el pensamiento convergente.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Redacta un reporte en el que describas el proceso de generación de ideas por el que atravesaste utilizando el pensamiento divergente, y la manera en la que llegaste a tener algunas opciones finales hasta que tomaste una decisión con ayuda del pensamiento convergente.

1.2 Aplica fases de planificación, control y evaluación de acuerdo a su proceso de aprendizaje, para alcanzar sus objetivos a lo largo de su vida.

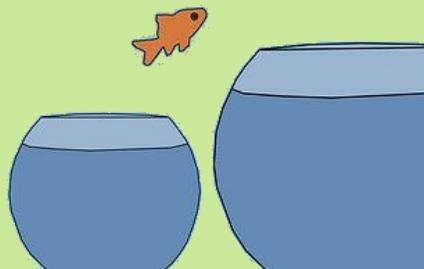
<<Aplicación de la fase de planificación de su proceso de aprendizaje>>

El modelamiento metacognitivo en la escuela forma parte de un proceso de aprendizaje complejo al que se le denomina **aprendizaje estratégico**. Una **estrategia** es una guía de las acciones que hay que tomar para alcanzar un objetivo de aprendizaje significativo de acuerdo con tu forma y estilo de aprendizaje. En el tema anterior pudiste descubrir cuál es tu sistema de representación y conocer las inteligencias que son tu fuerte.



El aprendizaje estratégico se basa en el aprovechamiento de estos aspectos para que tu aprendizaje sea óptimo y real. Contempla tres momentos de desarrollo: la presentación de la estrategia, la práctica guiada y la práctica autónoma, como se muestra en la figura anterior.

- 1. Presentación de la estrategia.** Consiste en facilitar al estudiante las tareas que realizará en alguna actividad. Además, se describen las estrategias cognitivas y metacognitivas que utilizará en la expresión de la información con el fin de planificar, monitorear y evaluar positivamente la actividad para lograr los objetivos del aprendizaje.



- 2. Práctica guiada.** El profesor apoya al estudiante en la selección y aplicación de las estrategias aprendidas en este curso para la solución del problema planteado. Profundiza sobre las estrategias de aprendizaje que podrían utilizarse. Por ejemplo: activar sus

conocimientos previos en relación con el tema planteado, elegir frases o palabras relevantes para estructurar el problema, y plantear posibles soluciones previendo sus consecuencias, etcétera.

- 3. Práctica autónoma.** Se traduce en la meta a lograr, pues las estrategias practicadas de manera autónoma y la formulación de las preguntas adecuadas para buscar la solución a un problema le permitirán al estudiante alcanzar un aprendizaje significativo.

Concepto de fases de la autorregulación

En general, podemos caracterizar estas fases en los términos siguientes.

- ❖ **Planificación.** Antes de realizar el trabajo es preciso analizar, reflexionar y valorar los elementos que lo configuran, los factores personales implícitos y las condicionantes del entorno para poder planear acciones adecuadas.



- ❖ **Regulación.** Durante la realización del trabajo es necesario controlar nuestras emociones, mantener la motivación y centrar la concentración para llevar a cabo la planificación propuesta, calcular inconvenientes y optimizar los resultados.
- ❖ **Evaluación.** Después del trabajo procede efectuar un proceso de valoración general, es decir, evaluar el aprendizaje, los recursos, funcionalidad, adecuación, alternativas, estrategias y técnicas empleadas.

Selección de estrategias apropiadas



- **Análisis y discusión metacognitiva.** Se puede adquirir una estrategia mediante la reflexión sobre un trabajo realizado. Sucede cuando los estudiantes han finalizado una actividad y luego realizan un análisis sobre lo que pensaron o hicieron al inicio de la práctica, lo que pensaron al escuchar la tarea o problema a resolver, o mientras llevaban a cabo la actividad —sobre todo las dudas, otras emergencias— y lo que pensaron e hicieron al finalizarla. Se puede iniciar con una reflexión individual que culmine en una discusión colectiva en la búsqueda de consensos.

- **Perspectivismo estratégico.** Es otro método útil para adquirir una estrategia. Consiste en observar cómo un compañero lleva el proceso para solucionar una tarea o problema, identificar cuáles fueron sus planes preliminares para enfrentarlos, conocer qué dificultades encontró, qué pensó para resolverlas y de qué manera valoró su actuación al término de la actividad.



Podemos encontrar dos tipos de perspectivismo:

- **Perspectivismo perceptivo.** Es la posibilidad de adoptar el punto de vista del “otro” en el momento de percibir la posición de un objeto en el espacio. Por ejemplo, saber cuándo alguien que está frente a nosotros percibe la parte posterior de un objeto situado entre ambos.



- **Perspectivismo conceptual.** Es la competencia para adoptar la perspectiva de otro en cuanto a su definición y posicionamiento sobre un determinado fenómeno o tema. Por ejemplo, saber que el otro tendrá una opinión favorable o desfavorable acerca de la despenalización del consumo de drogas (Monereo, 2001).

Conocimientos previos

Establecimiento de metas

Los **objetivos** son los logros que se pretenden lograr con una investigación: describen las perspectivas sobre los resultados que se obtienen y especifican lo que se espera encontrar o resolver. Piensa que además de satisfacer tu curiosidad, los resultados de tu investigación también podrían interesarles a otros y despertar interés por temas relacionados. Podrían representar un parteaguas para eliminar creencias erróneas o prejuicios.

Evita metas “caprichosas”, es decir, demasiado complejas o extravagantes, al grado de que te imposibiliten el cumplimiento de una parte del proceso de investigación o del trabajo.

El **modelado** es uno de los momentos de la presentación de la estrategia. Activar los conocimientos previos implica preguntarse por aquello que ya se conoce sobre un tema, ya sea por la experiencia cotidiana, la escuela u otro medio. Esto te permitirá ubicar el tema dentro de los conocimientos que ya posees, y echar mano de todos tus conocimientos previos —cotidianos y de documentación especializada— para preguntarte: ¿qué dudas me quedan en las explicaciones que ya conozco?, ¿qué argumentos no me resultan convincentes y por qué?, ¿qué aspecto del tema no ha sido profundizado? Reflexiona y examina el asunto desde distintos ángulos, toma notas y deja que las ideas fluyan para ir planteando algunas ideas sobre las metas a lograr con tu trabajo.



ACTIVIDADES GENERADORAS DE INFORMACIÓN PREVIA

Permiten activar, reflexionar y compartir conocimientos previos sobre un tema determinado.

Introducir la temática de interés.

Analizar ideas que se conocen en relación con el tema.

Presentar las listas de ideas al grupo.

Destacar la información pertinente, se señala la errónea.

Recuperar las ideas y originar una breve discusión.



Administración del tiempo y recursos

El **manejo del tiempo** se refiere a analizar el uso de recursos en forma regular para distribuirlo de la manera más adecuada y utilizarlo efectivamente. Es muy útil realizar planificaciones para distribuir el tiempo en nuestras distintas actividades.

El manejo del tiempo ayuda a mantener el equilibrio en las diferentes presiones a las cuales el investigador se encuentra sometido. De esta forma se facilitará el logro de los objetivos y se limitará el estrés del cansancio.

Para la presentación de la estrategia, ten en cuenta el tiempo que dedicarás a tu investigación y a cada uno de los procesos que la integran, como el acceso a espacios y materiales, la duración de las observaciones y experimentos, la recolección de datos o la disponibilidad de otras personas para apoyarte. Desde un inicio establece lapsos para cada parte del proceso, así como una fecha para la obtención de resultados y la elaboración del reporte de conclusiones, sin olvidar que pueden presentarse dificultades que deben solucionarse antes de que obstaculicen el trabajo.



Desarrollo de la fase de planeación de la práctica autónoma

En este punto, desde la definición de las estrategias más adecuadas para tu aprendizaje, el establecimiento de metas, la recuperación de tus conocimientos previos, hasta la definición de tiempos y recursos disponibles, debes comenzar la planeación de tu trabajo de investigación para resolver un problema y aprender de ello.



Actividad #13 “Aplicación de la fase de planificación de su proceso de aprendizaje”



¿Qué vas a aprender?

A identificar las fases de planificación de su proceso y estrategias para efecto del aprendizaje.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Relaciona las columnas de acuerdo con su contenido.

- estrategia
- aprendizaje estratégico
- Presentación de la estrategia
- Práctica guiada
- Práctica autónoma
- Perspectivismo perceptivo
- Perspectivismo conceptual

Es la posibilidad de adoptar el punto de vista del “otro” en el momento de percibir la posición de un objeto en el espacio.

Consiste en facilitar al estudiante las tareas que realizará en alguna actividad.

es una guía de las acciones que hay que tomar para alcanzar un objetivo de aprendizaje significativo de acuerdo con tu forma y estilo de aprendizaje.

se basa en el aprovechamiento de estos aspectos para que tu aprendizaje sea óptimo y real.

Se traduce en la meta a lograr, pues las estrategias practicadas de manera autónoma y la formulación de las preguntas adecuadas para buscar la solución a un problema le permitirán al estudiante alcanzar un aprendizaje significativo.

El profesor apoya al estudiante en la selección y aplicación de las estrategias aprendidas en este curso para la solución del problema planteado.

Es la competencia para adoptar la perspectiva de otro en cuanto a su definición y posicionamiento sobre un determinado fenómeno o tema.



Aplicación de la fase de control de su proceso de aprendizaje

Mientras más te apropias de tu proceso, verás que las intervenciones del maestro disminuirán.

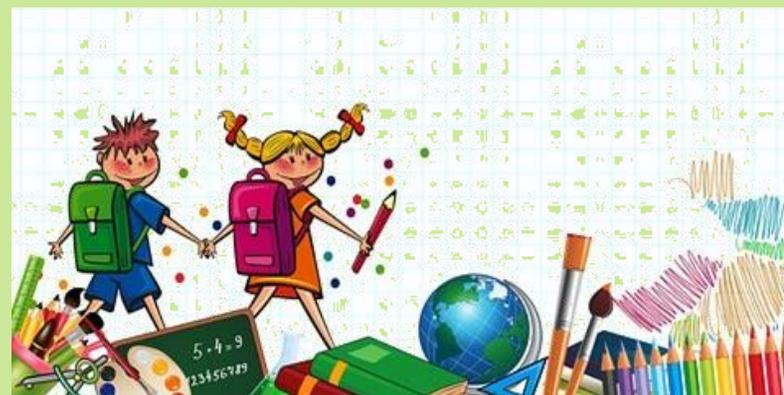
Comprensión y desempeño de la actividad

El concepto **comprensión** se refiere al grado de entendimiento que las personas logran con respecto a un fenómeno en específico. Cuando un aprendizaje se comprende de acuerdo con los conocimientos, las experiencias previas y la interpretación que cada individuo confiere a dicho fenómeno atribuyéndole un sentido específico, podemos hablar de un aprendizaje significativo, pues se suma casi naturalmente al cuerpo de conocimientos de esa persona.

