

LAMAR

HERRAMIENTAS EN LA ACTIVIDAD TUTORIAL. MODULO III



LAURA SABINA

NAVARRO REAL

CODIGO:1710021

ACTIVIDAD #5

UTILIDAD Y FUNCIONAMIENTO DE LOS FORMATOS PITS COMO APOYO EN EL SEGUIMIENTO Y ACOMPAÑAMIENTO EN EL PROCESO DE TUTORÍAS.

Aplicación de PIT 01, PIT 02 Y PIT 03

El instrumento **PIT 01** ayuda al estudiante a darse cuenta de cómo son sus hábitos y actitudes ante el estudio. A la vez le permite identificar los aspectos que debe mejorar para alcanzar un mejor desempeño académico. Con este instrumento el alumno logra conocerse más y replantearse sus objetivos escolares a corto, mediano y largo plazo.

El instrumento **PIT02** está dirigido a que el alumno conozca cuál es su nivel de motivación académica, que circunstancias le afectan para que ésta no se presente de manera constante y que le falta para alcanzar una plena satisfacción en sus estudios.

En cuanto al instrumento **PIT03**, es una herramienta que permite al alumno identificar su grado de autoestima, darse cuenta de cómo se percibe y valora a sí mismo. Por otra parte también, le da los indicadores para que analice como se desenvuelve y proyecta su imagen ante los demás.

En general estos tres primeros cuestionarios son de mucha utilidad tanto para el estudiante como para el Tutor; ya que mediante los resultados arrojados en estos, se podrá determinar cómo encausar y acompañar al tutorado dentro del proceso de tutorías.

PIT 04

El documento **PIT 04**, está diseñado para que el alumno se comprometa por escrito a asistir puntualmente a sus sesiones de tutoría en el horario establecido, a participar en forma activa y cumplir con las actividades encomendadas en el tiempo que determine el responsable del programa.

PIT 05

El **PIT 05**, es la Bitácora de Trabajo que deberá llevarse durante el proceso de tutorías en una modalidad individual, y en la cual es importante registrar la fecha, el motivo tratado y la firma del alumno. Dicho documento se deberá integrar al expediente de cada tutorado.

PIT 06

El PIT 06 se utiliza para el informe de sesiones de tutoría grupal y en el cual se debe registrar el número de sesión, la fecha, el tema tratado, el grupo al que se le está dando seguimiento, el número de integrantes y la firma del representante del grupo.

PIT 07

Este formato es utilizado cuando la situación personal y académica del alumno es muy complicada. En el documento es necesario registrar el nombre y carrera que cursa el alumno, la fecha, motivo de remisión, las sugerencias dadas por CAPI (Centro de Atención Psicológica) hacia el tutor. El pase de atención debe ir firmado por el Tutor y el responsable de CAPI.

PIT 08

Es la Bitácora de liberación o aceptación de responsabilidades y sirve para canalizar al alumno a CAPI. En caso de que el alumno tome la decisión de no asistir a Tutorías o rechaza recibir apoyo Psicológico, deberá asentarse en este documento con la firma del estudiante en cuestión.

PIT09

Es el documento que permite al Coordinador de Carrera evaluar el desempeño del Tutor y debe ir acompañado del nombre del tutor, nombre y código del coordinador de carrera, así como la clave de la carrera a la que pertenece el alumno.

PIT 10

Este instrumento denominado informe de la actividad tutorial, tiene como finalidad registrar el número de alumnos atendidos durante el ciclo escolar, especificando el grado académico y el nombre de los mismos. Con esto se lleva un control del expediente de cada tutorado.

PIT 11

El **PIT 11** es el Instrumento de evaluación del desempeño en la tutoría, el cual consiste en una serie de preguntas que deberá contestar el alumno de manera objetiva, para con ello evaluar la labor de su tutor y en general el proceso de la tutoría.

PIT 12

Mediante este documento de Evaluación de las dificultades de la acción tutorial, el tutor debe realizar su autoevaluación de desempeño en el proceso de la tutoría, el cual será entregado al Coordinador del Programa Institucional de Tutorías.

PIT 13

Por último el tutor entrega al Coordinador de Tutorías, la evidencia del trabajo de tutoría realizado con los alumnos.

PREGUNTAS

¿En dónde se resguardan y quien tiene acceso a los expedientes de cada alumno?

¿Si el alumno decide no asistir a tutorías o a CAPI, qué otras alternativas se le ofrecen para apoyarlo en su rendimiento escolar o que es lo que prosigue con esos alumnos?

Cuando se canaliza a un alumno a CAPI ¿el tutor debe acompañarlo o únicamente lo remite al Psicólogo?

¿El Psicólogo y el Tutor tienen reuniones periódicas para seguir el caso de los alumnos con situaciones complicadas, o la comunicación se da únicamente vía documentos?

¿Existe en algún momento comunicación entre el Tutor de Carrera y los padres de familia de aquellos alumnos con situaciones difíciles?

¿Una vez que el Tutor termina el proceso de tutorías, y este realiza su autoevaluación, el Coordinador del Tutorías le brinda una retroalimentación en cuanto a su desempeño?

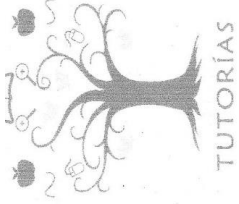
¿Con que frecuencia se da la comunicación entre Coordinador de Carrera y el Tutor?

PIT 05. BITÁCORA DE TRABAJO



UNIVERSIDAD GUADALAJARA LAMAR

BITÁCORA DE TRABAJO



NOMBRE DEL TUTOR: LAURA SABINA NAVARRO REAL

NOMBRE DEL

ALUMNO: CAROLINA MENDOZA REVILLA MATRÍCULA: LAR 959 GRUPO: 2° LAR

FECHA DE LA SESIÓN	MOTIVO DE TUTORIA	FECHA DE LA PRÓXIMA SESIÓN	FIRMA ALUMNO
21 OCT 2015	ENTREVISTA	28 OCT 2015	<i>[Firma]</i>
28 OCT 2015	IDENTIDAD Y AUTOESTIMA	04 NOV 2015	<i>[Firma]</i>
04 NOV 2015	ESTRATEGIAS DE ESTUDIO	11 NOV 2015	<i>[Firma]</i>
11 NOV 2015	EJERCICIOS DE MEMORIZACION Y RAZONAMIENTO LOGICO	18 NOV 2015	<i>[Firma]</i>
18 NOV 2015	RETROALIMENTACION		<i>[Firma]</i>

SESION 1. ENTREVISTA

CAROLINA MENDOZA

TEST DE AUTOEVALUACION PARA ESTUDIANTES

Este test fue preparado en la Universidad de Ohio (EE.UU). La prueba se realizó entre cien estudiantes: 50 buenos y 50 mediocres.

INSTRUCCIONES.

Lo único que tienes que hacer es leer atentamente cada pregunta y responder con un SI o con un NO, en cada casillero.

