

UNIVERSIDAD INCA GARCILASO DE LA VEGA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL



Trabajo de Suficiencia Profesional

Hábitos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria  
de la I.E.P. El Universo de César Vallejo – Pachacamac

Para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autor: Bachiller Stefany Del Socorro Requena Sullon

Lima-Perú

2018

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo de investigación se lo dedico a mi madre Eulogia Sullon Ramos, por apoyarme en todo momento y por darme la oportunidad de poder tener una excelente educación en el transcurso de mi vida, a mi hermano Jean Paul, por involucrarse en mi investigación, a mis hijos Kleonel y Kleys Rodriguez Requena que han sido mi fuerza y voluntad en este camino y por último a Dios que es quien me da la sabiduría y guía mis pasos, dándome la oportunidad de ser mejor día a día.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a la Universidad Inca Garcilaso de la Vega por darme la oportunidad de aprender y ser un profesional. Al profesor que formo parte del seguimiento de dicho trabajo, por su esfuerzo y dedicación, quien a través de su experiencia, su paciencia y motivación han logrado en mí que pueda culminar con éxito dicho estudio.

Para finalizar, agradecer el inmenso apoyo que tuve para obtener la información necesaria y requerida a la Licenciada María Elena Córdova.

## PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado:

En el cumplimiento de las normas de la facultad de psicología y trabajo Social de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega según la directiva N° 003-FPs y TS. – 2017, expongo ante ustedes mi investigación titulado “Hábitos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P El Universo de Cesar Vallejo – Pachacamac”, bajo la modalidad de TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA para obtener el título profesional de licenciatura.

Por lo cual espero que este trabajo de investigación sea correctamente evaluado y aprobado.

Atentamente,

Stefany del Socorro Requena Sullon

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>iii</b>
<b>PRESENTACIÓN</b> .....	<b>iv</b>
<b>ÍNDICE</b> .....	<b>v</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>x</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xii</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>CAPITULO I</b> .....	<b>15</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	<b>15</b>
1.1 Descripción de la realidad problemática .....	15
1.2 Formulación del Problema Principal .....	23
1.3 Objetivo General .....	23
1.4 Justificación e importancia .....	24
<b>CAPITULO II</b> .....	<b>27</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>27</b>
2.1 Antecedentes .....	27
2.2 Bases Teóricas (Teorías Científicas) .....	36
2.2.1 Tipos de Hábitos .....	37
2.2.2 Teoría Conductista.....	42
2.2.3 Formación de Hábitos de Estudio.....	43

2.2.4	Importancia de Hábitos de Estudio .....	44
2.2.5	Factores que afectan los hábitos de estudio.....	45
2.2.6	Características de Hábitos de estudio .....	45
2.2.7	Factores que Intervienen en los hábitos de estudio.....	46
2.3	Definiciones Conceptuales.....	48
<b>CAPITULO III.....</b>		<b>50</b>
<b>METODOLOGÍA .....</b>		<b>50</b>
3.1	Tipo y diseño utilizado .....	50
3.2	Población y muestra .....	50
3.3	Identificación de la variable y su Operacionalización.....	51
<b>CAPITULO IV .....</b>		<b>66</b>
<b>PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS ....</b>		<b>66</b>
4.1.	Procesamiento de los resultados .....	66
4.2	Presentación de los resultados .....	66
4.3	Análisis y discusión de los resultados.....	75
4.4	Conclusiones .....	76
4.5	Recomendaciones .....	77
<b>CAPÍTULO V .....</b>		<b>79</b>
<b>PROGRAMA DE INTERVENCIÓN.....</b>		<b>79</b>
5.1	Denominación del programa.....	79
5.2	Justificación del problema.....	79
5.3	Establecimiento de objetivos.....	79
5.4	Sector al que se dirige .....	80

5.5. Establecimiento de conducta problema/meta .....	80
5.6 Metodología de la intervención .....	80
5.7 Instrumentos/materiales a utilizar .....	80
5.8 Cronograma .....	80
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>107</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>113</b>
Anexo 1: Matriz de Consistencia.....	113
Anexo 2: Carta de permiso .....	114
Anexo 3: Carta de Confirmación .....	115
Anexo 4: Instrumento.....	116

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Operacionalización de la variable “hábitos de estudio” mediante el instrumento Inventario de Hábitos De Estudio” CASM-85 (Luis Vicuña Peri) revisado el 2005.....	52
Tabla 2. Baremos Dispercigráfico .....	55
Tabla 3. Distribución de la muestra estrato cantidad porciento.....	56
Tabla 4. Coeficientes de confiabilidad por el método de las mitades para cada área y del inventario total .....	59
Tabla 5. Confiabilidad por consistencia interna.....	60
Tabla 6. Confiabilidad por el método del test – retest obtenida con una muestra de 760 estudiantes del nivel secundario y universitario de la ciudad de Lima .	61
Tabla 7. Coeficiente de confiabilidad intertest y test total .....	61
Tabla 8. Confiabilidad por el método del test –restes obtenida con una muestra de 920 estudiantes del nivel secundario y universitario de la ciudad de lima 2005 .....	62
Tabla 9. Coeficiente de confiabilidad inter-test y test total .....	63
Tabla 10. Baremos dispercigráfico de conversión de puntuaciones directas a categorías de hábitos.....	65
Tabla 11. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación hábitos de estudio.....	66
Tabla 12. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a hábitos de estudio.....	67
Tabla 13.Frecuencia de acuerdo a la tendencia de hábitos de estudio.....	69
Tabla 14. Frecuencia de la dimensión 1.....	70
Tabla 15. Frecuencia de la dimensión 2.....	71
Tabla 16. Frecuencia de la dimensión 3.....	72

Tabla 17. Frecuencia de la dimensión 4.....	73
Tabla 18. Frecuencia de la dimensión 5.....	74

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultados de hábitos de estudio .....	69
Figura 2. Resultados de ¿Cómo estudia usted? Como área I de hábitos de estudio. ....	70
Figura 3. Resultados de ¿Cómo hace sus tareas? como área II de hábitos de estudio. ....	71
Figura 4. Resultados de ¿Cómo prepara sus exámenes? Como área III de hábitos de estudio. ....	72
Figura 5. Resultados de ¿Cómo escucha las clases? Como área IV de hábitos de estudio.....	73
Figura 6. Resultados de ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? como área V de hábitos de estudio.....	74

## RESUMEN

El presente estudio, de tipo descriptivo y diseño no experimental, tiene como objetivo determinar los niveles de hábitos de estudio, estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" en Pachacamac – Lima. El instrumento que se utilizó fue el inventario de hábitos de estudio elaborado por Luis Vicuña Peri revisado el (2005) que evalúa métodos y técnicas de estudio. La muestra estuvo conformada por 45 estudiantes, de ambos sexos y diversas edades, se utilizó un muestreo censal. Los resultados obtenidos mostraron que el 33,33% en tendencia positiva y 33,33% tendencia negativa. En base a este estudio se elaboró un programa de intervención llamado "Preparándome para los exámenes" con el objetivo de enseñar estrategias para los exámenes. La ventaja de este programa consiste en concientizar al alumnado en el uso de hábitos de estudio para mejorar su rendimiento escolar y rendir en los exámenes, proporcionando para ello los medios adecuados de tareas y potenciando, al mismo tiempo, sus capacidades como estudiantes.

**Palabra clave:** *Hábitos de estudio, I.E.P El Universo de Cesar Vallejo, estudiantes, programa, estrategias.*

## ABSTRACT

The present study, of descriptive type and non - experimental design, aims to determine the levels of study habits, students of the second and third year of El "El Universo de César Vallejo" in Pachacamac - Lima. The instrument used was the inventory of study habits developed by Luis Vicuña Peri (2005), which evaluates methods and study techniques. The sample consisted of 45 students of both sexes and different ages, a census sampling was used. The results showed that 33.33% in positive trend and 33.33% in negative trend. Based on this study, an intervention program called "Preparing for exams" was prepared with the objective of teaching strategies for exams. The advantage of this program is to make the students aware of the use of study habits to improve their school performance and to take exams, providing them with the appropriate means of tasks and, at the same time, enhancing their abilities as students.

**Key word:** Study habits, I.E.P The Universe of Cesar Vallejo, student, program, strategies.

## INTRODUCCIÓN

Los seres humanos mostramos un sinnúmero de comportamientos que con la práctica se vuelve habitual. A esto se le llama comúnmente hábitos que puede brindarnos resultados positivos y saludables llevando a tener un comportamiento que se realice casi automáticamente sin que requiera de mucho esfuerzo. Entonces se puede decir que un hábito de estudio es cuando una persona realiza un conjunto de actividades mientras estudia. Es un paso impredecible para desarrollar la capacidad del aprendizaje y garantizar el éxito en las tareas escolares.

Los hábitos van cambiando durante la vida escolar ya que el alumno se adapta a las necesidades del momento, en función al nivel de contenido, la dificultad del tema, de la motivación del alumno y del tiempo que se proponga.

El siguiente trabajo está dividido por capítulos los cuales se expondrán a continuación.

Encontraremos en el capítulo I el planteamiento del problema, que se formuló para la investigación, en base a esto se plantea el problema general y los específicos que servirá para ser contestados luego. Además, se incluye el objetivo general y los específicos, concluyendo así con la justificación e importancia del estudio.

Con respecto al capítulo II, se presenta el Marco Teórico, que es base de la investigación, en este apartado se presentan los antecedentes que son investigaciones tanto internacionales como nacionales. El segundo subcapítulo son las Bases Teóricas que sustentan el estudio, donde se presentan los significados de la variable estudiada, factores que intervienen en la variable y definiciones conceptuales.

Continuando con el capítulo III, hallaremos en esta sección la metodología empleada para la investigación, el tipo de investigación, diseño, la población, el instrumento.

En capítulo siguiente, capítulo IV, se podrá encontrar los resultados obtenidos mediante la aplicación del instrumento del estudio. Además, se expondrán las discusiones, conclusiones y recomendaciones.

Finalizando con el capítulo V, donde se proyecta la intervención mediante un programa elaborado por sesiones en la cual su objetivo es fortalecer los déficits obtenidos en los resultados.

## CAPITULO I

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 1.1 Descripción de la realidad problemática

Hoy en día la preocupación de muchos padres de familia se centra en evitar que se repitan las historias de fracaso en los estudios de sus hijos, que ellos en algún momento experimentaron, por eso exigen a sus hijos notas sobresalientes, proveyéndoles recursos suficiente para una mejora en sus hábitos de estudio, sin embargo, su presencia hace cada vez más falta en la vida de ellos, que debido al trabajo no les están dando el soporte ideal durante los primeros años escolares. Pese a que siempre están buscando el éxito de ellos. Y todo empieza desde la infancia en crear nuevos hábitos de estudio realizado por los padres y maestros de aula, para lograr un desarrollo de autonomía e interés en realizar sus actividades escolares, esto permitirá ser un buen alumno y tener éxito en sus labores a futuro. El interés se ha formado porque se considera que no hay enseñanza de hábitos de estudios en instituciones educativas y se dan han notar porque en su mayoría de alumnos no reconocen sobre su capacidad para el estudio, si no reciben la información necesaria sobre su función. Puede que desde casa no haya el debido interés y apoyo para ir desarrollando hábitos, y esto también incluye a los profesores de aula que se encargan de desarrollar las tareas académicas, sin antes dar pautas de hábitos de estudio. Muchas veces durante el día, se pueden desarrollar actividades de manera eficiente vinculadas a las costumbres habituales como bañarse, alimentarse o reposar. Cualquier alteración en estas actividades puede entorpecer el procedimiento de ciertas actividades que no están estructuradas. El aprendizaje forma parte de actividades que se realicen diariamente, ya que para lograr una buena educación se requiere de una disposición y planificación del estudio. Estás deberían ser planificadas y establecidas en el momento indicado. Para realizar un buen esquema de hábitos de estudio, tendría que cumplir en realizar actividades académicas en un plazo determinado diariamente como estudiante y para ello su planificación de estudio debe ser didáctico, es decir, tomarlo como actividades que se realiza durante el día con el fin de mejorar y a prender.

Los alumnos durante la secundaria su grado de estudios o capacidad que se tiene para retener información son capacidades que ayudan a tener un mejor rendimiento pero no son suficientes. Para ser un gran estudiante debe adoptar hábitos de estudio que potencien su estado de concentrarse y dedicarse al estudio. En la primaria, el alumno adquiere hábitos de estudio de manera voluble y progresiva, ya que por lo general no suelen aprenderse directamente, al menos hasta el último ciclo. Cuando se inicia la secundaria, los alumnos sienten una mayor exigencia en sus actividades escolares que les requiere un esfuerzo mayor que el que venían aplicando en la primaria. Se tiene más asignaturas, el peso de los exámenes es mayor y más concurrentes. (Granada, 2011)

Bernal (2003) Indica que los padres tienen una representación importante en el aprendizaje de sus hijos y en el crecimiento de sus capacidades escolares. Nadie aprende en el encierro o sólo de un documento. Cada interacción con otros, es un aprendizaje, un conocimiento y una cultura más. Menciona que si la educación sólo se deja como obligación a las instituciones educativas, no es suficiente para lograr un buen desempeño, ya que la influencia ya sea positiva o negativa de la casa es determinante principal en el triunfo de los estudiantes y en su manera de comportarse.

Mendoza & Ronquillo (2010) Sostuvo que la investigación tiene el deseo de conocer el dominio de los hábitos en el estudio y el rendimiento académico de los alumnos del 4º grado de secundaria de la escuela Rodrigo Riofrio en Ecuador. La muestra estuvo constituida por 38 niños, 6 profesores y 9 padres de familia del 4º año de secundaria, además del director de la escuela. Para esto usaron como instrumentos un Cuestionario para estudiantes, docentes y padres de familia, Dentro de los resultados se permitieron aceptar o corroborar la hipótesis de estudio, es decir que el crecimiento de los hábitos de estudio origina mejor la productividad académica en los alumnos de 4º grado de educación secundaria de la escuela Rodrigo Riofrio Jiménez. Además se concluyó que el rendimiento académico si es respaldado por la motivación, interés y estrategias.

Castillo (2010) en su investigación manifiesta que el dominio de los hábitos de estudio y las conductas en la familia sobre la lectura se ha logrado en

los escolares un desarrollo de capacidades básicas de actividades diarias en el ámbito escolar, evidenciando la importancia valorada en el rendimiento académico en su función al contexto sociocultural que conforman las familias, también se ha considerado importante el nivel de estudios que los padres o su disponibilidad de los recursos de sus culturas en sus hogares, explicando así el rendimiento del alumno centrado en el vínculo familiar.

Con respecto a la lectura, investigaciones recientes realizadas en el país han incluido, números de libros en el hogar entre los estatus sociocultural de las familias. No es sólo en la escuela donde se pone en manifiesto la importancia de la lectura. Contrariamente existen medios audiovisuales y se han desarrollado nuevas tecnologías que en vez de darle la importancia necesaria a la lectura estas han aumentado y modificado sus funciones. Sin embargo, este desarrollo de la sociedad y la tecnología hace del acto del leer la actividad fundamental de la vida cotidiana. Hay quienes aseguran que el crecimiento de la tecnología está propiciando la importancia del lenguaje oral más que el lenguaje escrito y por consiguiente de la lectura. En este sentido, habrá que concienciar a los padres y a la escuela del valor que tiene la lectura, para un mejor desarrollo intelectual y aumento de su vocabulario. Más allá de las recomendaciones habituales para que los hijos lean en casa, es importante estimular a la sociedad para que la lectura esté presente entre las actividades que llenen el tiempo libre de los estudiantes.

El Departamento de Orientación, España elaboro un estudio para conocer los resultados escolares que obtienen los estudiantes que comienzan la secundaria con o sin hábitos de estudio establecidos. Teniendo como resultado que 3 de cada 10 estudiantes tipificados como “malos”, porque vienen de Primaria sin hábitos de estudio y con poco sacrificio, se recuperan en la secundaria. Se observó que el 68% del alumnado que viene de primaria con malos o regulares hábitos de estudio y esfuerzo personal, es decir, que de 7 de cada 10, no ascienden y repite curso. Esto se lleva a conclusión de que la posibilidad que tengan un provechoso resultado escolar y la culminación en el nivel secundario dependerá de una buena obtención de hábitos de estudio en el hogar y en clase en el nivel primaria, entonces así garantizan unos buenos

resultados escolares en Secundaria y, por consiguiente, el éxito escolar. (Valverde, 2012)

Por otro lado El Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, de México, hizo una encuesta nacional de Lectura y escritura en el 2015 y cuyos resultados fueron que al año se lee 5.3 libros y que ocupa el segundo lugar de Latinoamérica en la práctica de la lectura. A su vez sobresalen otros resultados que arroja la encuesta. Y que el promedio de libros leídos por año es más alto que en otras etapas, además de que las redes sociales y los medios digitales comienzan a tener más prioridad por las personas, así como la variación de los programas. Mientras que el libro impreso es el favorito, el de las personas que usan tanto plataformas digitales como el libro es el apropiado. Con respecto a la escritura se encontró que son las mujeres, en porcentaje jóvenes universitarios y los grupos con más ingresos económicos a quienes les gusta escribir más, y que esta práctica también es incitada principalmente por maestros y padres de familia. (Lara, 2015)

En la revista estudios sobre la lectura en España, menciona que el hábito de la lectura se consigue mediante la práctica y la motivación, se trata de un cometido que implica a todos los ámbitos social y cultural. Muchas veces se ha oído que la lectura es la gran herencia de la escuela, sin embargo, no hay instituciones en las que se pueda formar grandes lectores y escritores. Al enseñar a leer, se tiende más, a un orden de letras o silabas, para entender la lectura. Como consecuencia encontrando alarmantes carencias de comprensión lectora. Este hecho conduce, consecuentemente en el fracaso escolar que se extiende al resto de las áreas curriculares. (Molina, 2006)

Según el Artículo de Euro Press España (2017) el 53% de los maestros considera pertinente mandar obligaciones frente a un 18% que lo contrapone, el 53,5% de los profesores españoles considera importante mandar deberes extraescolares a sus alumnos para que estos obtengan el hábito de estudio necesario que favorezca su individualidad. La Universidad Rey Juan Carlos de Madrid junto a Blink Learning, realizó el III estudio sobre el uso de la tecnología en el salón. Se basa en un sondeo a 1.222 docentes de toda España, más de la mitad procedentes de centros públicos y de Secundaria, indica que quienes

amparan las tareas en casa servirían de entrenamiento y de mejorar su aprendizaje. La mayoría de los profesores que mandan tareas para casa a sus alumnos (54,6%) admite que lo mejor sería que estas fueran individualizadas y en función a las exigencias de los estudiantes, pero que esto es algo que la vida escolar no lo acepta.

En el Perú, existen varios trabajos relacionados a la influencia de hábitos de estudio sobre el rendimiento académico, que han sido desarrollados en estudiantes escolares y de institutos demostrando que los correctos hábitos de estudio, que conllevan a obtener un buen o mal rendimiento académico. Para esto el alumno debe estar a la par con el avance de los nuevos conceptos, normas propuestas pedagógicas para lo cual debe conocer que tan satisfactorio es el resultado de su productividad en el colegio. Varios de los problemas relacionado al éxito académico giran alrededor de los hábitos de estudio, generalmente estas son acciones realizadas por los alumnos que implica memorizar conceptos y fórmulas matemáticas.

Mori & Ramos (2013) Realizo una investigación que tuvo el propósito buscar relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en la facultad de educación inicial en el cual encontraron que si existe una relación positiva entre estas variables, llegando a conclusión que es necesario que los estudiantes reciban una orientación adecuada para desempeñarse con éxito durante la formación de la carrera profesional, para evitar los fracasos y el abandono en el aprendizaje.

Castillo (2010) Elaboro una investigación de factores sociales que generan el desinterés por los hábitos de lectura en los estudiantes de segundo año de educación secundaria factores de la sociedad. Llegando a la conclusión que los estudiantes del 2do año leen muy poco, la razón es que ocupan su tiempo en la computadora o viendo tv. De otra parte, los que aprenden a leer, no practican habitualmente la lectura que terminan olvidando lo aprendido, habiendo gran influencia por el internet.

Esta realidad no es indiferente a los resultados nacionales de evaluaciones de la OCDDE-PISA en el Perú, al hacerlo, muestra al país un elemento valioso que propone lo difícil que es la situación educativa nacional, y brinda evidencias serias de inconvenientes acerca de la urgencia y la complicación de las acciones que se debe desarrollar para asegurar el derecho de las personas a la formación en la educación. PISA 2012 muestra que el sistema educativo peruano no avala a la gran mayoría de estudiantes un logro académico que denomine niveles en las tres competencias evaluadas. Solo algunos muestran un desempeño un poco sobresaliente, y la excelencia académica es solo un supuesto. En medio de esta difícil situación, hay algunas señales aunque limitados al enfrentamiento lector de esperanza. El Perú ha mantenido a lo largo de once años un nivel permanente de progreso en esta área. Dado el punto de partida, este progreso ha permitido escalar una situación profundamente deficiente y alcanzar un mejor requisito que, sin embargo, aún deja mucho que desear. (Pisa, 2012)

El Instituto de Opinión Pública (IOP) del Perú (PUCP) En su encuesta anual en setiembre 2015, incorporo un módulo sobre libros y de hábitos de lectura de la población, dejando revelar que el 15.5% solo lee de manera habitual. En el Perú el 24.4% lee únicamente una vez al mes y el 23.9% lo hace de una a dos veces por semana. Entretanto un 15.6% de jóvenes entre 18 y 29 años declara que no lee libros jamás o casi nunca. En diciembre de 2014, el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) de España administro el parecido tipo de preguntas que en el caso de la encuesta del IOP; quienes señalaron que leer para distraerse en un 80% de los entrevistados y asociar la lectura con el descanso y el tiempo de ocio. Esto debería ser requisito importante para promover buenos hábitos de lectura, sobre todo entre los niños y adolescentes. Las apropiadas políticas de promoción de la lectura en el colegio deberían destacarla como una forma pedagógica, en vez de asociar a los libros con tareas de tipo académico. (PUCP, 2015)

Arteaga (2012) desarrollo una investigación cuyo propósito era verificar si hay correlación entre hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de segundo grado del nivel secundario de una Institución Educativa del Callao. Los resultados obtenidos en relación a los hábitos de estudio en la

dimensión acompañamiento al estudio, se muestra una tendencia inadecuada. Ello puede ser ocasionado porque los estudiantes se topan ante diferentes posiciones y ambientes que esquivan su atención del estudio y que la formación y desarrollo de los hábitos de estudio es una deber compartida del docente, padre de familia, y del estudiante y otros no tienen facilidad para el estudio porque falta motivación y disposición por el aprendizaje, porque no tienen una hora establecida para estudiar.

Ortega (2012) Investigo sobre la comprensión en la lectura, hábitos de estudio y rendimiento académico en alumnos de primer año de una universidad privada de Lima Metropolitana, Los resultados generales de la comprensión de la lectura indican que el 31.5% de los alumnos se hallan en un nivel dependiente-dificultad, el 43.5% se ubica en el nivel dependiente es decir malo y el 23.6% se encuentra en el nivel dificultad es decir pésimo. Pese a esto los hábitos de estudio de los estudiantes tienen tendencia a ser positivos o adecuados en un 47.2%. Sin embargo, algunos de los estudiantes muestran tendencia a ser negativos. En conclusión se encuentra relación significativa entre los puntajes de comprensión en la lectura y las notas de rendimiento académico, ya que es un factor importante dentro de las calificaciones obtenidas en el proceso de hábitos de estudio que se encuentra en el nivel regular es de 41.0% y un 38.2% de los estudiantes obtiene un nivel de rendimiento bueno.