Una forma de desempeñarse en una actividad es el trabajo cooperativo, que promueve el aprendizaje significativo a partir del trabajo en conjunto. Los teóricos definen el **aprendizaje cooperativo** en los siguientes términos: “El uso de grupos pequeños para que los estudiantes trabajen juntos y aprovechen al máximo el aprendizaje propio y el que se produce en la interrelación. Para lograr esta meta, se requiere planeación, habilidades y conocimientos de los efectos de la dinámica de grupo” (Johnson y Johnson, 1991).

Efectuar modificaciones

Para avanzar mediante la revisión de nuestra planeación en contraste con los resultados que vamos obteniendo es de gran utilidad el **análisis para la toma de decisiones**. Este análisis consiste en identificar los elementos o procesos que resultaron útiles en la realización de la actividad para resolver ciertas emergencias y alcanzar las metas establecidas y que, por lo mismo, pueden resultar útiles a futuro.



COMPRENDO

El análisis para la toma de decisiones se compone de las siguientes fases.

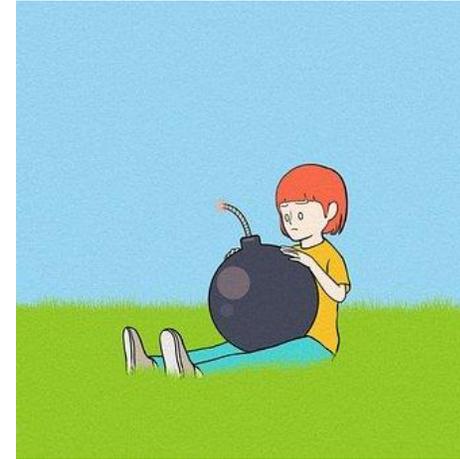
1. Identificación y subrayado de datos fundamentales.
2. Organización de los datos seleccionados en algún sistema de representación (por ejemplo, una tabla o una gráfica).
3. Deducción de algún principio o ley que establezca alguna regularidad o relación causal entre los datos (Monereo, 2001).

En este análisis es posible que, si te encuentras algo “difícil”, como un momento de bloqueo, logres pensar y encontrar una solución que te permita seguir avanzando, aun cuando ello signifique modificar la planeación original.



Reflexionar

Reflexionar sobre el proceso que llevas a cabo necesariamente implica formularte algunas preguntas sobre la actividad que estás realizando. Esto te conduce a un proceso de interrogación y autointerrogación metacognitiva. Se trata de una recopilación de las dudas más relevantes que te van asaltando durante tu investigación, para que, al tratar de resolverlas, emitas propuestas de solución y tomes decisiones que te lleven a la meta establecida a través de su registro junto con las dudas mencionadas.

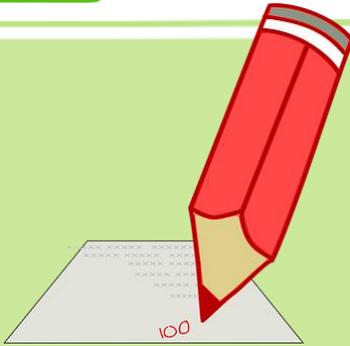


Concentración e interés de la actividad

La motivación es un elemento importante para lograr mantener la concentración y la atención en diversas actividades y, como estudiante, debe interesarte para poder desarrollarte académicamente. La **motivación** se refiere a despertar el interés, estimular el deseo de aprender y distinguir los esfuerzos para lograr las metas planeadas. No siempre podemos encontrar motivaciones externas, por lo que es necesario que encuentres tus propias motivaciones para estar atento a tu propio proceso de aprendizaje.

Desarrollo de la fase de control de la práctica autónoma

La **aplicación de la planificación** (considerando cada una de las estrategias pertinentes para tu investigación) implica verificación y valoración de tu propio desempeño, control de tareas, corrección de errores y distracciones, reconducción del esfuerzo y rectificaciones. Es muy importante que no olvides tomar notas y registros de lo que sucede. Te serán de gran utilidad no sólo para comunicar los resultados, sino para evaluar tu desempeño a lo largo del proceso.



Autorreflexión sobre el cumplimiento de las metas propuestas

La autorreflexión sobre el cumplimiento de las metas propuestas consiste en la **revisión de la estrategia de resolución**.

Una vez llevada a cabo la planificación y realización de la estrategia planteada, a partir de los resultados obtenidos y del contraste con las soluciones adoptadas por otros compañeros deberás revisar tus planificaciones y estrategias para introducir modificaciones que mejoren la táctica inicial, aplicándola de nuevo para probarla.

Ten en cuenta que corregir no es sólo señalar el error: es aprender y mejorar. Cuando te planteas un cambio en la estrategia, es porque en tu autorreflexión te has dado cuenta de que alguna de tus decisiones no fue la más adecuada para alcanzar las metas iniciales, ya sea factores como la resistencia al cambio, ambientales, sociales, culturales, etcétera.

Corregir te permite aprender de los errores y reiniciar los pasos para tomar soluciones alternativas mucho más adecuadas.

Resultados alcanzados

Cualquier resultado será parte de tus conclusiones, y vale la pena mencionarlo, pues también aporta conocimiento. No pierdas de vista que las conclusiones sólo dependen de los resultados de la investigación, aun cuando éstos no concuerden del todo con lo que esperabas obtener. Tu aprendizaje también será parte del análisis de tus resultados, incluyendo el contraste con las fuentes de información que consultaste.



Desarrollo de la fase de control de la práctica autónoma

Alcanzar la fase de evaluación te permitirá estar más cerca de la **práctica autónoma del aprendizaje estratégico**. Esto quiere decir que, al intentar resolver un problema, lo hayas hecho con base en un conocimiento bien asimilado de tus preferencias y necesidades de aprendizaje, así como de los pasos y recursos a utilizar para llegar a la meta en diferentes contextos y situaciones.



Actividad #14 “Aplicación de la fase de control de su proceso de aprendizaje”.

¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto del control en el aprendizaje.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa.

1. ¿A qué se refiere el concepto comprensión?
2. ¿A qué llamamos aprendizaje significativo?
3. ¿Cómo definen los teóricos el aprendizaje cooperativo?
4. ¿En qué consiste el análisis para toma de decisiones?
5. ¿Cuáles son las fases que componen el análisis para la toma de decisiones?
6. ¿De qué se trata el proceso de interrogación y autointerrogación metacognitiva?
7. ¿Qué es la motivación?
8. ¿Qué implica la aplicación de la planificación?
9. ¿En qué consiste la revisión de la estrategia de resolución?
10. ¿Qué quiere decir alcanzar la fase de evaluación de la práctica autónoma del aprendizaje estratégico?



y me Autoevalúo

¿Qué tanto comprendí?

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa.

1. ¿Qué es Autogestión del Aprendizaje
2. Tipos de aprendizaje
3. Mencione las fuentes de información
4. ¿Cuántos tipos de memorias existen?
5. Menciona algunos hábitos de estudio
6. ¿Qué significa la palabra “estrategia”?
7. ¿de qué forma se adquiere el aprendizaje?
8. ¿Qué tan común es que opines acerca de un tema que te interesa?
9. Te sientes cómodo tomando decisiones o prefieres que las personas decidan por ti?
10. ¿Qué es la motivación?



Unidad y Resultados de Aprendizaje



UNIDAD

2

2.1 Realiza un cronograma de hábitos de estudio de acuerdo con sus intereses para el logro de sus metas.

2.2 Identifica sus estrategias de aprendizaje a partir de su autoevaluación, que le permitan el logro de sus objetivos y tareas en los ámbitos escolar, familiar, social.

Resultados de Aprendizaje

2.1

2.1 Realiza un cronograma de hábitos de estudio de acuerdo con sus intereses para el logro de sus metas.

<<IDENTIFICACIÓN DE TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO>>

¿Qué es un hábito de estudio?

Un hábito de estudio es una costumbre, los hábitos de estudio se refieren a cómo nos acostumbramos a estudiar y a realizar el trabajo escolar. Los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria, pues los hábitos son conductas que adquirimos por repetición y que, con el paso del tiempo, se automatizan y nos permiten enfrentarnos a las tareas cotidianas con mayor efectividad. Por ello, son de gran importancia en nuestra vida. La adquisición de un hábito consta de dos fases:

- a. **Formación:** corresponde al periodo en el que se está adquiriendo el hábito.
- b. **Estabilidad:** sucede una vez que se ha conseguido y se realizan los actos de forma habitual y de manera automática.



Ahora bien, los hábitos de estudio se definen como “los métodos y estrategias que acostumbra a usar un estudiante para asimilar unidades de aprendizaje, su aptitud para evitar distracciones, su atención al material específico y los esfuerzos que realiza a lo largo de todo el proceso” (Cartagena, 2008); es decir, hacen referencia a los siguientes aspectos:

1. Organización y planificación para el estudio: Implica establecer tiempos diferenciados de acuerdo a las dificultades que encontramos en cada asignatura, asignar horarios para estudiar y priorizar entre las cosas que tenemos que hacer de acuerdo a los tiempos disponibles.

2. Atención y esfuerzo en clase: Es decir, estar atento a las explicaciones de profesores, preguntar si no entiendes, tomar apuntes, organizar diariamente los apuntes y evitar distracciones durante la clase.



3. Memorización: Hacer uso de estrategias para memorizar más fácilmente un tema como elaborar resúmenes, cuadros sinópticos, esquemas, diagramas de flujo, etc.

4. Comprensión de lectura: Se refiere al empleo de estrategias para mejorar la comprensión de las lecturas, tales como subrayar, hacer anotaciones, profundizar en otro texto sobre un tema y relacionar el contenido de la lectura con tus conocimientos previos.

5. Estudiar en casa: Requiere de una buena organización para establecer horarios para el estudio y cumplir con los mismos, asignar un lugar bien iluminado y ventilado para el estudio y tener acceso a materiales bibliográficos e internet para profundizar o ampliar un tema.

6. Estudiar para los exámenes: Este hábito requiere realizar frecuentes repasos de los temas vistos, resumiendo los contenidos de cada tema a lo esencial y sobre todo iniciar con tiempo un repaso con mayor profundidad para los exámenes.

Técnica de estudio

Las técnicas de estudio son un conjunto de **procedimientos que nos permiten mejorar** la calidad, eficacia y eficiencia de nuestros estudios y aprendizajes en un área determinada.



Para una mayor claridad las hemos clasificado en categorías que te pueden ayudar a comprenderlas mejor y adecuarlas al contexto específico en el que puedas necesitarlas.

