



# HABITOS DE ESTUDIO

y estilos de aprendizaje

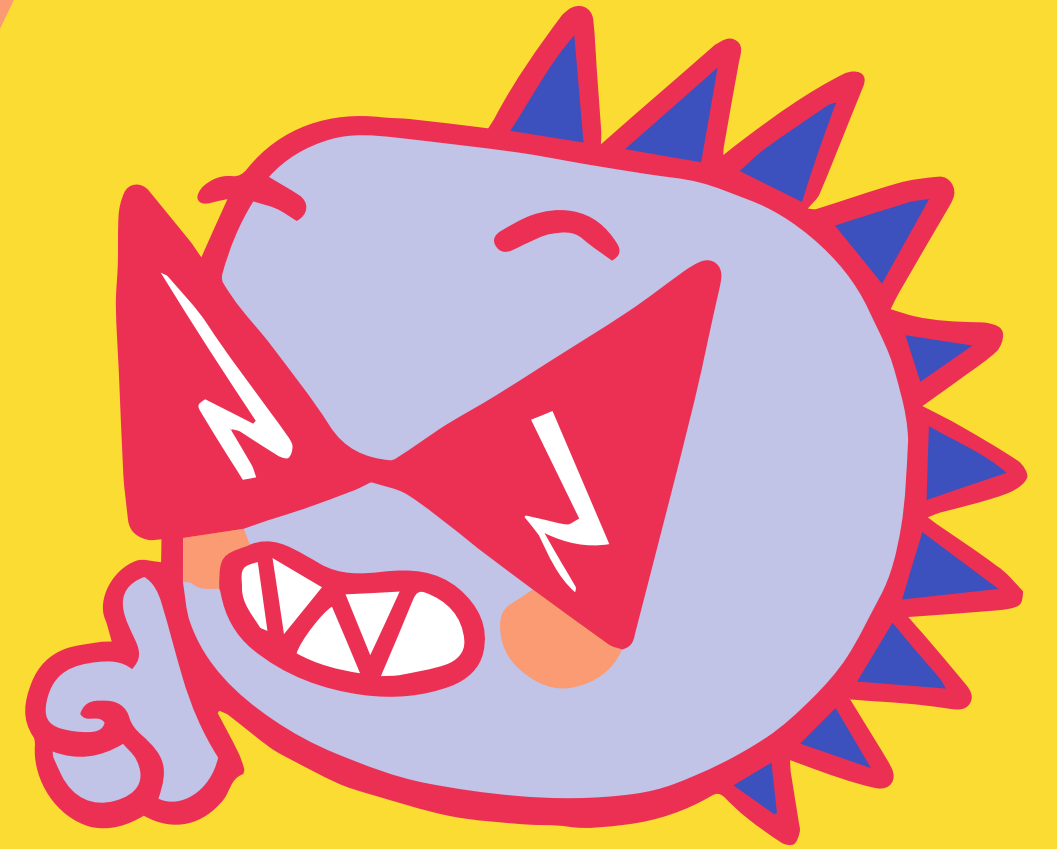
LICEO NSMI

DPTO. ORIENTACIÓN

ED. DIFERENCIAL



# HÁBITOS DE ESTUDIO



# ¿Qué son y para qué sirven?



Se pueden definir como “La **repetición del acto de estudiar** realizado bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales. El hábito de estudio **es el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender** en los alumnos”.(García Huidobro, 2000.)



Los hábitos de estudio promueven el **desarrollo cognitivo**, así como la capacidad de **aprender con menor dificultad nuevos contenidos** y **mejorar el rendimiento académico**.

+ "FACTOR CLAVE PARA EL ÉXITO ESCOLAR" +



# ¿UN VIDEITO EXPLICATIVO?









Te invito a escanear el código QR, o bien hacer click en link:

[https://www.youtube.com/watch?  
time\\_continue=170&v=sTIYDJHbT9o&feature=emb\\_title](https://www.youtube.com/watch?time_continue=170&v=sTIYDJHbT9o&feature=emb_title)

# Existen 5 hábitos básicos



-  1. Organización del tiempo, elaborando un plan de actividades diarias.
  -  2. Planificación de lo que se debe realizar diariamente, para esto utiliza la aplicación de celular "TRELLO".
  -  3. Estudiar todos los días, de preferencia a la misma hora y en el mismo lugar.
  -  4. Utilizar diversas técnicas para estudiar.
  -  5. Mantener siempre una actitud positiva ante la vida, incluso ante los problemas.
-  **BONUSTRACK: COMENZAR POR LO MAS DÍFICIL Y TERMINAR CON LO MÁS FÁCIL**

# PLANIFICACIÓN DE ESTUDIO



1

Proponte metas académicas, esto es importante para la motivación.