El reconocimiento anticipado de estudiantes en riesgo forma una acción de gran interés para disminuir decepciones e implementar programas de intervención con la finalidad de alertar. Los aspectos considerados en este artículo tienen una clara implicancia para las actividades de recomendaciones y orientación educacional. En primer lugar, es importante la consideración de las variables de personalidad en las tareas de orientación escolar, ya que tradicionalmente solo se consideran los aspectos patológicos de los jóvenes. En segundo lugar, resulta conveniente tomar en cuenta determinada condición de la identidad. (Lamas, 2015)

Especialista en Dificultades de Aprendizaje del CPAL menciona que cuando empieza el año escolar, los hábitos de estudio son el mejor predictor del éxito escolar. Ya que estos sirven para que, poco a poco, los jóvenes sean

autónomos en la organización y planificación de las tareas escolares. Pero también que los hábitos de estudio no se adquieren de forma natural si no que necesitan del modelo del adulto y práctica sostenida y frecuente para aprender a organizarse y gestionar su duración de estudio. (Sala, 2017)

Luna (2017) director de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Privada Antenor Orrego (UPAO), habló sobre la importancia de que los universitarios mantengan buenos hábitos de estudio y estilos de vida saludable para una precisa vida académica y profesional y que siempre ha sucedido esto, pero es ahora donde, los jóvenes dejan todo para el último momento. Esto puede crearles ansiedad y estrés insignificante y se debe a la falta de experiencia. Ya que esto se debe al cambio del colegio a la universidad y muchas veces suele ser difícil. Los padres cometen el error de creer que el hecho de que sus hijos formen una carrera universitaria los convierte automáticamente consientes del estudio. Las cosas no funcionan de esa manera. Tampoco es posible que el padre esté detrás del alumno, pero eso no significa que deje de prestar atención a su educación y a los hábitos de estudio adquiridos a lo largo de la vida.

La investigación de hábitos de estudio se realizara en el aula de segundo y tercero de secundaria de la institución educativa, conformado por 45 alumnos entre hombres y mujeres, con calificaciones académicas distintas.

De acuerdo con los alumnos de dichas aulas, se observa en términos generales que no aplican hábitos de estudio, indicando una mala percepción académica, lo cual afecta su osadía y su rendimiento académico.

De continuar con esta problemática, los alumnos obtendrán un fracaso escolar y no estarán preparados para pasar a los siguientes grados y posiblemente no conseguir el éxito a futuro junto a la consecución de sus metas.

## **1.2 Formulación del Problema Principal**

¿Cuál es el nivel de hábitos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la IE "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?

### **1.2.1 Problemas Secundarios**

¿Cuál es el nivel de cómo estudia usted en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" – Pachacamac?

¿Cuál es el nivel de cómo hace sus tareas en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?

¿Cuál es el nivel de cómo prepara sus exámenes en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?

¿Cuál es el nivel de cómo escucha las clases en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?

¿Cuál es el nivel de qué acompaña sus momentos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?

## **1.3 Objetivo General**

Determinar los niveles de hábitos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" – Pachacamac.

### **1.3.1 Objetivos específicos**

Determinar el nivel de cómo estudia usted en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.

Determinar el nivel de cómo hace sus tareas en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.

Determinar el nivel de cómo prepara sus exámenes en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.

Determinar el nivel de cómo escucha las clases en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.

Determinar el nivel de qué acompaña sus momentos de estudio, en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.

#### **1.4 Justificación e importancia**

Analizar sobre hábitos de estudio, pues estamos hablando de acciones destinadas a estudiar y que son aquellas que determinen el buen rendimiento y los buenos resultados escolares. Hay casos en los que los estudiantes empiezan a tener un bajo rendimiento académico, por una falta de hábitos de estudio, es decir, las acciones que se proponen cuando estudian, puede que no sean las indicadas y no suelen ser efectivas, pero dependerá de la voluntad que el alumno tenga al momento de poner en práctica alguna acción académica y que el alumno entienda que estudiar es esencial dentro del proceso educativo. Lejos de pasar de moda, es una acción necesaria que se convertirá en hábito para complementar actividades de aprendizaje. Es importante que los alumnos de secundaria tomen conciencia de cómo poder aprender, encontrando buenos hábitos de estudio y relacionar nuevas enseñanzas ya integradas, para poder precisarlo en el momento correcto, es decir, entenderlo de manera constante.

En la realidad de nuestro país, es un poco complicado que los alumnos del nivel secundario se propongan a tener hábitos de estudio, ya que el interés de ellos es la nueva tecnología, sin embargo, hay quienes persisten en tener buenos hábitos y tienen temor a seguir en el mismo grado o tener un bajo rendimiento, por falta de organización, voluntad o el mal hábito cuando se estudia.

Con esta investigación se quiere lograr que el alumno tenga conciencia de la manera como está manejando sus hábitos de estudio y a que lo llevaría el no poder tener un buen hábito para su rendimiento académico, que para ello se requiere de tiempo y voluntad, que poco a poco se entrenan las acciones académicas, de forma que se repiten regularmente. Que es importante que desde un principio deben prestar atención a estas ciertas acciones que están teniendo, y que estas se van transformando en conductas automáticas que se realizan sin prestar atención y que se vuelven involuntarias sin necesidad de exigir.

Los beneficios que se van a lograr al realizar esta investigación irán dirigidos a la Institución educativa y padres de familia, pero principalmente en los alumnos que se ven afectados ante la falta de conocimientos sobre hábitos de estudio y a su vez se quiere lograr un impacto de concienciación para los alumnos del nivel secundaria que desde un primer momento se deben a la construcción de buenos hábitos de estudio que van a determinar su éxito académico, la consecución de sus metas y en definitiva su felicidad.

En el aspecto teórico esto nos permitirá contribuir a buscar más investigaciones en el campo psicológico educativo, ya que existen investigaciones de rendimiento académico o de metodologías, pero no de hábitos de estudio que tengan variables específicas en alumnos del nivel secundario y poder abordar más en el tema y que nos muestren estudios fidedignos que se han ido desarrollando en las instituciones educativas de nuestro país. Se debería tener en cuenta ya que en ese periodo se lograra en la formación de colegio, para iniciar un nivel superior y desempeñarse como jóvenes de éxito

En el aspecto práctico en esta investigación se pretende identificar con claridad ciertas áreas que tienen los hábitos de estudio en la institución educativa El Universo de Cesar Vallejo. Al analizar estas investigaciones ayudaran en mejorar y comparar otras investigaciones para desarrollar formas de intervención para un mejor resultado.

En el aspecto metodológico lo que se menciona en esta investigación son algunas pautas que servirán para poderlas utilizarlas como ejemplo junto a otras

investigaciones de igual información. Mencionando como importante el instrumento utilizado dentro de esta investigación que nos garantiza que los hallazgos encontrados sean de forma objetiva, ya que este instrumento fue diseñado a la realidad de Lima Metropolitana. Elaborado por el psicólogo Luis Alberto Vicuña Peri. El impacto metodológico de este instrumento permite también que se elabore en otras indagaciones.

## CAPITULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1 Antecedentes

##### 2.1.1 Internacionales

Villarroel & Loza (2011) realizaron una investigación que lleva como título **“Hábitos de estudio y tiempo de permanencia en estudiantes de semestres inicial, intermedio y final de la Universidad Adventista de Bolivia, gestión 2011”** la finalidad de esta investigación es definir la relación que existe entre los hábitos estudio y permanecía en la universidad adventista de Bolivia, la investigación fue de tipo exploratorio descriptiva, de características empírico observacional y es correlacional porque deberá medir el grado de relación entre las variables determinadas, la población estuvo formada por los estudiantes de 5 facultades de la universidad adventista, con una muestra de 399 alumnos de distintas profesiones. Se utilizó como instrumento el inventario de estudio de Díaz el cual se utiliza con el propósito de la investigación. Para medir el tiempo de permanencia, se consideró a estudiantes que ingresaron en el 2005 a 2011 de diversos ciclos: inicial, intermedio y el instrumento de destrezas de estudio que consta de 70 ítems dividido en 7 áreas. Llegando a tener como resultados que los estudiantes de ciclos intermedios utilizan mejor sus hábitos de estudio que los de ciclos iniciales y finales ya que manejan mejor la distribución del tiempo, sus apuntes de estudio están bien elaborados y se preparan de manera correcta para sus exámenes. Como resultado final se puede afirmar que el tiempo de permanencia influye significativamente en los ciclos iniciales, es relativo en los ciclos intermedios y no así en los ciclos finales donde ya se está culminando su carrera universitaria. Siendo así se muestran que existe una relación importante entre los hábitos de estudio y el tiempo de permanencia.

Hernandez, Rodríguez, & Vargas (2012) en su investigación que lleva como título **“Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería en un tecnológico federal de la ciudad de México”** la finalidad de esta investigación es dar a conocer los resultados obtenidos del diagnóstico de los hábitos de estudio y motivación para

el aprendizaje de los alumnos de tres carreras de ingeniería en gestión empresarial en un Tecnológico Federal de reciente creación en el Distrito Federal, entre octubre y noviembre de 2011. El método que se usó para la investigación fue de tipo transversal descriptivo, el levantamiento de datos se efectuó en los meses de octubre y noviembre del año 2011, la información recabada fue analizada haciendo uso de Excel. La población fue de 414 alumnos, la muestra productora de datos fue de 414 alumnos que accedieron a responder el cuestionario: 150 son estudiantes de ingeniería en gestión empresarial, 76 de ingeniería en logística y 188 de ingeniería en tecnologías de la información y comunicaciones. Aquí es necesario hacer énfasis en que un poco más de la tercera parte de los alumnos están cursando sus estudios en el turno vespertino y el resto en el matutino. Dado lo anterior, se decidió repartir 350 cuestionarios en la mañana y 150 en la tarde. El instrumento utilizado fue que con la obtención de los datos se realizó mediante la construcción de un cuestionario dividido en dos bloques. El primero se centró en las variables que recolectan información de tipo general de los alumnos, tales como sexo, edad, escuela de procedencia, promedio, antecedentes familiares y situación económica. El segundo ayudó a reunir datos sobre la percepción que tienen los estudiantes de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje. El instrumento tiene un total de 59 ítems que los jóvenes evaluaron, según una escala tipo Likert. El cuestionario se elaboró haciendo uso de los inventarios de hábitos de estudio y motivación de los autores Almela (2002), Oñate (2001) y Pozar (1985). Los resultados que se obtuvieron fueron que los alumnos de la carrera en ingeniería en tecnologías de la información y comunicación tuvieron mayor porcentaje de participación en el estudio, con un 45%; en segundo lugar se encontraron los jóvenes de la carrera en ingeniería en gestión empresarial, con el 36%; y en tercer lugar los estudiantes de ingeniería en logística. Es importante señalar que el 71% de los participantes asisten al turno matutino y el 29% al vespertino. El 61% de la población encuestada se ubica en el primer semestre, el 13% en segundo semestre, el 10% en tercer semestre, el 4% en cuarto y el 12% en quinto. Se concluye que los alumnos tienen problemas por la organización y planeación del estudio, las técnicas de memorización, la comprensión de lectura, el estudiar en casa y la carencia de estrategias para incrementar la motivación y la autoestima. Los hábitos de estudio de la

comunidad estudiantil contribuyen a conocer las técnicas y estrategias que los alumnos aplican día a día para superar las exigencias de trabajo y la demanda de tiempo que conlleva el estudiar una carrera universitaria.

Valdes (2012) en su estudio realizado en Panamá que lleva como título “**Los Hábitos de Estudio como Factor del Éxito Escolar**”. Este estudio tiene como objetivo determinar los hábitos de estudio de los estudiantes de la Sede Central de la Universidad Latina de Panamá y estructurar una propuesta para sensibilizar a la comunidad educativa, ya que es uno de los factores que proporcionan el éxito escolar. La investigación es de tipo descriptiva, porque pretende reconocer el comportamiento de los estudiantes universitarios ingresantes de las escuelas y constituir una base para acciones e investigaciones futuras, la población estuvo formada por todos los estudiantes del primer ingreso de las distintas facultades que integra la universidad de Panamá, procedentes de escuelas oficiales y particulares con una muestra de 89 estudiantes elegidos al azar convenientemente a su estudio, el instrumento utilizado fue de un cuestionario que evalúa los hábitos de estudio en clase que consta de 42 preguntas, basada en la técnica Likert, con cinco alternativas como respuesta, teniendo como resultado que la relación entre los hábitos de estudio y los exámenes de los estudiantes procedentes de escuelas oficiales y particulares se observan diferencias significativas, ya que los estudiantes evaluados mostraron puntuaciones de buenos hábitos en la clase, al igual que los hábitos al realizar los exámenes lo cual indica que en el proceso escolar tuvieron los adecuados hábitos.

Pola (2013) en su investigación que lleva como título “**Relación entre el rendimiento académico y hábitos de estudio en alumnos de Psicología**” con la finalidad de crear correlación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los alumnos de psicología en la facultad de Psicología y Relaciones Humanas de la sede regional Rosario sede los lagos – Santa Fe. La investigación es de tipo no experimental, con un diseño transversal, la población estuvo conformada por todos los alumnos del segundo y quinto ciclo de la carrera de psicología, donde se cogieron los dos turnos de clase mañana y noche, se trabajó con una muestra no aleatoria de 48 estudiantes considerando características sociodemográficas, es decir, ambos sexo, edades y el turno de

dicha carrera. Se utilizó como instrumento para hábitos de estudio utilizaron como técnica los datos del cuestionario sobre los hábitos de estudio y la motivación para el aprendizaje (HEMA) que está constituido por preguntas cerradas y respuestas estandarizadas y un cuestionario construido por el investigador con el fin de recabar datos que determinen el nivel académico, este instrumento quedo conformado finalmente conformado por 8 ítems que el alumno debía resolver y para el rendimiento académico se utilizó una formula (Gómez Alonso, 2011) que es igual a cantidad de materias aplicas sobre cantidad de materias cursadas por el año que cursa sobre la permanencia en la profesión. Se obtuvo como resultado que el estudio de alumnos de 2° y 5° ciclo de la carrera de psicología el 75 % conforma un excelente rendimiento académico, el 20.84% un rendimiento muy bueno y solo el 4.16% solo bueno, no encontrándose casos de rendimiento regular. En cuanto los hábitos de estudio los alumnos del 2° año con una puntuación de 2.99 estando en un término regular y los alumnos del 5° año con una puntuación 3.15 estando en una clasificación como bueno. En comparación de ambos se da a notar que los alumnos del 2° ciclo tienen menos hábitos de estudio que el 5 ° ciclo. Sería importante poder trabajar más hábitos de estudio a través de tutorías y reforzar sobre aquellos puntos que para los alumnos sugieren o tienen dificultad.

Acevedo, Torres, & Tirado (2015) realizo un análisis de investigación titulado **“Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje a Distancia en Alumnos de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de Cartagena (Colombia)”**, con la finalidad de investigar los hábitos y la motivación en el estudio en alumnos de primero a quinto semestre del programa Ingeniería de Sistemas a distancia de la Universidad de Cartagena – Colombia. El tipo de investigación fue de diseño metodológico descriptivo, no experimental y de corte transversal, el estudio fue avanzado durante el inicio del segundo semestre de 2014, exactamente en el mes de agosto, cuando los estudiantes iniciaron la fase universitaria. La población fue de 650 estudiantes y la muestra de 64 estudiantes de primero y quinto semestre de Ingeniería en el sistema de distancia de la universidad de Cartagena. Para la muestra de cálculo se utilizó una herramienta online, utilizada por Gonzales (2004) tiene un 90% de fiabilidad y con un margen de error de 10%. La muestra fue tomada aleatoriamente entre los semestres de

primero a quinto de dicho programa, con equidad en el género entre hombre y mujeres entre las edades de 19 años a 76 años. Se utilizó el cuestionario H.E.M.A Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje, con una interpretación rectificada parecido a lo que elaboro Castro (2009), este instrumento consta de 54 preguntas y siete factores, con el objetivo de evaluar los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje, para su ejecución y obtener la información se utilizó una base de datos en el programa EXCEL 2013 y para su programa estadístico se utilizó IBM SPSS. Se encontró en los resultados que los alumnos carecen de hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje, presentando problemas en la concentración, emoción, organización, la falta de métodos de estudio y planificación, e inadecuada búsqueda de información, ya que el 57,1%, informó no conocer una estructura general de un trabajo científico. A su vez el 58,7% pensó, que lo aprendido no pertenecía a la relación con sus intereses. Sin embargo, no se ha encontrado diferencias estadísticamente significativas entre los datos obtenidos por género, por lo que se puede sostener que los hábitos de estudio y la motivación hacia el aprendizaje entre la muestra consultada fueron semejantes.

Capdevila & Bellmunt (2016) realizó un estudio titulado **“Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género (España)”** con el objetivo de detectar qué aspectos de los hábitos de estudio se relacionan con el rendimiento académico y como hallar diferencias según su género. El tipo de investigación fue descriptiva, con una población de adolescentes del 2º al 4º de secundaria de centros públicos de Castellón de la plana y con una muestra de 203 alumnos que cuyas edades están entre los 14 y 18 años, se utilizó como instrumento el cuestionario de hábitos y técnicas de estudio (CHTE) (Alvares y Fernández 2002) este cuestionario consta de 56 ítems, la cual también mide los hábitos en 7 escalas, eligieron este instrumento porque su rápida administración y se ajustaba a su investigación. Para la ejecución de la investigación tuvieron que pedir permiso a las autoridades de la Conselleria de Educación de la Generalitat Valenciana, un Informe favorable de la Comisión Deontológica de la Universitat Jaume I de Castelló, junto con la autorización de cada centro educativo, firmada por la Dirección y por ultimo un permiso de consentimiento firmado por padres o tutores, ya que la

población era de los alumnos que son menores de edad. Luego se tomó la administración de la prueba fue de 15 minutos, se realizaron dos tipos de cálculos, el primero que fue dependiendo de la naturaleza de las variables como objeto de estudio, el cual se basó en la correlación de Pearson y T de Student. Y el segundo calculo que fue por un intervalo de confianza del 95%, para el procesamiento de los datos y su análisis estadístico se utilizó el paquete estadístico Pasw® Statistics versión 18 con licencia por la Universitat Jaume I de Castellón. Teniendo como resultados las diferencias en la media del rendimiento académico por género se ve que, de forma estadísticamente significativa, las mujeres tienen una media superior a los hombres en 0,6 puntos sobre 10. Las mujeres también muestran un puntaje más alto en hábitos de estudio (HE), así como en 4 escalas, en el resto no se encontró diferencia. En resultados generales se consolida fiable la afirmación de que el rendimiento académico se relaciona positivamente con los hábitos de estudio ya que el género femenino es quien tiene el puntaje más alto entre variables hábitos y rendimientos en el aprendizaje.

### **2.1.2 Nacionales**

Crepo, Medrano, & Obregon (2013) realizaron una investigación titulado **“Los Hábitos de Estudio y su Relación con el Aprendizaje del Idioma Inglés en los Estudiantes del 4to Grado de Secundaria de la Institución Educativa N° 0028 Jesús y María, La Molina -2013”** con la finalidad de conocer la relación de los hábitos de estudio con el aprendizaje del idioma inglés en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa N° 0028 Jesús y María, La Molina -2013. El diseño de la investigación fue correlacional, con un método descriptivo. La población estuvo constituida por 49 alumnos del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 0028 Jesús y María, La Molina, la muestra fue censal ya que la población es pequeña. El instrumento fue el Inventario Estándar del Dr. Luis Vicuña Peri, este test consta con 53 ítems, que mide formas de estudio, resolución de tareas, preparación de exámenes, la clase y acompañamiento al estudio, es un instrumento estándar, ya validado. El test de Aprendizaje fue elaborado por las autores de la tesis para estudiantes del cuarto grado de secundaria y los textos de la prueba utilizado pertenece al libro actual del Ministerio de Educación para estudiantes del cuarto grado de

secundaria .La calificación de esta prueba se basa al método según el criterio del DCN. Para obtener la confiabilidad del Instrumento Test de Aprendizaje del Idioma Inglés, se utilizó una muestra piloto de 24 estudiantes que representa aproximadamente el 25% del total de la población. Los resultados obtenidos que los hábitos de estudio se relacionan significativamente con el aprendizaje del idioma Inglés en los estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa N° 0028 Jesús y María, La Molina Lima en el 2013, según el Chi-cuadrado calculado con 9 grados de libertad es de 101.05, que es mayor que el Chi-cuadrado-tabulado que es de 16.92 a un nivel de confianza del 95%. En conclusión, la hipótesis general como las hipótesis específicas son correlacionales.

Ccopa & Colqui (2014) en su investigación que lleva como título **“Los hábitos de estudio y nivel de rendimiento académico en los estudiantes de la facultad de educación inicial de la universidad nacional Enrique Guzmán y Valle-la cantuta”** con el objetivo de fueron de establecer la magnitud de la relación existente entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes, realizando un diagnóstico de los hábitos de estudio presentes en los alumnos y obtener resultados sobre rendimiento académico. El diseño de investigación es no experimental, de tipo transversal en forma descriptiva y correlaciona. La población fue de 81 estudiantes matriculados en el noveno ciclo del 2014 de la Universidad Nacional de Educación "Enrique Guzmán y Valle" Chosica – Lima y su muestra fue de 67 alumnas de la facultad de educación inicial escogidos de forma aleatoria simple, el instrumento utilizado fue el cuestionario de Hábitos de Estudio, el cual mantienen en el anonimato el nombre del instrumento, que consta de 52 ítems, con dos probabilidades de respuesta, con el objetivo de obtener información acerca del nivel de Hábitos de estudio de las estudiantes del noveno ciclo de la Facultad de Educación Inicial. El segundo instrumento para medir el rendimiento académico, está en el anonimato, que consta de 20 ítems, con dos opciones de respuesta, la utilidad de este cuestionario es para medir los niveles de rendimiento en los estudiantes del noveno ciclo, para su ejecución de los resultados obtenidos se determinará, por el tipo de distribución que presentan los datos, tanto a nivel de la variable las dos variables, utilizando la prueba Shapiro-Wilk de bondad de ajuste. Que permite

medir el grado de concordancia existente, en conjunto de los datos obtenidos y la distribución teórica específica, el valor obtenido en la prueba de distribución, se determinará el uso de estadísticos paramétricos ( $r$  de Pearson) o no paramétricos (Rho de Spearman), en los resultados se halló (Rho de Spearman =0.554, correlación positiva media entre las variables con un 31% de varianza compartida) con un nivel de confianza del 95% encontrando la existencia de relación entre los hábitos de estudio y el nivel de rendimiento académico de los estudiantes de noveno ciclo de la Facultad de Educación Inicial de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán.