Hemos de decir que casi todas las técnicas de estudio efectivas se basan en aprovechar los principios innatos del aprendizaje, especialmente **la atención, la asociación, el orden, la categorización, la visualización y la conceptualización.**

Por otra parte, veamos la distinción entre estrategia de estudio y técnica de estudio. **Una estrategia de estudio es un plan de comportamiento** para hacer frente al material que debemos estudiar. **Una técnica es una herramienta** para continuar con ese plan.

Tipos de técnicas de estudio

Técnicas de estudio de planificación:

Son instrumentos que nos permiten planificar nuestras sesiones de estudio de la manera óptima. Por ejemplo:

- ✓ Técnicas de productividad personal
- ✓ Técnicas de gestión de tiempo
- ✓ Técnicas de desarrollo de hábitos.

Técnicas de estudio de síntesis:

Nos permiten resumir el material a estudiar de la manera más apropiada para el estudio y quedarnos con la información más importante y relevante.

- ❖ Elaboración de conceptos y categorización
- ❖ Búsqueda de palabras clave
- ❖ Elaboración de resúmenes
- ❖ Mapas conceptuales
- ❖ Mapas mentales



Técnicas de estudio de ejecución:

Nos permiten mejorar el mismo acto de estudiar y ejecutar las acciones más apropiadas para el aprendizaje del material. Mnemotécnicas (memoria) como las siguientes entrarían en esta categoría:

- ❖ Palabras clave
- ❖ Asociación de pares
- ❖ Sistemas de perchas
- ❖ Asociaciones mentales
- ❖ Acrónimos

Técnicas de estudio de motivación:

Nos permiten mantener el interés en el material a estudiar.

- ❖ Técnicas de visualización
- ❖ Técnicas de PNL (Las técnicas PNL se basan en una estrategia en que están implicados procesos neurológicos y lingüísticos, que han sido preparados previamente por el sujeto, con el fin de mejorar internamente y en su relación con los demás.
- ❖ Fijación de objetivos



Técnicas de estudio de evaluación y autorregulación:

Proporcionan retroalimentación sobre la efectividad de las técnicas aplicadas y el material aprendido y nos indican como hemos de variar nuestro método de estudio para optimizar nuestro aprendizaje.

Técnicas de estudio orientadas según materias que debemos estudiar

Dependiendo del tipo de material que debemos estudiar será más conveniente utilizar un tipo de técnica u otro. El primer paso para saber que técnica debemos emplear es tener siempre presente **qué tipo de información y datos se encuentran en el material a estudiar**. Principalmente podemos encontrarnos con tres tipos de información distinta:



Datos razonables:

Es información que por su naturaleza deberemos emplear la lógica, el **razonamiento y la resolución de problemas** para aprenderla. Materiales y asignaturas como las matemáticas, física o química podrían entrar en esta categoría. A continuación, se presentan 5 pasos generales que te pueden ayudar a tratar con este tipo de información:

1. Identificar y entender el problema que se nos plantea.
 2. Identificar la información que tenemos y qué información es importante
- ✓ ¿qué información nos falta y es necesaria?
 - ✓ ¿qué fórmulas se necesitan para conseguir esa información?
 - ✓ ¿qué hay que hacer primero?

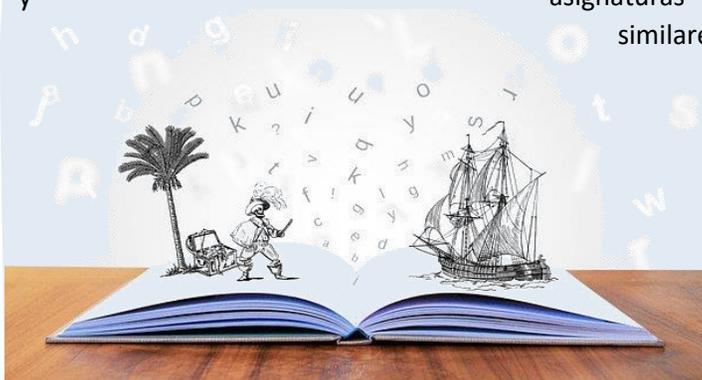
COMPRENDO

1. Identificar cual sería la solución o soluciones posibles al problema.
2. Explorar las alternativas y estrategias a seguir para llegar a esa solución o soluciones.
3. Trazar un plan. En este momento se puede dividir el problema en partes o submetas más pequeñas y atacarlas poco a poco.
4. Evaluar los pasos seguidos y el resultado de la estrategia aplicada.

Datos conectados o episódicos:

Es información que está estructurada en forma de procesos, descripciones, narración de historias, eventos etc. y que se caracterizan por tener descripciones, un nexo en común, secuencias o episodios en la exposición de la información y patrones que se repiten. Materiales y asignaturas que tienen estas características pueden ser: historia, literatura, conocimiento del medio y

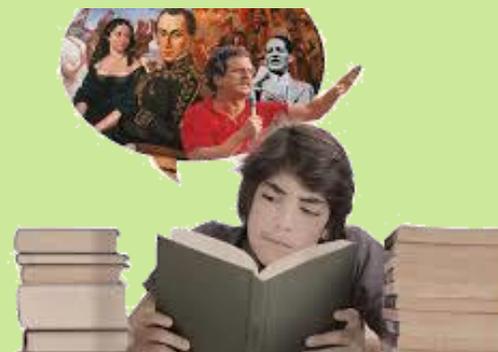
asignaturas y materiales similares. En estos casos las técnicas son:



- El uso de categorías y conceptos para establecer un orden y organización del material.
- Búsqueda de palabras clave
- Elaboración de resúmenes
- Mapas conceptuales
- Mapas mentales
- El uso de la repetición

Para este tipo de información las técnicas de estudio más recomendadas son las de **síntesis aplicando el principio del orden y la organización** del material. La técnica de la REPETICIÓN es adecuada **SÓLO** si hemos hecho el **trabajo previo de ordenar y organizar la información** y hemos utilizado técnicas de síntesis.

Buscar un orden en el material que tenemos que estudiar, así como el uso de categorías, va a ayudarnos a que el material que estudiemos sea **más significativo** para nosotros y va a **facilitar el recuerdo**.



Si por ejemplo nos encontramos un material o tema que hable sobre el funcionamiento del cuerpo humano, será más fácil de recordar si ese material está ordenado y organizado en conceptos, por ejemplo, el sistema nervioso, el sistema respiratorio, el sistema digestivo etc. que si está estructurado de manera desordenada y nos habla primero de aspectos del sistema respiratorio y los mezcla con los del sistema nervioso y posteriormente vuelve de nuevo a hablarnos del sistema respiratorio.

COMPRENDO

Es un tipo de información que **no se puede razonar y que tampoco tiene ninguna conexión entre ella.**

Datos de este tipo son las capitales de países, datos geográficos, huesos del cuerpo, músculos, vocabulario de otros idiomas, nombres de personas y de objetos etc.

Las técnicas para aprender este tipo de información van a ser:

- La imaginación como instrumento de aprendizaje
- Palabras clave
- Sistemas de perchas
- Asociaciones mentales
- Acrónimos

Ambos elementos nos permiten crear una **conexión entre los materiales** que tenemos que estudiar y facilitar el recuerdo y el aprendizaje.



La **mnemotecnia** nos proporciona excelentes herramientas para poder aprender este tipo de información de manera muy rápida y efectiva, que además redundará en una mejora de nuestra capacidad para imaginar, visualizar y generar ideas.

Hemos de decir que la **ASOCIACIÓN** es uno de los elementos más **importantes** y relevantes del aprendizaje. Aprendemos gran cantidad de información asociando.

El aprendizaje de conceptos también es mucho más fácil si esa nueva información la podemos asociar con la que ya tenemos.

Es muy posible que ya hayas experimentado alguna vez la facilidad de estudiar un nuevo material si tienes conocimientos previos con los que puedes asociar esa nueva materia.

Técnicas de estudio integradas en una estrategia de estudio

La mejor manera de sacar provecho a todas estas técnicas es **utilizarlas en el marco de una estrategia de estudio** adaptada a nuestras necesidades. Es muy importante definir cuál va a ser nuestro objetivo en nuestro estudio para delinear una estrategia que nos lleve a su consecución.

Utilizar estas técnicas sin tener claro hacia dónde nos dirigimos puede ser provechoso, pero estará a años luz de los resultados que conseguiremos si aplicamos una **estrategia bien diseñada, adaptada a nuestra situación personal y sabiendo cómo y cuándo utilizar cada técnica de la mejor manera posible.**

Si carecemos de una estrategia de estudio adaptada a nuestras necesidades es cómo carecer de la receta para elaborar una comida. Podemos tener unos ingredientes extraordinarios, pero no podríamos cocinar nada si no sabemos cómo combinarlos y prepararlos.





Actividad #15 “Identificación de técnicas y hábitos de estudio”.



¿Qué vas a aprender?

A identificar el efecto de los hábitos de estudio y sus fases.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa.

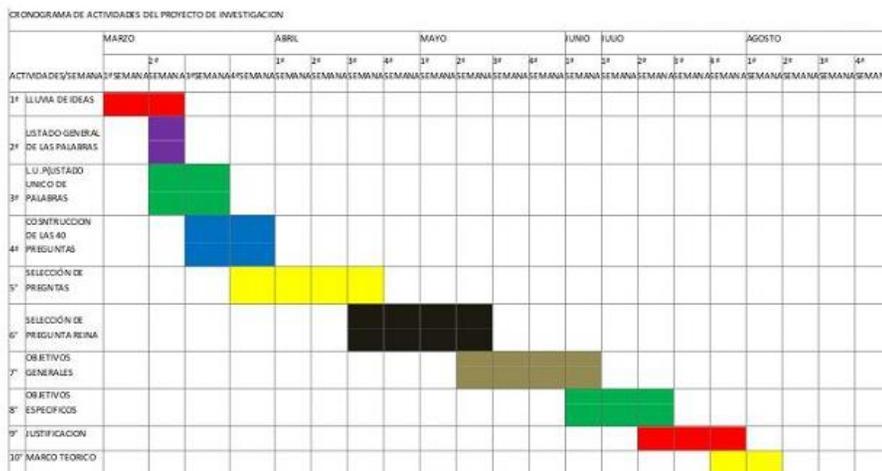
1. Explica con tus propias palabras que es un hábito de estudio.
2. La adquisición de un hábito consta de cuantas fases y ¿cuáles son?
3. Menciona seis aspectos del hábito de estudio que lo hacen efectivo.
4. ¿Qué es una técnica de estudio?
5. Menciona los tipos de técnicas de estudio

COMPRENDO

Qué es Cronograma:

Un cronograma es la **representación gráfica de un conjunto de tareas, actividades o eventos ordenados en el tiempo.**

Como tal, los cronogramas **son una herramienta de gestión de proyectos**, pues permiten planificar, en función del tiempo y de los objetivos, todas las actividades que necesitemos llevar a cabo para la culminación de un trabajo.