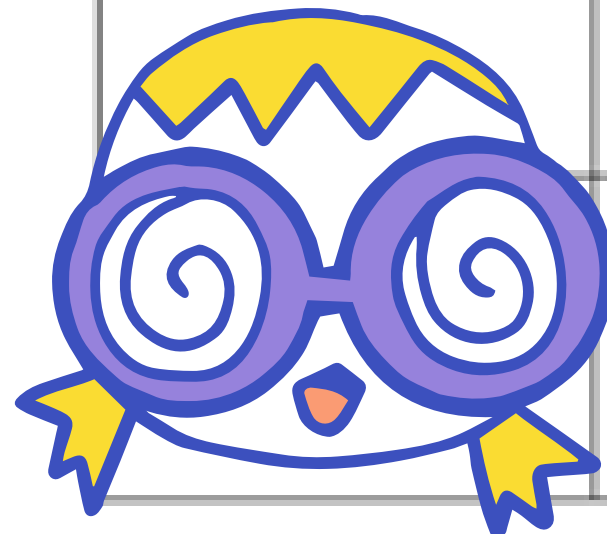
2

Piensa y anota todas las fortalezas que posees para poder lograr tus metas.

3

Piensa en las dificultades internas y externas que te impiden llegar a la meta y cámbielas de a poco, paso a pasito

Metas académicas	Fortalezas individuales para lograr metas	Dificultades externas	Dificultades internas.





# HORA DE PLANIFICAR, PERO ¿CÓMO LO HAGO?



Para planificar tu tiempo de estudio es imprescindible que organices tu tiempo.

Para ello es necesario que elabores **tu horario personal**, debes **ser realista y además tener en cuenta y agregar a tu horario:**

- ✘ Incluye tiempo dedicado al descanso y la diversión
- ✘ Tiempo para comer
- ✘ Si realizas deporte también agrega el tiempo que le dedicas

## LAS MEJORES HORAS DE ESTUDIO

- ✘ Mantiene un horario constante en la hora en que comienzas y terminas de estudiar.
- ✘ Estudia durante los cinco días de la semana, como mínimo 3 hrs diarias.
- ✘ Haz breves pausas en cada sesión de estudio.



# MANOS A LA OBRA



Este es un **ejemplo de horario**, debes personalizarlo según:

- ✓ tus metas
- ✓ por materia
- ✓ por tiempo de entrega
- ✓ por interés o gusto

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
09:00 – 10:00	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO	DESAYUNO
10:00 – 11:30	(LA GUÍA QUE MAS ME CUESTA) EJ: QUIMICA				
11:30 – 12:00	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK	BREAK
12:30 – 14:00	(LA GUÍA QUE ME CUESTA UN POCO MENOS) BIOLOGÍA				
14:00 – 15:00	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO	ALMUERZO
15:00 – 16:30	(LA GUÍA MÁS FÁCIL DE HACER PARA MI)				
16:30 – 17:30	EJERCICIO				

Recuerda descargar y utilizar la aplicación "TRELLO" en ella puedes ingresar los horarios que creaste para que suene una alarma, además de ingresar info sobre guías realizadas, por hacer y a las que les falta completar. (para más info de esta app, puedes ingresar a @educadoradiferencial.nsmi en donde existe una publicación mostrando la app y otras más.





# ¿Qué son los estilos de aprendizaje?

Los estilos de aprendizaje son o se definen como las distintas maneras en que un individuo puede aprender y percibir la información.



# ACTIVITY TIME



OBSERVA EL VÍDEO



Te invito a escanear el código QR , o bien haz click en el enlace

[https://youtu.be/bY-1P5q\\_G3I](https://youtu.be/bY-1P5q_G3I)



# AHORA QUE YA OBSERVASTE EL VÍDEO

RESPONDE LAS SIGUIENTES PREGUNTAS



1. ¿Cuáles son los estilos de aprendizaje?
2. ¿Te identificas con alguno?, si es así, ¿Con cuál y por qué?
3. Representa cada estilo de aprendizaje mediante un dibujo.





# ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE SABER MI ESTILO DE APRENDIZAJE?



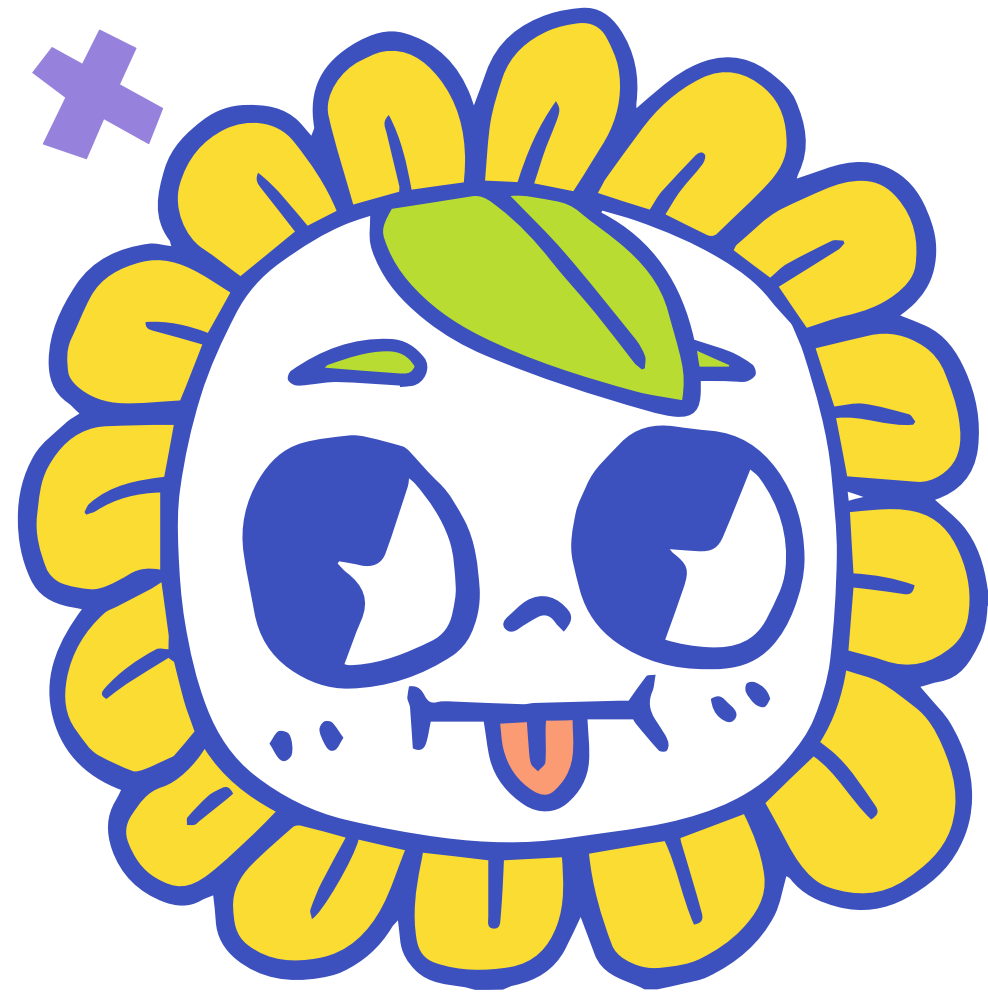
El aprendizaje es uno de los factores más importante para el desarrollo humano, es un proceso por el cual se adquiere conocimiento, valores, costumbres que ayudan a formar el carácter de cada individuo; es normal que encontremos muchas falencias que afectan en el buen progreso del conocimiento, al no saber o no encontrar una estrategia que facilite mucho más en lo que se quiere aprender.








Los estilos de aprendizaje ayudan a fomentar un mejor proceso en el desarrollo del conocimiento, por tal razón es importante que cada individuo sepa con que estilo de aprendizaje se asemeja, de esta manera cada estudiante podrá saber qué tipo de actividades puede usar dependiendo el desarrollo de sus capacidades ya sea auditiva, visual, kinestésica.



# ¿Cuáles son las ventajas de conocer mi estilo de aprendizaje?



-  Nos permite conocernos a nosotros mismos.
-  Sabemos que actividad nos sirven para aprender y cuales no.
-  Manejamos de una manera más práctica nuestras habilidades de aprender.
-  Tenemos un mejor uso del tiempo.
-  Se nos facilita más el aprendizaje.