Ramirez (2015) en la ciudad de Iquitos, realizó un estudio que tiene como título **“Los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes de la escuela superior de formación artística pública Lorenzo Luján Darjón de Iquitos, durante el año 2011”** con el objetivo de determinar la relación que existe entre los hábitos de estudio con el rendimiento académico de los estudiantes de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Lorenzo Luján Darjón del distrito de Iquitos, provincia de Maynas, en la ciudad de Loreto. La investigación es de tipo no experimental cuyo diseño es correlacional descriptivo, pues intenta señalar características tanto de los hábitos de estudio como de los niveles de autoeficacia en el rendimiento académico. La población está conformada por los estudiantes de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Lorenzo Luján Darjón de Iquitos, en el periodo 2011. En un número de 120 estudiantes distribuidos en los diferentes ciclos de estudio, el muestreo es de tipo estratificado; ya que se efectúa sobre la base de los estratos de la población. En tal sentido debido a que la población es menos de 500 se estableció el tamaño de la muestra, como el 100% de la población ya que se tuvo en cuenta que la institución, objeto de nuestro estudio es pequeña. El instrumento utilizado fue Inventario de hábitos de estudio, este inventario de hábitos de estudio está constituido por 100 ítems de selección de tres posibles respuestas (Siempre, A veces, Nunca), el cual es parte de un proyecto de investigación que tiene por finalidad la obtención de información, acerca de los hábitos de estudio de los estudiantes, de la Escuela Superior de Formación Artística Pública Lorenzo Luján Darjón de Iquitos. Los resultados obtenidos fueron que de los 23 estudiantes que resultaron con un aceptable rendimiento

académico, 52.2% (12 estudiantes) tienen hábitos de estudios Inadecuados y el 47.8% (11 estudiantes) tienen hábitos de estudios adecuados, lo cual se revelaron que es de vital importancia que los alumnos desarrollen adecuados hábitos de estudio para alcanzar un rendimiento académico superior.

Orihuela (2015) realizó una investigación que lleva como título **“Hábitos de Estudio en niños y niñas de la Institución Educativa 30181 de Viques-Huancayo”** con el objetivo de determinar el nivel de hábitos de estudio en los niños y niñas de Educación Primaria de la Institución Educativa 30181 de Viques. El tipo de investigación de tipo descriptivo, con el método descriptivo simple, la población estuvo conformada por 195 niñas y niños de la institución educativa 30181 y la muestra estuvo constituida por 91 niños de primero y sexto grado de primaria, siendo elegida la sección A de todos los grados, el instrumento utilizado fue cuestionario de Hábitos de estudio, el instrumento se validó por 4 expertos y consta de 20 ítems con tres alternativas como respuesta, para el procesamiento y análisis de los datos se utilizó las técnicas de la estadística descriptiva, las tablas de frecuencia simple, los diagramas de barras simple y agrupada; asimismo uso las técnicas de la estadística inferencial específicamente la prueba "T" Student, para la ejecución de datos recopilados fueron analizados a través del Microsoft Excel y el software SPSS 20.0 (Programa Estadístico Para las Ciencias Sociales para Windows). Se concluyó según resultados obtenidos se aprecia que el promedio de los puntajes que obtuvieron los estudiantes fue de 14, 19 con un nivel medio considerando que los puntajes podían ir de 7 a 19. Así mismo, se halló una desviación estándar de 3,024, lo cual indica que la homogeneidad del grupo estaba dentro de lo esperado. En conclusión general los hábitos de estudio en los niños y niñas de la Institución Educativa 30181 de Viques- Huancayo, es regular. Ya que su puntaje fue de término medio, entre toda la población evaluada, que son alumnos entre las edades de 6 a 11 años.

Mejia (2016) Realizó una investigación que lleva como título **“Relación entre el clima social familiar y hábitos de estudio en los alumnos de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa particular “Sócrates” (Piura)”**, con el objetivo de determinar la relación entre el clima social familiar y hábitos de Estudio en los alumnos de 4° y 5° de secundaria de la institución educativa particular Sócrates. El tipo de investigación es de tipo cuantitativo y

nivel descriptivo-correlacional no experimental, de categoría transversal. Para su población participaron todos los estudiantes del nivel secundaria de la Institución educativa Sócrates, la muestra fue de 84 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria, el instrumento utilizado para la primera variable el cuestionario de la Escala del Clima Social en la Familia (FES) elaborado por Cesar Ruiz y Eva Guerra en Turín – Lima 1993, que consta de 90 ítems, agrupados en 3 dimensiones y dividida en 10 escalas, con el fin de evaluar la percepción del individuo sobre las características socio ambientales y las relaciones personales en la familia. Para la segunda variable se utilizó el inventario de Hábitos de Estudio (I.H.E) de Pozar, tiene 90 ítems, dividido en 5 escalas. Con el fin de diagnosticar y pronosticar la naturaleza y grado de los hábitos, actitudes o condiciones con que el estudiante. Para su procesamiento de la información se realizó utilizando el software estadístico SPSS versión 19 para Windows, con el probabilidad de Pearson y el programa informático Microsoft Office Excel 2007. En los resultados importantes de la investigación se encontró que no existe relación significativa entre el Clima Social Familiar y Hábitos de estudio en los alumnos de cuarto y quinto de secundaria de la institución educativa particular Sócrates , encontrando que en el clima social familiar se obtuvo un 63% con un nivel “Alto” y en la categoría hábitos de estudios fue la “Escala II” con un 65%; y finalmente en cuanto a las dimensiones del Clima Social Familiar, se encontró relación entre la dimensión relaciones y hábitos de estudios.

## **2.2 Bases Teóricas (Teorías Científicas)**

Los hábitos de estudio contribuyen en la vida escolar como un factor primordial para alcanzar el éxito académico. En el cual puede ser definido como una aplicación de métodos y estrategias que se van adquiriendo por el aprendizaje constante y se vuelve en una acción constante que se realiza con frecuencia de manera automática y que llevan a la obtención de conocimientos.

Las instituciones educativas tienen diferentes exigencias y metodologías dependiendo de los objetivos que se quieran desarrollar con los alumnos, estas diferencias marcan la manera de establecer exigencias en los alumnos, es de gran importancia crear hábitos de estudio. Esta adquisición permitirá fortalecer una disciplina con mayor facilidad en los deberes escolares, si se recibe

mensajes positivos ayudara a acercarse a los beneficios del estudio (Lopez de Bernal & Gónzales, 2003).

Los Hábitos son costumbres con facilidad adquirida por la práctica de un entrenamiento. Uno de los indicadores de la calidad de cualquier sistema de enseñanza es el fenómeno de la creación de hábitos de estudio, estos son necesarios para el aprendizaje y sobre todo, a una buena transformación a estudios de niveles superiores. Los hábitos de estudio, facilitan el aprendizaje, haciéndolo más fácil y más práctico (Libiano, 2004).

### **2.2.1 Tipos de Hábitos**

Garcia (1996) en su libro Tratado de Educación Personalizada nos menciona que los hábitos son importantes en la vida diaria como en el ámbito académico, lo cual son necesarios para vivir en la vida cotidiana del hombre a fin de establecer una comunicación, dentro de ellos se han desarrollado hábitos que se han desarrollado en el trayecto de la historia.

-Hábitos de actividad diaria; que son más hábitos naturales que se adquirieren en la convivencia diaria, estos se van constituyendo en el ambiente en que se vive, acá es donde es el ser humano tiene la influencia educativa, para convertirse en un hábito diario, donde influye el ámbito familiar y recreativo, este tipo de hábito se adquieren y refuerzan en situaciones y actividades que ayuden al estudiante.

-Hábitos de Cultura; que son hábitos más técnicos que se orientan a una cultura o trabajo, estos requieren de una programación de actividades provocadas, en la etapa escolar es la parte donde se inicia una serie de hábitos a seguir, para la realización de tareas académicas, donde se hayan relacionados con el carácter preparatorio, escolar que puede tener, y de hecho tiene, la educación escolar.

La educación será completa con la adquisición de estos dos tipos de hábitos, siempre y cuando se utilice de la mejor manera, con el apoyo mutuo de ambos, en los cuales determinan hábitos de carácter instrumental, y se sintetizan en el cultivo del lenguaje, verbal, numérico, plástico, musical y corporal.

Covey (2003) define el “hábito es una intersección del conocimiento, capacidad y deseo. El conocimiento es el molde teórico, que argumenta al qué hacer y el por qué, y la capacidad es el cómo hacer, y el deseo es la motivación, el querer hacer. Por lo tanto, para crear un hábito efectivo”.

También Covey menciona 7 hábitos de las personas altamente efectivas, que materializan muchos los principios fundamentales de la efectividad humana. Esos hábitos son elementales y vitales. Que representan los principios correctos que fundamentan la felicidad y el éxito.

El primer Hábito. Sea Proactivo, empezando con los principios de la visión personal que nos dice que podemos valorar y aprender de las costumbres de los otros, tanto como de las nuestras. Por eso podemos crear y destruir nuestros hábitos. No somos nuestros sentimientos, ni estados de ánimo y ni siquiera nuestra propia inteligencia. La autoconciencia nos permite alejarnos y examinar el modo en que nos vemos nosotros mismos, que es fundamental para nuestra realidad, ya que si no somos capaces de vernos a nosotros mismos, puede afectar nuestras actitudes y conductas, y también al modo en que vemos a las otras personas. Esto limita significativamente nuestro potencial personal y también nuestra capacidad para relacionar nos con los demás.

El segundo Hábito. Empiece con un fin en mente, nos menciona de los principios de liderazgo personal, significa comenzar a comprender sobre nuestro destino, que es saber de dónde se está partiendo, de manera que se pueda entender mejor dónde se está, y dar siempre los pasos correctos en la dirección correcta. Muchas veces resulta fácil caer en la trampa de la rutina de la vida, trabajar cada día para trepar por la escalera del éxito, y descubrir que está apoyado en la pared equivocada. Es muy distinto cuando sabemos lo que es verdaderamente importante para nosotros, y, actuamos cada día para ser y hacer lo que en realidad nos importa. Si la escalera no está apoyada en la pared correcta, cada paso que se da nos hará acercarnos antes al lugar equivocado. Podemos estar muy apurados, podemos ser muy eficientes, pero sólo seremos efectivos cuando empecemos con un fin en mente.

El tercer Hábito. Establezca primero lo primero, nos menciona los principios de administración personal, que es la realización de la práctica, uno

no puede centrarse en este tercer hábito si no ha tomado conciencia y no ha logrado desarrollar el primer y segundo hábito. Que es requisito indispensable para este hábito. Al hablar de administración es diferente que liderazgo, ya que este es primordialmente en una actividad que absorbe energía del cerebro derecho. Tiene mucho de arte y se basa en una filosofía. Si uno no está en el lugar correcto, la capacidad para administrarse bien no determinara la calidad de su realidad. Sin embargo, la administración es el análisis, la secuencia específica, es el aspecto cerebral izquierdo, ligado al tiempo, de la autonomía real. Esto se define administra desde la izquierda; lidera desde la derecha.

El cuarto hábito. Pensar en ganar-ganar, nos menciona inicio de liderazgo interpersonal, no se puede cambiar el fruto sin cambiar la raíz, trabajar sobre las actitudes y conductas equivale a quitarle las hojas de la planta. De modo que, debemos concentrarnos en producir una excelente imagen personal y organizarla de un modo enteramente diferente, creando técnicas de comunicación y recompensa que refuercen el valor de la conducta. Ganar significa que los acuerdos o soluciones son de equitativos benéficos, y agradables. Dando solución a todas las decisión que se tome, y comprometerse con un plan de acción, basándose en el poder y el ingenio. El ganar se basa en el ejemplo que se da, incluyendo el éxito de los demás.

El quinto hábito. Procure primero comprender, y después de ser comprendido, se refiera a un mensaje empático. Muchas veces solemos tener tendencia a precipitarnos, a arreglar las cosas con un buen consejo. Pero no se toma el tiempo necesario para valorar realmente el problema. Esto se resume en una sola frase importante dentro de las relaciones interpersonales, que sería la siguiente: procure primero comprender, y después ser comprendido. La aptitud para la comunicación es lo más importante para la vida, ya que podemos poner a disposición nuestros conocimientos y empatía al momento de entablar la conversación, llegando a si a comprender lo que la otra persona está diciendo.

El sexto hábito. La sinergia, menciona la colaboración creativa, es la sustancia del liderazgo transformador. Es la esencia de un trabajo en conjunto, que unifica y libera las más grandes energías del interior del sujeto. Los hábitos que se han examinado condicionan para crear el milagro de la sinergia que es

en aplicar en nuestras interacciones sociales a los principios de la cooperación creativa que nos enseña la naturaleza. La vida de familia facilita muchas oportunidades de analizar la sinergia y practicarla.

El séptimo hábito. Afile la sierra, menciona de la autor renovación equilibrada, que se refiere a observar y realzar el mayor bien que uno posee, lo que significa renovar las cuatro dimensiones de la naturaleza; la física, la espiritual, la mental y la socioemocional. Cuando se menciona afilar la sierra significa esencialmente en dar expresión a las cuatro dimensiones de nuestra naturaleza, regular y racionalmente, de manera sabia y equilibrada. Esa es la adquisición más poderosa que está al alcance en la vida de la inversión en nosotros mismos, en el único instrumento con que contamos para vivir y realizar nuestra aportación. El instrumento de las personas es su propia realización, y para ser efectivos se debe reconocer el valor de dedicar tiempo regularmente a afilar la sierra en las valoraciones que te da la vida.

Velázquez (2001) no considera que los hábitos se van formando repitiendo el mismo acto, ya que esto no es exacto, si fuese así, se estaría escribiendo con la misma torpeza, con la que se hizo la primera vez que le pusieron un lápiz a un niño en sus manos. La realidad es que el acto tiene que ir transformándose y perfeccionándose en el periodo en cual se está adquiriendo para que se vuelva un hábito, dentro de esto menciona 3 clases de hábitos que son; biológicos, motores y mentales.

El primer hábito es el biológico, porque se trata de la adaptación del organismo del cuerpo, adecuándose a las condiciones del medio ambiente, por el cual pasa por un proceso de aclimatación y llega a formarse como un hábito, por ejemplo; cuando me voy a un lugar donde hay mucho ruido para dormir, la temperatura ambiental donde me encuentro son elevadas, esto al cabo de unos días me habitué al momento que ya dejara de ser una molestia, porque se convirtió en hábito tener que acostumbrarme al ruido y a la temperatura de la ciudad.

El segundo hábito es el motor, se basa sobre los movimientos físicos que tenemos para poder realizar una acción de la vida cotidiana, como conducir, caminar hacia un lugar específico, escribir, tomar desayuno, etc.

El tercer hábito es el mental que se refiere a los conocimientos mentales que tengamos, como el calcular, memorizar, cumplir con obligaciones específicas como ir a la escuela o trabajar. Se vuelve un hábito mental porque es parte de la rutina y no necesitas que te lo estén repitiendo.

Todos estos hábitos se dividen en dos fases; el primero que es la formación, que se refiere a al periodo en el cual se va adquiriendo y la segunda fase es la de la estabilidad, es decir, después de adquirir ya se realiza con facilidad y de manera automática.

Wagele (2005) para los alumnos la experiencia de la escuela les resulta más atractiva si se les inscribe en algún club escolar o deporte, incentivando que es interesante y que puede satisfacer parte de sus necesidades para esto menciona tipos de hábitos.

Hábitos de estudio, los alumnos que son asertivos, pueden tener algunos problemas para desarrollar algunos hábitos, en ellos es más fácil asumir rutinas de tareas, el mejor momento se debe dar después del colegio. Los padres tienen que mostrarse claros y consistentes con las tareas que envía los profesores ya que se debe cumplir con las responsabilidades académicas, en un plazo determinado y sobretodo antes de que salgan a jugar.

Hábitos de conducta, los modales que acompañen a los niños tienen que ser de forma realista, si se espera una buena conducta, hay que enseñar e imponer firmemente su cumplimiento, esto permitirá que se integre en sociedad.

Hábitos de sueño y alimentación, para este hábito hay que a ver terminado una jornada cargada de actividades que permitan el cansancio. Es importante que se establezcan hábitos donde la pases bien antes de ir a dormir, con respecto a la alimentación se sabe que es primordial para la vida, sin embargo, hay muchos escolares que no tienen una buena alimentación, quizá por la rutina del colegio, siempre hay que enseñarle que el comer es un hábito esencial de la vida para poder rendir académicamente y físicamente.

### **2.2.2 Teoría Conductista**

Argos & Ezquerro (1999) la teoría conductista nace en un contexto social, racional, industrial, tecnológico y pragmático.

El aprendizaje, contribuye a la conducta es la respuesta de una última instancia de un resultado que tiene como antecedentes de unas necesidades o estímulos discriminativos como la campana de Pavlov o la luz de la caja de Skinner o también una pregunta que proporciona la emisión de una respuesta que puede ser de a través de una recompensa o un castigo.

Inteligencia y Personalidad; son principios básicos que se ponen a la formación de la personalidad en medio ambiente. En este sentido la inteligencia se traduce como habilidades aprendidas para una condición específica.

Consecuencias Educativas; tales principios están basados en la eficacia y la tecnología. Adquiriendo o modificando conductas, es decir hábitos y destrezas. Todo esto resalta en la influencia del profesor, convirtiendo la conducta en el éxito del alumno cuidando sus antecedentes y consecuentes.

-Los contenidos recomendados, definidos en habilidades, destrezas y hábitos. Relacionados con pautas de comportamiento para que se concrete la conducta manifestada.

-Los fines educativos tienen que ser objetivos operativos, concretando sus condiciones de evaluación. Se dirigen a que el alumno obtenga hábitos y competencias específicas ante su disposición.

-El profesor se caracteriza por ser un competente en métodos formativos. Donde plantea los objetivos activos y los pasos a través de los cuales el alumno va adquiriendo las habilidades necesarias. A demás controla, supervisa y da retroalimentación.

-El alumno es analizado a través de sus conductas, que son explicadas a través de su aprendizaje, cuyos mecanismos son los antecedentes y consecuentes de sus respuestas emitidas. A si su inteligencia se concreta en habilidades aprendidas ante situaciones constituidas.

### **2.2.3 Formación de Hábitos de Estudio**

Durante & Fábregas (1998) la formación de hábitos, ayudará a relacionarse con el entorno de manera más eficiente, con seguridad y autoconfianza. Para conseguir el camino de ser independiente, se lograra cuando se esté en un ambiente estimulante y natural, en un ambiente donde se pueda construir por si mi mismo el descubrimiento de adquirir nuevos hábitos. Esto también requiere una organización junto con el interés, a través de una didáctica activa. Los hábitos tienen que ver con el aprendizaje integral de la persona, no sólo a los hábitos de limpieza, orden y cortesía que son los que habitualmente se realizan, sino a una verdadera formación e interiorización de hábitos que permitan descubrir el propio trabajo sin obligación de que el profesor esté recordando a cada momento la forma precisa de hacer cada actividad, sino que se integre como parte del trabajo y juego diario que realizan los estudiantes.

Lorenzo & Cartagena (2003) en la educación secundaria el crear en los alumnos elementos básicos de cultura, afianzando en ellos los hábitos de estudio y trabajo que favorezcan el aprendizaje autónomo y el desarrollo de sus capacidades, ayudara a formándolos para que asuman deberes y ejerzan la incorporación de nuevos estudios posteriores. El desarrollar y consolidar los hábitos de estudio será una condición necesaria para realización eficaz de las tareas del aprendizaje y el desarrollo personal, buscando sentido en el equipo del trabajo y valorando la forma de pensar con respecto a los hábitos.

Pizzul (2013) la formación de los hábitos de estudio e investigación es misión fundamental en el ámbito académico. El cual se trata de enseñar métodos y crear hábitos de estudio para encontrarlos, esto es lo propio de la formación en los las escuelas. Pues los conocimientos con el tiempo se desactualizan y para incrementar hábitos de estudio es importante poseer métodos de investigación.

Uehara (2014) los hábitos de estudio se le van teniendo importancia a través de las experiencias adquiridas que se dan en una rutina cuando el alumno estudia, por ellos se recalca la edad y el horario de estudio que ya se han adquirido, por eso es importante planificarlo de manera personalizada, para que se logre el éxito es importante una buena comunicación entre padre y profesores que podrán dar alcances del desenvolvimiento académico del alumno. Cabe

resaltar que la constancia y la disciplina ayuda al establecimiento de los hábitos de estudio, fortaleciendo autonomía y desarrollo de su aprendizaje.

#### **2.2.4 Importancia de Hábitos de Estudio**

Kelly & Gonzalvo (1982) la importancia de promover hábitos radica en que la consecuencia del hábito es brindar al hombre, que tiene el permiso de trabajar a su manera, una preferencia a reaccionar y fácilmente en forma propia a una situación. El hábito es una prioridad muy importante y notable en la vida del hombre. Sin hábito sería complicado estudiar. Sin hábitos el hombre no podría aprovechar el valor de la experiencia. Sin hábito no podría haber desarrollo, pues todo lo que hace depende de lo que hizo primero. A través del desarrollo del hábito se logran habilidades didácticas. La grata acomodación a las situaciones en que el sujeto se encuentra a lo largo de su vida requiere de la toma de muchos hábitos. Cuanto más sea el número de hábitos deseable que posea, más eficiente será. El hábito es, pues, un estilo de vida, un modo de conducta y es muy necesario que el maestro de su valor.

Alonso (2005) da importancia en formar y fortalecer los hábitos en los alumnos que permitan acceder al aprendizaje de forma óptima y comprender la importancia que la educación genere los hábitos a las tareas de la vida. Inducir el aprendizaje en rutina cotidiana a través de los hábitos, es importante sistematizar un programa de apoyos gráficos para el desarrollo y la evaluación de los hábitos. Esto permitirá al alumno a tener conocimientos ya elaborados que faciliten un mejor rendimiento en su aprendizaje.

En la revista Yeip, en el art. 16. Indica que los hábitos de estudio son la mejor manera de predecir el éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria. Conociendo en los hábitos de estudio habilidad para aprender, esto se desarrolla paso a paso aprovechando a conseguir el mejor rendimiento en los años de formación académica, posibilitando la mejora de las perspectivas escolares y garantizando la prevención de dificultades en las áreas académicas, alcanzando la educación con garantías de triunfo. De esta manera la importancia de los hábitos de estudio son que aumente el rendimiento, potenciar habilidades y entender el trabajo académico aprendido en la escuela. La enseñanza del aprendizaje no solo ocurre en la escuela sino en cualquier otra

parte, en el cual se van desarrollando actitudes frente al aprendizaje y a tener un buen manejo del tiempo que permitirá realizar otras actividades, a su vez profundizando conocimientos poniéndolos en práctica, investigando y argumentando actividades realizadas el estudio se volverá más efectivo y agradable (Torres, Mancilla de Alba, & Aceves, 2012)

### **2.2.5 Factores que afectan los hábitos de estudio**

Castillo, Glapes, Corominas, Ramon, & Tubilleja (2006) La falta de técnica y de los hábitos de estudio de los que no saben estudiar es uno de los factores del fracaso escolar que está vinculado al propio alumno especialmente en las etapas medias y superiores de la escuela, es importante una enseñanza más metodológica en los centros educativos que ayude al alumno y faciliten el aprender a aprender. El esfuerzo que hace al intentar asimilar una materia que ni siquiera sabe cómo hacerlo, conduce a bajos resultados a pesar de su intensidad y motivación, llevando un desaliento en el estudiante. De ahí que convertir el estudio en hábitos de estudio es una estrategia importante en el estudio para conseguir el éxito académico. El estudio se ha de constituir como una tarea cotidiana, que requiera una práctica constante, que si no resulta reconfortante en alumno será complicado la creación de este hábito.