En el cronograma son definidas y detalladas, paso a paso, cada una de las tareas, así como el tiempo que se debe dedicar a cada una de ellas (fecha de inicio, fecha de finalización) o el periodo dentro del cual deberían realizarse.

El objetivo del cronograma es el planeamiento y control de un conjunto de tareas o actividades en el tiempo, lo cual además permite maximizar el aprovechamiento del tiempo y aumentar la productividad.

En el campo de la **investigación científica**, los cronogramas son herramientas importantes para la planificación de proyectos, pues permiten establecer y definir la sucesión de actividades que deben ser realizadas para llevar a término el estudio.

- Contenido
- Tiempo
- Escenarios
- Método de estudio actual
- Planeación de las actividades



1. Conoce el tiempo real que tienes disponible para estudiar.

Lo primero que debes hacer para poder planificar tu estudio es saber de cuánto tiempo real dispones para dedicar a esta tarea. Durante dos o tres días **anota en un papel el tiempo que dedicas a cada una de tus actividades diarias**. No sirve que lo hagas de forma estimativa, debe ser real. Por ejemplo, no sería correcto anotar que de 8:00 a 8:30 sueles tomar café, ya que realmente dedicas entre 10 y 15 minutos para ello. Si empiezas a las 8:10 y acabas a las 8:24 refléjalo por escrito.

Es muy importante anotar cada minuto, por insignificante que te parezca. Piensa que reducir 5 minutos de cada actividad diaria al final del día hará que dispongas de 1 hora para dedicarlo al estudio. ¿Te aseguro que ser metódico en esta etapa te hará ganar mucho tiempo para el estudio?

Anotar en un papel en qué empleas tu tiempo también te ayudará a darte cuenta de la cantidad de tiempo que malgastas al cabo del día, por eso es muy importante ser sincero y llevar un buen control estos días.

2. Completa tu calendario de estudio.

Ya tienes delante un calendario vacío, semanal o mensual, y ahora toca empezar a completarlo. Para ello deberás anotar las horas que ya tienes ocupadas con actividades fijas. Empieza con el tiempo que dedicas a comer, cenar, tomar café, ir al trabajo, las horas que pasas trabajando...

Una vez que hayas reflejado en tu calendario las horas que dedicas a cada actividad y tarea que realizas en tu día a día, podrás observar qué huecos te quedan libres. Además, ahora tienes una visión global de en qué gastas tu tiempo y estarás en disposición de tomar decisiones, sobre cómo te estás organizando o cuánto tiempo dedicas a cada actividad, que te permitirán ganar tiempo para otras tareas.

Es el momento de asignar parte de los huecos libres que quedan en tu calendario a estudiar. La distribución del tiempo que vas a dedicar a tus estudios debe ser clara y concisa desde el principio. Debes hacer un reparto correcto de materias por tiempo y días. Esto será la clave de tu éxito, ya que



te permitirá dar a cada una de las asignaturas el tiempo necesario para poder estudiarla de forma efectiva.

Distribuye los días de estudio por dificultad de las asignaturas a estudiar. Por ejemplo, no pongas el mismo día dos asignaturas complejas y al día siguiente dos sencillas. Nuestro cerebro no rinde igual durante todo el tiempo que dura el estudio, por eso es importante que al principio comiences con una asignatura que te resulte complicada y que dejes para el final la de asimilación más fácil. Esto dará un respiro a tu mente y será capaz de rendir mejor en cada una de ellas.

3. Establece objetivos para cada bloque de estudio.

Ahora ya tienes claro cuándo vas a estudiar cada materia y cuánto tiempo vas a dedicar a ello, y lo mejor es que lo tienes reflejado en tu calendario de estudio. Has avanzado mucho y esto va a suponer un gran cambio en tu organización y en el aprovechamiento de tu tiempo. Pero siempre podemos ir un poco más allá.

Es el momento de pensar en que **objetivos y tareas te marcas para cada asignatura.**



Lo ideal es hacer este ejercicio semanalmente. Y una vez que tengas claro qué metas semanales te has marcado para cada materia, refléjalas también en el calendario. En la planificación de tu estudio habrás representado los momentos de estudio de cada asignatura como bloques y dentro de estos bloques puedes especificar las tareas que tendrás que hacer cuando llegue el momento.

4. Sé constante y prepara tu calendario de estudio semanalmente.

De nada sirve hacer todo el trabajo previo que hemos visto, que prepares tu calendario de estudio semanal y que pasada una semana te hayas olvidado de él. Debes **incorporar como una rutina este proceso de organización y planificación semanal**, de forma que una vez a la semana dediques un rato a crear el calendario de estudio de la semana siguiente.



Además, el calendario de estudio no es un simple papel que una vez que los has hecho lo puedes meter en una carpeta y olvidarte de él. Debes intentar llevar a cabo lo que has planificado. Imagina que tu semana es una película y que tu calendario de estudio es el guion de tu película. Como un buen actor debes seguir el guion.

Aunque, no debemos olvidar que siempre estamos expuestos a los imprevistos y el calendario de estudio es un documento vivo que podemos modificar en caso de que por determinadas circunstancias no lo podamos cumplir tal y como habíamos pensado previamente.



COMPRENDO

Matriz FODA sobre los hábitos de estudio

Aspectos positivos

Fortalezas:

1. Buena memoria. La mayoría de los integrantes del equipo contamos con buena memoria que nos resulta útil para recordar datos
2. Buen trabajo en equipo. El equipo presenta grandes facilidades a la hora de trabajar en equipo puesto que nos resulta sencillo exponer nuestras ideas y al mismo tiempo escuchar las de los otros.
3. Diversidad de puntos de vista. Las diferentes opiniones del equipo son favorables ya que nos permiten enriquecernos con los puntos de vista de los demás y a la vez tener más perspectiva sobre las cosas.

Oportunidades:

1. Guías. El uso de guías para estudiar o comprender mejor los temas son sumamente favorables para el equipo.
2. Asesorías. En el equipo encontramos que asistir a las asesorías que presenta algún maestro (a) traen muchos beneficios para entender o reafirmar algún tema.
3. Tiempo en la tarde. Nuestro equipo sostiene que tener tiempo en las tardes nos beneficia para ocupar ese tiempo en tareas o estudio.

Aspectos negativos:

Debilidades

1. No poner atención en clase. El equipo acordó que la falta de atención en clases provoca que no se entienda el tema, que se dificulte el examen y no se logren los objetivos.
2. Falta de organización del equipo. Sabemos que si no nos organizamos adecuadamente o nos metemos en discusiones caeremos en distintas dificultades a la hora de realizar el trabajo.
3. No entender temas de álgebra. En el equipo sabemos que es fundamental hacer todo lo posible para entender los temas que se nos presenta en la materia de pensamiento algebraico al no ser ésta una de las fortalezas de la mayoría de los integrantes.

Amenazas

1. No tener los apuntes completos. Sabemos que tener apuntes incompletos puede ser perjudicial al momento de estudiar o querer reafirmar algún tema
2. No terminar el trabajo a tiempo. El equipo sabe que en caso de caer en discusiones o no organizarnos de la mejor manera podemos tener el problema de no entregar a tiempo los trabajos, lo que nos disminuiría nuestra calificación
3. Bajar el promedio. Los integrantes del equipo sabemos que de no vencer nuestros obstáculos o debilidades podemos bajar nuestro promedio al sacar menor calificación en alguna materia o incluso llegar a reprobarla.

análisis **FODA**

Metodología de estudio de la situación de una empresa o proyecto

• AMENAZAS

Situaciones que provienen del entorno atentando contra la estabilidad de la organización.

• Ejemplos

- Conflictos gremiales
- Regulación desfavorable
- Cambios en la legislación



• FORTALEZAS

Capacidades especiales y recursos con que cuenta la empresa.

• Ejemplos

- Buen ambiente laboral
- Proactividad en la gestión
- Conocimiento del mercado



• DEBILIDADES

Factores que provocan una posición desfavorable frente a la competencia

• Ejemplos

- Salarios bajos
- Equipamiento viejo
- Falta de capacitación



• OPORTUNIDADES

Factores que resultan positivos y favorables en el entorno de la empresa.

• Ejemplos

- Regulación a favor
- Competencia débil
- Mercado mal atendido





Actividad #16 “Elaboración de un FODA sobre sus hábitos de estudio”



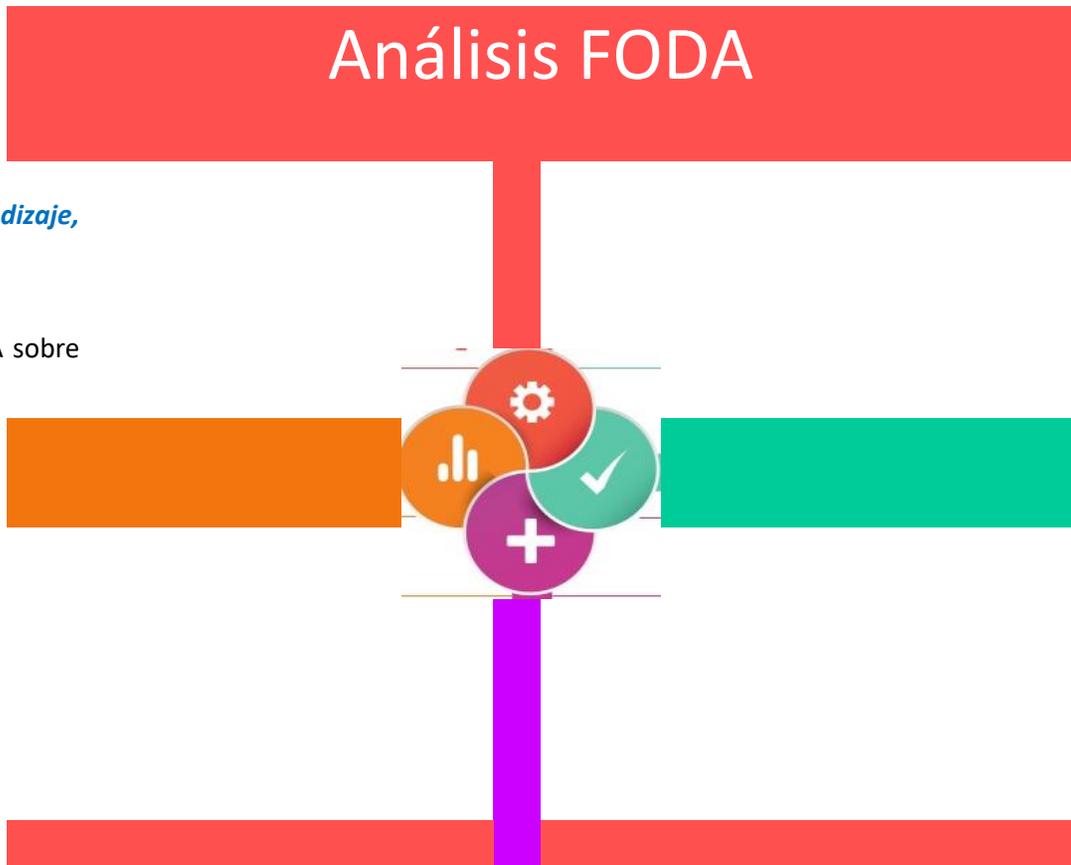
¿Qué vas a aprender?