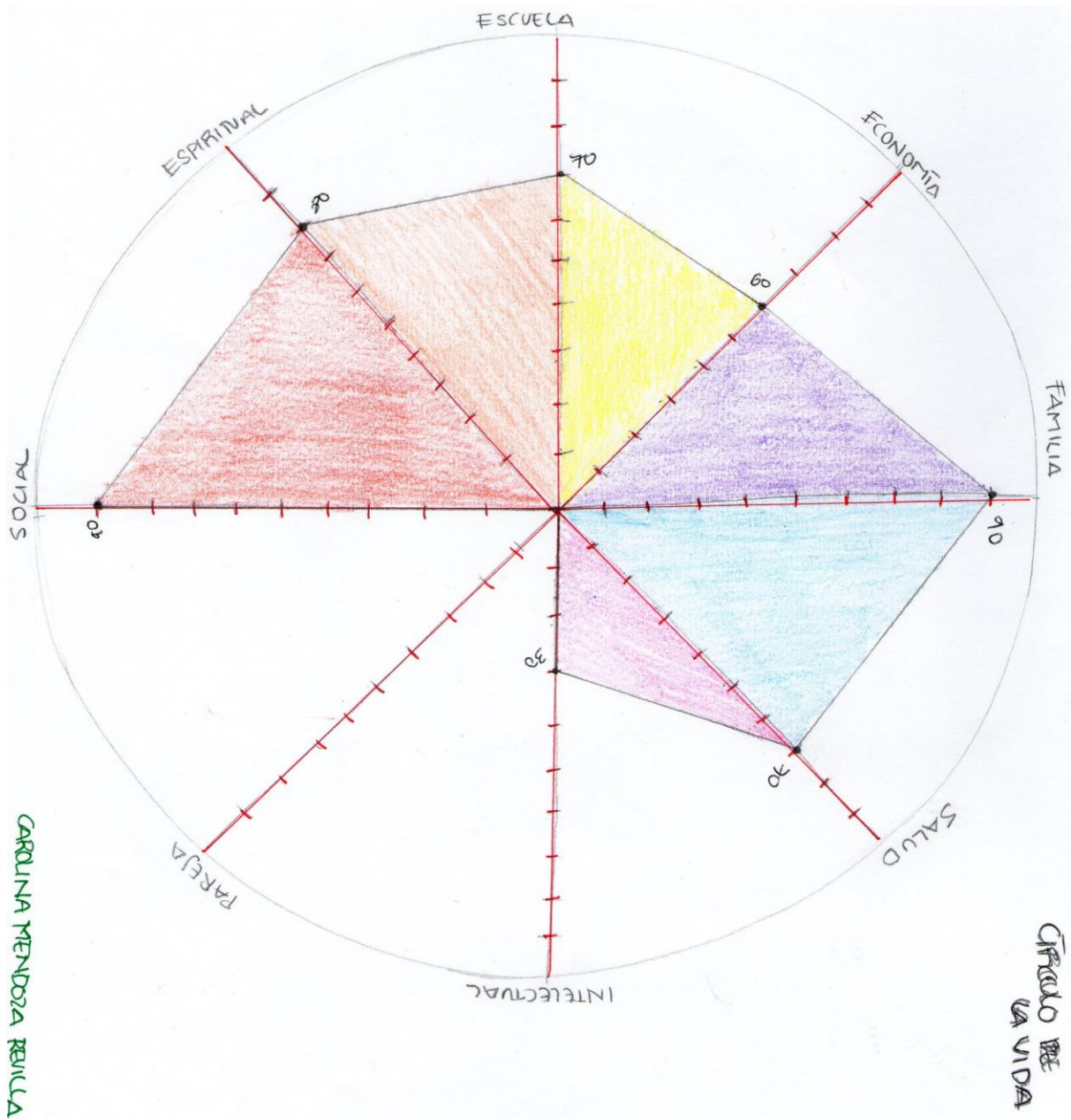
CUESTIONARIO.

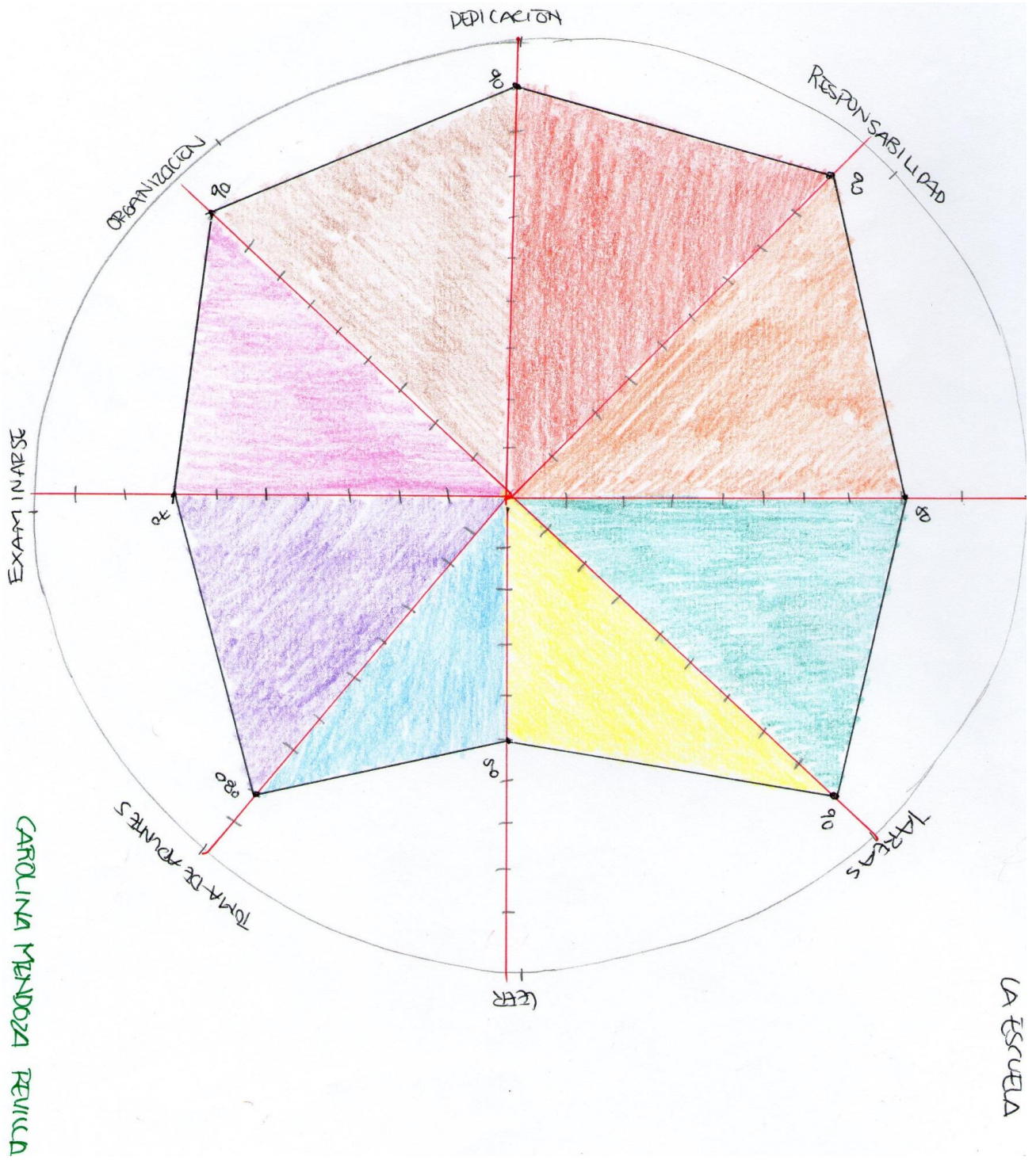
	SI	NO
1. ¿Tienes problemas o intereses personales que te alejan del estudio?	X	
2. ¿Te interesan, en general, las materias que cursas?	X	
3. ¿Te preguntas, a menudo, 'para qué debo hacer o saber tal cosa', y no tienes respuesta?		X
4. ¿Te preguntas, a menudo, 'cómo debo aprender tal cosa', y no tienes respuestas para darte?	X	
5. ¿Intervienes en los diálogos de clase?	X	
6. ¿Tienes problemas de adaptación con tus compañeros?		X
7. En general, ¿tienes problemas de adaptación con tus profesores?		X
8. ¿Tienes un plan de trabajo para cada día?		X
9. Si es así, ¿te ajustas a él?		X
10. ¿Te fijas un horario para cada tarea?	X	
11. Si es así, ¿lo cumples rigurosamente?	X	
12. ¿Terminas tus trabajos escolares a su debido tiempo?	X	
13. ¿Estudias primero las materias que te requieren mayor esfuerzo?	X	
14. ¿Dedicas más tiempo a las materias o tareas que te resultan más difíciles?	X	
15. ¿Tienes un lugar adecuado, silencioso, con suficiente luz, comodidad, etc, para realizar tus tareas (ya sea en tu casa, en una biblioteca, etc)?	X	
16. ¿Posees todos los materiales necesarios para cada materia de estudio?	X	
17. ¿Hay en tu mesa de trabajo un espacio limpio y ordenado, suficientemente amplio como para trabajar o estudiar cómodamente?	X	
18. ¿Sabes siempre, de un día para otro, qué tareas han asignado los distintos profesores (sean escritas, gráficas, manuales, para responder oralmente, etc.)?	X	
19. ¿Guardas juntos los apuntes de una misma materia?	X	
20. ¿Sabes usar los índices de los libros?	X	
21. ¿Sabes cómo buscar en una biblioteca un libro determinado, del que conoces el título y/o autor?		X
22. ¿Sabes cómo buscar en una biblioteca los libros que puedan ayudarte a estudiar un tema o resolver un problema, pero que no te han indicado?		X
23. Cuando estudias, ¿sueles hacer una lectura general del capítulo antes de leerlo por partes?	X	
24. Si en tu libro existen resúmenes al final de cada capítulo, ¿los lees antes de comenzar el estudio de esa lección?		X