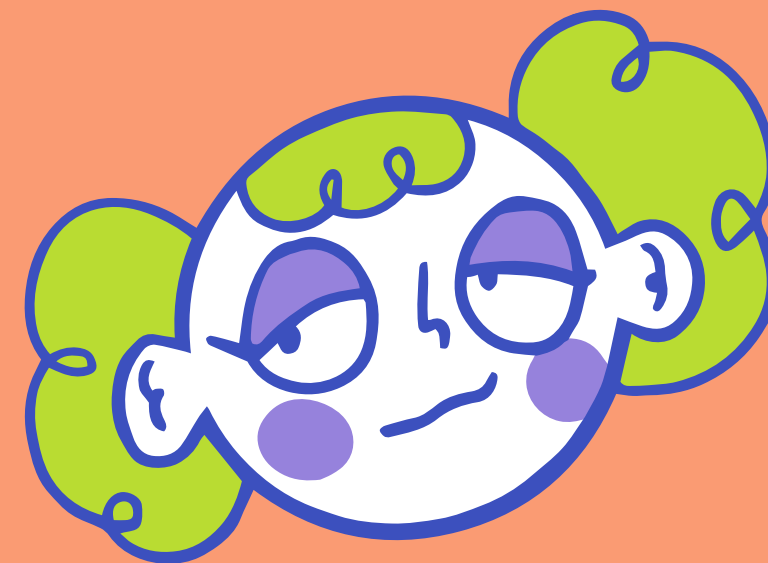
# ¿POR QUÉ DEBERÍA CONOCER MI ESTILO DE APRENDIZAJE?



Muchas veces nos hemos preguntado por qué no nos aprendemos algo o el por qué se nos dificulta el aprendizaje y nos decepcionamos al ver que nada nos sale bien esto se debe a que cuando no sabemos que tipo de sentido utilizamos para recepcionar o comprender la información somos y no estamos seguros de nosotros mismos y recurrimos erróneamente a un estilo de aprendizaje equivocado, esto puede llevarnos a la desmotivación y sentirnos menos que otros.



También suele pasar que no sabemos cómo o que estrategias usar y recurrimos equivocadamente a las que no se asemejan a nuestras capacidades, ya que se nos puede desarrollar más la parte visual, kinésica o auditiva entonces cometemos el error de usar una estrategia auditiva cuando nos desempeñamos mejor en lo visual.



# ¿TE GUSTARÍA SABER CUÁL ES TU ESTILO DE APRENDIZAJE?



Si, es así realiza el siguiente [test online](https://www.psicoactiva.com/test/educacion-y-aprendizaje/test-de-estilos-de-aprendizaje/)

LINK:

<https://www.psicoactiva.com/test/educacion-y-aprendizaje/test-de-estilos-de-aprendizaje/>

## Instrucciones:

- Elige la alternativa que más te represente.
- Contesta **TODAS** las preguntas
- Al terminar has click en "Puntuar test"
- Espera un momentito y el resultado aparecerá indicando tu estilo de aprendizaje.

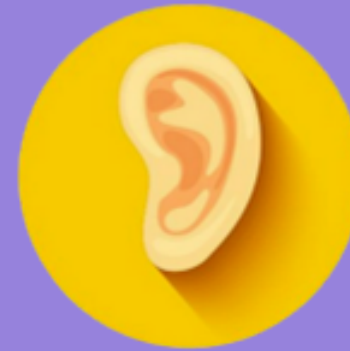
¿Es estilo que esperabas o que habías escrito en la actividad anterior?

# TÉCNICAS DE APRENDIZAJE



## VISUAL

- Gráficos
- Uso de colores para subrayar y/o destacar
- Mapas conceptuales
- Líneas de tiempo
- Esquemas
- Instrucciones escritas, cortas y concretas.
- Realizar dibujos que representen información
- Mapa mental
- Cuadro sinóptico
- Uso de imágenes
- Uso de tarjetas de información



## AUDITIVO

- Debates
- Instrucciones orales
- Explicaciones orales
- Vídeos o grabaciones de materia
- Audiolibro
- Explicar con sus propias palabras la materia a terceros
- Inventar rimas o canciones



## KINESTÉSICO

- Aprendizaje mediante interacciones
- Implicancia en debates
- Manipulación de objetos
- Realizar actividades sobre la materia
- Ejemplos de la vida real
- Trabajo en equipo
- Mapas mentales
- Puede utilizar técnicas de los otros estilos de aprendizaje