A identificar las fortalezas y debilidades de la metodología del estudio personal.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: De acuerdo con lo aprendido realiza tu análisis FODA sobre tus hábitos de estudio.



2.2 Identifica sus estrategias de aprendizaje a partir de su autoevaluación, que le permitan el logro de sus objetivos y tareas en los ámbitos escolar, familiar, social.

<<CLASIFICACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE>>

Estrategias de Aprendizaje (definición y clasificación)

Se define como **estrategias de aprendizaje** a la selección de técnicas, medios y actividades que se adaptan al grupo al cual van dirigidas en busca de lograr un objetivo definido, con el fin de aumentar la efectividad del proceso de enseñanza.

Para que un proceso de aprendizaje sea eficiente, debe tener uno o varios objetivos planteados, contenido de interés para el participante del proceso, una estrategia de aprendizaje adaptada y diseñada al entorno, técnicas de aprendizaje acertadas y por último contar con un método de evaluación que nos permita determinar si los objetivos planteados fueron obtenidos.

- Concepto de estrategia
- Estrategias de repetición.
- Estrategias de selección.

<p>Visual</p>  <p>Prefieres usar dibujos, imágenes y comprensión espacial.</p>	<p>Musical/Auditivo</p>  <p>Prefieres usar sonido y música</p>	<p>Verbal</p>  <p>Prefieres usar palabras en forma oral y escrita.</p>	<p>Físico/Cinestésico</p>  <p>Prefieres usar tu cuerpo, tus manos y el sentido del tacto.</p>
<p>Lógico/Matemático</p>  <p>Prefieres usar la lógica, el raciocinio y los sistemas.</p>	<p>Social</p>  <p>Prefieres aprender en grupos o con otras personas.</p>	<p>Individual</p>  <p>Prefieres trabajar solo y ser autodidacta.</p>	<p>¿Cuál es tu estilo de aprendizaje?</p>

Las estrategias de aprendizaje se clasifican

Entre las estrategias de aprendizaje se cuenta con el ensayo, la elaboración y la organización, las cuales van dirigidas a brindar al alumno las herramientas que necesita para generar y organizar la información de forma tal que sea más fácil su captación y aprendizaje.

Por otro lado, tenemos las estrategias de control de la comprensión y las estrategias de apoyo, la primera se relaciona con la forma en que se dirige el aprendizaje y la segunda brindar los recursos necesarios para que éste se realice en el mejor entorno posible.



Ensayo

La estrategia del ensayo se basa en actividades que involucran la repetición constante de los contenidos, ya sea en forma verbal o escrita, entre las técnicas que podemos encontrar tenemos: El subrayado, la extracción del texto de las ideas principales y palabras claves, el copiado o reescritura de la información, la lectura y repetición en voz alta, entre otros.

Elaboración

Esta estrategia se basa en diferentes métodos para establecer una conexión entre lo cotidiano y la información que necesitamos aprender, esto se logra vinculando o estableciendo relaciones entre nuestro conocimiento y la nueva información, creando analogías, explicando con nuestras propias palabras la información de modo tal que facilitemos su entendimiento, respondiendo las dudas o preguntas que pudiesen surgir durante el proceso de aprendizaje.



Organización

La estrategia de la organización como su nombre lo dice se basa en identificar y/o agrupar la información, dándole una estructura a la misma, clasificándola según su importancia, identificando como se relacionan las ideas, facilitando de esta forma su aprendizaje. Entre las técnicas empleadas podemos mencionar los mapas conceptuales, los cuadros sinópticos, el árbol ordenado, los esquemas y la red semántica entre otros.

Control de la comprensión Esta estrategia se basa en un sistema de supervisión de los pensamientos y acciones del individuo, e involucra el seguimiento constante del logro de los objetivos, la evaluación de las diferentes técnicas utilizadas y su nivel de efectividad para poder determinar los cambios necesarios para mejorar la eficiencia del proceso de aprendizaje.

COMPRENDO

Entre las etapas que podemos resaltar en este sistema tenemos:

Planificación

Se refiere al conjunto de actividades que el individuo realiza antes de llegar a ejecutar alguna acción, entre las cuales podemos resaltar: El establecimiento de metas y objetivos, las determinación de antecedentes y requisitos previos necesarios para el desarrollo del proceso de aprendizaje, la asignación de responsables y estructuración de tareas en el tiempo que nos permitan establecer un tiempo finito para la obtención de resultados y por último la definición y planteamiento de la estrategia a poner en práctica.

Regulación y supervisión

Nos permite determinar la capacidad que tiene el individuo de ajustarse a la planificación y a su vez determinar la eficacia de este. Durante esta etapa ejecutamos el seguimiento de la planificación, se ajustan los tiempos establecidos para el



Evaluación

Es una etapa de verificación del aprendizaje, la cual se ejecuta durante todo el desarrollo del proceso con el fin de revisar los avances, verificar el cumplimiento de los objetivos, evaluar la calidad de los resultados y determinar cuándo ha concluido el proceso de aprendizaje planteado.

Apoyo o afectivas

Orientadas a mejorar la eficacia del proceso de aprendizaje, brindando las condiciones necesarias para que se produzca la obtención del conocimiento, estimulando la motivación, la atención, la concentración y el manejo del tiempo en forma eficiente, de forma tal que se cumpla la planificación establecida.

Esta estrategia se basa en la observación, de modo tal que seamos capaces de determinar cuando la selección de cierta estrategia o técnica de aprendizaje ayuda o no a lograr nuestros objetivos.

Evaluación de los aprendizajes

¿Cómo seleccionar las estrategias de aprendizaje adecuadas?

El individuo debe seleccionar y diseñar una estrategia de aprendizaje basada en:

- ❖ El contenido del **aprendizaje**, basándose principalmente en la cantidad de la información.
- ❖ Si hay conocimientos previos, ya que, si se pueden relacionar los conocimientos, se facilita el aprendizaje por medio de técnicas asociativas.
- ❖ La motivación y tiempo con que se dispone, siendo más eficaces las estrategias de ensayo que permiten el aprendizaje literal, cuando se dispone de menor tiempo, requiriéndose un alto nivel de motivación para alcanzar el éxito.



❖ Y por último determinando los tipos de evaluación que debe enfrentar, lo cual influye de manera indirecta en el tipo de estrategia a utilizar, de forma tal que pueda alcanzar su objetivo principal que no es otro que la obtención de nuevos conocimientos.

- Concepto de evaluación
- Tipos de evaluación
- Autoevaluación como técnica para mejorar el aprendizaje
- Retroalimentación
- Reafirmación de contenidos no adquiridos
- Plantear estrategias de solución



Actividad #18 “Clasificación de las estrategias de aprendizaje”.

¿Qué vas a aprender?

A identificar estrategias de aprendizaje a partir de su autoevaluación, que permitan el logro de sus objetivos y tareas en los ámbitos escolar, familiar, social.

¿Qué necesitas?

Cuadernillo de Autogestión del aprendizaje, televisión, radio, internet, revistas, hojas blancas o libreta.

Instrucciones: Responde el siguiente cuestionario de acuerdo con tu lectura previa.

1. Se define como estrategias de aprendizaje a...
2. ¿Cómo se clasifican las estrategias de aprendizaje?
3. ¿A qué se refiere estrategia de control?
4. ¿A qué se refiere estrategia de apoyo?
5. Menciona la estrategia del ensayo
6. Menciona la estrategia de elaboración
7. Menciona la estrategia de organización
8. ¿Cómo seleccionar las estrategias de aprendizaje adecuadas?



y me Autoevalúo

¿Qué tanto comprendiste?

Instrucciones: Completa el siguiente cuadro acerca de estrategias para la organización del aprendizaje:

Estrategias de enseñanza-aprendizaje	Descripción
Ensayo	
	Conjunto de reactivos, pueden ser de opción múltiple, falso verdadero o de resolución libre (abierto).
Lluvia de ideas	
Organizadores gráficos	
Resumen	
Síntesis	
	Es la escritura de un texto con las palabras del lector, generalmente contiene sólo la información más relevante.
Estrategias que te han servido más:	





y me Autoevalúo

¿Qué tanto comprendiste?

Instrucciones: Completa la siguiente tabla sobre las estrategias que has aplicado en el módulo que más trabajo te ha costado cursar.

Fecha:	Facilitador:		
	Si	No	No estoy seguro
Modulo:			
¿Los temas han cumplido tus expectativas?			
Qué estrategia has empleado para comprensión de los temas y subtemas			
¿Te has sentido cómodo con estos aprendizajes?			
Cómo has administrado tu tiempo para entender y comprender los temas, así como para la realización de las actividades			
¿Las estrategias elaboradas apoyan tu aprendizaje?			
¿Has estado motivado por los temas del bloque y eso te ha ayudado a aprender mejor?			
Posibilidades de mejora:			



Técnicas de Estudio

para el alumno
CONALEP
sugerencias

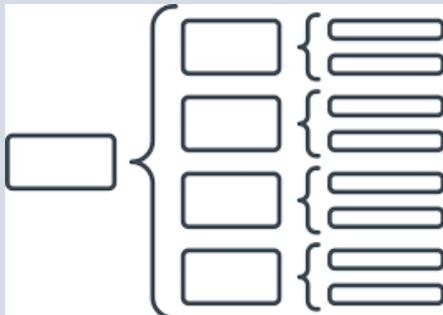
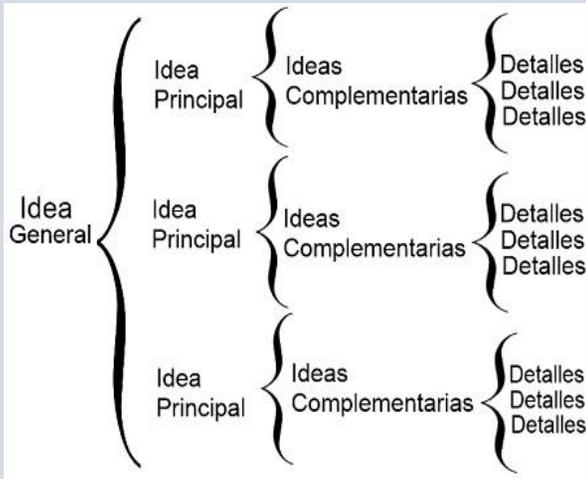


Las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas, fundamentalmente lógicas, que ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de enseñanza y aprendizaje. No hay Técnicas de estudio perfectas, ni recetas milagrosas para aprender. Una técnica, es una herramienta concreta que tiene su éxito si se elabora correctamente y se toma con una actitud activa por parte de quién la desarrolla. ”

Organizadores Gráficos

Te ayuda a clasificar mediante textos breves, tus ideas generales, las ideas principales, las complementarias y los detalles sobre un determinado tema, se usan figuras en forma de llaves para su creación.