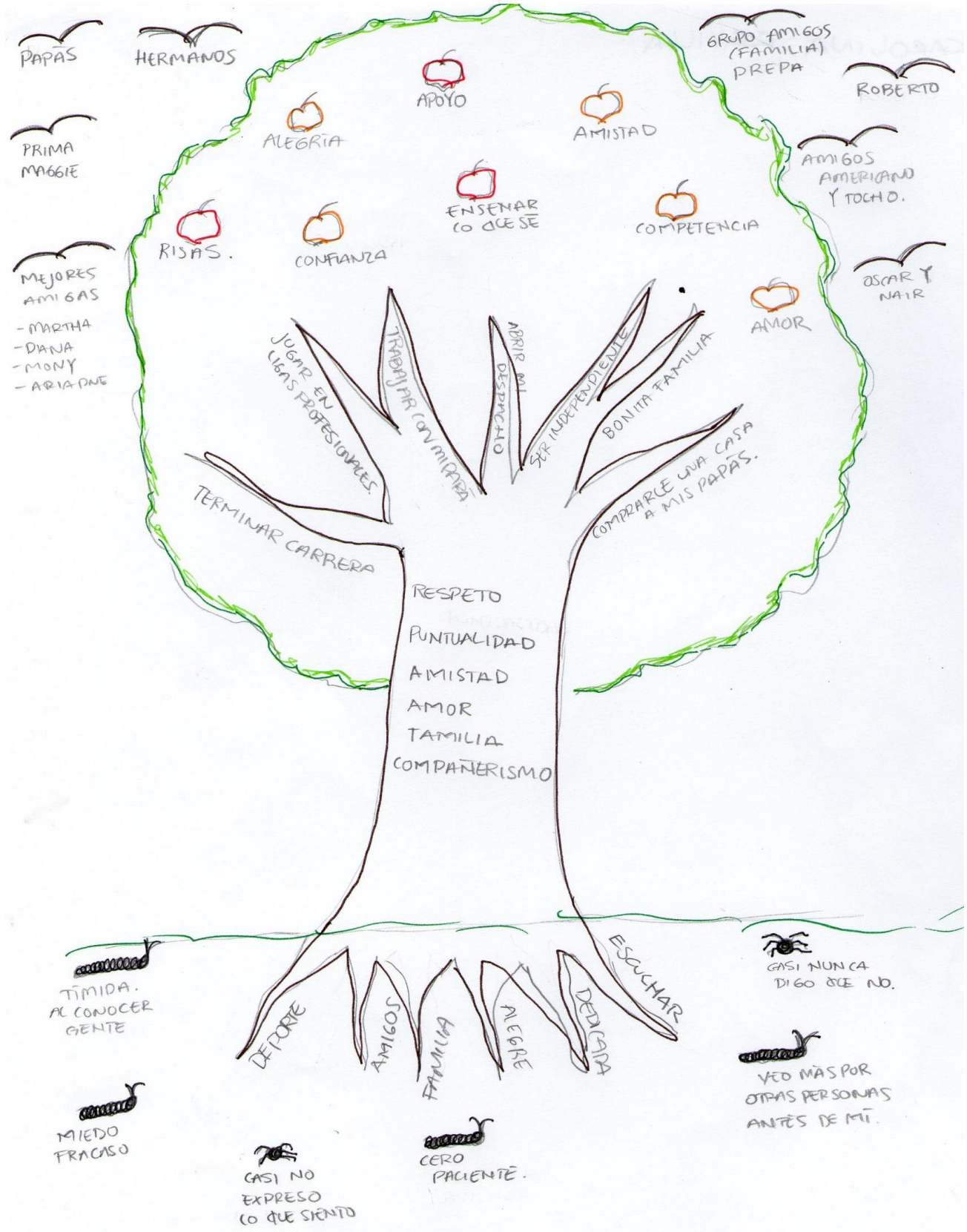
CAROLINA MENDOZA

	SI	NO
25. Cuando encuentras en tu lectura una palabra que desconoces, ¿sueles buscarla en el diccionario?	X	
26. Cuando encuentras un término científico o técnico, cuyo significado desconoces, ¿recurras a los diccionarios especializados?		X
27. Después de la lectura general, ¿lees atentamente parte por parte para comprender mejor lo que quieres asimilar?	X	
28. Al preparar un tema, ¿pretendes aprendértelo de memoria sin haberlo comprendido?	X	
29. ¿Pretendes memorizar todo el capítulo sin distinguir lo esencial de lo accesorio?		X
30. ¿Pasas por alto, siempre o casi siempre, los mapas, gráficos, tablas, aclaraciones que se dan al pie de páginas, etc.?		X
31. ¿Te ayudas con cuadros sinópticos, diagramas, etc., que tú mismo/a haces para favorecer la memorización?	X	
32. ¿Tratas de expresar siempre los contenidos fundamentales con tus palabras, sea en forma oral o escrita?	X	
33. ¿Estableces relaciones entre los conocimientos nuevos y los que ya posees?	X	
34. ¿Anotas las dudas que no has podido responder?	X	
35. ¿Consultas acerca de ellas a tus profesores?	X	
36. ¿Tomas en general los apuntes de clase en forma esquemática, cuando el profesor explica y no dicta?	X	
37. Si es así, ¿rehaces luego esos apuntes dándoles orden y coherencia?	X	
38. ¿O pretendes copiar, palabra por palabra, las explicaciones?	X	
39. ¿Sueles quedarte estudiando hasta altas horas de la noche?	X	
40. ¿Duermes lo suficiente como para estar durante el día en un estado descansado?		X
41. ¿Dispones diariamente de algunos ratos de distracción?	X	
42. ¿Haces repasos periódicos, cada día, cada semana, e inmediatamente antes de un examen?	X	
43. ¿Estudias en "dosis" diarias o semanales adecuadas?		X
44. ¿Te atiborras de lectura y de estudio poco antes de un examen?		X
45. ¿Tratas de aclarar siempre cuáles son los "puntos flojos" de tus trabajos a fin de corregirlos?	X	
46. ¿Tienes por costumbre estudiar solo/a?	X	
47. ¿Te gusta estudiar solo/a?	X	
48. ¿Tienes por costumbre estudiar o trabajar en grupo?		X
49. ¿Te gusta trabajar en grupo?		X
50. ¿Cuando tienes alguna dificultad en tus trabajos escolares, pides ayuda a tus profesores, a un familiar, a tus amigos o compañeros?	X	

SESION 2. IDENTIDAD Y AUTOESTIMA.







CAROLINA Mendra

SESION 3. ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

TECNICAS DE ESTUDIO

Presta mucha atención a estos ejercicios de técnicas de estudio que te servirán para saber qué tipo de estudiante eres.

Observa cómo esto te puede ayudar para implementar técnicas de aprendizaje acelerado.

Estos ejercicios de técnicas de estudio consisten en responder tres listas de preguntas. A partir de allí, podrás saber más sobre tu forma como estudiante.

Pero ¿qué es esto de formas de estudiar? Tú tienes una forma preferida de estudiar. Entender y comprender cuál es tu forma de estudio te ayudará a estudiar más efectivamente.

Una vez que descubras cuál es tu forma de estudiar, podrás potenciar tu fortaleza y mejorar la habilidad para estudiar.

Debes mirar cada una de las tres listas. Luego, ir marcando aquellas características que te describan mejor.

Aquella lista que tenga más marcas será la que mejor explique tu forma de estudiar. Disfruta de estos ejercicios de técnicas de estudio.

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 1.

1. ___ necesita tocar las cosas.
2. ___ recoge cosas.
3. habla rápido usando las manos para comunicar lo que desea decir.
4. constantemente tiene los dedos ocupados (bolígrafos, llaves, teléfono celular)
5. es bueno en los deportes
6. ___ separa cosas, o pone cosas todas juntas.
7. ___ prefiere estar parado mientras trabaja.
8. le gusta tener música de fondo cuando trabaja.
9. le gusta trabajar con las manos y hacer cosas.
10. le gusta masticar chicles o comer en clases.
11. ___ aprende gracias al movimiento y explora el medio que lo rodea.
12. ___ puede ser que lo consideren hiperactivo.
13. ___ es bueno encontrando su camino.
14. ___ se siente bien tocando a otros como un signo de amistad (por ejemplo a través de abrazos)
15. ___ prefiere hacer cosas más que mirar una demostración sobre cómo se hace o leerlo en un libro.

CAROLINA MENDOZA

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 2

1. ___ pide repetir las instrucciones en forma verbal.
2. ___ mira las expresiones faciales y el lenguaje corporal
3. le gusta tomar notas para releer luego
4. recuerda mejor cuando toma notas varias veces o realiza dibujos y diagramas
5. ___ es un buen orador
6. ___ pone la televisión o la computadora bastante fuerte
7. ___ se pierde con direcciones verbales
8. prefiere la información presentada en forma visual
9. es muy hábil haciendo gráficos, cuadros y otras formas visuales.
10. puede entender y seguir direcciones en mapas
11. cree que la mejor forma de recordar algo es imaginándose en la cabeza
12. ___ sigue las instrucciones de forma escrita mucho mejor que aquellas que son en forma oral
13. ___ es bueno resolviendo rompecabezas
14. ___ es bueno en las formas de artes visuales.