La influencia de los padres de familia o tutores es un factor externo que puede, quizás ser una influencia negativa, como llegar a ser una clave importante para el rendimiento académico, muchas veces estos padres no reconoce, ni acepta curso tras curso, las dificultades académicas, de comportamiento o de aprendizaje de sus hijos, negándose a poner estrategias para ayudarlos. Esto tiene que ver mucho si el alumno pasa mucho tiempo solo en casa, por el trabajo de los padres, que carecen del apoyo y presencia de un adulto que los guie y refuerce el hábito de estudio, tampoco se debe olvidar lo importante que son los padres dentro del desarrollo y construcción de sus visiones a futuro, tanto académicas o como laborales.

### **2.2.6 Características de Hábitos de estudio**

Brown, LeMay, & Bursten (2004) El aprendizaje requiere de muchos conceptos nuevos que ayuden en el desarrollo de habilidades analíticas en el

alumno, en el cual también existen diversas características que faciliten los hábitos de estudio para el desarrollo del aprendizaje académico. Dentro de estas características se menciona:

*No atrasarse*, apoyarse en material que le brinda el profesor para desarrollar ciertas actividades, como libros y hojas con tareas a realizar. Si se atrasa en la lectura y la resolución de problemas, será más complicado avanzar en temas actuales. Estudiar un día antes del examen es poco eficaz en aprender cualquier materia, ya que la retención de información no puede resultar si no entendió el tema y no cumplía con las tareas implantadas.

*Concentre su estudio*, muchas veces la cantidad de información adquirida en el curso puede parecer abrumadora, pero es indispensable reconocer la los conceptos y destrezas que son más importantes dentro del curso. Escuchar con cuidado y poner hincapié en las pautas que dice el profesor al momento de dar su clase. También se debe tomar notas a frases y conceptos que no conoce, pidiendo la explicación correspondiente, para que sea claro y preciso.

*Después de la clase lea con cuidado los temas tratados en clase*, es probable que tenga que repasarlo nuevamente para dominar mejor el tema. Es necesario que se concentre en conceptos y ejercicios aplicados dentro de la clase, esto ayudara a recordar con más constancia los conceptos o ejercicios realizados en clase.

### **2.2.7 Factores que Intervienen en los hábitos de estudio**

Lopez (2006) considera que los factores que influyen en la formación de hábitos de estudio son dos: los factores ambientales, donde los seres humanos condicionan su comportamiento y los factores internos donde se encuentra el estado de cómo se encuentra el alumno, nada se puede hacer sin un ambiente apto, ni nada podemos hacer con una persona que no quiere estudiar.

#### **Factores Ambientales**

García (2004) aprender es un largo proceso a través del cual el alumno va reestructurando su conocimiento a partir que lleva actividades a cabo. Este proceso es básico para una autonomía personal que le permita planificar y

regular, su propia acción donde los hábitos de estudio juegan un papel muy importante, es por ello que menciona diversos factores ambientales que intervienen en el estudio.

- A) Lugar de estudio. El lugar de estudio ha de ser el más Tranquilo de la casa sin que haya ningún ruido, un lugar acogedor donde se pueda concentrar.
- B) Mesa y silla, la mesa debe ser suficientemente amplia como para poder poner en ella todo el material necesario. La silla debe ser cómoda y con el respaldo recto, un sofá no sería una buena opción ya que puede provocar un exceso de comodidad y provoque disminución de concentración y sueño.
- C) Iluminación, situarse lo más cerca a la ventana. La luz natural es mejor que la artificial, la luz debe entrar por el lado izquierdo del lado por donde se escribe.
- D) Temperatura, la ideal es de 20° grados, se ha de tener cuidado con fugas de gas o habitaciones cerradas ya que reduce el oxígeno y genera dolor de cabeza.
- E) Ruido y música, ha de evitar todo lo que provoque distraer la atención como la televisión y la música muy fuerte, ya que puede dificultar tu nivel de concentración y te resulte más difíciles. Se puede usar música de fondo cuando sean trabajos manuales.
- F) Distancia de los ojos, no acercarse mucho cuando se lee, lo ideal es a unos 30cm.
- G) Postura corporal, es importante que se mantenga la espalda recta, con una pequeña inclinación en la cabeza.
- H) Alimentación, una alimentación equilibrada ayuda a mantenerse en forma, un almuerzo pesado o abundante, puede provocar impaciencia o dolor abdominal que no permite la concentración, si se come de manera ligera y equilibrada ayudara a estar motivado y concentrado.

### **Factores internos**

Alzamora (2007) los factores internos se relacionan con el aspecto psicofísico de la persona, ya que está comprobado que un estudiante de buena salud, rinde mejor, agregando a ello la actitud positiva, teniendo disciplina, organización personal y manejando el tiempo suficiente, para poder concentrarse de manera física y mentalmente. Dentro de estos factores tenemos:

*Actitud*, son estados emocionales que pueden variar de acuerdo a la maduración y experiencias del alumno en una situación determinada. Todo dependerá de la cantidad y calidad de esfuerzo en la que se ponga a trabajar de forma positiva. La actitud está en demostrar en lo que te propongas hacer, tener la curiosidad del descubrimiento de aprender, y corregir errores. Ya que estas no son estáticas y se pueden modificar, es por ello el alumno puede tener una inclinación a un modelo a seguir.

*La motivación*. Es un principal factores que explica el éxito en el aprendizaje, la motivación está relacionada con la actitud, que significa el deseo de hacer algo correctamente, impulsado por la fuerza de la voluntad y que para aprender se necesita de una razón para estudiar, un sentido, un motivo, como señala, la motivación es el impulso del alumno en su ámbito escolar. (Bernal M. E., 2003) Menciona cuando el alumno está motivado por la experiencia escolar, aprende a aceptar las exigencias de esta etapa con facilidad, si las personas significativas para ellos aportan comentarios positivos frente a sus actividades escolares generaran una buena relación con la institución. Una vez lograda esta motivación, será más fácil crear hábitos de estudio, relacionados a la lectura, trabajos académicos y tareas.

### **2.3 Definiciones Conceptuales**

Vicuña (2005) menciona que un hábito es un ejemplo conductual aprendido que se exhibe mecánicamente ante situaciones determinadas generalmente, de tipo rutinarias, donde el sujeto ya no tienen que pensar, ni decidir sobre la forma de actuar (Clark L Hull 1966) en función al número de apoyo que las conductas hallan recibido, desenvuelven diferentes niveles de potencia excitatorio, las de mayor intensidad será las primeras en presentarse debido a que reciben menor tendencia inhibitoria.

Martínez & Pérez (1997) Dice que los hábitos de estudio son experiencias constante de las mismas tareas; se requiere de actividades cotidianas, las cuales serán con el transcurrir del tiempo un hábito emotivo siempre y cuando sean asumidas con compromiso, educación y orden.

Giménez & Gonzáles (2004) “Se entiende por hábito y técnicas de estudio al conjunto de trucos, recursos y procedimientos que posibilitan un aprendizaje del alumno más activo, estipulante, rápido y eficiente”.

Para la Real Academia Española 2014, define como Hábito, al modo especial de proceder o conducirse, adquirido por una repetición de actos iguales o semejantes u originados por tendencias involuntarias.

Góngora (2008) Un hábito es cualquier acto obtenido por la práctica, realizado regular y automático. Es una destreza o costumbre que se realiza con frecuencia. Los antiguos filósofos decían que el hábito es una "segunda naturaleza"; eso significa que la naturaleza del hombre se mejora o empeora, se perfecciona o se ofende, con el hábito.

Canno, Rubio, & Serrat (2010) Menciona que “los hábitos de estudio incluyen técnicas y actitudes que, aplicadas de forma sistemática y continua, favorecen el aprendizaje. Se trata de estrategias que aunque, no han formado parte de los planes de estudio, son de vital importancia para la formación porque mejoran el rendimiento (...) Los hábitos van cambiando durante la vida escolar y académica porque cada alumno se adapta a las necesidades del momento en función al contenido, del nivel de dificultad de los estudios y de la motivación personal y del tiempo que disponga.”

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1 Tipo y diseño utilizado**

La presente investigación es de tipo descriptivo porque define y recoge datos sobre diversos aspectos de una investigación donde no hay manejo de variable, ya que estas se percibe y se describen tal como se presentan en su ambiente natural. Best (1982) comprende la descripción, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición de procesos de los fenómenos. El enfoque se hace sobre la conclusión dominante o sobre como una persona, grupo o cosa se conduce o funciona en el presente, trabajando sobre realidades de hechos y de características fundamentales para una interpretación correcta.

El diseño de la investigación es no experimental ya que es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es decir, es investigación donde no se hace variar intencionalmente la variable lo que se hace es observar situaciones ya existentes, no provocadas intencionalmente por el investigador. Estos fenómenos son tal y como se dan en su contexto natural, para después ser estudiados.

#### **3.2 Población y muestra**

##### **Población:**

La población de estudio está constituida 45 alumnos, con ambos sexos, 29 hombres y 16 mujeres, en los rango de edades de 12 a 14 años y en diferentes grados de segundo y tercero de secundaria de la I.E “El Universo de Cesar Vallejo”- Pachacamac.

##### **Muestra:**

El tipo de muestreo es censal pues se seleccionó el 100% de la población, al considerar toda la población que conforma el segundo y tercer grado de secundaria de la Institución educativa “El Universo de Cesar Vallejo” Pachacamac. (Pérez, 2010) consiste en recabar información sobre ciertas

características de todos y cada uno de los elementos que componen la población seleccionada.

### **3.3 Identificación de la variable y su Operacionalización**

La variable a estudiar es la de hábitos de estudio que tiene como objetivo identificar aquellos elementos útiles e inadecuados que afecten el comportamiento académico del alumno en la institución educativa. Su operacionalización es de un patrón aprendido que se presenta en la labor escolar, esto va implicar la organización del alumno en el tiempo y espacio para el desarrollo de los hábitos de estudio aplicados en la realización de sus actividades escolares tanto en la escuela como en el hogar y la conducta frente al estudio.

Tabla 1. Operacionalización de la variable “hábitos de estudio” mediante el instrumento Inventario de Hábitos De Estudio” CASM-85 (Luis Vicuña Peri) revisado el 2005

VARIABLE	DIMENSIONES	PESO	N° DE ITEMS	INDICADORES	ESCALA DE VALORES	
Hábitos de Estudio Luis Vicuña Peri (1998) “Un hábito es un patrón conductual aprendido que se presenta mecánicamente ante situaciones específicas generalmente, de tipo rutinarias, donde el individuo ya no tienen que pensar, ni decidir sobre la forma de actuar” Martínez & Pérez (1997) Dice que los hábitos de estudio son experiencias constante de las mismas tareas; se requiere de actividades cotidianas, las cuales serán con el transcurrir del tiempo un hábito emotivo siempre y cuando sean asumidas con compromiso, educación y orden.	¿Cómo estudia? Método empleado para aprender y retener la información	23%	12	(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 y 12)	Muy Positivo	
					Positivo	
						Tendencia (+)
						Tendencia (-)
						Negativo
	¿Cómo hace sus tareas? Son conductas que nos permiten conocer el comportamiento de los alumnos al realizar en sus casas las tareas que se les envía.	19%	10	(13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22)	Muy Negativo	
						Muy Positivo
						Positivo
						Tendencia (+)
						Tendencia (-)
						Negativo
						Muy Negativo
	¿Cómo prepara sus exámenes? El alumno tiene que saber los contenidos a estudiar de ahí tendrá que poner en práctica una serie de técnicas de estudio que facilite su preparación.	21%	11	(23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32 y 33)	Muy Positivo	
						Positivo
						Tendencia (+)
						Tendencia (-)
						Negativo
						Muy Negativo
	¿Cómo escucha sus clases? Acción reflexiva que favorece el crecimiento intelectual y que permite conocer qué acciones realiza el estudiante durante las clases.	22%	12	(34, 35, 36, 37, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44 y 45)	Muy Positivo	
						Positivo
					Tendencia (+)	
					Tendencia (-)	
					Negativo	
					Muy Positivo	
¿Qué acompaña sus momentos de estudio? Son las situaciones que el estudiante realiza durante el estudio y que influyen el desarrollo del estudio.	16%	8	(46, 47, 48, 49, 50, 51, 52 y 53)	Muy Positivo		
					Positivo	
					Tendencia (+)	
					Tendencia (-)	
					Negativo	
					Muy Positivo	
		100%				

### 3.4 Técnica e instrumento de evaluación y diagnóstico

La Técnica de recolección de datos para su evaluación será la del inventario de estudio- CASM 85, este inventario evalúa las formas como un sujeto estudia, permitiendo identificar si tales formas son adecuada. El tiempo

promedio es de 15 a 20 minutos. El inventario de hábitos de estudio está conformado por 53 ítems agrupados en 5 áreas.

## **FICHA TÉCNICA**

Nombre: Inventario de Hábitos de estudio CASM-85. Revisión 2005

Autor: Luis Alberto Vicuña Peri

Año: 1985, Revisiones, años: 1998,2005.

Administración: Colectiva e individual.

Duración: 15 a 20 minutos (aprox.)

Objetivo: Medición y Diagnostico de los Hábitos de Estudio de alumnos de educación secundaria y de los primeros años de la universidad y/o institutos superiores.

Tipo de Ítem: Cerrado dicotómico.

Tipificación: Baremos dispersigráfico de conversión de puntuaciones directas a categorías de hábitos de estudio obtenidos con una muestra de 920 estudiantes de Lima Metropolitana e ingresantes universitarios y revisada en el 2005.

## **CARACTERÍSTICAS DEL CUESTIONARIO**

Está constituido por 53 ítems distribuidos en 5 áreas que a continuación se detallan.

Área I.- ¿Cómo estudia usted?

Constituida por 12 ítems.

Área II.- ¿Cómo hace sus tareas?

Cuenta con 10 ítems.

Área III.- ¿Cómo prepara sus exámenes?

Tienes 11 ítems.

Área IV.- ¿Cómo escucha las clases?

Cuenta con 12 ítems.

Área V.- ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?

Incluye 8 ítems.

## **ADMINISTRACIÓN**

Para la administración de la prueba es necesario poner énfasis en el modo como debe de contestar el sujeto, se debe tener en cuenta que las respuestas deben ser de acuerdo a lo que el examinador hace en la actualidad para estudiar y no de la forma como debería o como lo hacen otras personas. Al extremo de cada enunciado hay dos círculos en los cuales el sujeto marcara con una "X" en la columna que identifica su modo de estudiar, ya sea en la columna de SIEMPRE o la de NUNCA. Lo más importante es que no deje ningún enunciado sin contestar.

## **CALIFICACIÓN**

Las respuestas se califican dicotómicamente: uno (1) y cero (0). Una vez que el sujeto haya terminado de contestar, se califica el inventario colocando un punto a las respuestas que son apreciados como hábitos apropiados de estudio, y con cero a las respuestas emitidas por los estudiantes que denotan hábitos inadecuados de estudio. Estos resultados se colocan en la columna de puntaje directo (PD) para luego desarrollar la sumatoria total de la prueba y ubicar al individuo en la escala correspondiente, según el Baremo Dispercigráfico.

Tabla 2. Baremos Dispercigráfico

ITEM	SIEMPRE	NUNCA	ITEM	SIEMPRE	NUNCA
1	1	0	28	0	1
2	1	0	29	0	1
3	1	0	30	0	1
4	1	0	31	1	0
5	1	0	32	0	1
6	1	0	33	0	1
7	0	1	34	0	1
8	0	1	35	1	0
9	1	0	36	1	0
10	0	1	37	1	0
11	1	0	38	0	1
12	0	1	39	0	1
13	0	1	40	0	1
14	1	0	41	0	1
15	0	1	42	0	1
16	0	1	43	0	1
17	0	1	44	0	1
18	0	1	45	0	1
19	0	1	46	0	1
20	0	1	47	0	1
21	0	1	48	1	0
22	1	0	49	0	1
23	1	0	50	0	1
24	0	1	51	0	1
25	0	1	52	0	1
26	0	1	53	0	1
27	0	1			

## JUSTIFICACIÓN ESTADÍSTICA

### *La Muestra*

Es probabilística estratificada en base al grado académico al 0.05 de riesgo de fallo, en la precisión del mínimo es necesario que el sujeto sea indispensable para encontrar discriminación de las respuestas que polaricen hacia la tendencia + o - para la cual se fijó los valores proporcionales de respuesta entre 0.80 a 0.70 y/o entre 0.40 a 0.30; siendo necesario 145 sujetos, tamaño muestral al que se le agrego un 10 % en previsión a la posible disminución de la muestra debido a que no faltan examinados que por razones no verificadas devuelven protocolos débiles. De esta manera la muestra acabo establecida por 160 estudiantes distribuidos de la forma siguiente.

Tabla 3. Distribución de la muestra estrato cantidad porciento

<b>ESTRATO</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>%</b>
Estudiantes del 1ro al 5to de Secundaria.	120	75
Estudiantes Ingresantes a La Universidad.	40	25
Muestra Total	160	100

## ANÁLISIS DE ITEMS

Se realizó en dos etapas, la primera con el propósito de seleccionar de las 120 conductas comunican poner en acción cuando estudian, solo aquellas que significativamente polarizan, y la segunda etapa para decidir la administración de la solución que será apta como adecuada.

Para la **primera etapa**, una vez aplicado el inventario, la muestra intencionalmente fue categorizada en base al rendimiento académico en dos grupos: el primero estuvo conformado por estudiantes con alto rendimiento académico y el otro por estudiantes con bajo rendimiento académico; para lo cual se usó como norma de clasificación los cuartiles de modo que los primeros permanecieron comprendidos dentro del cuartil 3 y el segundo grupo dentro del

cuartil 1, luego se tabuló las respuestas <<SI>> para cada ítems de esta manera se obtendría las proporciones establecidos con el criterio y continuamente que la proporción parta de igual o el mínimo de 0.42 o también igual o mayor de 0.58. En estos casos se retiene el ítems por la siguiente razón: la desigualdad de proposiciones para 0.42 y 0.58 es igual a 0.16 con un error estándar de 0.08 que arroja una razón de diferencia de proporciones igual a 2 que para 78 grados de libertad al 0.05 la importancia teórica para pruebas de dos límites es igual a 1.99 por tanto el margen de diferencia es significativo. Con este principio de los 120 complejos conductuales quedaron eliminados 67 ítems, debido a ello solo quedaron 53 ítems.

En la **segunda etapa**, con estos 53 ítems se pasa a darle la dirección de adecuado o positivo y de inadecuado o negativo, para tal fin se ha utilizado el criterio de discriminación del ítems para lo cual la elección de la respuesta como adecuada o inadecuada debe partir de la denominación de elección de los evaluados, así, una respuesta a un ítem será apreciada como positiva si corresponde significativamente al grupo de alto rendimiento académico, y será negativa si corresponde significativamente al grupo de bajo rendimiento académico. Para esta finalidad se tabularon las respuestas en SIEMPRE dadas por los individuos de alto y bajo rendimiento académico. Luego mediante el raciocinio crítico de proporciones se procedió a decidir la dirección de respuestas del modo siguiente, si la diferencia es significativa, siendo mayor el porcentaje para el grupo de alto rendimiento académico en la modalidad de SIEMPRE se considera como HABITO POSITIVO y se puntúa con 1; si por el contrario el porcentaje es significativamente mayor en el grupo de bajo rendimiento académico se considera como HABITO INADECUADO y se puntúa con 0; nótese que el hábito se valora como positivo si porcentualmente corresponde al grupo de alto rendimiento y a la inversa si corresponde al grupo de bajo rendimiento académico. De este riguroso análisis de ítems se tiene la finalmente un listado de hábitos que distinguen significativamente cuya dirección de positivo y negativo está determinado según correspondan a los estudiantes con alto y bajo rendimiento académico, cuando se descarta a la inteligencia como una variable influyente según el test de madurez mental de california escala intermedia donde todos los sujetos muestrales estuvieron incluidos entre un CI de 100 hasta 117,

correspondientes a las categorías de inteligencia: NORMAL Y NORMAL SUPERIOR.

## **LA VALIDEZ**

La comprobación de que el inventario realiza la medición de los hábitos de estudio fue en primer instante intervenir en el análisis de ítems que proceden de 120 emociones conductuales que los estudiantes comunican practicar cuando estudian, reconociendo que es lo que limita y les resulta difícil renovar, este listado se puso a apreciación de un grupo de estudiantes a razón de 20 por cada grado incluyendo a alumnos universitarios de los primeros ciclos, con el propósito de verificar si era comprendido de la misma manera, una vez verificada la existencia de dificultad semántica se elaboró el inventario con las opciones SIEMPRE, NUNCA y se aplicó a 160 estudiantes de los cuales serían categorizados en base a su rendimiento académico en dos grupos, uno de alto y otro de bajo, los primeros estarían comprendidos dentro del cuartil tres y el segundos dentro del cuartil 1. Resultando discriminativo el contenido del inventario deja evaluar técnicas de estudio y de trabajo académico, para ratificar la validez de contenido, así mismo se puso en prueba mediante las siguientes hipótesis:

Si el inventario evalúa hábitos positivo y negativos, entonces los evaluados de alto rendimiento académico tienen que mostrar en promedio un número significativamente mayor positivamente respecto a los estudiantes con un nivel bajo.

Para aclarar la primera posibilidad; que presupone que los estudiantes de alto rendimiento académico deberían diferir de los estudiantes de bajo rendimiento, se procedió a determinar la valorización de promedios de los hábitos adecuados para cada área del inventario total las que fueron contrastadas mediante la razón crítica de desigualdad de medias.

Para la segunda posibilidad; se supone que los estudiantes ubicados en la categoría de hábitos positivos, presentan un promedio en el rendimiento académico significadamente mayor que los alumnos ubicados en la categoría de hábitos negativos.

En la revisión 2005, el resultado de correlación entre el rendimiento académico escolar con los hábitos de estudio en una muestra de 920 hemos encontrado un coeficiente de 0.80, que arroja un valor T de 30.35 muy significativa aun para el 0.01 de error cuyo índice de eficiencia predictiva de 63.97% de una variable sobre la otra.

## LA CONFIABILIDAD

Para establecer el grado de constancia y precisión de la medición se sometió al inventario al análisis de las mitades, y al análisis de la consistencia interna de las varianzas de los ítems con el total de la varianza de cada escala y del inventario y la correlación intertest y test total, que a continuación detallamos:

Según el métodos de las mitades, debemos entender que si cada escala o área del inventario y este en su totalidad contiene ítems que identifican a patrones de conducta estables deben relacionarse entre sus partes; para tal fin se correlacionó los valores de los ítems impares con los ítems pares, mediante el coeficiente profético de Spearman Bron (R), obteniéndose los siguientes resultados:

Tabla 4. Coeficientes de confiabilidad por el método de las mitades para cada área y del inventario total

ÁREA	R	R
I	0.50	0.67
II	0.45	0.58
II	0.48	0.65
IV	0.48	0.65
V	0.38	0.47
TOTAL	0.75	0.86

Según la tabla N° 4 el coeficiente total indica que el inventario presenta alta confiabilidad, y en todos los casos los valores de r son significativos al 0.01.