Mapa de Llaves o de ideas



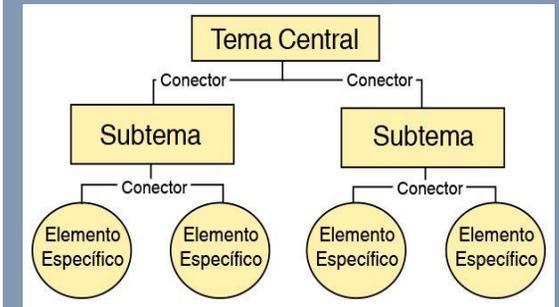
Te ayuda a asociar sobre un tema central, todas las características e información relevante sobre dicho tema, se usan ramas para su elaboración y puede incluir dibujos y frases concretas

Mapa mental



Te ayuda a describir partiendo de un tema central, dos o más conceptos los cuales puedes conectar entre sí con textos alternos breves que van describiendo el tema.

Mapa conceptual



Cuadros / Tablas

Te ayudan a separar y establecer las diferencias más notables entre una idea, tema, concepto junto con otros, su apariencia debe ser en forma de tabla y puedes incluir dibujos

Te ayuda a contestar mediante una tabla 3 preguntas claves sobre un conocimiento determinado, ¿Que sé?, ¿Qué quiero aprender? y ¿Qué aprendí?

Te ayuda a escribir mediante una reflexión personal de un tema, lo que consideres POSITIVO, lo que consideres NEGATIVO y lo que consideres INTERESANTE. Con esta herramienta puedes emitir tus puntos de vista

4

Cuadros comparativos

POSITIVO	NEGATIVO	INTERESANTE
El efecto invernadero es un fenómeno natural que ha desarrollado nuestro planeta para permitir que exista la vida	<ul style="list-style-type: none"> Aumento de la temperatura media del planeta. Aumento de sequías en unas zonas e inundaciones en otras. Mayor frecuencia de formación de huracanes. Progresivo deshielo de los casquetes polares, con la consiguiente subida de los niveles de los océanos. 	Se llama así precisamente porque la Tierra funciona como un verdadero invernadero.

Diferencias entre célula animal y célula vegetal	
Célula animal	Célula vegetal
No presentan pared celular.	Tienen una pared celular de celulosa alrededor de la membrana plasmática.
No posee cloroplastos pues no hace fotosíntesis.	Posee cloroplastos para llevar a cabo la fotosíntesis.
Posee vacuolas de poco tamaño.	Posee vacuolas de gran tamaño.
Pueden presentar moléculas de glucógeno.	Generalmente presentan almidón.
Poseen forma irregular.	Suelen ser regulares en su forma.
Su tamaño oscila entre las 10 y las 30 micras.	Su tamaño oscila entre las 10 y las 100 micras.

5

Cuadro SQA

S: saber Q: Quiero A: Aprendí



Qué es lo que sé	Sobre qué quiero aprender	Qué es lo que aprendí

Que se de ascensores?	Que quiero aprender de ascensores?	Que aprendí de ascensores?
<ul style="list-style-type: none"> La fosa debe ser mínimo de 2x2 Se utiliza para transportar cierta cantidad de personas y/o cosas Existen ascensores comerciales, de vivienda y de carga y de hospital. 	<ul style="list-style-type: none"> Tipos de Materiales que se pueden utilizar Medidas (cálculos) Como funcionan los ascensores rápidos y como se calcula la velocidad? Cuántas personas caben en dicho ascensor? Características. Diseños. 	<ul style="list-style-type: none"> Características. Variedad de Modelos. Ancho del pasillo es el mismo que el ascensor. Diferencia entre foso y pozo. La sala de maquinas debe tener ventilación cruzada. Y las paredes deben contar con aislante para garantizar la temperatura

6

Cuadro PNI

P: positivo N: Negativo I: Interesante

CUADRO COMPARATIVO			
	AZTECAS	MAYAS	INCAS
Arquitectura	Emplearon como material la piedra labrada y el adobe.	En la estructura exterior predomina el estilo piramidal.	Construyeron templos, calzadas, caminos, puentes, acueductos, canales entre otras obras.
Escultura	Se expresa en sus dos modalidades clásicas: en bulto redondo y en relieve.	Tiene diversas modalidades: escultura en bulto, estelas y relieves	Se limita a algunas representaciones en bulto.
Pintura	Emplearon colores brillantes en sus pinturas al fresco.	Emplearon un rico colorido. Destacan los tonos claros.	Las plasmaban en sus piezas de cerámica y en un tipo de pintura mural lograda a través de moldes.

Positivo	Negativo	Interesante
Se va a practicar en un lugar higiénico.	Toma el riesgo de no poder tener hijos en un futuro.	Es que si se aprueba la ley del aborto habría menos muertes, ya que se practicaría en un lugar seguro.
Evita la muerte prematura.	Le puede afectar psicológicamente.	Es mas rápido y no hay dolor.
Seguirá con una vida normal.	En la religión es un pecado.	
Evitará ser mama joven.	Puede que le de cáncer de mama, ovarios, etc.	

Gráficos procedimentales

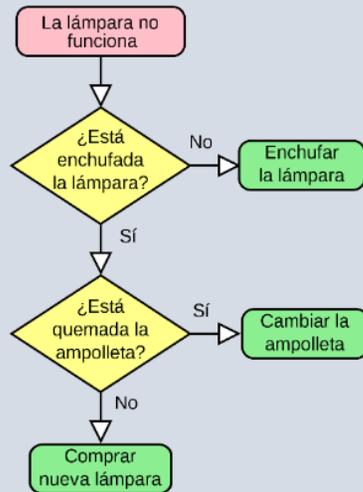
Te ayudan a describir procedimientos mediante símbolos concretos, se debe de identificar en tu diagrama de flujo: el inicio, el desarrollo y el cierre de un proceso dado.

Son figuras que se van distribuyendo sobre una línea (vertical u horizontal), las cuales nos ayudan a describir acontecimientos ocurridos en el tiempo con un orden cronológico establecido. Puedes colocar fechas, dibujos y datos precisos.

Te ayuda a describir un procedimiento cronológico o por secuencia, puedes colocar formas y flechas en forma seriada, teniendo al final la forma de un círculo o un proceso secuencial

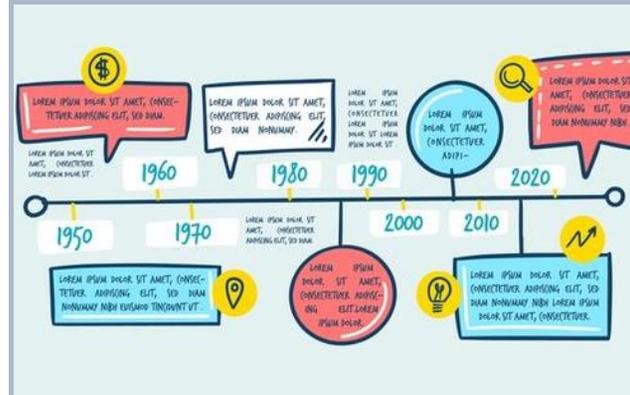
7

Diagrama de flujo



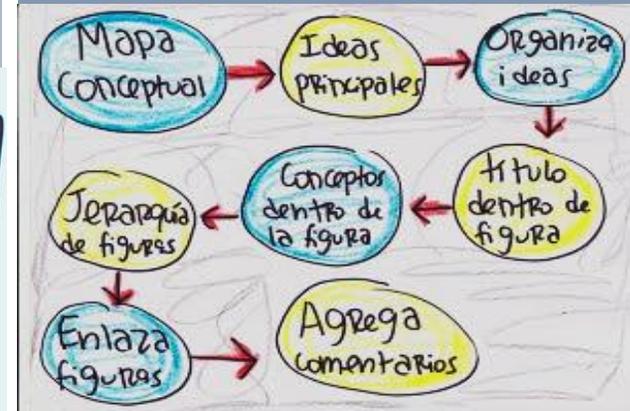
8

Línea del tiempo



9

Mapa cognitivo de ciclos o de secuencias



Escritos

Te ayudan a expresar las ideas principales de un texto, respetando las ideas del autor. Es una técnica para comprender tu lectura. Se inicia, subrayando ideas principales, para después escribirlas nuevamente en otro apartado más simplificado.

10

Resumen

Breve historia del cacao

La palabra cacao procede de la azteca "cacahuatl". Según la leyenda, el cacao era el árbol más bello del paraíso de los aztecas, que le atribuían múltiples virtudes, calmar el hambre y la sed, proporcionar la sabiduría universal y curar las enfermedades.

Se sabe que los primeros árboles del cacao crecían de forma natural a la sombra de las selvas tropicales en las cuencas del Amazonas y del Orinoco, hace ya unos 4000 años. Los mayas empezaron a cultivarlo hace más de 2500 años.

El cacao simbolizaba para los mayas vigor físico y longevidad, lo usaban como medicina siendo recetado por sus médicos como relajante, como estimulante y como reconstituyente.

En 1502 Cristóbal Colón recibió, como ofrenda de bienvenida, armas, telas y sacos de unas habas oscuras que, en la sociedad azteca, servían a la vez de moneda y de producto de consumo.

Resumen

Este texto explica el origen azteca y la leyenda del cacao. A continuación el autor comenta su origen en las selvas tropicales y su cultivo por los aztecas. Además se habla de la simbología maya. Finalmente, el cuarto párrafo explica el uso comercial del cacao en la época de Cristóbal Colón.

Es un depósito de más de 5 preguntas redactadas sobre un tema específico. Te sirven para poder responderlas y repasar de este modo tus apuntes, lecturas o conocimientos de temas variados.

11

Cuestionario

El campo es bonito.

En él se ve una rana que salta, un venado café, una lapa de colores y la pata Nela.

Lucía va con Tito al campo. Su tarea es cuidar los animales.

Contexto:

¿Cómo es el campo? _____

¿Qué animales hay en el campo? _____

¿Con quién va Lucía al campo? _____

¿Cuál es su tarea? _____

Te ayuda a expresar tus propias ideas, sobre un tema en particular, es la propia interpretación de lo que ya se aprendió o se comprendió. Debe llevar: introducción, desarrollo y conclusiones

12

Ensayo

Ensayo

La felicidad ¿alguna vez encontrada?