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 3

1. ___ sigue direcciones orales mejor que las escritas
2. ___ le gusta más escuchar una clase más que leer un material en un libro
3. entiende mejor cuando lee en voz alta
4. ___ le cuesta mantener los libros prolijos
5. prefiere escuchar la radio más que leer un diario
6. frecuentemente canta para si mismo
7. no le gusta leer de la pantalla de la computadora
8. cuando escucha dos sonidos similares, puede decir si los sonidos son igual o distintos
9. ___ necesita que le expliquen los diagramas, gráfico o mapas
10. ___ disfruta hablar con otros
11. habla consigo mismo
12. ___ utiliza música de comerciales para aprender
13. prefiere escuchar música más que mirar una obra de arte
14. usa los dedos para señalar cuando lee
15. ___ le gusta contar chistes, historias o hacer analogías para demostrar su punto de vista.

Conclusión

Cheque que tipo de estudiante es. ¿Cuál ha tenido más puntos?:

Lista 1 – Su estilo de aprendizaje es kinestésico

Lista 2 – Su estilo de aprendizaje es visual

Lista 3 – Su estilo de aprendizaje es auditivo

CAROLINA MENDOZA

SESION 4. EJERCICIOS DE MEMORIZACIÓN Y RAZONAMIENTO LÓGICO

CAROLINA
MENDOZA

En este poema hay 9 palabras ocultas, cada una de las cuales representa el nombre de una fruta. Hay una en cada de las nueve líneas del poema. Como ejemplo, la palabra de la primera frase, que es peraa, esta subrayada para que la encuentre con más facilidad y al mismo tiempo vea cómo pueden presentarse las demás.

ACERTIJO DE LAS PALABRAS OCULTAS

Yo lo supe razonablemente pronto,

como me lo narraron te lo cuento,

× algunos pasan días y días

en que se queman gozosos,

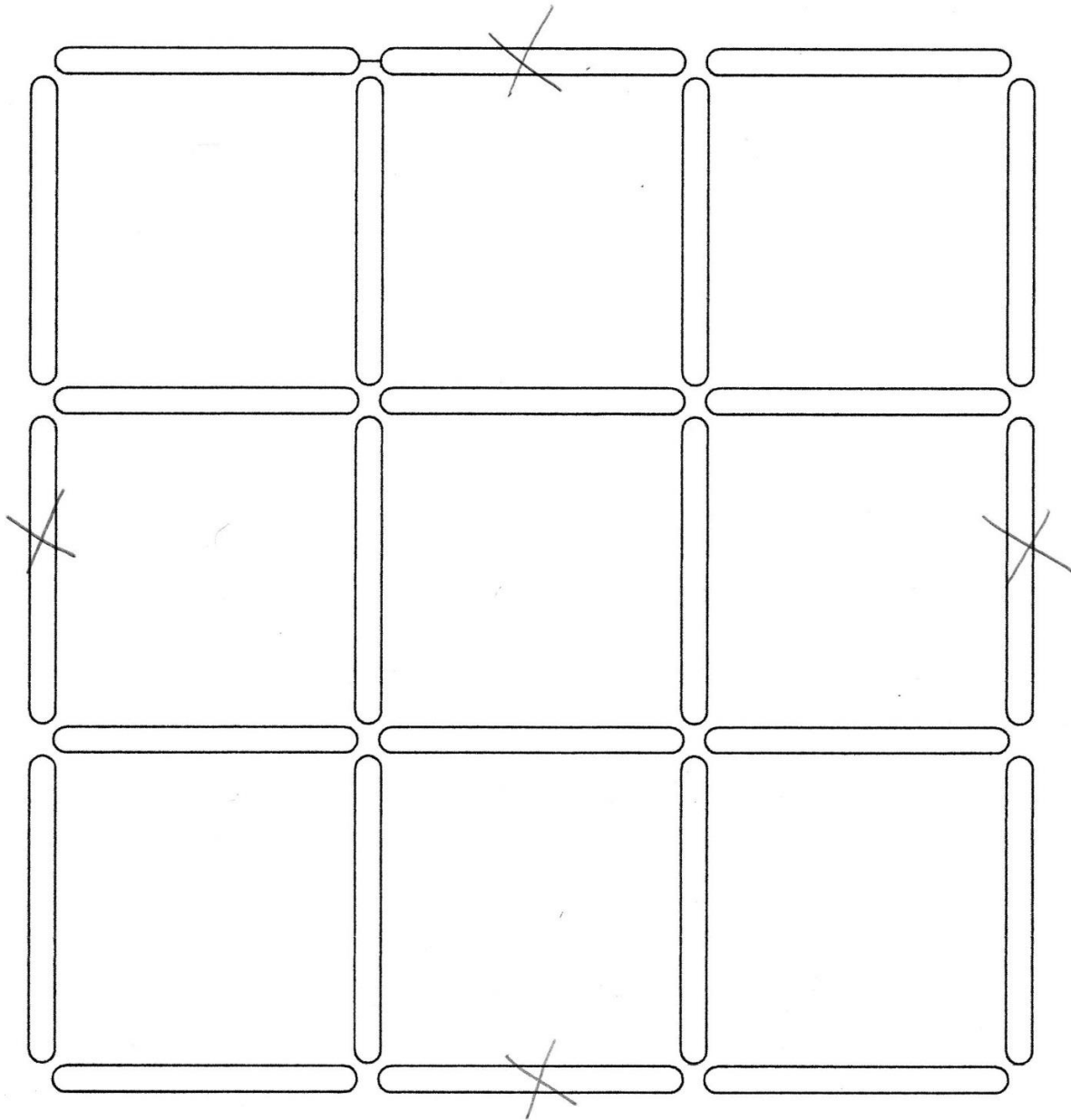
buscando cómo racionalizar

y acompasadamente lograr

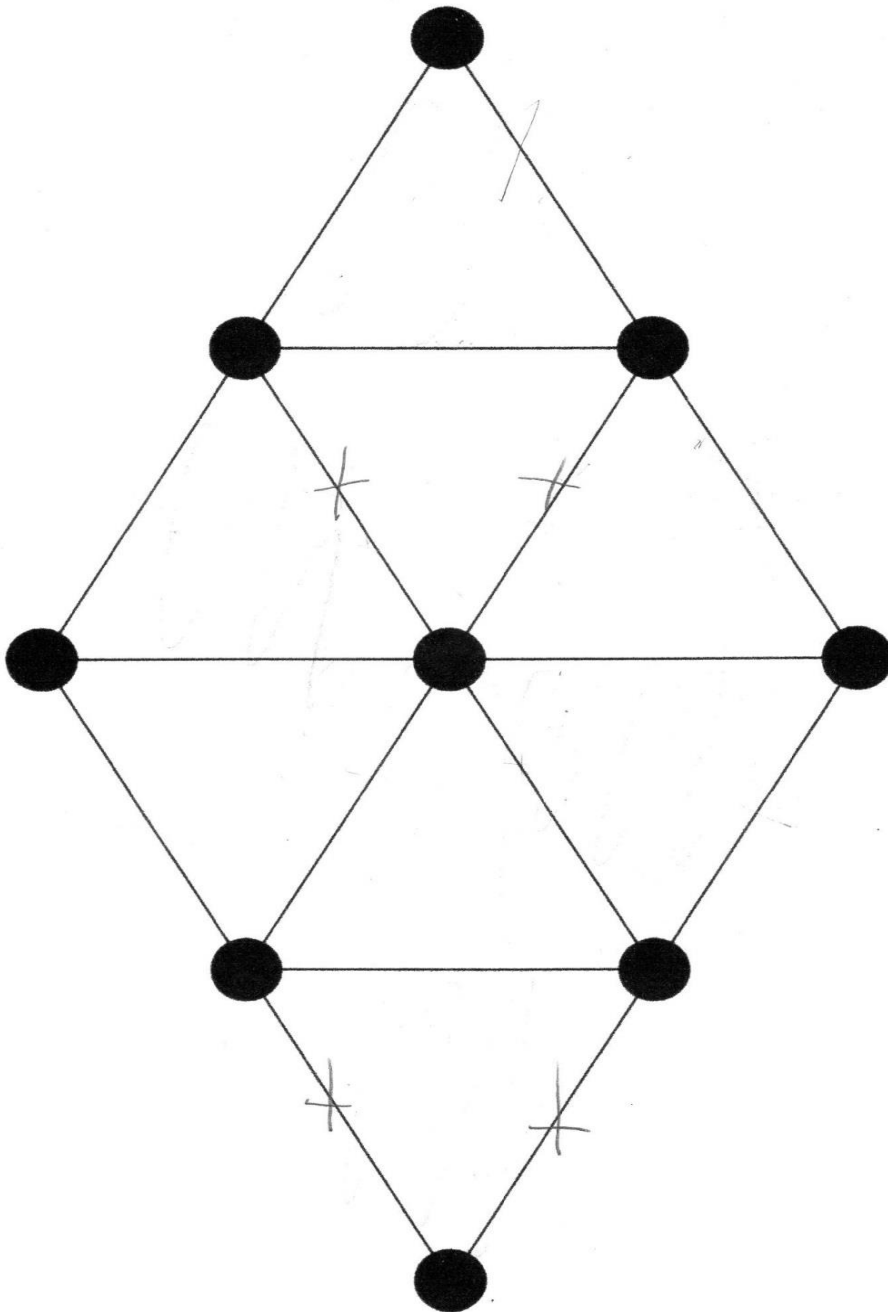
la destreza potencial desarrollar,

y que calmen dramáticamente.