Luego, utilizando la ecuación de Kuder - Richardson se calculó la consistencia interna para establecer la relación entre cada ítem con el resultado

total de cada área y asimismo para todo el instrumento de esta manera se estará en la condición de establecer si los ítems se aproximan a la varianza máxima discriminación así el comportamiento de cada ítems respecto a los subtotales y total general habiéndose encontrado:

Tabla 5. Confiabilidad por consistencia interna

<b>ÁREA</b>	<b>r 11</b>
I	0.94
II	0.98
III	0.98
IV	0.98
V	0.99
<b>TOTAL</b>	<b>0.97</b>

Obsérvese en la tabla N° 5 que todos los coeficientes indican excelentes confiabilidad por consistencia interna.

En la revisión 1998 con una muestra de 769 alumnos de los dos géneros pertenecientes a centros de instrucciones secundaria y el primer año de instrucción superior se ha determinado la confiabilidad del inventario de Hábitos de Estudios por el método del test - retest con un intervalo de tres meses entre la primera y segunda aplicación , correlacionando ambos resultados que a continuación se produce en el podrá observar que todas las áreas y el inventario total cuenta con superiores coeficientes de confiabilidad, lo que indica que el inventario puede continuar su uso para fines de su valoración y a partir de ello la realización de programas correctivos.

Tabla 6. Confiabilidad por el método del test – retest obtenida con una muestra de 760 estudiantes del nivel secundario y universitario de la ciudad de Lima

ÁREA	R	Índice de fiabilidad
I	0.95	0.97
II	0.96	0.98
III	0.98	0.99
IV	0.98	0.98
V	0.92	0.96
<b>Total</b>	<b>0.97</b>	<b>0.98</b>

Finalmente, para examinar el grado de correlación de cada área y por tanto verificar si todas ellas son o no parte de lo evaluado se efectúa la correlación intertest y es total, mediante el coeficiente r de Pearson y se calculó la valoración de T de significación de r al 0.01 para 158° de libertad es de 2.58° de libertad cuyo límite de seguridad para negar la ausencia de relación es de 2.58; los resultados fueron los siguientes:

Tabla 7. Coeficiente de confiabilidad intertest y test total

	II	III	IV	V	TOTAL	g.l.	t al 0.01
	r	0.57	0.65	0.42	0.28	0.61	
<b>I</b>	t	5.28	6.51	3.52	3.67	9.68	158 2.58
	r		0.61	0.48	0.35	0.79	
<b>II</b>	t		9.68	6.88	4.69	16.19	158 2.58
	r			0.69	0.25	0.85	
<b>III</b>	t			7.38	2.60	20.28	158 2.58
	r				0.31	0.85	
<b>IV</b>	t				1.09	19.49	158 2.58
	r					0.50	
<b>V</b>	t					7.25	158 2.58

Se observa en la tabla N° 7 que todos los subtest presentan correlaciones significativas por tanto, todas las áreas son parte de la variable estudiada.

En la revisión 2005 con una muestra de 920 escolares de ambos sexos pertenecientes a colegios de instrucción secundaria y por estudiantes que cursa el primer ciclo de instrucción superior, se ha revisado la confiabilidad del inventario de hábitos de estudio por el método del test –retest con un intervalo de tres meses entre la primera y segunda aplicación, correlacionando ambos resultados con el coeficiente de Pearson, encontrado los resultados que a continuación se producen:

Tabla 8. Confiabilidad por el método del test –restes obtenida con una muestra de 920 estudiantes del nivel secundario y universitario de la ciudad de lima 2005

ÁREA	R	Índice de fiabilidad
I	0.97	0.98
II	0.96	0.98
III	0.98	0.99
IV	0.97	0.98
V	0.94	0.97
<b>TOTAL</b>	<b>0.97</b>	<b>0.98</b>

Finalmente, para estudiar el grado de relación de cada área y por tanto comprobar si todas ellas son o no parte de lo evaluado se efectúa la correlación intertest y test total, mediante el coeficiente de r de Pearson y se calculó el valor del t de significación R al 0.01 para 158 grados de libertad cuyo límite de confianza para rechazar la ausencia de relación es de 2.58; los resultados fueron los siguientes:

Tabla 9. Coeficiente de confiabilidad inter-test y test total

	II	III	IV	V	TOTAL	g.l.	t al 0.01
	r	0.57	0.65	0.42	0.28	0.61	
I	t	22.14	25.91	14.02	8.84	23.32	918 2.58
	r		0.61	0.48	0.35	0.79	918 2.58
II	t		23.32	16.58	11.32	39.04	
	r			0.69	0.25	0.85	
III	t			28.88	7.82	48.89	918 2.58
	r				0.31	0.84	
IV	t				9.88	46.91	918 2.58
	r					0.50	
V	t					17.49	918 2.58

Se observa que en la tabla N°9 todos los subtest presentan correlaciones significativas por tanto, se deduce que las áreas exploradas son parte de la variable estudiada.

## **NORMAS INTERPRETATIVAS**

### ***INTERPRETACION***

Las puntuaciones obtenidas para cada área y de todo el Inventario pueden trasladarse al siguiente BAREMO DISPERCIGRÁFICO, para los estudiantes del nivel secundario como para los de inicio de ciclos de Universidad; ya que en las contrastaciones transversales en representación a los grados de estudio no ha encontrado diferencias significativas en promedios de hábitos; lo que deja percibir que el ejemplo de conducta respecto al estudio adquiridas durante la primaria, son fortalecidas en el camino de la secundaria y mantienen cuanto menos en los primeros ciclos de la Universidad, la variación de éstos o su continuación es materia de cercana investigación, entre tanto la media aritmética total es el preferible estimador de los alumnos del nivel secundario entrantes a la Universidad.

En el Baremo Dispercigráfico; los números que aparecen en el interior pertenecen a la puntuación directa, distribuidas en categorías para lo cual las

puntuaciones fueron modificadas en puntuaciones Z y después convertidas a Puntajes total con una media de 50 y una desviación estándar de 10.

En la revisión 2005, efectuada con una muestra de 920 estudiantes, de manera análoga a la revisión efectuada en 1998 con 769 estudiantes del nivel secundaria y primer año de la universidad, se ha encontrado diferencias irrelevantes respecto a los valores de 1985, así mismo, en la variable sexo, no plantea diferencias en los hábitos de estudio tanto en el conjunto como por áreas, por tal motivo se mantiene de la misma norma.

Los alumnos que se ubican en la categoría **MUY POSITIVO**, indica que poseen hábitos de estudio definitivamente positivo o adecuado, teniendo en su procedimiento de estudio un soporte efectivo en el proceso del aprendizaje académico.

Los estudiantes que se ubican en la categoría **POSITIVO**, poseen en forma importante un mayor número de hábitos apropiado de estudio, pero hay algunas de recoger la información y de trabajo que deberán ser corregidas.

Los estudiantes que se ubican en la categoría **TENDENCIA POSITIVO**, siendo significativamente en sus hábitos distintos a los estudiantes que tienen bajo rendimiento escolar no obstante poseen técnica y formas de coger información que compliquen un mejor resultado académico siendo necesario revisar sus hábitos de estudio con puntuación 0, y decidir la corrección duradera.

Los que se ubican en la categoría **NEGATIVO**, indica que el número de hábitos de inadecuados corresponde a los alumnos de bajo rendimiento académico, que siendo de inteligencia normal alta, sin embargo sus técnicas y formas habituales de coger información y hacer los trabajos le impiden mayor eficiencia que podría conseguir si reparara que sus hábitos son los que hoy debe corregir.

Los estudiantes que se sitúan en la categoría **MUY NEGATIVA**, definitivamente corren el riesgo de fracasar en los estudios, no por la falta de capacidad intelectual, sino porque no tienen métodos apropiados, dejándose arrastrar por los impulsos momentáneos con la idea de alcanzar el éxito cuando se lo propongan, tal vez esto nunca ocurra, mientras se mantengan a la espera

pasiva, cambiara si hoy decide asumir guiándose por los ítems del inventario con la calificación cero (0) para desarrollar hábitos de estudio y técnicas opuestas a las que ahora practica y que en un corto tiempo su esfuerzo es largamente recompensado, desarrollando simultáneamente un sentimiento de capacidad y saborear el triunfo.

Tabla 10. Baremos dispersigráfico de conversión de puntuaciones directas a categorías de hábitos.

#### PUNTUACIONES DIRECTAS

<b>CATEGORIAS</b>	<b>I</b>	<b>II</b>	<b>III</b>	<b>IV</b>	<b>V</b>	<b>TOTAL</b>	<b>Puntaje T</b>
<b>Muy Positivo</b>	10-12	10	11	10-12	7-8	44-53	71-80
<b>Positivo</b>	8-9	8-9	9-10	8-9	6	36-43	61-70
<b>Tendencia (+)</b>	5-7	6-7	7-8	6-7	5	28-35	51-60
<b>Tendencia (-)</b>	3-4	3-5	4-6	4-5	4	18-27	41-50
<b>Negativo</b>	1-2	1-2	2-3	2-3	1-3	9-17	31-40
<b>Muy Negativo</b>	0	0	0-1	0-1	0	0-8	20-30
<b>ÁREAS</b>	I	II	III	IV	V	TOTAL	
<b>MEDIA</b>	4.86	5.05	5.95	5.51	3.93	26.91	
<b>DESV. STAN</b>	1.83	1.74	1.97	1.72	1.90	6.28	

## CAPITULO IV

### PRESENTACIÓN, PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

#### 4.1. Procesamiento de los resultados

Una vez reunida la información se procedió a:

- Tabular información, codificarla y transferida a una base de datos computarizada (SPSS, 24).
- Se determinó la distribución de las frecuencias y la incidencia participativa (porcentajes), de los datos del instrumento de investigación.
- Se aplicaron las siguientes técnicas estadísticas.

Valor máximo y mínimo

Media aritmética:

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{n}$$

#### 4.2 Presentación de los resultados

Tabla 11. Medidas estadísticas descriptivas de la variable de investigación hábitos de estudio.

<b>Estadísticos</b>		
Puntaje Total		
N	Válido	45
	Perdidos	0
	Media	27,98
	Mínimo	13
	Máximo	49

El estudio realizado a 45 alumnos, sobre hábitos de estudio tiene como interpretación los siguientes datos:

Una media de 27,98 que se categoriza como "Media".

Un valor mínimo de 13 que se categoriza como “Muy Negativo”.

Un valor máximo de 49 que se categoriza como “Muy Positivo” el hábito de estudio.

Tabla 12. Medidas estadísticas descriptivas de los factores pertenecientes a hábitos de estudio.

<b>Estadísticos</b>					
	<b>Área I</b> ¿Cómo estudia usted?	<b>Área II</b> ¿Cómo hace sus tareas?	<b>Área III</b> ¿Cómo prepara sus exámenes ?	<b>Área IV</b> ¿Cómo escucha las clases?	<b>Área v</b> ¿Qué acompaña sus momentos de estudio?
Media	4,52	6,13	6,13	6,60	4,49
Mínimo	1	1	2	2	0
Máximo	12	10	11	11	8

En las áreas que abarcan hábitos de estudio podemos observar los siguientes resultados:

En el área ¿Cómo estudia Usted? se puede observar:

- Una media de 4,52 que vendría a categorizarse como “Media”.
- Un mínimo de 1 que vendría a categorizarse como “Muy Negativo”.
- Un máximo de 12 que vendría a categorizarse como “Muy Positivo”.

En el área ¿Cómo haces sus tareas? se puede observar:

- Una media de 6,13 que vendría a categorizarse como “Media”.
- Un mínimo de 1 que vendría a categorizarse como “Muy Negativo”.
- Un máximo de 10 que vendría a categorizarse como “Muy Positivo”.

En el área ¿Cómo prepara sus exámenes? se puede observar:

- Una media de 6,13 que vendría a categorizarse como “Media”.
- Un mínimo de 2 que vendría a categorizarse como “Muy Negativo”.
- Un máximo de 11 que vendría a categorizarse como “Muy Positivo”.

En el área ¿Cómo escucha las clases? se puede observar:

- Una media de 6,60 que vendría a categorizarse como “Media”.
- Un mínimo de 2 que vendría a categorizarse como “Muy Negativo”.
- Un máximo de 11 que vendría a categorizarse como “Muy Positivo”.

En el área ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? se puede observar:

- Una media de 4,49 que vendría a categorizarse como “Media”.
- Un mínimo de 0 que vendría a categorizarse como “Muy Negativo”.
- Un máximo de 8 que vendría a categorizarse como “Muy Positivo”.

En relación a los resultados ya mencionados, a continuación daremos una Vista a las tablas estadísticas para poder observar el alto índice, referente a las categorías de hábitos de estudio y sus respectivos factores.

Tabla 13.Frecuencia de acuerdo a la tendencia de hábitos de estudio.

	Frecuencia	Porcentaje
Muy Negativo	1	2,22 %
Negativo	6	13,33 %
Tendencia (-)	15	33,33 %
Tendencia (+)	15	33,33 %
Positivo	6	13,33 %
Muy Positivo	2	4,44 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

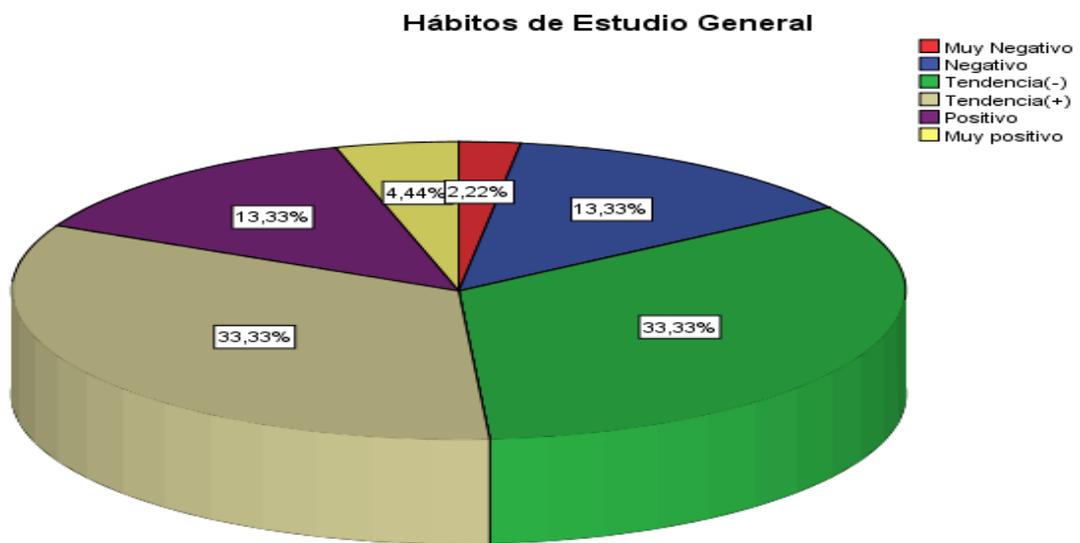


Figura 1. Resultados de hábitos de estudio

– Comentario:

Los resultados obtenidos sobre hábitos de estudio general predominan dos categorías:

- 33,33% Tendencia(-)
- 33,33% Tendencia(+)

Tabla 14. Frecuencia de la dimensión 1

	Frecuencia	Porcentaje
Muy Negativo	1	2,22 %
Negativo	8	17,78 %
Tendencia (-)	15	33,33 %
Tendencia (+)	18	40,00 %
Positivo	1	2,22 %
Muy Positivo	2	4,44 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

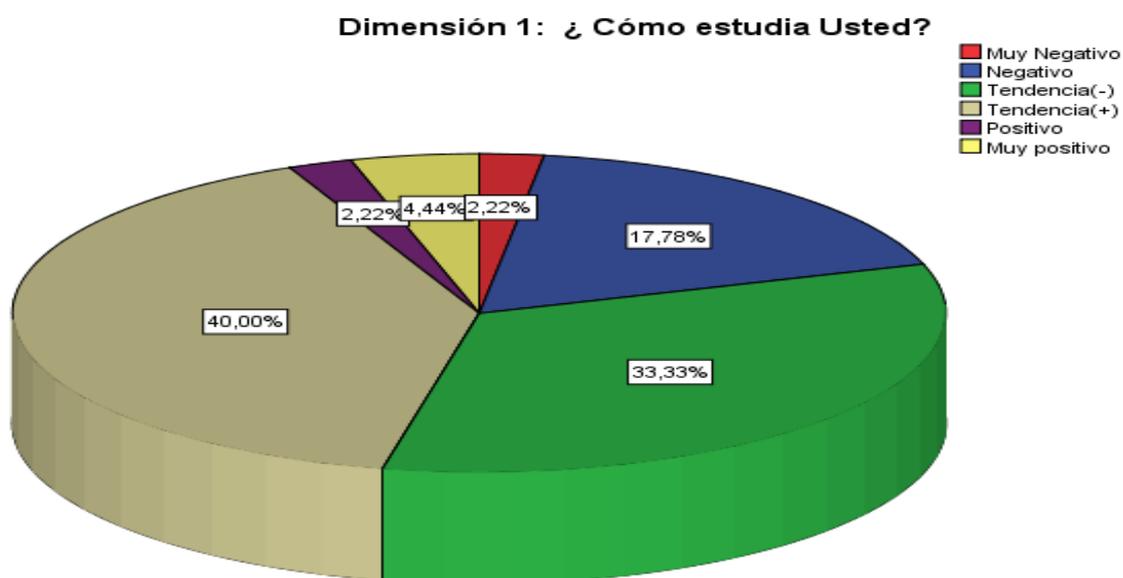


Figura 2. Resultados de ¿Cómo estudia usted? Como área I de hábitos de estudio.

– Comentario:

El nivel de Cómo estudia usted se considera los siguientes resultados:

- 40,00% Tendencia (+)
- 2,22% Muy negativo

Tabla 15. Frecuencia de la dimensión 2

	Frecuencia	Porcentaje
Negativo	2	4,44 %
Tendencia (-)	16	35,56 %
Tendencia (+)	9	20,00 %
Positivo	17	37,78 %
Muy Positivo	1	2,22 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

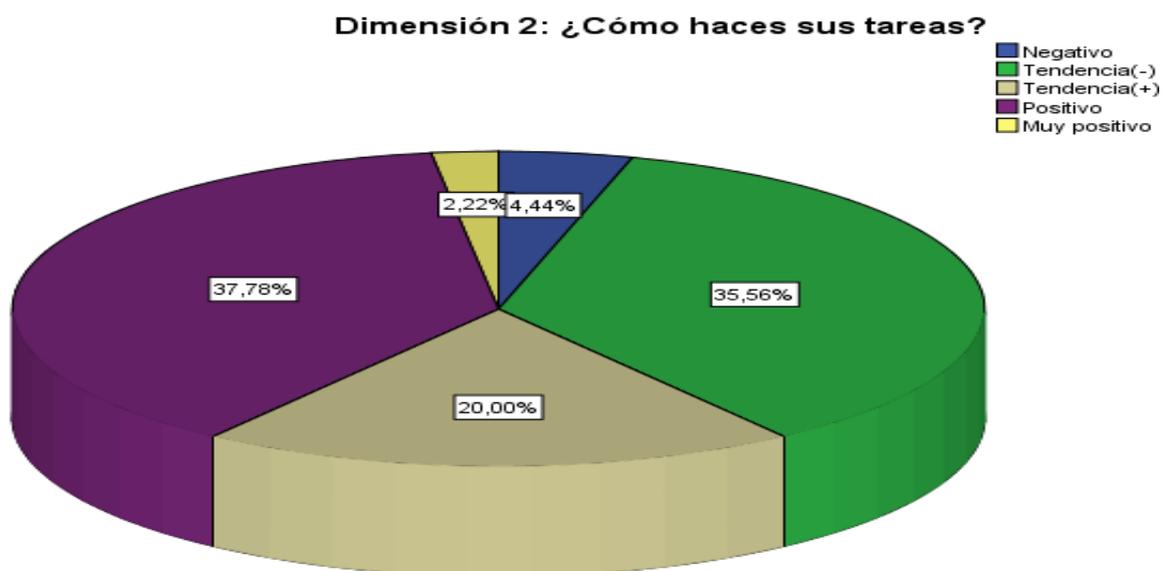


Figura 3. Resultados de ¿Cómo hace sus tareas? como área II de hábitos de estudio.

– Comentario:

El nivel de Cómo haces sus tareas se considera los siguientes resultados:

- 37,78% Positivo
- 2,22% Muy positivo

Tabla 16. Frecuencia de la dimensión 3

	Frecuencia	Porcentaje
Negativo	6	13,33 %
Tendencia (-)	20	44,44 %
Tendencia (+)	14	31,11 %
Positivo	3	6,67 %
Muy Positivo	2	4,44 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

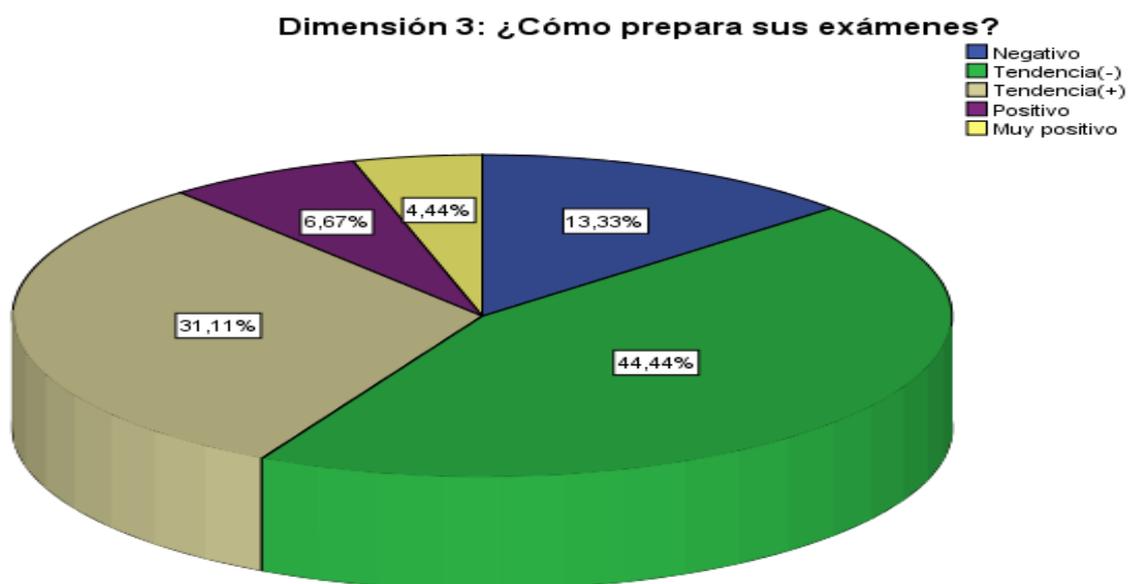


Figura 4. Resultados de ¿Cómo prepara sus exámenes? Como área III de hábitos de estudio.