López Landa Luis Adrian

El autor Huxley, Aldous en el libro "Un mundo feliz", trata de explicar de manera interesante principalmente el tema de drogas cabe mencionar que introduce mas temas pero este es el que predomina ya que en este se habla de la relación encontrada entre la felicidad y las drogas.

Cuando escuchamos hablar de las drogas siempre se piensa lo peor se piensa que estas son las culpables del fracaso que los unicos que la consumen son personas que ya no le encuentran sentido a la vida, y e intentan olvidar sus problemas.

Se ha realizado este ensayo para observar los aspectos que relaciono el autor así como los temas abarcados en este tema de interés y de discusión.

Es así que el autor indica en esta novela las distintos temas pero en el caso de las drogas la llamada soma es la "principal fuente de felicidad" pero no lo es así porque la felicidad es alcanzada solo por algunos instantes y el abuso de "esta felicidad" hace que se llegue a la muerte como lo que paso en la novela el exceso de la soma ocasiono una muerte.

El autor nos redacta de manera interesante y precisa el drama de esta novela que se ve envuelta en distintos problemas y confusiones donde en un tiempo futuro donde la ciencia ha avanzado tanto que las investigaciones sobre el ser humano habla alcanzado el punto de procrear a niños y clonar a la gente.

Este es un tema en el que se muestra el claro ejemplo de la relación que se hay entre un tema y otro ya que de este de este se da paso a otro tema y se da la relación de estos ideas.

Un tema curiosidad es el caso de si solo con las drogas se puede ser feliz con lo ya investigado y leído en la novela son dos antítesis diferentes ya que en la novela se cree que eso era la felicidad y en lo investigado no pero las dos llegan a la conclusión de que las drogas lo único que traen es muerte y destrucción.

A mi parecer esta novela llamo mi interés ya que mostraron distintos temas abarcados para hacer que el lector cada vez mas se involucre.

Hubo temas en donde existe una clara discusión y argumentación a tal punto que se llega a preguntar cual de las dos opiniones tiene la razón de acuerdo a lo leído con la novela y a lo investigado.

Bibliografía

Huxley, Aldous "Un mundo feliz" Colección Literaria Universal Editores Mexicanos Unidos S.A.México 2008 p.p. 109.



ANEXOS PARA EL ALUMNO

¡HOLA!

Los siguientes apartados los contestarás según te lo indique el colegio, ya sea por medio de tu tutor asignado o del maestro de tu módulo, ¡NO LOS LLENES TU SOLO!, espera las indicaciones por favor.



1. *Actividad de Construye T*
2. *Actividad Extracurricular*
3. *Formato de Entrevista Individual de Tutorías*



Conoce T



Elige T



Relaciona T



¿Cuna es igual a destino?

“Cuando ya no somos capaces de cambiar una situación, nos encontramos ante el desafío de cambiarnos a nosotros mismos”.

Viktor Frankl

¿Alguna vez has escuchado la expresión popular “cuna es destino” o “el que nace para maceta, del corredor no pasa”? En ambos casos la idea es la misma, que el lugar y el entorno en el que nacemos determina nuestro destino. Si bien es cierto que el contexto en el que vivimos es un factor que influye en muchos aspectos de nuestra vida, siempre tenemos la libertad de elegir cómo enfrentamos los retos que nos toca vivir y tenemos la posibilidad de transformar nuestras circunstancias. A esto le llamamos sentido de agencia. En esta lección vamos a conocer la historia de alguien que decidió que su “cuna no era su destino”.

1. Lee el extracto del discurso que dio Malala cuando ganó el Premio Nobel de la Paz.



“Cuando tenía 10 años, Swat, que era un precioso lugar turístico, se convirtió de repente en un nido de terrorismo. Más de 400 escuelas fueron destruidas. Se prohibió que las niñas fueran a la escuela. Las mujeres recibían palizas. Se mataba a personas inocentes. Todos sufríamos. Nuestros sueños maravillosos se convirtieron en pesadillas. La educación pasó de ser un derecho a ser un delito. Al cambiar de repente mi mundo, cambiaron también mis prioridades. Tenía dos opciones. Una era callarme y esperar a que me matasen. La otra, hablar alto y que me matasen. Entonces elegí la segunda opción. Decidí hablar en alto. No podíamos quedarnos sin hacer nada viendo cómo las injusticias de los terroristas se llevaban a cabo. Prohibiendo nuestros derechos humanos y matando a la gente brutalmente. Los terroristas trataron de detenernos y nos atacaron a mí y a mis amigas el 9 de octubre de 2012, pero sus balas no pudieron vencernos. Sobrevivimos. Y desde aquel día nuestras voces no han hecho más que crecer. Cuento mi historia no porque sea única, sino porque no lo es. Es la historia de muchas niñas. Hoy, cuento también sus historias”. 1

1 Malala. Discurso de Malala Yousafzai en la recepción del Premio Nobel de la Paz 2014. Disponible en: <http://pediatriasocial.es/HtmlRes/Files/DiscursoMalala.pdf> [Consultado: 23 de noviembre de 2017]



Conoce T



Elige T



Relaciona T

2. Toma un momento para reflexionar y responder las siguientes preguntas. Cuando termines, si gustas, comparte tus respuestas con tus compañeros.

I. ¿Qué consideras que pudo haber pensado Malala cuando vio que todo su contexto se volvió tan adverso?

II. ¿Cuál fue la actitud de Malala ante la situación que vivía?

III. ¿Qué piensas sobre el dicho popular “cuna es destino”?

3. Identifica algo en tu contexto o ambiente social, familiar, en tu alrededor que sientas te limita o que no te ha dejado crecer. Piensa, ¿qué puedes hacer para salir adelante y lograr tus metas?

A veces puedes llevar a cabo acciones que transformen la situación. Otras veces, aunque no puedas cambiar nada externo de forma inmediata, lo que sí puedes cambiar es tu actitud. Escribe:

Algo que me limita de mi contexto es:

La forma en la que puedo cambiar mi actitud ante eso es:

GLOSARIO

Sentido de agencia. Es la “habilidad para asumir un papel activo y tomar decisiones sobre nuestro propio camino de vida, en lugar de ser simplemente un producto de las circunstancias”.²

Resumen:

Cuando identificamos que podemos decidir cómo enfrentar las circunstancias en nuestra vida ganamos libertad y fortalecemos nuestro sentido de agencia. A veces no tenemos control sobre lo externo, pero sí sobre cómo lo enfrentamos. Podemos dejarnos arrastrar por las circunstancias, o tomar una postura que nos permita transformarlas. Tal como nos lo muestra Malala: “cuna no es destino”. Tenemos influencia en lo que nos sucede con cada decisión que tomamos y la manera en la que actuamos. Con nuestras acciones somos capaces de decidir el rumbo de nuestras vidas, haz esa decisión de manera consciente



Para tu vida diaria

¿Conoces a alguien que como Malala decidió que “cuna no es destino”?

Algo que puede ayudarte para no rendirte ante las dificultades que puedes encontrar a tu alrededor es identificar a personas que conoces y que, al igual que Malala, han transformado sus circunstancias.

En esta semana identifica a una persona cercana a ti que tenga un fuerte sentido de agencia, es decir, que ha asumido responsabilidad sobre el rumbo de su vida.

Anota su nombre aquí y por qué consideras que tiene sentido de agencia:

¿Quieres saber más?

Conoce otra historia que muestra que “cuna no es destino”, la historia de Daniel Gómez de la Vega, sobreviviente de un accidente que le desconectó las piernas pero le conectó el corazón. Puedes buscarlo en YouTube como: *Trailer Conferencia “La peor discapacidad del humano es una mala actitud”* o [dale clic aquí](#).

Si quieres saber más sobre Malala consulta en YouTube el video con el título “¿Quién es Malala?” o puedes [darle clic aquí](#).



Prelectura

Instrucciones:

1. Lee el título del siguiente fragmento de biografía: ¿de qué personaje crees que hable?
2. ¿Cuáles serán las ventajas y desventajas de la dispersión (en oposición a la atención), al estudiar o en la escuela?
3. ¿Qué es el título *cum laudem* y en que consiste el título autodidacta *cum laudem*?

El pecado de la dispersión

Por Luis Miguel Madrid
(fragmento)

*“Gabriel García Márquez me llevo ante Fidel y le dijo:
“Te presento a Juan Arreola, que es el escritor
Que más me gusta, después de mí”.”*

El brillante comienzo de la carrera que llevo a Juan José Arreola a obtener el título de “autodidacta cum laudem” se inició al aprender a caminar – incluso correr– al verse perseguido por un borrego negro. A leer aprendió de oídas y el instinto se ocupó de ponerlo a escribir tanta página entrañable. Ayudado por la memoria portentosa, acumulo datos, nombres, textos y dibujos que con el tiempo adquirieron un sentido completo al ordenarlos con un criterio algo menos disperso. Mientras trabajaba como corrector en el Fondo de Cultura Económica. Cualquier faceta de la literatura, de la creación de formas y contenidos con las letras y todos sus colaterales fueron el fin y el fondo de los proyectos de Arreola. Libre, disperso y contradictorio en los márgenes y con ideas fijas en el centro del meollo. Por ello, su dispersión fue de fogueo y la vista rapaz lo más característico de ella. Las circunstancias se reunían a la puerta de su casa con un par de palmadas. Así tuvo por ejemplo en sus manos cuentos inéditos de García Márquez o Cortázar para publicar en *Los presentes* o la primera copia manuscrita de *Pedro Páramo*, buscando su opinión. A cada golpe de timón se encontraba sin remedio con las personas que iban a ser los personajes de veinte años después: Octavio Paz, Carlos Fuentes, Augusto Monterroso, Rodolfo Usigli, Pablo Neruda... Tuvo Arreola de la gracia de tratarlos sin atenerse a otra convención ajena a su albedrío.