Y tú tunante, ¿que buscas?

CAROLINA
MENDOZA

La figura muestra 24 palos formando con ellos nueve cuadrados ¿Puedes quitar cuatro de ellos de manera que queden sólo cinco cuadrados?

CAROLINA
MENDOZA

La figura geométrica aquí representada, tiene ocho triángulos formados por 16 barras. El problema consiste en quitar cuatro de ellas para que queden sólo cuatro triángulos de igual tamaño. Tiene cinco minutos para encontrar la respuesta.

SESION 5. RETROALIMENTACIÓN

REFLEXIÓN

Con estas actividades que he realizado este mes, me han ayudado a ver qué es lo que necesito mejorar para tener un mejor estudio, qué cosas tengo que tener como prioridad, o cómo me tengo que administrar en tiempos y dejar las distracciones. Me sirvieron para ver cómo estoy en general, con mi familia y amigos. Tengo que mejorar algunas cosas de mi persona que siento que cambiaron de un tiempo hacia acá.

Creo que sí me gustaría seguir haciendo estas actividades, son divertidas y me ayudarían a conocer más de mi misma o sobre el entorno en el que estoy, creo que hay algunas cosas dentro de mi vida y de mi días en general, que me están afectando, pero no las sé exactamente y espero que con las evaluaciones pueda lograr saberlas.

CAROLINA MENDOZA REVILLA
LAR 959

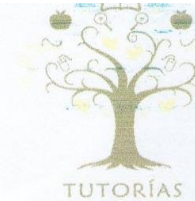
ALEJANDRA MACIAS LIRA. LAR904

PIT 04. CARTA COMPROMISO



UNIVERSIDAD LAMAR

CARTA COMPROMISO DEL TUTORADO



Guadalajara, Jal; a 21 de OCTUBRE de 2015

Yo, ALEJANDRA MACIAS LIRA,
con matrícula LAR 904 acepto la asignación al Programa Institucional de Tutorías y me comprometo a asistir puntualmente a todas las sesiones de tutoría en el horario programado, participar de forma activa y responsable, así como cumplir con el reglamento y las actividades tutoriales en beneficio de mi formación integral. Evaluar el grado de satisfacción con respecto a la actividad Tutorial y al Programa en general, en los tiempos que determine el responsable del programa.

Nombre del Tutor LAURA SABINA NAVARRO REAL

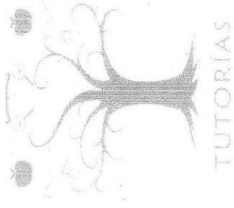
Alejandra Macias.

PIT 05. BITÁCORA DE TRABAJO



UNIVERSIDAD GUADALAJARA LAMAR

BITÁCORA DE TRABAJO



NOMBRE DEL TUTOR: LAURA SABINA NAVARRO REAL

NOMBRE DEL

ALUMNO: ALEJANDRA MACIAS LIRA

MATRÍCULA: LAR 904

GRUPO: 4º LAR

FECHA DE LA SESIÓN	MOTIVO DE TUTORIA	FECHA DE LA PRÓXIMA SESIÓN	FIRMA ALUMNO
23 OCT 2015	ENTREVISTA	30 OCT 2015	Alejandra Macias.
30 OCT 2015	IDENTIFICAO Y AUTOESTIMA	06 NOV 2015	Alejandra Macias.
06 NOV 2015	ESTRATEGIAS DE ESTUDIO	13 NOV 2015	Alejandra Macias.
13 NOV 2015	EJERCICIOS DE MEMORIZACION Y RAZONAMIENTO LOGICO	20 NOV 2015	Alejandra Macias
20 NOV 2015	RETROALIMENTACION.		Alejandra Macias

SESION 1. ENTREVISTA

TEST DE AUTOEVALUACION PARA ESTUDIANTES

Este test fue preparado en la Universidad de Ohio (EE.UU). La prueba se realizó entre cien estudiantes 50 buenos y 50 mediocres.

INSTRUCCIONES.

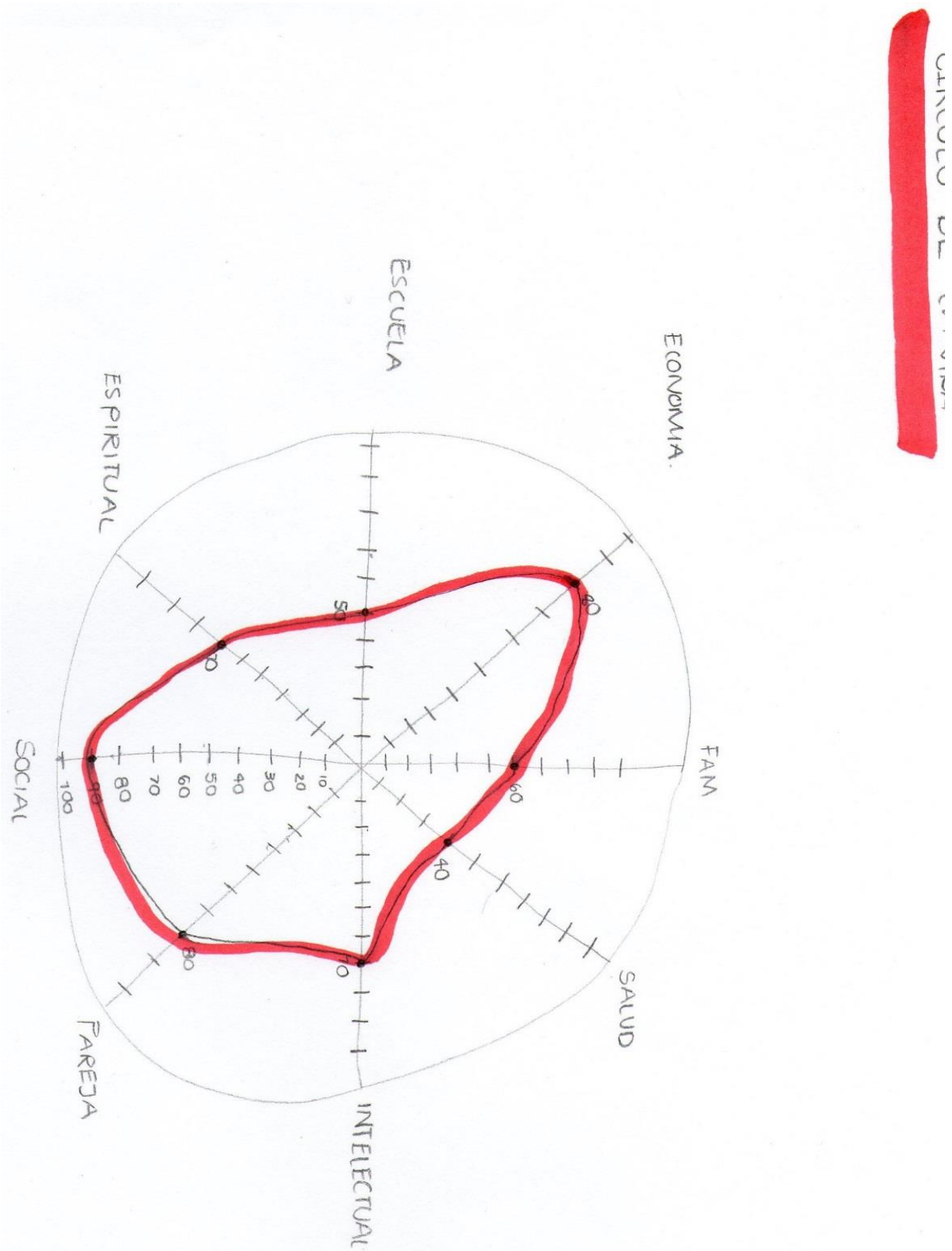
Lo único que tienes que hacer es leer atentamente cada pregunta y responder con un SI o con un NO, en cada casillero.