– Comentario:

El nivel Cómo prepara sus exámenes se considera el siguiente resultado:

- 44,44% Tendencia(-)
- 4,44% Muy positivo

Tabla 17. Frecuencia de la dimensión 4

	Frecuencia	Porcentaje
Negativo	8	17,78 %
Tendencia (-)	9	20,00 %
Tendencia (+)	9	20,00 %
Positivo	11	24,44 %
Muy Positivo	8	17,78 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

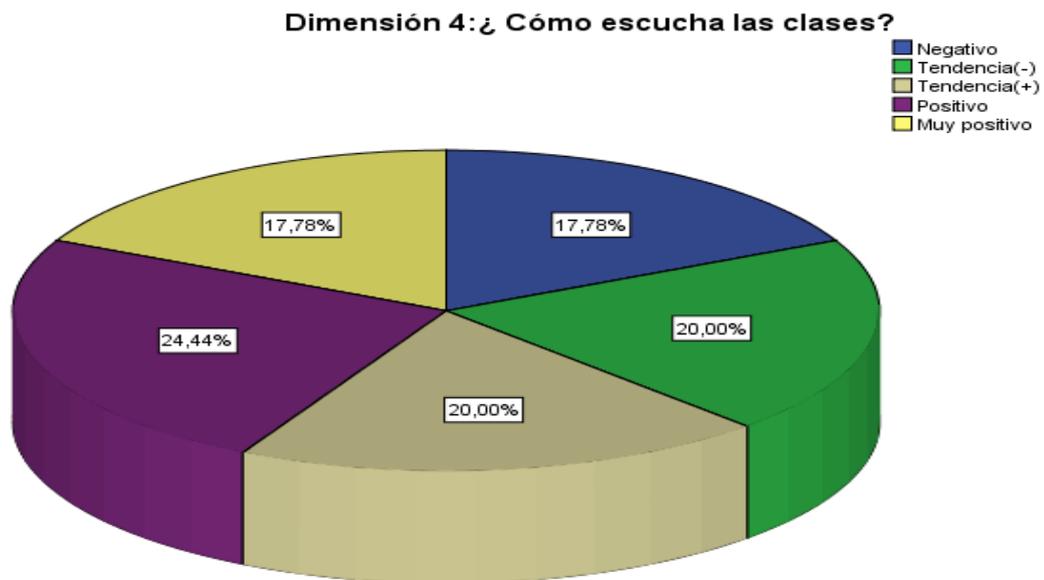


Figura 5. Resultados de ¿Cómo escucha las clases? Como área IV de hábitos de estudio.

– Comentario:

El nivel Cómo escucha las clases se considera el siguiente resultado:

- 24,44% Positivo
- 17,78% Muy positivo

Tabla 18. Frecuencia de la dimensión 5

	Frecuencia	Porcentaje
Muy Negativo	3	5,88 %
Negativo	9	20,59 %
Tendencia (-)	11	23,53 %
Tendencia (+)	13	29,41 %
Positivo	4	8,82 %
Muy Positivo	5	11,76 %
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100,0 %</b>

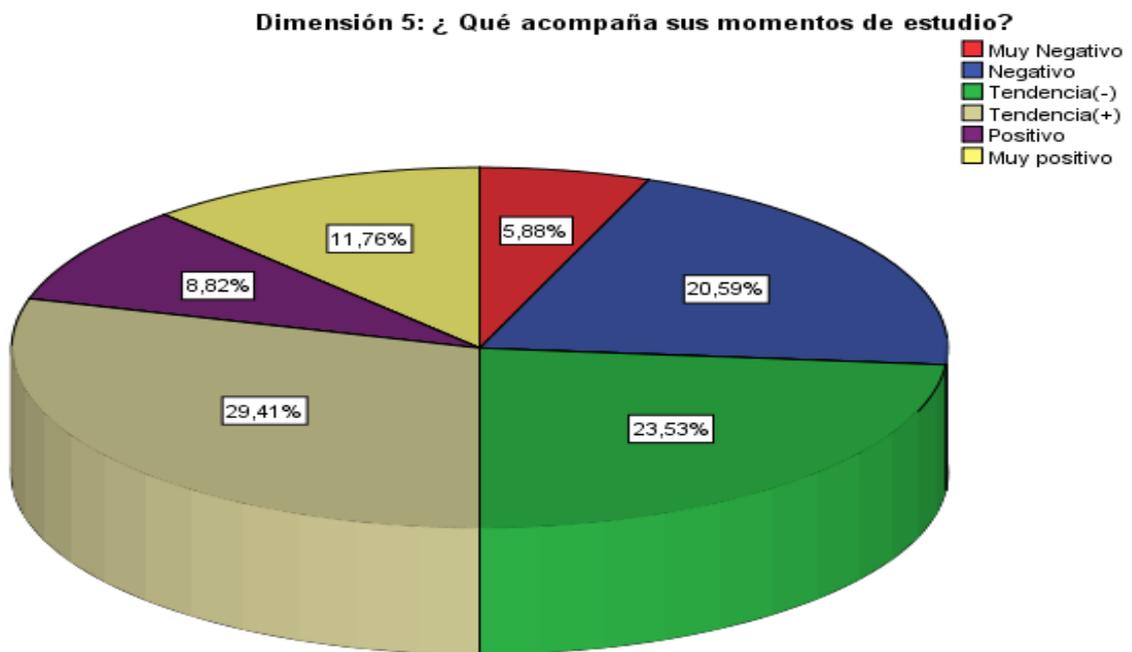


Figura 6. Resultados de ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? como área V de hábitos de estudio.

– Comentario:

El nivel Que acompaña sus momentos de estudio se considera el siguiente resultado:

- 29,41% Tendencia(+)
- 5,88% Muy Negativo

### 4.3 Análisis y discusión de los resultados

Los resultados adquiridos en la investigación elaborada nos indican que existe una percepción en un término medio de hábitos, la mitad de la población tiene tendencia positiva en sus hábitos de estudio y la otra mitad tendencia negativa lo que demuestran que tienen hábitos de estudio inadecuados, puede ser por su poco conocimiento e implementación de hábitos de estudio.

En la dimensión I ¿Cómo estudia usted? los resultados encontrados demuestran que en el medio educativo hay una tendencia positiva frente a esta área lo que indica que existe concordancia directa con los hábitos de estudio es decir que los alumnos están dispuestos a mejorar sus hábitos de estudio y aplicar estrategias para mejorar en su rendimiento escolar.

Al respecto Vicuña (2005) señala que tienen esa preferencia porque presentan las siguientes maneras de estudiar; los alumnos utilizan recursos como el diccionario en el momento indicado para sus actividades, la técnica del subrayado u otras que el estudiante considere necesario, no obstante poseen técnicas y formas de recolectar información que dificultan lograr un mejor resultado académico siendo imprescindible una inmediata revisión de sus hábitos de estudio.

En la dimensión II ¿Cómo hace sus tareas? se observa que los alumnos poseen un mayor número de hábitos adecuados de estudio para realizar resúmenes, organiza su tiempo y prioriza sus tareas, buscando formas de recoger información y de trabajo para ser revisado y corregido en su debido tiempo.

Lorenzo & Cartagena (2003) Mencionan que el desarrollar y consolidar los hábitos será una condición necesaria para realización eficaz de las tareas del aprendizaje y el desarrollo personal, buscando sentido en el equipo del trabajo y valorando la forma de pensar con relación a los hábitos de estudio.

En la dimensión III ¿Cómo prepara sus exámenes? se puede observar que hay una tendencia negativa frente a esta área, es decir que los alumnos de tienen inadecuados hábitos de estudio, siendo quizá de inteligencia normal, pero no

tienen la técnica y la forma de poder preparar ciertos hábitos que beneficien sus forma de poder prepararse para los exámenes, siendo poco favorable para los alumnos ya que perjudica su rendimiento.

Villaroel Colque & Loza Sosa (2011) Mencionan que los estudiantes utilizan mejor sus hábitos de estudio a mitad de año, ya que manejan mejor la distribución del tiempo, sus apuntes están bien elaborados y se preparan de manera correcta para sus exámenes.

En la dimensión IV ¿Cómo escucha las clases? En este factor los resultados indican como positivo, lo que se interpreta que los alumnos muestran el interés por ser partícipes de las clases que se brinda, ya que también puede influenciar el estado de ánimo de los alumnos y de la metodología que el profesor tenga al momento de brindar su clase.

Vildoso (2003) Señala que mientras estén en clase los estudiantes tomen nota de las cosas más principal, después de una clase organizar sus apuntes, estudian en la tranquilidad y el silencio. Subrayando las ideas más importantes.

En la dimensión V ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? como resultado de la investigación los resultados fueron de tendencia positiva, demostrando que los alumnos pueden tener la técnica y forma para poder estudiar, aunque no tengan un buen rendimiento académico, a pesar de que se pueden encontrar en un ambiente de distracción que pueden desviar su momento de estudio, como por ejemplo la radio, televisión e internet que muchas veces se puede utilizar como beneficio educativo para tener una buena adquisición de información, y el buen provecho para el estudio.

#### **4.4 Conclusiones**

1. El nivel de hábitos de estudio de estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" – Pachacamac. Se considera con "Tendencia Positiva" y "Tendencia Negativa".
2. El nivel de cómo estudia usted en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac. Se considera "Tendencia Positiva"

3. El nivel de cómo hace sus tareas en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac. Se considera "Positivo".
4. El nivel de cómo prepara sus exámenes en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac. Se considera "Tendencia Negativa".
5. El nivel de cómo escucha las clases en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac. Se considera "Positivo".
6. El nivel de qué acompaña sus momentos de estudio, en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac. Se considera "Tendencia Positiva".

#### **4.5 Recomendaciones**

En base a los resultados obtenidos y a las conclusiones que se llegaron en el presente estudio, se van a establecer las siguientes recomendaciones:

1. Diseñar un programa de intervención dirigida a mantener e incrementar los hábitos de estudio y a sus cinco áreas que lo componen, las cuales son ¿Cómo estudia usted?, ¿Cómo hace usted sus tareas?, ¿Cómo prepara sus exámenes?, ¿Cómo escucha las clases?, ¿Qué acompaña sus momentos de estudio? todos ellos como resultado de tendencia positiva a la par con tendencia negativa de la Institución educativa, teniendo en cuenta que es la base de los alumnos para que mantengan su desempeño escolar y se sientan animados al momento de realizar sus actividades académicas.
2. Profundizar en los conocimientos adquiridos en el programa de intervención, para los nuevos alumnos que en el futuro se reincorpore a la institución educativa.
3. Realizar estudios orientados a evaluar no solo la percepción del alumno sobre sus hábitos o interés hacia el estudio, sino que también buscar la opinión del docente, y así contrastar los datos para un análisis más profundo de lo que podría estar sucediendo en las aulas de clases de la institución.

4. Organizar talleres y capacitar a los padres de familia sobre la importancia de desarrollar en sus hijos hábitos de estudio para proveerles estrategias que ayuden a sus hijos a perfeccionar las destrezas de hábitos de estudio y mantener su aprovechamiento académico.
5. Incentivar la participación activa en la clase por medio de la selección del material adecuado de estudio, enseñando a utilizar mejor su tiempo y hacer resúmenes adecuadamente y buscar mejores estrategias para preparar sus exámenes.
6. Estar en constante evaluación sobre los hábitos de estudio en los alumnos, con el fin de mantener un buen crecimiento de técnicas en el ambiente escolar.

## **CAPÍTULO V**

### **PROGRAMA DE INTERVENCIÓN**

#### **5.1 Denominación del programa**

Preparándome para los exámenes

#### **5.2 Justificación del problema**

Este programa educativo pretende que los alumnos del nivel secundaria adquieran y sepan utilizar una determinada técnica a la hora de enfrentarse al estudio, con una correcta ejecución de los factores que más inciden para que el rendimiento escolar.

La ventaja de este programa consiste en concientizar al alumnado en el uso de hábitos de estudio para mejorar su rendimiento escolar y rendir en los exámenes, proporcionando para ello los medios adecuados de tareas y potenciando, al mismo tiempo, sus capacidades como estudiantes. Donde en los resultados de la investigación el factor que tiene una tendencia negativa de 44,44% es como prepara sus exámenes.

Villarroel Colque & Loza Sosa (2011) mencionan que los estudiantes utilizan mejor sus hábitos de estudio a mitad de año, ya que manejan mejor la distribución del tiempo, sus apuntes están bien elaborados y se preparan de manera correcta para sus exámenes.

#### **5.3 Establecimiento de objetivos**

Objetivo general: Diseñar hábitos de estudio para estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" – Pachacamac.

Objetivo específico: Enseñar estrategias de cómo preparar sus exámenes para estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo"- Pachacamac.

#### 5.4 Sector al que se dirige

El sector al que se dirige es educativo en la I.E.P "El Universo de César Vallejo" – Pachacamac.

#### 5.5. Establecimiento de conducta problema/meta

Preparar exámenes

#### 5.6 Metodología de la intervención

La metodología es descriptivo-aplicativo

#### 5.7 Instrumentos/materiales a utilizar

Hojas bond, lápiz, lapicero, colores rojo y azul, pizarra, plumones, papelotes.

#### 5.8 Cronograma

Tiempo / Actividad	Octubre				Noviembre				Diciembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Interés por el estudio	X											
Motivación de estudio		X										
Lugar de estudio			X									
Lectura rápida y comprensiva.				X	X							
Memoria						X						
Subrayado							X					
Esquema								X				
Resumen									X			
Toma de apuntes										X		
Preparación y enfrentamiento a los exámenes											X	X

## **ACTIVIDADES**

### **SEMANA I**

**Sesión I:** Interés por el estudio

**Objetivo:** Incrementar su creatividad perceptiva con respecto al estudio.

**Estrategias:** Dinámica grupal

**Materiales:** Plumones gruesos y papelotes blancos.

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Con ayuda del tutor formar grupos de seis en el cual se les dará una palabra distinta para cada grupo estas son; atención, memoria, concentración, aprendizaje, enseñanza y esfuerzo. Siguiendo de ello una pregunta general ¿Para qué estudio? que deben incluir junto a su palabra asignada por grupo, la cual tendrán que formar una corta canción y escribirla en el papelote para que sea visualizada por los compañeros y salir al frente a cantarla. Esto se dará para todos los grupos. (15 min).

Brunner (1996) menciona que el aprender es un proceso activo, social en el cual los estudiantes construyen nuevas ideas o conceptos basados en conocimiento actuales. El estudiante elige la información, origina hipótesis, y toma una determinación en el proceso de integrar experiencias en sus construcciones mentales existentes.

Por ejemplo: ¿Para qué estudio? para ser mejor aprendiendo nuevas cosas y ser un ganador.

Se finaliza con unas preguntas para los alumnos; ¿Que aprendió en esta sesión? ¿Fue fácil realizar una canción con respecto al estudio? (30 min).

**Indicador de evaluación:** Se logró el objetivo de interés por el estudio.

### **SEMANA II**

**Sesión I:** Motivación de estudio

**Objetivo:** Identificar sus principales dificultades como estudiantes.

**Estrategias:** Trabajo en equipo

**Materiales:** Plumones y papelotes

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Se comenzará relatando cuatro casos diferentes de estudiantes que se encuentran con dificultades ante el estudio y otros que consideran que podrían mejorar sin supieran estudiar.

Caso 1: Éste es el caso de José, cuyas notas eran excelentes. Su familia estaba contenta; sin embargo, él no parecía tan satisfecho. Sus trabajos escolares siempre eran enormes; cuando quería subrayar, todo le parecía importante y cuando memorizaba trataba de recordar hasta los puntos y las comas, con el tiempo encontró técnicas para mejorar sus hábitos de estudio lo que hicieron que a José el estudio le fuese más agradable obteniendo iguales o mejores resultados con menos esfuerzos.

Caso 2: Pedro tenía un problema muy distinto. Éste nunca encontraba el momento adecuado para sentarse a estudiar; prefería estar con los amigos, o viendo la TV, estas eran alguna que otra excusa que se inventaba para no realizar sus tareas. No sabía organizar su tiempo, ni sentía motivado para hacerlo.

Caso 3: Karina, poseía un buen hábito de estudio. Todos los días permanecía en su cuarto estudiando más de dos horas revisando libros, pero no podía pensar o analizar lo que leía, con lo más mínimo se distraía, pese a todos sus esfuerzos le era imposible estudiar. Como ella misma reconocía, no podía concentrarse.

Caso 4: Renato se esforzaba mucho, hacia lo mejor cuanto podía, pero nunca lograba obtener buenas calificaciones en los exámenes, es decir, su rendimiento era mucho menor al esfuerzo que realizaban. El problema de Renato es que no sabía estudiar.

A continuación se preguntará a los alumnos con cual sujeto se identifican más y que se debe hacer frente a este problema, de acuerdo a ello se irán formando

los grupos y tendrán que argumentar brevemente en un papelote sus opiniones y lo expondrán ante sus compañeros. A si mismo se incentivará al alumnado suponiendo que muchos de ellos se encuentren con las mismas dificultades que en los casos ya mencionados y que a medida que avance el programa irán superándolos observando un mejor resultado. Y que con el tiempo tendrán buenos hábitos de estudio se convierte en una actividad más divertida y agradable.

Bernardo & Basterretche (2004) la motivación es un recurso pedagógico, quien sabe motivar a los alumnos suele alcanzar la meta que se propone. En cierta medida, el rendimiento escolar junto a sus éxitos y fracasos depende de la consecuencia de la motivación.

Se finaliza motivando al alumno a que de sus opiniones con respecto al tema tratado.

**Indicador de evaluación:** Se logró el objetivo de motivación al estudio.

### **SEMANA III**

**Sesión I:** Lugar de estudio

**Objetivo:** Mejorar el ambiente de estudio.

**Estrategias:** Trabajo en equipo

**Materiales:** pizarra, plumones, papelotes

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** En esta sesión se verán las condiciones físicas y materiales que se debe reunir para un lugar de estudio. Muchas veces las exigencias requeridas para convertir un lugar de trabajo en un sitio atractivo, cómodo y estimulante no son posibles, pero aun así siempre hay que tener un lugar de estudio, ya que su importancia es mucho mayor de la que normalmente se le da.

Hay ocasiones en las que el no tener un lugar determinado, el ruido, el desorden, la incomodidad, el clima, son pretextos para no estudiar o abandonar el trabajo

recién comenzado. Para esto se debe procurar que el espacio de estudio tenga una serie de características que se anotaran en una pizarra:

- 1.- El lugar siempre tiene que ser el mismo, lo que permitirá la obtención de los hábitos de estudio.
- 2.- Que sea un lugar tranquilo, sin ruidos, y que no sea de uso para otros tipos de reuniones.
- 3.- Tiene que estar alejado de algún entretenimiento como la radio, televisión, internet, etc. Tampoco es conveniente poner música si realmente se pretende estudiar.
- 4.- Iluminado, tanto si se trata de luz natural o artificial, que la luz este bien distribuido, si se ilumina con una lámpara, ésta debe poner en el lado contrario de la mano con la que se está escribiendo para evitar sombras.
- 5.- Temperatura adecuada. Mucho calor puede provocar sueño.
- 6.- Bien ventilado. Un lugar cerrado con un ambiente cargado permite la aparición de fatiga debida a la disminución progresiva de oxígeno. Se debe ventilar la habitación de estudio de vez en cuando abriendo puertas y ventanas.
- 7.- Es necesario que la mesa sea amplia y sin brillo con una silla con respaldo y cuyo tamaño permita apoyar los pies en el suelo sin que cuelguen, espalda recta apoyada en el respaldo y no tener las rodillas levantadas.

Si se tiene estantes, éstos deben estar cerca de la mesa de estudio, con ello se evitara perder tiempo en levantarse para tomar algo de ella. También es de gran utilidad un pequeño tablón de corcho para pinchar anotaciones, fechas de exámenes.

- 8.- El lugar siempre tiene que estar limpio y ordenado, teniendo solo lo necesario para poder estudiar y así poder evitar distracciones.

Concluyendo con la actividad en otra pizarra se escribirá una serie de frases incompletas que deberán completar con palabras sueltas que también serían expuestas al lado de éstas. Se formaran en grupos para realizar la actividad en

un tiempo determinado ya que previo a esto se mencionó una serie de características para el lugar de estudio.

- 1- El lugar de..... debe ser siempre el mismo; esto permitirá la obtención de los..... de estudio y nos ahorrará..... innecesarios.
- 2- Tiene que estar alejado de algún entretenimiento, que se halle lo más..... de la radio,....., internet.
- 3- No conviene poner.....si se pretende.....
- 4- La luz debe entrarnos por el lado..... al que escribimos para evitar.....
- 5- Se debe.....de vez en cuando la zona de estudio, abriendo puertas y ventanas.
- 6- La silla tendrá..... y el alumno podrá poner los..... en el suelo sin que le cuelguen, mantener la espalda..... y no tener las rodillas levantadas.

Palabras claves: Respaldo, pies, recta, ventilar, sombras, airé, contrario, sombras, música, estudiar, televisión, estudio, hábitos, esfuerzo.

**Indicador de evaluación:** El logro el objetivo de la sesión.

## **SEMANA IV**

**Sesión I:** Lectura rápida y comprensiva.

**Objetivo:** distinguir los diversos tipos de lectura y las técnicas adecuadas

**Estrategias:** Charla de introducción y una práctica de lectura

**Materiales:** lápiz, hoja bond, pizarra

**Tiempo:** 60 minutos

**Desarrollo:** Exposición sobre la lectura: Para ser estudiante hay que ser un buen lector y dominar correctamente las diferentes formas en que se pueda leer, con objetivo de adaptarlas en el relato y momentos adecuados. Existen muchas clasificaciones pero sólo se va a hablar de aquellas que se refieren al propósito

que se pretende cuando se refiere a un escrito, ya sea narración, ensayo, poema, tema de estudio. Así pues, según su finalidad, se distinguen los siguientes tipos de características lectoras (se apuntan en la pizarra, en el lado izquierdo, con sus características fundamentales).

- a) Global o prelectura: Su finalidad es formar una idea universal del libro o tema sin algunos detalles. Se lee rápidamente.
- b) Crítica: Se trata de comprender lo que quiere decir el autor y comparar sus opiniones con las nuestras. Lectura lenta y reflexiva. El único texto que puede criticarse es aquel que se ha entendido (Ensayo).
- c) Estética: Pretende examinar la belleza del lenguaje: calidad, estilo, riqueza. El ritmo lector es lento. (Poesía).
- d) Recreativa: Su finalidad es animar a leer con rapidez y soltura. (Novela, cuento).
- e) Reflexiva: Es la del pensador que va enriqueciendo a medida que lee. (Escritos éticos y filosóficos).

En ocasiones no se consigue leer todo lo que se quisiera leer por culpa de los incorrectos hábitos que tenemos adquiridos, los cuales dificultan la rapidez así como también la comprensión lectora. Es necesario descubrir los malos hábitos que pueden estar impidiendo que se conviertan en un lector veloz. Los más frecuentes son (se anotan en el lado derecho de la pizarra):

- 1- Vocalizar es leer en voz alta o moviendo los labios sin emitir sonidos. Para prevenir se debe leer ideas principales, no palabras. Otro método consiste en introducir un lápiz entre los labios.
- 2- Subvocalizar, esto es, leer mentalmente las palabras que hay en algún texto. Para quitar este defecto hay que poner todo el interés en comprender los contenidos de párrafos o frases.
- 3- Regresiones, se basa en volver a leer lo ya leído varias veces. Para superar este hábito se tiene que concentrar en lo que se lee y no perder la atención con una distracción.

- 4- Mover la cabeza, señalar la lectura con el lápiz o dedo, suelen ser también fallas frecuentes. La manera de evitarlo es, en primer lugar, ser consciente de ello, y en segundo lugar la ayuda de alguien que controle estos malos hábitos y se corrijan en el acto, también puede grabarse mientras se lee.

Se finaliza la actividad relacionada con los puntos 1 y 2 (Tipos y dificultades lectoras): Consiste en rellenar los espacios en blanco de frases incompletas mediante los conceptos dados. Se puede dictar o copiar en la pizarra.