Arreola influyó decisivamente en la obra de Rulfo, tal cual la había configurado originalmente su amigo Juan. Evidentemente, participaba el antiguo arte de saber estar en el lugar propicio y actuar como si tal cosa. Así lo hizo, por ejemplo- aunque fuera por pasiva-participando en el argumento original del cuento más famoso de Augusto Monterroso. La salud, la economía o la era dispersión de voluntades o afectos jugaron casi siempre en contra. El gusto por aprender se tuvo que alternar con la búsqueda del sustento y el futuro maestro de las letras paso por decenas de escuelas de labor que con el tiempo le proporcionarían valiosos créditos: vendedor de sandalias, empleado, cobrador, dependiente, pastor, peón, comediante o panadero. Transiciones que Arreola literaturizo con enorme acierto. Antes, el cine, la música y los libros fueron regando una formación dispersa donde los objetivos y los géneros bailaban en sus intenciones. Escucho la designación de las letras para ejercer de uno de sus representantes, pero antes intento ser actor con todas las consecuencias; dejó lo que tenía y se marchó a la capital de México, se inscribió en la escuela de teatro del instituto Nacional de las Bellas Artes y se hizo para siempre, comediante. A sus futuras actuaciones añadió por esa época de finales de los años 30 algunos textos dramáticos. La dispersión le venía de lejos y ya en la vejez, la vestía de capa y bastón, adornada por la blancura desparramada de los cabellos y largos aires de distancia. Juan José Arreola era ya un personaje que tendría que pasar inmensas horas recibiendo premios y reconocimientos, viendo múltiples ediciones de sus obras, traducciones, participando en mil y un eventos y, sobre todo, aprendiendo a olvidar su portentosa memoria.

Recuperado de <http://cvc.cervantes.es/actcult/arreola/biografia.htm> el 11 de junio de 2016.



Pos-lectura

1. ¿Cuál era la profesión de Juan José Arreola? ¿Habías oído de él? ¿Conoces alguna obra de este personaje? ¿De qué nacionalidad era?
2. ¿Por qué la biografía se titula *El pecado de la dispersión*?
3. ¿Cuál era la capacidad más sobresaliente de Arreola?
4. ¿Cuál fue una estrategia que le ayudó a ser “algo menos disperso”, y en que ocupación la adquirió?
5. ¿Cuál es el cuento más famoso de Augusto Monterroso y cómo participó Arreola en él?
6. ¿En dónde aprendió Juan José Arreola?
7. ¿Por qué crees que la última línea de este fragmento diga que Arreola tendría que aprender a “olvidar su portentosa memoria”?



Instrucciones:

Puedes realizar

- Una reflexión de media cuartilla
- Un collage con recortes o fotos (de tu familia, personas o lo que tu quieras compartir).

La puedes elaborar en el cuadernillo o enviarla según la línea de comunicación con tu maestro.





VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO



SEV
SECRETARÍA
de Educación



Código: 30-524-PO-08-F12

elaboración: 17/09/2019

Página 1 de 1

Revisión: 00

Fecha de

() Inicial – 1°

Entrevista Diagnóstica

() Seguimiento – 2°

() Evaluación – 3°

Datos del Plantel y personales del Alumno

(1) Plantel:	(2) Periodo:	(3) Fecha:	(4) Turno:
(5) Nombre:	(6) Matricula:	(7) Carrera:	(8) Grupo:
(9) Padre/Tutor:	(10) Cel:	(11) Domicilio:	
(12) Observaciones:			

Entrevista Diagnóstica

Marcar con una "X" la respuesta otorgada por el alumno y describe situaciones complementarias que permitan identificar la situación académica

1°	1.- ¿Conalep fue tu primera opción de ingreso al bachillerato?	(SI) (NO) Por qué? _____ R= _____
2°, 3° y 4°	2.- ¿Dé que subsistema o escuela vienes?	
	3.- ¿Estás cursando algún módulo? ¿Cuál?	(SI) (NO) Cuál? _____
General	4.- ¿Tienes problemas con alguna materia en particular? ¿Cuál?	(SI) (NO) Cuál? _____
	4.- ¿Eres alumno regular o de reingreso?	(R) (RI) Motivo? _____
General	5.- ¿Cuál es el área académica o módulo que se te dificulta?	R= _____ Por qué? _____
	6.- ¿Cómo es tu relación con tus compañeros?	(B) (R) Por qué? _____
	7.- ¿Cómo es tu relación con tus maestros?	(B) (R) Por qué? _____
General	8.- ¿Existe alguna circunstancia personal o familiar que te perjudique en la escuela?	(SI) (NO) Cuál? _____

(13) Diagnóstico de la Entrevista:

(14) ¿Se identifica como posible alumno en riesgo? (SI) (NO) ¿Por qué? _____

Nombre y firma del Tutor Escolar

Jefe de Formación Técnica

Plantel "Manuel Rivera Cambas"



ORIENTACIÓN Y TUTORIAS

Apoyo emocional y académico
Acompañamiento en situaciones
de crisis
(Personales, familiares o
sentimentales)

HORARIO DE ATENCIÓN: 11 am a 6 pm

Atención psicológica
psicopedagogia162@ver.conalep.edu.mx
escolares162@ver.conalep.edu.mx

Atención Académica
mtrollecadena162@ver.conalep.edu.mx
cjimenez162@ver.conalep.edu.mx

Orientación y Escuela para Padres
mhuesca162@ver.conalep.edu.mx

PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS CONALEP



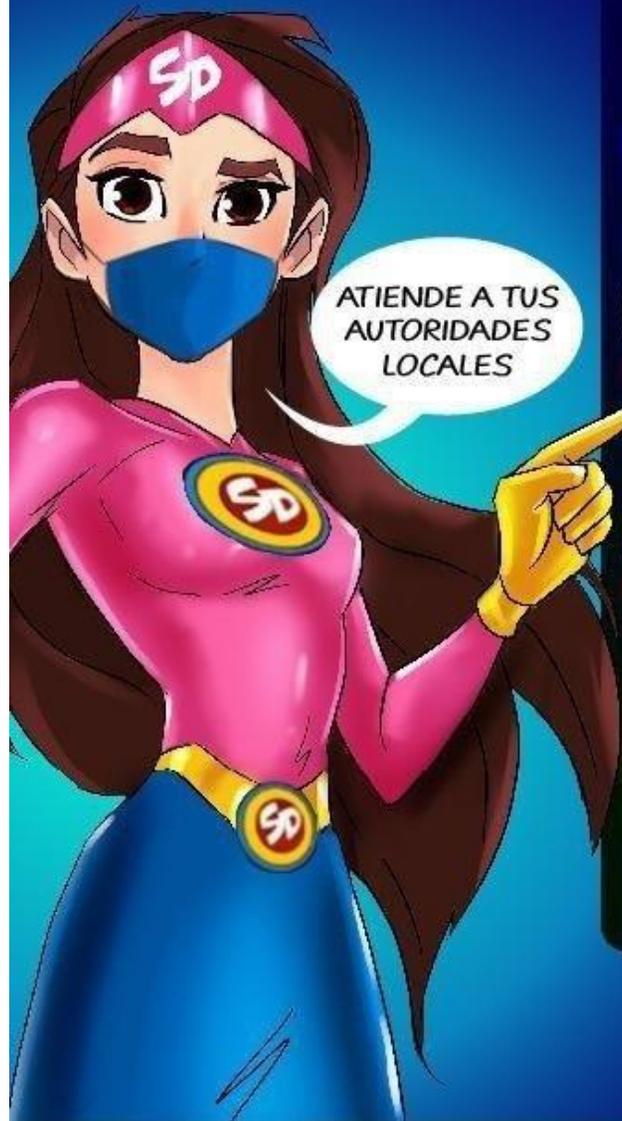
Plantel 162 · Manuel Rivera Cambas · Xalapa, Ver.

Estimados estudiantes; les saludamos de la manera más cordial y les invitamos a no olvidarse de poner atención en sus necesidades y sentimientos. Consulten a las especialistas que están en la total disposición de apoyarles con toda confiabilidad y seguridad en los temas que pueden inquietarles en estos momentos que vivimos por resguardo ante el Covid-19. Pueden contactarnos a través del Portal Alumno de Conalep y/o en los números telefónicos del plantel. Cuidense mucho y esperamos no dejen a un lado esta valiosa información. Atentamente. Área de Orientación y Tutorías/ Área de Escolares.

Ingresa al Portal del Alumno para más información:

<http://alumno.conalep.edu.mx>

Semáforo COVID-19



ROJO

No salgas si no es estrictamente necesario.



NARANJA

Si puedes, quédate en casa.



AMARILLO

Hay más actividades, pero con precaución.



VERDE

Podemos salir con precaución y prevención.

Visita coronavirus.gob.mx

GENERAL

García, F. (2017). Autogestión del aprendizaje. México. Limusa
Autogestión del Aprendizaje, Guillermo Isaac Ortega Gutiérrez, 1ª. Edición, 2016

Recurso digital

<https://www.metaaprendizaje.net/tecnicas-de-estudio/#::~:~:text=Concepto.,aprendizajes%20en%20un%20C3%A1rea%20determinada.>
<https://blogs.unitec.mx/vida-universitaria/habitos-estudio-influencia-aprendizaje>
<https://www.webyempresas.com/estrategias-de-aprendizaje/>

IMÁGENES

Las imágenes de las páginas 18, 20, 21, 36, 37, 52, 54 y 84 pertenecen al banco de imágenes Pixabay y están libres de derechos de autor.

Figura 1: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 11 de Julio 2020, 16:00 pm

Figura :https://www.google.com/search?q=foda+de+habitos+de+estudio&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=OE5PMWIXCNOX9M%252CsbKwCBAuCSEZtM%252C_&vet=1&usg=AI4_kQOmCA8ms8b

Figura 4: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 11 de Julio 2020, 16:07 pm

Figura 6: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 12 de Julio 2020, 17:33 pm

Figura 7: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 13 de Julio 2020, 17:00 pm

Figura 8: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 14 de Julio 2020, 18:10 pm

Figura 10: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 15 de Julio 2020, 20:16 pm

Figura 11: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 16 de Julio 2020, 20:03 pm

Figura 12: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 17 de Julio 2020, 19:00 pm

Figura 13: <https://pixabay.com/es/illustrations/bot%C3%B3n-dise%C3%B1o-no-me-gusta-tecnolog%C3%ADa-4554912/>, vista el 18 de Julio 2020, 19:45 pm

Jesús Guillermo Arévalo Owseykoff

Director General del Colegio de Educación Profesional Técnica del Estado de Veracruz

José Antonio González Sampieri

Subcoordinador de Servicios Institucionales de Conalep del Estado de Veracruz

César Armin Sampieri Cabal

Jefe de Formación Técnica del Plantel Manuel Rivera Cambas 162 Xalapa

Irma Moreno Valdovinos
Desarrollador del Cuadernillo

Alejandra Del Ángel López
María Mildret Méndez Solano
María Dolores Camacho Acosta
Coordinación del Proyecto de Cuadernillos
de Módulos de Formación Básica para Conalep

Areli Peternell Gómez
Angélica López Morgado
Marilú Rivas García
María de los Ángeles González Jarquín
Supervisión de Contenido



VERACRUZ
GOBIERNO
DEL ESTADO



SEV
Secretaría
de Educación

SEMSys
Subsecretaría de Educación
Media Superior y Superior



ME LLENA DE ORGULLO

 **conalep**
módulo de
formación

Básica