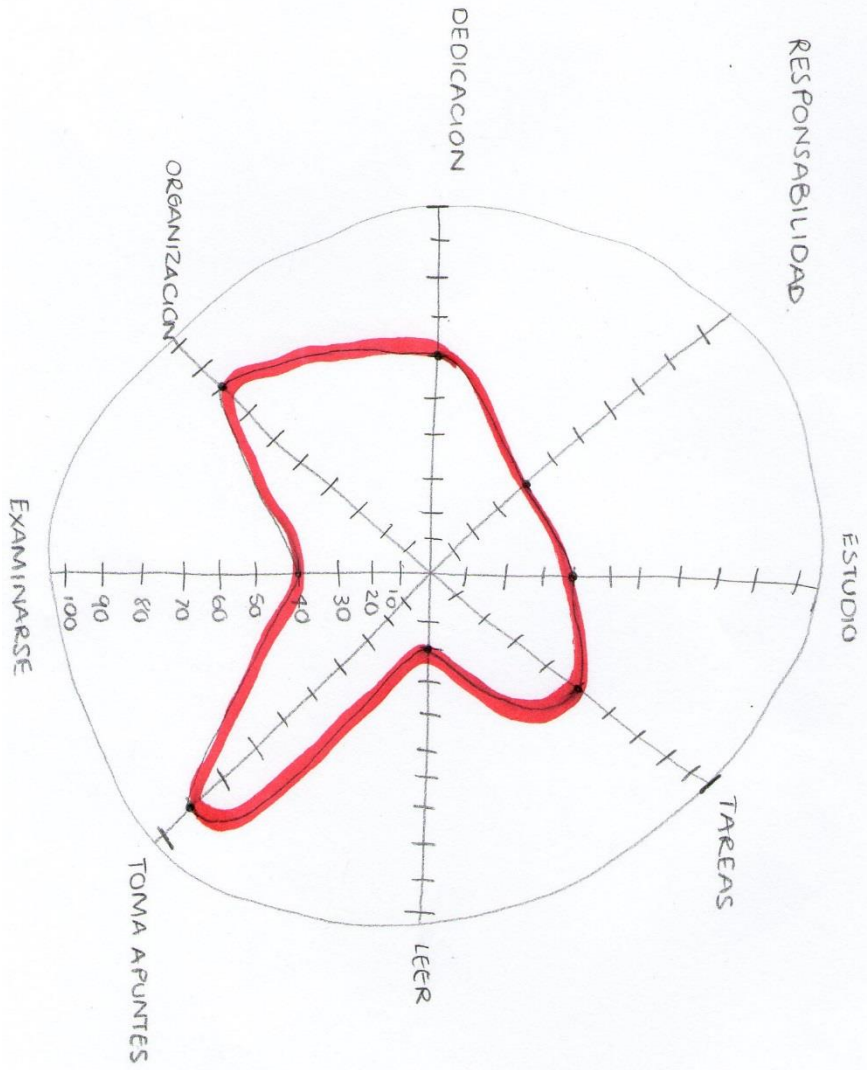
CUESTIONARIO.

	SI	NO
1. ¿Tienes problemas o intereses personales que te alejan del estudio?		×
2. ¿Te interesan, en general, las materias que cursas?	×	
3. ¿Te preguntas, a menudo, 'para qué debo hacer o saber tal cosa', y no tienes respuesta?	×	
4. ¿Te preguntas, a menudo, 'cómo debo aprender tal cosa', y no tienes respuestas para darte?	×	
5. ¿Intervienes en los diálogos de clase?	×	
6. ¿Tienes problemas de adaptación con tus compañeros?		×
7. En general, ¿tienes problemas de adaptación con tus profesores?		×
8. ¿Tienes un plan de trabajo para cada día?		×
9. Si es así, ¿te ajustas a él?		×
10. ¿Te fijas un horario para cada tarea?		×
11. Si es así, ¿lo cumples rigurosamente?		×
12. ¿Terminas tus trabajos escolares a su debido tiempo?	×	
13. ¿Estudias primero las materias que te requieren mayor esfuerzo?	×	
14. ¿Dedicas más tiempo a las materias o tareas que te resultan más difíciles?	×	
15. ¿Tienes un lugar adecuado, silencioso, con suficiente luz, comodidad, etc, para realizar tus tareas (ya sea en tu casa, en una biblioteca, etc)?	×	
16. ¿Posees todos los materiales necesarios para cada materia de estudio?	×	
17. ¿Hay en tu mesa de trabajo un espacio limpio y ordenado, suficientemente amplio como para trabajar o estudiar cómodamente?	×	
18. ¿Sabes siempre, de un día para otro, qué tareas han asignado los distintos profesores (sean escritas, gráficas, manuales, para responder oralmente, etc.)?	×	
19. ¿Guardas juntos los apuntes de una misma materia?	×	
20. ¿Sabes usar los índices de los libros?	×	
21. ¿Sabes cómo buscar en una biblioteca un libro determinado, del que conoces el título y/o autor?	×	
22. ¿Sabes cómo buscar en una biblioteca los libros que puedan ayudarte a estudiar un tema o resolver un problema, pero que no te han indicado?	×	
23. Cuando estudias, ¿sueles hacer una lectura general del capítulo antes de leerlo por partes?	×	
24. Si en tu libro existen resúmenes al final de cada capítulo, ¿los lees antes de comenzar el estudio de esa lección?		×