- 1.- Según la..... distinguimos las siguientes características lectoras: a. Global, b. Crítica, c....., d. Recreativa, e. Reflexiva.
- 2.- La lectura global tiene como fin formarse una idea..... del libro o tema sin entrar en..... Se lee lo más..... posible.
- 3.- La lectura....., trata de comprender lo que quiere decir el..... y contrastar sus opiniones con las..... Lectura lenta y..... Ensayo.
- 4.- A veces no leemos tan rápido por culpa de los malos hábitos. Estos dificultan tanto la.....como la..... lectora.
- 5.- Los malos hábitos o dificultades.....más frecuentes son: Vocalizar,....., regresiones, mover la....., seguir la lectura con el..... o el.....
- 6.- Subvocalizar es pronunciar..... palabras que leemos. Para quitar este defecto hay que poner..... en captar los.....de párrafos o.....

Palabras sueltas: finalidad, general, detalles, rápido, crítica, autor, nuestras, reflexiva, velocidad, comprensión, Frases, contenidos, interés, mentalmente, dedo, lápiz, cabeza, subvocalizar, lectoras, estética, estudio.

**Indicador de evaluación:** Se alcanzó el propósito.

## **SEMANA V**

**Sesión II:** Lectura rápida y comprensiva “Así se llama”

**Objetivo:** Comprender con profundidad una lectura y poder comunicar la idea principal.

**Estrategias:** Lluvia de ideas

**Materiales:** Hoja y lápiz

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Los participantes pueden conocer o no el verdadero título de la lectura. Si lo conocen, se discutirá entonces si el título es adecuado y por qué, en caso no lo tenga buscaran uno apropiado a la lectura. Se entregará a los alumnos hojas bond para que puedan escribir un título nuevo y la idea principal, una vez que hayan escuchado lectura. A medida que se vayan dando probables títulos, se anotan en la pizarra. Para finalizar se hace una votación para elegir los dos títulos más populares, con base en las justificaciones que se hayan presentado.

Se termina la sesión con opiniones de los alumnos con respecto a la actividad realizada y que aprendieron de ella.

**Indicador de evaluación:** Se logró con éxito la actividad “Así se llama”

## **SEMANA VI**

**Sesión I:** Memoria

**Objetivo:** aplicar diversas técnicas que le faciliten la memorización de textos.

**Estrategias:** Memoria, trabajo en equipo.

**Materiales:** Papelotes, plumones, hojas bond, pizarra.

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Se empieza con una orientación teórica para los alumnos sobre los tipos de memoria, se les dice que presten atención y que hagan silencio para que puedan escuchar todos los estudiantes y se empieza a explicar el tema. Todo esto tiene una duración de 20 minutos.

La memoria es una función del cerebro que permite recordar hechos o sucesos y es capaz de reproducir pensamientos o sentimientos en situaciones pasadas. Existen tipos de memoria las cuales se clasificaron de la siguiente manera:

- a) Por el sentido utilizado: Táctil, visual, auditiva, olfativa y gustativa.
- b) Por su duración: Tenemos la memoria a corto plazo (MCP) y la memoria a largo plazo (MLP).

La MCP tiene una duración limitada de almacenamiento puede retener información en un sólo golpe de atención, como por ejemplo el número de teléfono o el nombre de alguna persona que recién conoce. Con el tiempo o el pasar de las horas se suele olvidar rápidamente. Pero si es constantes o se repite con el suceso puede convertirse en MLP.

La MLP posee una capacidad sin límites y una duración indefinida, por ello podemos recordar gran cantidad de sucesos o cosas y durante muchos años. Aquí se ubican imágenes, experiencias propias, conocimientos, conceptos, entre otros. El periodo que demora en pasar los recuerdos de una a otra memoria va desde quince minutos a una hora y los métodos para ello pueden ser:

-Repitiendo el contenido.

-Automáticamente, si es interesante para el sujeto.

-Elaborando lógica y significativamente el material.

- c) Por la técnica utilizada: encontramos la memoria mecánica y significativa. La primera se emplea como medio el repetir con exactitud lo que se quiere retener donde lleva al estudiante a la repetición literal de contenidos sin que mida la reflexión o el estudio de la información. Este tipo de memoria es criticada. La significativa incorpora contenidos comprendiendo, examinando, organizando y resumiendo el material.
- d) Por la conducta del sujeto: se distingue la memoria involuntaria. Es cuando no se empeña en retener nada pero sigue en el recuerdo como por ejemplo un accidente visto durante el día, la cara de una persona que cedió el asiento del micro.

La segunda es la memoria voluntaria o racional es la que trata de precisar los contenidos internos, la que se usa cuando se pone a estudiar. Su rendimiento depende de tres factores:

- Cantidad, cuanto más sea la información a guardar más tiempo se requiere.
- Repetición, es indispensable para pasarlo a la memoria a largo plazo.
- Técnicas de memorización, las cuales sirven para poder rendir en los exámenes.

Por último que para memorizar, ante todo se debe:

- Estar relajado y concentrados.
- Tener interés en lo que se investiga.
- Organizar el tema de estudio.
- Procurar en repetir lo que se ha de recordar.

Luego de a ver mencionado los tipos de memoria se les pedirá a los estudiantes que formen 7 grupos los cuales tendrán que escribir en un papelote 15 palabras que se hayan mencionado en el tema de "Memoria", luego saldrá un representante de cada grupo y pegaran sus papelotes en la pizarra, los cuales se quedaran parados de espaldas a sus papelotes sin mirar mencionaran las 15 palabras escritas por su grupo. (10 min).

Lo más probable es que mencionen menos de diez palabras y que no se hayan concentrado en memorizar si no en buscar las palabras que iban a poner, las cuales olvidaron. Eso mismo es lo que pasa cuando un profesor realiza una clase y no se concentran en el contenido si no en lo extenso que es o que se termine la clase porque se aburrieron.

Para finalizar el representante que logre mencionar más palabras será el grupo ganador y se les pedirá a todos en general que den una opinión de la actividad realizada. Esta es una técnica que pueden hacer cuando se estudie poniendo en una hoja frases que les resulte difíciles y memorizarlas para que cuando llegue

el momento del examen puedan saber de ellas y les sea más fácil ganar tiempo para resolver otra parte del examen.

**Indicador de evaluación:** Se logró con éxito la actividad.

## **SEMANA VII**

### **Sesión I:** Subrayado

**Objetivo:** Identificar y subrayar las palabras que expresan las ideas principales del texto.

**Estrategias:** Subrayado

**Materiales:** una hoja con un texto corto, colores rojo y azul.

**Tiempo:** 40 minutos

**Desarrollo:** Se empieza entregándoles a los estudiantes un texto corto para que subrayen sólo palabras o frases breves que sean claves para el estudio. Estas palabras tendrán sentido, siendo en su mayoría nombres o verbos, nunca artículos o preposiciones. Cuando la técnica esté lo suficientemente desarrollada, el siguiente paso será el uso de dos colores (rojo y azul) para subrayar ideas primarias y secundarias, en rojo las palabras de mayor significado y en azul frases o ideas que completan la información condescendiente por la primera. Para ello existen lápices especiales con los extremos de diferentes colores. (20 min).

Esta técnica hará qué:

- El estudio sea más eficiente y agradable.
- Sea más sencillo concentrarse.
- Desarrolle la comprensión del texto.
- Permitir la posterior elaboración de esquemas y resúmenes.

Se finaliza pidiéndoles a los alumnos que formen grupos y debatan sobre la idea principal y secundaria del texto. ¿Si les fue fácil o difícil? Y ¿Qué tan importante es esta técnica para cuándo estudien? (20 min).

**Indicador de evaluación:** Se logró el objetivo.

## **SEMANA VIII**

### **Sesión I: Esquema**

**Objetivo:** Iniciar los esquemas basándose en la técnica del subrayado.

**Estrategias:** Esquemas

**Materiales:** Un texto corto, hojas bond y lapiceros.

**Tiempo:** 40 minutos

**Desarrollo:** Se debe de tener muy presente que con esta técnica de los esquemas se busca obtener una visión de conjunto de todo el tema de estudio, que permita el repaso y la memorización del mismo. Por esa razón el esquema deberá quedar lo más claro posible.

Entre las incontables ventajas que tanto su elaboración como el propio esquema reportan se destaca:

- Su aportación a un estudio más activo, ya que se exige la reflexión, tomar notas y subrayar.
- Desarrollo de la interpretación al tener que profundizar en el texto para descubrir ideas esenciales.
- Incremento de la atención y concentración.
- Aumento del espacio de síntesis, pues se ha de exponer el tema con manifestaciones claras y concisas.
- Economía de tiempo y esfuerzo al momento de repasar y memorizar.
- Posibilidad de entender con facilidad.

Para elaborar un buen esquema tendremos que (se apunta brevemente en la pizarra):

- a) Empezar del subrayado.
- b) Ubicar por orden de importancia las ideas más relevantes del texto.
- c) Usar palabras claves.
- d) Utilizar un solo cuaderno para los esquemas con el fin de no olvidar o perder la información.

Los niveles son los siguientes para un buen esquema.

-El primer nivel: El título del texto

-El segundo nivel: Tener ideas principales de cada párrafo para poder ordenar las ideas posteriores.

-El tercer nivel: todas las ideas principales deben ser subrayadas en cada párrafo ya que serán importantes para memorizar.

-El cuarto nivel: Las ideas secundarias o menos importantes también tienen que estar presentes.

Existen tipos de esquemas se trabajara con dos tipos y un mapa conceptual que es el más utilizado por los estudiantes.

*Esquema de llaves.*- Este tipo de esquema se caracteriza por el uso de llaves que ayudan principalmente a definir conceptos. Se realiza siempre de izquierda a derecha. De esta forma, las llaves procuran agrupar las ideas y los significados adjuntos a estas.

*Esquema de flechas.*- Al igual que el tipo de esquemas anterior, los de flechas presentan un resultado lógico de la información o, en términos más sencillos, una relación de un hecho con otro. Por lo tanto, su función es la de resumir ideas y conceptos.

*Mapa Conceptual.*- Es una herramienta de aprendizaje basada en la exhibición gráfica de un determinado tema a través de la esquematización de los conceptos

que lo componen. Son fundamentales para construir conocimiento y desarrollar habilidades de pensamiento por excelente orden, ya que permiten procesar, organizar y priorizar nueva información.

A continuación se le dará al alumno un texto ya trabajado con la técnica del subrayado, después que el texto se haya leído, se apuntará en la pizarra un esquema explicativo del mismo, dejando espacios vacíos (palabras en negrita) que los alumnos, en una actitud participativa, completarán. A medida que se vaya completando el árbol esquemático, se alentará de las ventajas que tiene este sistema de estudio.

Se finaliza con opiniones de qué tipo de esquema le parece más fácil.

**Indicador de evaluación:** Se logró el objetivo.

## **SEMANA IX**

### **Sesión I: Resumen**

**Objetivo:** realizar resúmenes eliminando la información repetida y estructurándolo en función de las ideas importantes.

**Estrategias:** Resumen

**Materiales:** Diccionario, lápiz.

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Hacer un resumen es transformar un texto en otro más corto pero que contenga toda la información importante del primero. Para ello se debe considerar todo el contenido del texto, pero evitando repeticiones.

Si se domina esta técnica serán muchas las ventajas que se obtenga:

- Aprender a hacer resúmenes ayudará a mejorar la capacidad de comprensión, puesto que requiere saber distinguir las ideas principales de las que no lo son tan importantes.

-Ayudara también a mejorar la expresión escrita puesto que debes buscar que el resumen este ordenado, claro y que esté escrito correctamente, sin usar las mismas palabras del texto.

- Es una actividad muy útil para desarrollar la capacidad de síntesis.

- También servirá como recuerdo de lo importante de un texto o tema cuando se repase. Resumir bien es la base para saber estudiar.

La actividad empieza diciéndole al alumno que lea el texto, buscando en el diccionario las palabras y expresiones que no conozcas hasta que se asegure de que lo entiende bien. Luego tendrá que sacar dos resúmenes del texto lo más breve posible que sea claro y preciso.

Por ejemplo: “La Rebeldía en los niños”

La rebeldía en niños se manifiesta como característica común en diferentes etapas del crecimiento del niño es una conducta normal. Los niños están modelando su identidad y tienen la obligación de afirmación del yo. Esta obligación está asociada con la búsqueda de identidad, la cual es necesaria para formar su personalidad.

No se debe preocupar, se tiene que entender que los periodos de rebeldía que se producen a lo largo de la evolución del niño son algo normal y sano, beneficioso para los pequeños. En todo caso es importante comprender estos periodos y conocer unas pautas generales para manejar la conducta y contribuir de esta forma al desarrollo de la identidad de los niños sin que esto evidencie graves problemas de conducta.

Luego se evaluara al alumno como realizo su resumen y se sacara tres resúmenes de tres alumnos para ser evaluado por todos los compañeros.

EVALUACIÓN DE RESÚMENES	R1		R2	
	SI	NO	SI	NO
Copia trozos del texto.				
Olvida cosas importantes.				
Incluye demasiados detalles.				
Ha puesto cosas que el texto no dice.				
Es excesivamente largo.				
Es demasiado breve.				
Es claro.				

Se finaliza con opiniones con respecto a la actividad realizada o dudas que tengan al respecto.

**Indicador de evaluación:** Se logró el objetivo.

## SEMANA X

**Sesión I:** Toma de apuntes

**Objetivo:** Tomar conciencia de cómo y cuándo debe tomar los apuntes y de las ventajas de los mismos

**Estrategia:** Toma de apuntes

**Materiales:** Hojas bond y lápiz.

**Tiempo:** 45 minutos

**Desarrollo:** Es importante para todo estudiante saber tomar nota de las explicaciones en clase, pues si no lo hace las acabará olvidando, con lo cual habrá perdido el tiempo y una información que en ocasiones puede ser fundamental. Para tomar bien los apuntes es necesario:

a) Escuchar con atención:

-Colocándose en los primeros lugares.

-Sentándose correctamente.

-En silencio.

-Concentrándose y no perdiendo el hilo.

b) Captar las ideas importantes:

-Los gestos y modo de hablar del profesor.

-Por la relación entre las ideas, unas nos llevan a otras.

-Tomando notas de las definiciones, fórmulas y gráficas.

-Prestando especial atención al principio y final de las explicaciones.

c) Tomar los apuntes:

-En un cuaderno con anillas y hojas recambiables tamaño folio.

-Anotando fecha, materia y título del tema.

-Dejando márgenes amplios, especialmente a la izquierda.

-Cambiando de hoja cada nuevo tema.

-Anotando sólo lo importante.

-Su amplitud dependerá del tipo de explicación.

d) Por otro lado, la toma de apuntes nos reporta ciertos beneficios.

-Favorece la atención.

-Mejora la concentración.

-Estás trabajando, por tanto memorizando.

-Es una especie de representación teatral que se grabará mejor en la memoria.

A continuación se escribe en la pizarra las abreviaturas más frecuentes para los apuntes:

+ : positivo, más, provechoso.

- : negativo, menos, inútil.

= : igual, es lo mismo.

≠ : no es igual, distinto, diferente.

> : mayor que, superior.

< : menor que, inferior.

x : por.

x.ej.: por ejemplo.

e.d. : es decir.

N.I. : nota importante.

q : que.

p : para.

comp : compara.

Luego al costado de las abreviaturas, se escribirá algunas frases para que los escolares comprendan mejor la idea de las abreviaturas. Para ello se leerá un texto y se partirá de él.

Texto: La estrella más grande es el sol. La tierra ocupa el tercer lugar después de Marte. La luna es el único satélite de la Tierra que gira alrededor de éste cada 28 días. La tierra realiza un giro alrededor del sol cada 365 días (movimiento de traslación) y otro giro sobre ella misma que dura 24 horas (movimiento de rotación). En cambio la luna no posee movimiento de rotación (sobre ella misma) por ello siempre vemos siempre su misma cara desde la tierra.

Frases:

La estrella + grande es el sol.

Luna, es el único satélite tierra, q gira cada 28 días.

La tierra realiza un giro alrededor de Sol- 365d, mov. de traslación.

La tierra gira sobre ella que dura 24h, mov. de rotación.

Para concluir se leerá un pequeño texto y los alumnos intentarán tomar toda la información que puedan mediante apuntes y abreviaciones. No se repetirá en ningún momento el texto, por ello se pedirá una máxima concentración y atención. Al final, el alumno que termino al finalizar la lectura, escribirá en la pizarra sus apuntes para mostrárselo a sus compañeros.

**Indicador de evaluación:** Se logró con éxito la actividad.

## **SEMANA XI**

**Sesión I:** Preparación a los exámenes y enfrentamiento a los exámenes.

**Objetivo:** Conocer algunas pautas necesarias para prepararse a los exámenes y enfrentarse correctamente a ellos (antes y durante el examen).

**Estrategia:** Preparar y afrontar los exámenes.

**Materiales:** hojas bond, lapiceros.

**Tiempo:** 45 minutos.

**Desarrollo:** Los alumnos deben ir tomando notas de la explicación del tutor. Cuando éste finalice, ellos realizarán un breve esquema de lo explicado, basándose en las notas que han tomado.

Se puede adoptar una perspectiva más positiva acerca de la preparación y actuación en el examen teniendo en cuenta lo siguiente:

- Evitar etiquetarse así mismo de tonto o de incapaz.
- Pensar que cada examen es una oportunidad de aprender.
- Rechazar cualquier creencia de que los exámenes son experiencias definitivas e irrevocables.
- No dejar de decirse cosas optimistas a sí mismo.

- Estudiar los apuntes de los exámenes anteriores para mejorar su técnica (corregir fallos y acentuar los aciertos).
- Aumentar la motivación vinculando los exámenes actuales con los objetivos futuros.
- Considerar los éxitos pasados, y darse cuenta de que con la preparación y el trabajo apropiados se seguirán produciendo resultados similares. En el caso de que no se hayan tenido éxitos pasados, ahora puede ser un buen momento para cambiar los malos resultados.

### **Prepararse en vísperas del examen.**

En las últimas semanas antes del examen, el tiempo será el factor más importante con el que se tendrá que competir. La preparación durante este período puede mejorar mucho si se aplican las siguientes estrategias:

- Hacer planes de estudio semanal, diario y de sesiones de estudio.
- Tener en cuenta el interés personal de cada asignatura cuando se planteen los esquemas de repaso.
- Distribuir el tiempo a la importancia de las asignaturas y a los puntos importantes que puedan obtenerse de cada área.
- El repaso de última hora es sólo un extremo recurso. Es preferible el estudio regular y programado.
- Planificar el hacer pausas en el estudio para descansar la mente, pero siendo disciplinado con su duración.
- Asegurarse de detectar los puntos importantes en el repaso y aprenderlos muy bien.
- Tomar un buen desayuno los días de los exámenes.

### **Para hacer bien el examen.**

Es valioso el tiempo de lectura pues brinda la oportunidad no sólo de ordenar las ideas acerca de las preguntas que exigen respuestas largas, sino también de

buscar la táctica necesaria para el examen. Factores como la dificultad de las preguntas, la complicación de su preparación, los tipos de preguntas y los límites de tiempo son consideraciones que no se han de pasar por alto. Para utilizar el tiempo eficazmente, hay que mantenerse en calma, organizado y disciplinado. Una estrategia bien planeada ayudará a mantener el camino hacia el éxito.

La importancia de muchas semanas de profundo trabajo puede verse comprometido por algunas dificultades infortunadas el día del examen. Así, se deberían seguir las siguientes sugerencias para asegurar el logro de los mejores resultados:

- Asegurarse, con un cierto margen de antelación (varios días), del día, hora y aula donde se realizará el examen.
- Llegar con suficiente tiempo al lugar del examen, en vez de ir con prisas o llegar tarde.
- Leer dos veces las instrucciones o preguntas del examen y subrayar cualquier palabra o frase importante.
- Aprovechar el tiempo de lectura para planificar el orden en el que se responderán las preguntas.
- Asignar tiempos a las respuestas y secciones del examen para maximizar los puntos fuertes y asegurar la obtención de puntos a base del material que se sabe bien.
- Trabajar la escritura manual en condiciones simuladas de examen para mejorar la legibilidad de la escritura.
- Corregir los fallos ortográficos o gramaticales al final del examen.

### **Consejos para los distintos tipos de exámenes.**

Los exámenes cambian mucho en formato, estilo, procedimiento e incluso su orden. Los alumnos que se están preparando para sus exámenes deberían preguntar qué tipo de exámenes tendrán que realizar, de manera que su preparación esté orientada a ese formato específico. Las características más

principales de los formatos estándar de examen quedan resumidas a continuación.

*Exámenes con respuestas tipo ensayo (o de respuestas largas):*

- Leer e interpretar las preguntas muy cuidadosamente.
- Subrayar las palabras importantes de la pregunta para centrar la atención.
- Anotar todas las ideas iniciales, cuantas más mejor.
- Probar con varias ideas de organización que unan los puntos resultantes de la manera más lógica y concisa.
- Perfilar el ensayo basado en el esquema de organización.
- Escribir el ensayo, prestando mucha atención al desarrollo lógico del razonamiento y a la fluidez de la narración.

*Exámenes de respuestas cortas:*

- Considerar los exámenes de respuestas cortas como pruebas de pensamiento lógico y conciso.
- Adivinar las respuestas sólo en el caso de que no haya penalización por ello.
- No copiarse (puede estar equivocada).
- Tener cuidado de que cada respuesta quede registrada en el espacio correcto.

*Exámenes de tipo “verdadero o falso”:*

- Tener cuidado si se trata de adivinar alguna respuesta, ya que generalmente se restan puntos a los errores.
- Subrayar las palabras clave en cada pregunta.
- Memorizar una idea corta o definiciones.

*Exámenes a libro abierto:*

— Se debe dominar los temas y conceptos principales igual o mejor que para un examen normal, y además se debe saber dónde encontrar las definiciones que le sirvan de ayuda en sus apuntes y libros.

— Tener cuidado con la falsa confianza que puede experimentarse solamente por el hecho de que se tienen las notas y los libros delante.

### **Problemas que afectan al rendimiento en el examen**

Los problemas de los ataques de pánico, bloqueos de memoria, calambres del escritor y cansancio físico en general tienen su mejor tratamiento en la prevención; por ello se recomienda empezar pronto, prepararse y practicarlos. Las directrices adicionales quedan resumidas a continuación.

#### *Ataques de pánico:*

— Practicar el control mental rechazando los pensamientos que puedan provocar temor.

— Desarrollar una reacción de relajación que pueda ser aplicada en el examen, como la respiración profunda.

— Mantener un ritmo respiratorio lento y uniforme.

— Cambiar los pensamientos negativos por otros positivos.

#### *Bloqueos de memoria:*

— Anotar conceptos asociados con el asunto olvidado y buscar líneas de conexión.

— Imaginar que se es el profesor escribiendo la pregunta y anotando la respuesta correcta. Ver la pregunta desde puntos de vista alternativos.

— Utilizar otras preguntas del examen como trampolines o palancas para que le ayuden a pensar en el asunto olvidado.

#### *Calambre del escritor:*

— Entrenar los músculos de la mano para que soporten crecientes períodos de escritura en condiciones de examen simuladas.

— Ocasionalmente, dejar que la mano cuelgue suelta a nuestro lado, para aliviar el estrés y la tensión.

*Fatiga física:*

— No reducir drásticamente las horas de sueño durante mucho tiempo. Se necesitará estar bien despierto durante el período de los exámenes.

— Extender las extremidades por periodos frecuentes durante el examen, para calmar la tensión.