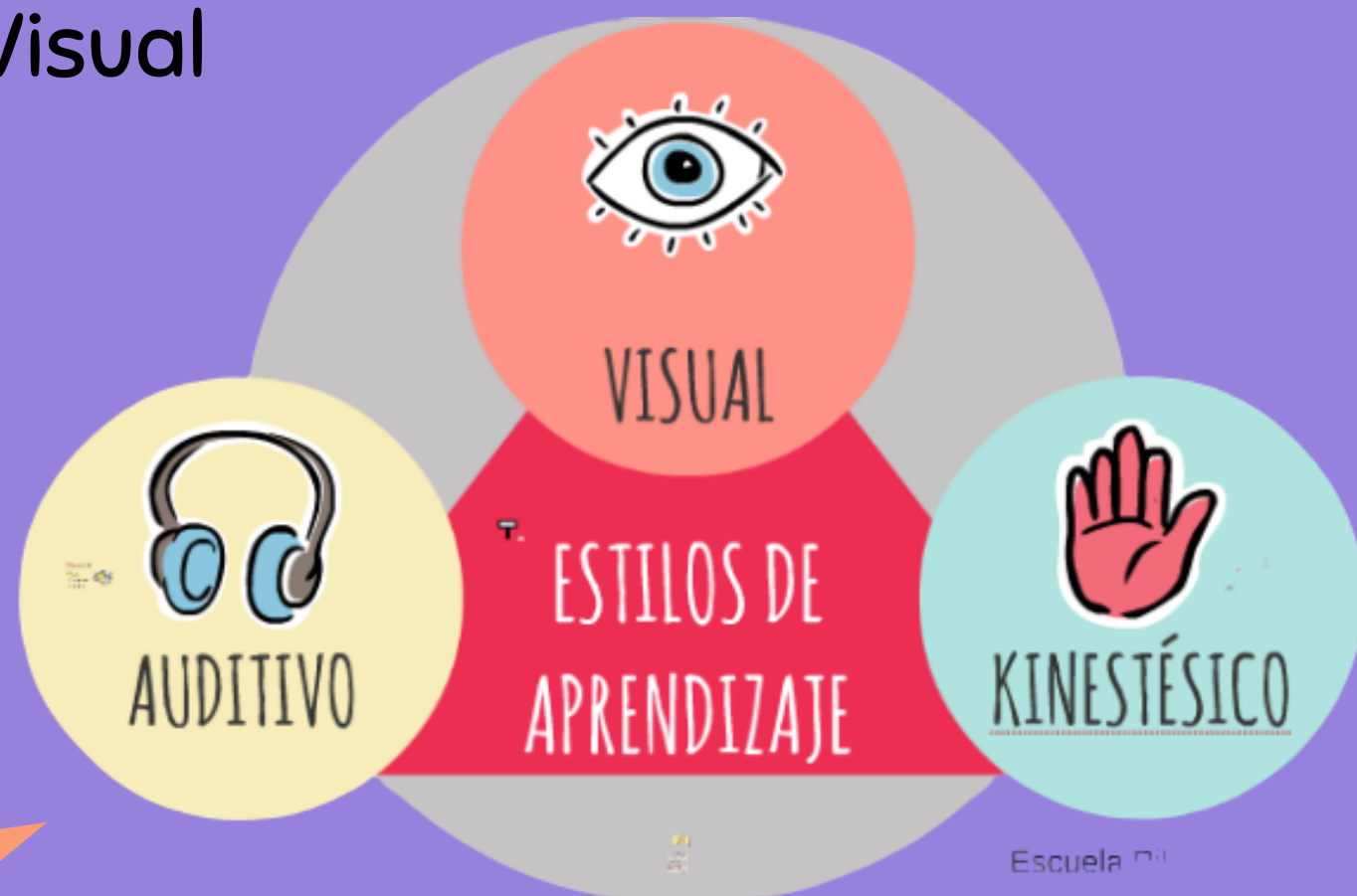


# RESUMIENDO



Los estilos de aprendizajes son 3:

- Kinestésico
- Auditivo
- Visual



Cuando sabemos que estilo de aprendizaje poseemos se nos facilita más ya que vamos a ser más práctico al momento de usar una estrategia:

- Visuales: ya sabemos a qué actividades recurrir para que se nos facilite mejor el aprendizaje.
- Auditivos: sabemos que escuchando música o sonidos nos aprendemos más el tema o lo que queremos saber.
- Kinestésico: sabemos que estando en movimiento y en contacto con el ambiente desarrollamos mejor un aprendizaje.

cuando una persona sabe y se conoce a sí misma es mucho más fácil y práctico de recurrir a las herramientas necesarias sin perder mucho el tiempo pensando en cual estrategia se debe aplicar.



"TODOS LOS ESTUDIANTES PUEDEN  
APRENDER, PERO NO EL MISMO DÍA  
NI DE LA MISMA MANERA"