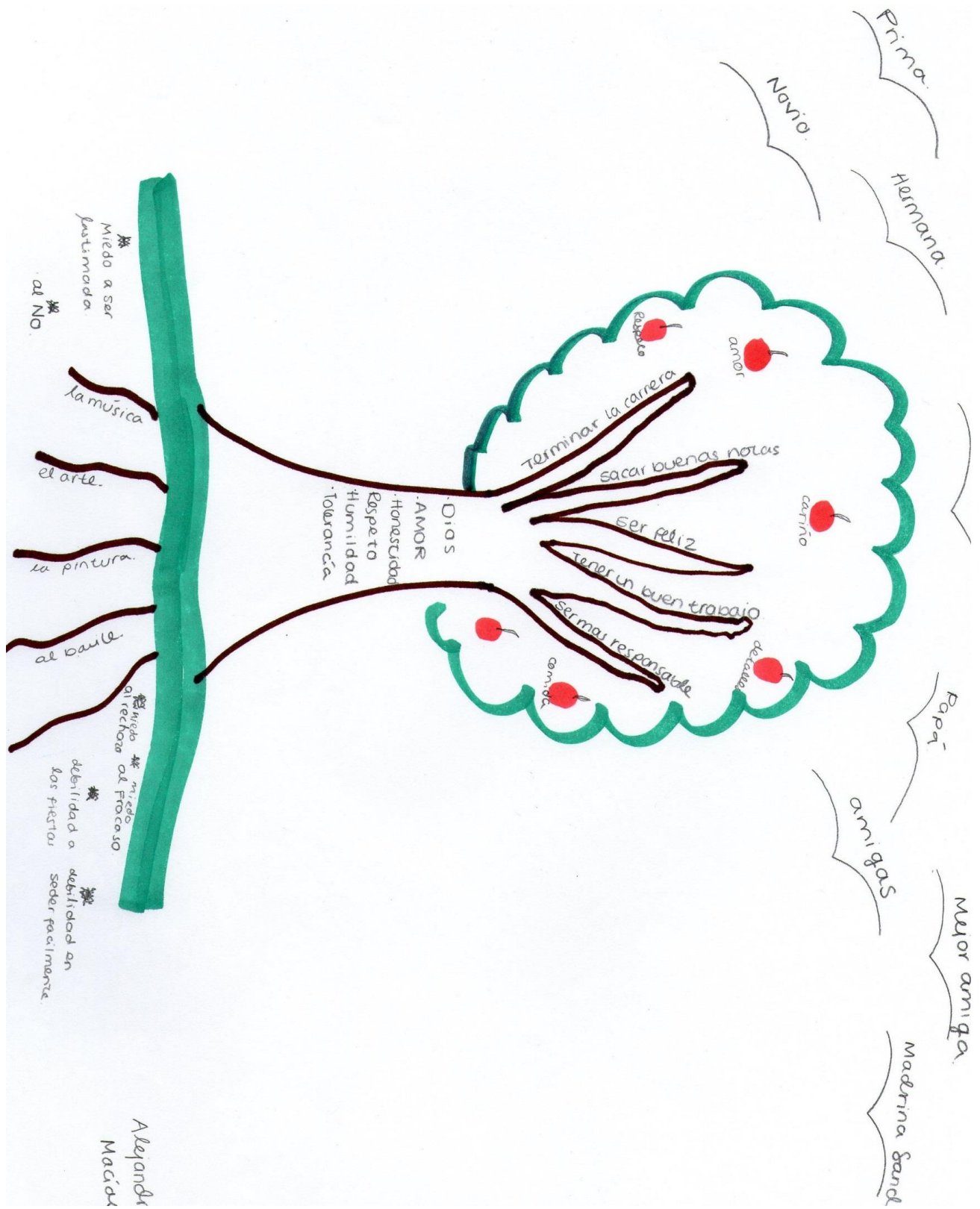
	SI	NO
25. Cuando encuentras en tu lectura una palabra que desconoces, ¿sueles buscarla en el diccionario?		×
26. Cuando encuentras un término científico o técnico, cuyo significado desconoces, ¿recurre a los diccionarios especializados?		×
27. Después de la lectura general, ¿lees atentamente parte por parte para comprender mejor lo que quieres asimilar?	×	
28. Al preparar un tema, ¿pretendes aprendértelo de memoria sin haberlo comprendido?		×
29. ¿Pretendes memorizar todo el capítulo sin distinguir lo esencial de lo accesorio?		×
30. ¿Pasas por alto, siempre o casi siempre, los mapas, gráficos, tablas, aclaraciones que se dan al pie de páginas, etc.?		×
31. ¿Te ayudas con cuadros sinópticos, diagramas, etc., que tú mismo/a haces para favorecer la memorización?	×	
32. ¿Tratas de expresar siempre los contenidos fundamentales con tus palabras, sea en forma oral o escrita?	×	
33. ¿Estableces relaciones entre los conocimientos nuevos y los que ya posees?	×	
34. ¿Anotas las dudas que no has podido responder?	×	
35. ¿Consultas acerca de ellas a tus profesores?	×	
36. ¿Tomas en general los apuntes de clase en forma esquemática, cuando el profesor explica y no dicta?	×	
37. Si es así, ¿rehaces luego esos apuntes dándoles orden y coherencia?		×
38. ¿O pretendes copiar, palabra por palabra, las explicaciones?	×	
39. ¿Sueles quedarte estudiando hasta altas horas de la noche?		×
40. ¿Duermes lo suficiente como para estar durante el día en un estado descansado?		×
41. ¿Dispones diariamente de algunos ratos de distracción?	×	
42. ¿Haces repaos periódicos, cada día, cada semana, e inmediatamente antes de un examen?	×	
43. ¿Estudias en "dosis" diarias o semanales adecuadas?	×	
44. ¿Te atiborras de lectura y de estudio poco antes de un examen?	×	
45. ¿Tratas de aclarar siempre cuáles son los "puntos flojos" de tus trabajos a fin de corregirlos?	×	
46. ¿Tienes por costumbre estudiar solo/a?	×	
47. ¿Te gusta estudiar solo/a?	×	
48. ¿Tienes por costumbre estudiar o trabajar en grupo?	×	
49. ¿Te gusta trabajar en grupo?	×	
50. ¿Cuando tienes alguna dificultad en tus trabajos escolares, pides ayuda a tus profesores, a un familiar, a tus amigos o compañeros?	×	

SESION 2. IDENTIDAD Y AUTOESTIMA





CINCO PUNTS



SESION 3. ESTRATEGIAS DE ESTUDIO

TECNICAS DE ESTUDIO

Presta mucha atención a estos ejercicios de técnicas de estudio que te servirán para saber qué tipo de estudiante eres.

Observa cómo esto te puede ayudar para implementar técnicas de aprendizaje acelerado.

Estos ejercicios de técnicas de estudio consisten en responder tres listas de preguntas. A partir de allí, podrás saber más sobre tu forma como estudiante.

Pero ¿qué es esto de formas de estudiar? Tú tienes una forma preferida de estudiar. Entender y comprender cuál es tu forma de estudio te ayudará a estudiar más efectivamente.

Una vez que descubras cuál es tu forma de estudiar, podrás potenciar tu fortaleza y mejorar la habilidad para estudiar.

Debes mirar cada una de las tres listas. Luego, ir marcando aquellas características que te describan mejor.

Aquella lista que tenga más marcas será la que mejor explique tu forma de estudiar. Disfruta de estos ejercicios de técnicas de estudio.

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 1.

1. ___ necesita tocar las cosas.
2. recoge cosas.
3. ___ habla rápido usando las manos para comunicar lo que desea decir.
4. constantemente tiene los dedos ocupados (bolígrafos, llaves, teléfono celular)
5. es bueno en los deportes
6. ___ separa cosas, o pone cosas todas juntas.
7. ___ prefiere estar parado mientras trabaja.
8. le gusta tener música de fondo cuando trabaja.
9. le gusta trabajar con las manos y hacer cosas.
10. ___ le gusta masticar chicles o comer en clases.
11. ___ aprende gracias al movimiento y explora el medio que lo rodea.
12. ___ puede ser que lo consideren hiperactivo.
13. ___ es bueno encontrando su camino.
14. se siente bien tocando a otros como un signo de amistad (por ejemplo a través de abrazos)
15. prefiere hacer cosas más que mirar una demostración sobre cómo se hace o leerlo en un libro.

Alejandra
Macías

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 2

1. pide repetir las instrucciones en forma verbal.
2. mira las expresiones faciales y el lenguaje corporal
3. le gusta tomar notas para releer luego
4. recuerda mejor cuando toma notas varias veces o realiza dibujos y diagramas
5. es un buen orador
6. pone la televisión o la computadora bastante fuerte
7. se pierde con direcciones verbales
8. prefiere la información presentada en forma visual
9. es muy hábil haciendo gráficos, cuadros y otras formas visuales.
10. puede entender y seguir direcciones en mapas
11. cree que la mejor forma de recordar algo es imaginándose en la cabeza
12. sigue las instrucciones de forma escrita mucho mejor que aquellas que son en forma oral
13. es bueno resolviendo rompecabezas
14. es bueno en las formas de artes visuales.

Ejercicios de técnicas de estudio. Lista 3

1. sigue direcciones orales mejor que las escritas
2. le gusta más escuchar una clase más que leer un material en un libro
3. entiende mejor cuando lee en voz alta
4. le cuesta mantener los libros prolijos
5. prefiere escuchar la radio más que leer un diario
6. frecuentemente canta para si mismo
7. no le gusta leer de la pantalla de la computadora
8. cuando escucha dos sonidos similares, puede decir si los sonidos son igual o distintos
9. necesita que le expliquen los diagramas, gráfico o mapas
10. disfruta hablar con otros
11. habla consigo mismo
12. utiliza música de comerciales para aprender
13. prefiere escuchar música más que mirar una obra de arte
14. usa los dedos para señalar cuando lee
15. le gusta contar chistes, historias o hacer analogías para demostrar su punto de vista.

Conclusión

Cheque que tipo de estudiante es. ¿Cuál ha tenido más puntos?:

Lista 1 – Su estilo de aprendizaje es kinestésico

Lista 2 – Su estilo de aprendizaje es visual

Lista 3 – Su estilo de aprendizaje es auditivo

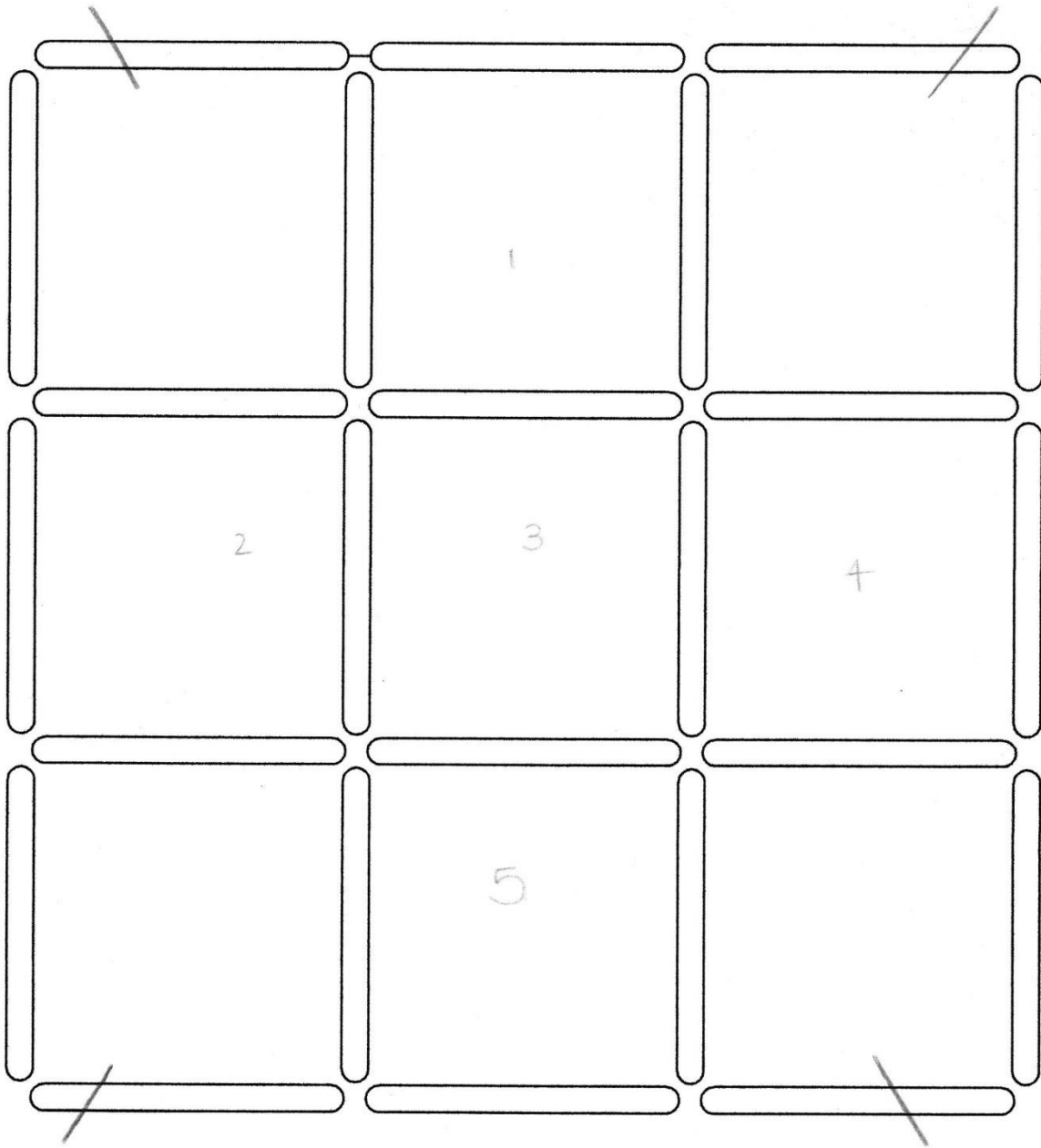
Alejandra
Macios.

SESION 4. EJERCICIOS DE MEMORIZACIÓN Y RAZONAMIENTO LÓGICO

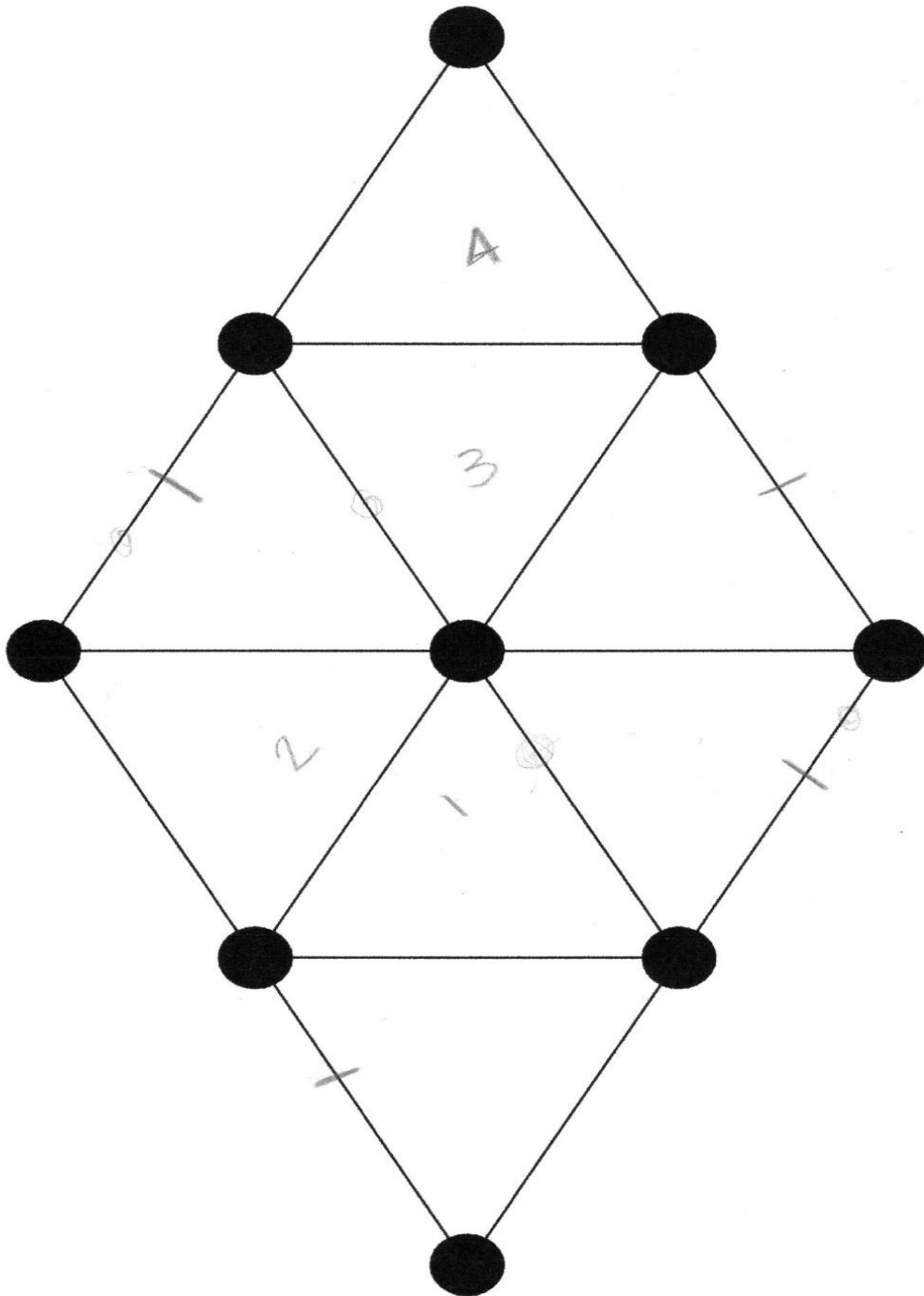
En este poema hay 9 palabras ocultas, cada una de las cuales representa el nombre de una fruta. Hay una en cada de las nueve líneas del poema. Como ejemplo, la palabra de la primera frase, que es peraa, esta subrayada para que la encuentre con más facilidad y al mismo tiempo vea cómo pueden presentarse las demás.

ACERTIJO DE LAS PALABRAS OCULTAS

Yo lo supe razonablemente pronto,
como me lo narraron te lo cuento,
algunos pasan días y días
en que se queman gozosos,
buscando cómo racionalizar
y acompasadamente lograr
la destreza potencial desarrollar,
y que calmen dramáticamente.
Y tú tunante, ¿que buscas?



La figura muestra 24 palos formando con ellos nueve cuadrados ¿Puedes quitar cuatro de ellos de manera que queden sólo cinco cuadrados?



La figura geométrica aquí representada, tiene ochos triángulos formados por 16 barras. El problema consiste en quitar cuatro de ellas para que queden sólo cuatro triángulos de igual tamaño. Tiene cinco minutos para encontrar la respuesta.

SESION 5. RETROALIMENTACIÓN

FRIDA ALEJANDRA MACÍAS LIRA LAR 904

Lo que he aprendido durante estas semanas de tutorías es que necesito ser más aplicada en mis tareas y en los trabajos que tengo que hacer, los ejercicios me han ayudado a darme cuenta de los errores que he cometido y de las cosas y hábitos que me hacen falta en mi vida diaria para que el día de mañana sea una mujer comprometida con lo que hago.

Si me gustaría seguir con las tutorías ya que me han ayudado a ciertas cosas como por ejemplo ser un poco más observadora en las cosas y en los trabajos, me gustaría seguir dándome cuenta de los hábitos que me hacen falta y así hacer las cosas súper bien y a tiempo, porque también debo de tener mayores prioridades en la escuela y así.

Los ejercicios se me hicieron muy buenos porque en algunos si me ponía a pensar mucho más como el de los triángulos, hice el árbol que ahí me di cuenta de las personas que en realidad son importantes para mí y el ejercicio de técnicas de estudio si describió bien mi manera de aprender.