Se finaliza la sesión con una ronda de preguntas por parte de los alumnos, indicando opiniones, dudas o alguna observación.

**Indicador de evaluación:** Se logró con éxito la actividad.

## **SEMANA XII**

### **Sesión II:** Preparación y enfrentamiento a los exámenes

**Objetivo:** Motivar al alumno para que esté preparado durante sus exámenes.

**Estrategias:** Trabajo en grupo, dramatización.

**Materiales:** Hojas bond y lápiz.

**Duración:** 60 minutos

**Desarrollo:** Se empieza con formar grupos de 8, los cuales tendrán que realizar una escena teatral todos tienen que participar y se tiene que entender el mensaje. El tema es “cómo me preparo para los exámenes”, guiándose de la parte teórica de la sesión anterior. Desarrollando un problema ante los exámenes y finalizando con un consejo o mensaje para resolver el problema.

Luego se pide las opiniones de todos los compañeros y se pregunta ¿Cuál escena fue la que más impacto dio con respecto a la actividad? Finalmente se le entrega una hoja de Autoevaluación Final con respecto al programa de intervención “Preparándome para los exámenes”.

**Indicador de evaluación:** Se logró con éxito la actividad.

## **AUTOEVALUACIÓN FINAL DEL PROGRAMA PREPARANDOME PARA LOS EXÁMENES**

Responde a las preguntas marcando las respuestas que más aproxime a tus opiniones respecto al programa que se lleva a cabo. Gracias por su sinceridad.

Opinión sobre el programa y las sesiones:

1.- ¿Consideras que ha sido necesario dar este programa de técnicas de estudio?

- a) Sí, he aprendido algunos métodos para mejorar mis estudios.
- b) Sí, aunque muchas de las técnicas ya las sabía, lo que pasa es que no las practicaba.
- c) No, pienso que la mayoría de las sesiones no me han servido de nada.
- c) No, creo que mi manera de estudiar es la que mejor me sirve para aprobar los exámenes.

2.- ¿Para ti ha sido suficiente el programa para adquirir un buen hábito y técnica de estudio?

- a) Sí, pienso que tanto la parte teórica y práctica ha estado bien en la mayoría de las sesiones.
- b) Sí, pero considero que ha tenido que haber más tiempo destinado para practicar las técnicas.
- c) No, no ha sido suficiente las 12 sesiones que ha constado el programa.
- d) No, como no he prestado atención me da igual la duración del programa.

3.- ¿Cuál de las últimas cuatro sesiones te ha parecido más interesante o has aprendido más conocimientos útiles para tus estudios? (Marca un número del 1 al 10, siendo el 10 el máximo grado de satisfacción).

-Sesión 6: (El subrayado).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

-Sesión 7: (El esquema).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

-Sesión 9: (Toma de apuntes).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

-Sesión 10: (Cómo prepararte los exámenes y cómo enfrentarte a ellos).

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4.- Recuerda la sesión que menos has puntuado. ¿Cuáles han sido los fallos desde tu perspectiva de alumno para que la consideres la peor?

Sugerencias para desarrollar y aplicar lo explicado y practicado en las sesiones.

5.- ¿Cómo te gustaría que se tomaran los exámenes?

1.- Un examen tipo test con algunas preguntas abiertas a contestar.

2.- Un examen tipo ensayo (preguntas para contestar de modo amplio).

3.- Un examen práctico (trabajar sobre un texto en un tiempo determinado).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acevedo, D., Torres, J., & Tirado, D. (2015). Análisis de los Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje a Distancia en Alumnos de Ingeniería de Sistemas de la Universidad de Cartagena (Colombia). *Revista Scielo*, p.1.
- Alonso, J. M. (2005). Manual Para Elaborar el Proyecto Educativo de la Institucion Escolar. Mexico: Plaza y Valdéz, S.A de C.V.
- Alzamora, V. (2007). *SCRIBD*. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/55558724/TESIS-MAESTRIA-parte1>
- Argos, J., & Ezquerro, M. P. (1999). *Principios del currículum: IV Jornadas de Teorías e Instituciones Educativas Contemporáneas*. Graficas Calima F.A.
- Arteaga, A. M. (2012). PERCEPCIÓN DEL DESEMPEÑO DOCENTE Y RENDIMIENTO ACADEMICO EN EL ÁREA DE MATEMÁTICA EN EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA REGIÓN CALLAO. *Escuela de PosGrado Universidad San Ignacio de Loyola*, p.39-42.
- Bernal, M. (2003). *Inteligencia Emocional*. Colombia: Ediciones GAMMA.
- Bernal, M. E. (2003). Pasos para elevar el potencial Infantil. En I. Emocional, *Pasos* (pág. p.67). Colombia: Ediciones Gamma S.A.
- Best, J. W. (1982). *Cómo investigar en educación*. España: Ediciones Morata.
- Beteta, M. C. (2008). RELACIÓN ENTRE LA AUTOEFICACIA Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR Y LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN ALUMNOS DE SECUNDARIA. *Reice*, p. 60-70.
- Brown, T., LeMay, E., & Bursten, B. (2004). *Química La Ciencia Central*. Mexico: Pearson Education.
- Canno, E., Rubio, A., & Serrat, N. (2010). Habilidades, estrategias, técnicas y hábitos de estudio. En *Organizarse mejor* (pág. p.103). Barcelona: Ediciones Grao, de IRIF, S.L.

- Capdevila, A., & Bellmunt, H. (2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: diferencias por género. *Revista Educatio Siglo XXI*, p.1.
- Castillo, L. (16 de julio de 2010). En la tesis titulada factores sociales que generan el desinterés por. *Universidad Aliaga España*. Obtenido de <http://promo2010lenguayliteraturaunfv.blogspot.pe/2010/07/factores-sociales-que-generan-el.html>
- Castillo, M., Glapes, G., Corominas, J., Ramon, E., & Tubilleja, E. (2006). Recursos. En *Cómo evitar el fracaso escolar en Secundaria* (págs. p.17-20). Madrid: Narcea ediciones S.A de ediciones.
- Castillo, N. (Julio de 2010). *Blog*. Obtenido de <http://promo2010lenguayliteraturaunfv.blogspot.pe/2010/07/factores-sociales-que-generan-el.html>
- Castro, I. (2007). *clasev.net*. Obtenido de [clasev.net/v2/mod/resource/view.php?id=18568](http://clasev.net/v2/mod/resource/view.php?id=18568)
- Ccopa, M., & Colqui, P. L. (2014). *Repositorio UNE*. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/151>
- Covey, S. R. (2003). Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva: la revolución ética en la vida cotidiana y en la empresa. En *Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva* (pág. p. 28). Buenos Aires: Paidós Plural.
- Crepo Neyra, D., Medrano Gonzales, M., & Obregon tintaya, W. (2013). *Repositorio UNE Enrique Guzman*. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/1138/TL%20SH-Lx-ii%20C88%202013.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Durante, V., & Fábregas, M. M. (Diciembre de 1998). *Waece*. Obtenido de <http://www.waece.org/biblioteca/pdfs/d036.pdf>
- El 53% del profesorado considera "conveniente" mandar deberes frente a un 18% que se opone. (7 de julio de 2017). *Europa Press*, p.1.

- García, J. M. (2004). *Programa de acción tutorial para la Educación Secundaria Obligatoria*. España: CISSPRAXIS S.A.
- García, V. (1996). *Tartado de Educación Infantil Personalizada*. Madrid: Ediciones Rialp, S.A.
- Gimenez, J., & Gonzáles, J. (2004). *Método para desarrollar hábitos y técnicas de estudio*. Madrid: La Tierra Hoy S.L.
- Góngora, C. (Enero de 2008). *Blog*. Obtenido de <http://metodoparaestudiar.blogspot.pe/2008/01/hbitos-de-estudio.html>
- Granada, U. d. (2011). *Gabinete Psicopedagógico*. Obtenido de *Habitos de Estudio*: <http://www.ugr.es/~ve/pdf/estudio.pdf>
- Hernandez Herrera, C., Rodríguez Perego, N., & Vargas Garza, Á. (2012). Los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje de los alumnos en tres carreras de ingeniería en un tecnológico federal de la ciudad de México. *Revista de educación superior - SciELO*.
- Kelly, W., & Gonzalvo, G. (1982). *Psicología de la Educación*. Madrid: Morata S.A.
- Lamas, H. (2015). Rendimiento Escolar. *Propósitos y Representaciones Psicología Educativa Centro de Investigación USIL*, p. 315-316. Obtenido de Centro de Investigación USIL : <http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/74>
- Lara, V. (10 de noviembre de 2015). *Hipertextual*. Obtenido de Resultados de la Encuesta Nacional de Lectura en México 2015: <https://hipertextual.com/2015/11/libros-mexico-encuesta-nacional>
- Libiano, J. M. (2004). *Programa de acción tutorial para la Educación Secundaria Obligatoria*. Madrid: CISSPRAXIS S.A.
- Lopez de Bernal, M., & Gónzales, M. F. (2003). *Inteligencia Emocional*. Colombia: Ediciones Gamma S.A.
- Lopez, A. (2006). *Estudio y Aprendizaje*. Lima: Ediciones Mirbet.

- Lorenzo, J., & Cartagena, J. M. (2003). *Formacion Y Orientacion Laboral*. España: Mad S.L.
- Luna, E. A. (p. 07 de ABRIL de 2017). ¿Cómo mejorar tus hábitos de estudio? (R. UPAO, Entrevistador)
- Martinez, V., & Pérez, O. (1997). *Los adolescentes ante el estudio: causas y consecuencias del rendimiento Academico*. España: Editorial Fundamentos Colección Ciencia.
- Mejia, H. J. (2016). *Repositorio Institucional ULADECH*. Obtenido de <http://repositorio.uladech.edu.pe/handle/123456789/115>
- Mendoza, M. E., & Ronquillo, D. M. (15 de Enero de 2010). *Scribd*. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/258845268/042-E>
- Molina, L. (2006). *Lectura y Educacion: Los hábitos lectores y su repercusión académica en educación secundaria obligatoria*. *Red de revistas científicas de america latina y el Caribe, España y Portugal*, p.104-105.
- Mori, M., & Ramos, M. (2013). *Repositorio UNH Iquitos*. Obtenido de <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/550/TP%20-%20UNH%20INIC.%20009.pdf?sequence=1>
- Orihuela, K. A. (2015). *Repositorio Institucional UNCP*. Obtenido de <http://repositorio.uncp.edu.pe/handle/UNCP/265>
- Ortega, R. Z. (2012). *Comprensión lectora, hábitos de estudio y rendimiento*. *Comprensión lectora, hábitos de estudio y rendimiento*. Lima, Perú.
- Otero, V. M., & Torres, L. (2005). ANÁLISIS DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO EN UNA MUESTRA. *Revista IBERO-AMERICANA de Educación*, p. 2-8.
- Pisa, M. (2012). *Pisa 2012: Primeros resultados Informe Nacional del Perú*. Perú: UMC.
- Pizzul, M. E. (2013). *La formación humanística, fin esencial de la Universidad*. Argentina: Mar de Plata.

- Pola, A. H. (Marzo de 2013). *imgbiblio.vaneduc.edu*. Obtenido de <http://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC112374.pdf>
- PUCP, I. (SETIEMBRE de 2015). Libros y Hábitos de Lectura. *Instituto de opinion Publica - PUCP*, p.1. Obtenido de <http://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/52103>
- Quiñones, A. V. (2007). Obtenido de [http://www.academia.edu/4584829/Tesis\\_Alfonso\\_Vigo\\_Quinones](http://www.academia.edu/4584829/Tesis_Alfonso_Vigo_Quinones)
- Ramirez, H. V. (2015). *Cybertesis.unmsm*. Obtenido de [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/5794/1/Ramirez\\_gh.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/5794/1/Ramirez_gh.pdf)
- Rubio, A., Cano, E., & Serrat, N. (2010). Cómo organizar el trabajo autónomo y el tiempo de estudio individual. En *Organizarse mejor.: Habilidades, estrategias, técnicas y hábitos de estudio* (pág. p.183). España: Editorial Graó, de IRIF, S.L.
- Sala, J. C. (18 martes de julio de 2017). ¿Qué son las Dificultades Específicas de Aprendizaje? *Publimetro. pe*, pág. p.1.
- Torres, L. E. (2008). *Repositorio Digital de Tesis PUCP*. Obtenido de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/650>
- Torres, V. M., Mancilla de Alba, A., & Aceves, M. A. (2012). Por qué son importantes los hábitos de estudio en los niños. *YEI*, p.1.
- Uehara, J. (2014). La importancia de los hábitos de estudio en el éxito escolar de nuestros hijos. *Revista Latina*, p.1.
- Valdes, Z. E. (Febrero de 2012). Obtenido de [http://www.ulat.ac.pa/es/direccion\\_investigacion/Habitos%20de%20Estudios%20como%20Factor%20del%20exito%20Escolar.pdf](http://www.ulat.ac.pa/es/direccion_investigacion/Habitos%20de%20Estudios%20como%20Factor%20del%20exito%20Escolar.pdf)
- Valverde, M. A. (SABADO 4 de AGOSTO de 2012). *ENTRE PASILLOS Y AULAS*. Obtenido de IMPORTANCIA DE LOS HÁBITOS DE ESTUDIO PARA EL ÉXITO ESCOLAR (2):

<http://entrepasillosyaulas.blogspot.pe/2012/08/importancia-de-los-habitos-de-estudio.html>

Velázquez, J. M. (2001). Curso Elemental de Psicología. En *Curso Elemental de Psicología* (págs. p. 320-321). Mexico: Selector.

Vicuña, L. (2005). Hábitos de estudio CASM 85. Lima -Perú: TEA Ediciones.

Vildoso, V. S. (2003). *Sistema de Biblioteca UNMSM*. Obtenido de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtual/Tesis/Human/vildoso\\_gv/vildoso\\_gv.htm](http://sisbib.unmsm.edu.pe/BibVirtual/Tesis/Human/vildoso_gv/vildoso_gv.htm)

Villaroel Colque, K., & Loza Sosa, J. M. (2011). Hábitos de estudio y tiempo de permanencia en estudiantes de semestres inicial, intermedio y final de la Universidad Adventista de Bolivia, gestión 2011. *Revista Boliviana Electronicas en línea*, 1.

Villarroel, K., & Loza, J. M. (2011). Hábitos de estudio y tiempo de permanencia en estudiantes de semestres inicial, intermedio y final de la Universidad Adventista de Bolivia, gestión 2011. *Revista de Investigación Scientia*, p.1.

Wagele, E. (2005). Engrama para Padres y Educadores. En *Nueve tipos de niños y como educarlos satisfactoriamente* (págs. p.121-122). Madrid: Narcea, S.A Ediciones.

## Anexos

### Anexo 1: Matriz de Consistencia

Problema	Objetivos	Metodología
<p><b>Problema General</b></p> <p>¿Cuál es el nivel de hábitos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p> <p><b>Problemas específicos</b></p> <p>¿Cuál es el nivel de como estudia usted en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p> <p>¿Cuál es el nivel de como hace sus tareas en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p> <p>¿Cuál es el nivel de como prepara sus exámenes en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p> <p>¿Cuál es el nivel de como escucha las clases en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p> <p>¿Cuál es el nivel de que acompaña sus momentos de estudio en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac?</p>	<p><b>Objetivo General</b></p> <p>Determinar los niveles de hábitos de estudio, estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <p>Determinar el nivel de como estudia usted en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p> <p>Determinar el nivel de como hace sus tareas en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p> <p>Determinar el nivel de como prepara sus exámenes en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p> <p>Determinar el nivel de como escucha las clases en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p> <p>Determinar el nivel de que acompaña sus momentos de estudio, en estudiantes del segundo y tercer año de secundaria de la I.E.P "El Universo de César Vallejo" - Pachacamac.</p>	<p><b>Población:</b></p> <p>45 alumnos, con ambos sexos, 29 hombres y 16 mujeres, en el rango de edades de 12 a 14 años y en diferentes grados de segundo y tercero de secundaria.</p> <p><b>Muestra:</b></p> <p>El tipo de muestreo es censal pues selecciona al 100% de la población.</p> <p><b>Delimitación Temporal:</b></p> <p>Agosto 2017</p> <p><b>Tipo de Investigación:</b></p> <p>Investigación Descriptiva</p> <p><b>Diseño de Investigación:</b></p> <p>No experimental</p> <p><b>Variable:</b></p> <p>Hábitos de estudio</p> <p><b>Instrumento:</b></p> <p>Inventario de hábitos de estudio CASM 85</p>

## Anexo 2: Carta de permiso

 **Universidad  
Inca Garcilaso de la Vega**  
Nuevos Tiempos. Nuevas Ideas  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

Lima, 25 de agosto del 2017

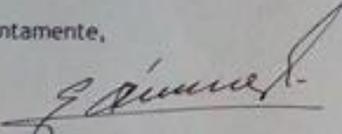
Carta N° 2354-2017-DFPTS

Señora  
**MARIA ELENA CORDOVA OJEDA**  
DIRECTORA  
I.E. "EL UNIVERSO DE CESAR VALLEJO"  
Presente.-

Luego de recibir mis saludos y muestras de respeto, presento a la señorita **Stefany del Socorro REQUENA SULLON**, estudiante de la Carrera Profesional de Psicología de nuestra Facultad, identificada con código 05-012756-8, quien desea realizar una muestra representativa de investigación en la Institución que usted dirige; para poder así optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, bajo la Modalidad de Suficiencia Profesional.

Agradezco la atención a la presente carta y renuevo mis cordiales saludos.

Atentamente,

  
 **Dr. RAMIRO GÓMEZ SALAS**  
Decano (a)  
Facultad de Psicología y Trabajo Social

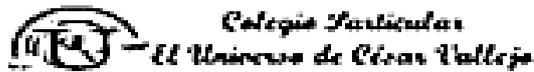
 **Facultad de Psicología y Trabajo Social**

  
**Maria Elena Cordova**  
DIRECTORA TUTORA  
UCV  
25/08

RGS/ob  
Id. 721674

Av. Prol. Thonans 248, Lima  
Teléfonos: 433 1615 / 433 2795 Anexo. 3304  
E-mail: psic-soc@ugv.edu.pe

### Anexo 3: Carta de Confirmación



*"AÑO DEL BUEN SERVICIO CIDADANO"*

Lima, 06 de setiembre del 2017.

**Lic. María Elena Córdova Ojeda**

**Directora de la I.E.P El "Universo de Cesar Vallejo"- Pachacamac**

Presente.-

Asunto: Muestra Representativa de Investigación

Tengo el agrado de dirigirme a usted, para saludar cordialmente y atención al documento de la referencia, donde la universidad Inca Garcilaso de la Vega, solicita que el estudiante Stefany del Socorro Requena Sullón, pueda realizar una muestra representativa de la investigación en la Institución Educativa Particular El Universo de Cesar Vallejo - Pachacamac, con la finalidad de optar su Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Al respecto, se autoriza a la Srta. Stefany del Socorro Requena Sullón, identificado con el código 0-5012756-B, efectuar la muestra representativa de investigación, con la condición que envíe una copia de los resultados obtenidos en nuestra institución educativa, bajo responsabilidad del solicitante.

Sin otro en particular, hago propicia la oportunidad de reiterarle los sentimientos de mi especial cordialidad y estima.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink, appearing to read "M. E. Córdova".

.....  
**María Elena Córdova**  
DIRECTORA TUTORA  
U.S. 26/09/17

---

Dirección: María Mercedes Mz. G Lote 24, 25 – Pachacamac Tel: 3684448

Anexo 4: Instrumento

**INVENTARIO DE HABITOS DE ESTUDIO  
CASM - 85**

*Autor: Luis Alberto Vicuña Per*

**HOJA DE RESPUESTAS**

**APELLIDOS Y NOMBRES:** \_\_\_\_\_  
**FECHA Y LUGAR DE NACIMIENTO:** \_\_\_\_\_  
**SEXO:** \_\_\_\_\_ **EDAD ACTUAL:** \_\_\_\_\_ **FECHA DE HOY:** \_\_\_\_\_  
**GRADO DE INSTRUCCION:** \_\_\_\_\_  
**CENTRO DE ESTUDIOS:** \_\_\_\_\_  
**DOMICILIO:** \_\_\_\_\_  
**EXAMINADOR:** \_\_\_\_\_

**INSTRUCCIONES**

*Este es un Inventario de Hábitos de Estudio, que le permitirá a usted conocer las formas dominantes de trabajo en su vida académica y de esa manera aislar aquellas conductas que pueden estar perjudicándole su mayor éxito en el estudio. Para ello, sólo tiene que poner una "X" en el cuadro que mejor describa su caso particular; PROCURE CONTESTAR NO SEGUN LO QUE DEBERIA HACER O HACEN SUS COMPAÑEROS SINO DE LA FORMA COMO USTED ESTUDIA AHORA.*

**OBSERVACIONES:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**RECOMENDACIONES:** \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**I.- ¿COMO ESTUDIA USTED?**

	SIEMPRE	NUNCA	PD
1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
2. Subrayo las palabras cuyo significado no se .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no se .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he comprendido .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
6. Luego, escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
8. Trato de memorizar todo lo que estudié .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
9. Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
10. Me limito a dar una leída general a todo lo que tengo que estudiar .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas ya estudiados .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
12. Estudio sólo para los exámenes .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

**II.- ¿COMO HACE UD. SUS TAREAS?**

13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta casi como dice el libro .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto según como he comprendido .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
15. Las palabras que no entiendo, las escribo como es tan en el libro, sin averiguar su significado .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
16. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
17. En mi casa, me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en el colegio preguntando a mis amigos ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

	SIEMPRE	NUNCA	PD
18. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
19. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no las concluyo dentro del tiempo fijado .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
20. Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra ..	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
21. Cuando no puedo resolver una tarea me dá rabia o mucha cólera y ya no lo hago .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
22. Cuando tengo varias tareas empiezo por la más difícil y luego voy pasando a las más fáciles .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

### III. ¿COMO PREPARA SUS EXAMENES?

23. Estudias por lo menos dos horas todos los días .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
24. Espero que se fije la fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
25. Cuando hay paso oral, recién en el salón de clase me pongo a revisar mis apuntes .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
27. Repaso momentos antes del examen .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
28. Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
29. Confio que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
30. Confio en mi buena suerte por eso sólo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntará .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil ...	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
32. Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que he estudiado .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

**IV.- ¿COMO ESCUCHA LAS CLASES?**

	SIEMPRE	NUNCA	PO
34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
35. Sólo tomo apuntes de las cosas más importantes .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
36. Inmediatamente después de una clase ordeno mis apuntes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
38. Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
39. Me canso rápidamente y me pongo hacer otras cosas ..	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
41. Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo todo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
42. Cuando no entiendo un tema mi mente se pone a pensar, soñando despierto .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
44. Durante las clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

**V.- ¿QUE ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO?**

	SIEMPRE	NUNCA	PO
46. Requiere de música sea del radio o del tocadisco .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
47. Requiere la compañía de la TV .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
48. Requiere de tranquilidad y silencio .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
49. Requiere de algún alimento que como mientras estudio	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
50. Mi familia: que conversan, ven TV o escuchan música .	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
51. Interrupciones por parte de mis padres pidiéndome algún favor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
52. Interrupciones de visitas, amigos, que me quitan tiempo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—
53. Interrupciones sociales; fiestas, paseos, citas, etc. ....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	—

**- GRACIAS POR SU COLABORACION -**