



UNIVERSIDAD JOSÉ CARLOS MARIÁTEGUI

VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

SEGUNDA ESPECIALIDAD EN DIDACTICA DE LA ENSEÑANZA DEL

IDIOMA INGLES

TRABAJO ACADÉMICO

TÉCNICAS DE ESTUDIO EN EL ÁREA DE INGLÉS UTILIZADAS

POR LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIA DE LA

INSTITUCIÓN EDUCATIVA MANUEL GONZALES PRADA DEL

DISTRITO DE ZEPITA, REGIÓN PUNO, AÑO 2018

PRESENTADO POR

HUGO JUAN CARITA PACO

ASESOR

Mgr. BEATRIZ ASPIROS BERMUDEZ

PARA OPTAR EL TITULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD EN DIDÁCTICA

DE LA ENSEÑANZA DEL IDIOMA INGLES

MOQUEGUA - PERÚ

2020

CONTENIDO

Carátula	
Página de Jurado	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de Tablas	vi
Índice de Figuras	vii
Resumen.....	viii

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Antecedentes	1
1.2. Descripción del Problema.....	3
1.2.1. Problema General.....	4
1.2.2. Problemas Derivados	4
1.3. Objetivos	5
1.3.1. Objetivo General	5
1.3.2. Objetivos Específicos.....	5
1.4. Justificación.....	6

CAPÍTULO II
DESARROLLO TEMÁTICO

2.1.	Marco Teórico	9
2.1.1.	Aprendizaje	9
2.1.2.	Teorías de aprendizaje.....	11
2.1.3.	Técnicas de estudio	18
2.1.4.	Técnicas de estudio para mejorar el aprendizaje.....	21
2.2.	Casística de investigación	34
2.2.1.	Operacionalización de variables	34
2.2.2.	Diseño del trabajo monográfico	35
2.2.3.	Población del trabajo monográfico	35
2.2.4.	Técnicas e instrumentos	36
2.3.	Presentación y Discusión de Resultados	38
2.3.1.	Presentación de Resultados	
2.3.2.	Discusión de Resultados	46

CAPÍTULO III
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

3.1.	Conclusiones	50
3.2.	Recomendaciones	51
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	52
	APÉNDICE.....	54

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalidad de la variable del trabajo monográfico	34
Tabla 2 Estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.	35
Tabla 3 Subrayado técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	38
Tabla 4 Crear nuestros propios apuntes, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.	39
Tabla 5 Mapas mentales, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada. .	40
Tabla 6 Fichas de estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada. .	41
Tabla 7 Test o examen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	42
Tabla 8 Brainstorming o lluvia de ideas, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.	43
Tabla 9 Organiza el estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	44
Tabla 10 Resumen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	45

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Subrayado técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	38
Figura 2 Crear nuestros propios apuntes, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.	39
Figura 3 Mapas mentales, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada. .	40
Figura 4 Fichas de estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada. .	41
Figura 5 Test o examen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	42
Figura 6 Brainstorming o lluvia de ideas, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.	43
Figura 7 Organiza el estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	44
Figura 8 Resumen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.	45

RESUMEN

El presente trabajo académico, asumió el problema sobre las técnicas de estudio más utilizadas por los estudiantes de la Institución Educativas secundaria Manuel Gonzales Prada del Distrito de Zepita, Región Puno, año 2018. Cuyo objetivo fue: Determinar las técnicas de estudio que más utilizan los estudiantes en el área de Ingles. La metodología utilizada fue el descriptivo porque solo se describió las técnicas de estudio que utilizan los estudiantes y el diseño fue el no experimental. La población estudiantil fue de 110 estudiantes de primero a quinto año del nivel secundario matriculados y asistentes en el presente año, a dichos estudiantes se les aplicó el cuestionario como instrumento para la recolección de datos y para el análisis de datos, se utilizó el programa SPSS 22. Llegando a las siguientes conclusiones: la técnica más utilizada por todos los estudiantes es la técnica del subrayado ya que el 71,8% utiliza dicha técnica, mientras que el 28,2% no lo utilizan; la técnica de estudio de crear nuestros propios apuntes es la segunda técnica más utilizada por los estudiantes en un 57,3%, mientras que el 42,7% no lo utilizan; la técnica de estudio del resumen es la tercera técnica más utilizada por los estudiantes en un 41,8%, mientras que el 58,2% no lo utilizan; la técnica de estudio del test o examen es la cuarta técnica más utilizada por los estudiantes en un 30%, mientras que el 70% no lo utilizan y la técnica de estudio de los mapas mentales es la quinta técnica más utilizada por los estudiantes en un 28,2%, mientras que el 71,8% no lo utilizan.

PALABRAS CLAVES: Técnicas de estudio, subrayado, crear nuestros propios apuntes, mapas mentales, ficha de estudio, test o examen, brainstorming o lluvia de ideas, organizar el estudio y resumen.

ABSTRAC

The present academic work, assumed the problem about the study techniques most used by the students of the Manuel Gonzales Prada Secondary Educational Institution of the Zepita District, Puno Region, year 2018. The objective of which was: To determine the study techniques most used by students. students in the English area. The methodology used was descriptive because only the study techniques used by the students were described and the design was non-experimental. The student population was 110 students from first to fifth year of secondary level enrolled and assistants in this year, to these students the questionnaire was applied as an instrument for data collection and for data analysis, the SPSS program was used 22. Reaching the following conclusions: the technique most used by all students is the underlining technique, since 71,8% use this technique, while 28,2% do not; The study technique of creating our own notes is the second most used technique by students in 57.3%, while 42,7% do not use it; The abstract study technique is the third most used technique by 41,8% students, while 58,2% do not use it; the study technique of the test or exam is the fourth technique most used by students by 30%, while 70% do not use it and the study technique of mind maps is the fifth most used technique by students in a 28,2%, while 71,8% do not use it.

KEY WORDS: Study techniques, underlining, create our own notes, mind maps, study sheet, test or exam, brainstorming or brainstorming, organize the study and summary.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. Antecedentes

La educación es una sucesión de enseñanza y aprendizaje que se va logrando constantemente en el acontecer de nuestras vidas puesto que va contribuyendo la formación integral de todas las personas. Se desarrolla en diferentes instituciones educativas de la sociedad actual, en los que cada agente educativo: director, equipo directivo, profesores, estudiantes, padres de familia y la comunidad cumplen un rol particular. Sin embargo, es el binomio profesor-estudiante el que convive a diario en las aulas y son ellos los que deben compenetrarse cada día más conociéndose entre ellos para permitir a las formas más importantes de la enseñanza y aprendizaje.

La labor docente, que desarrollan día a día en el área de inglés en las distintas Instituciones Educativas de la Región de Puno, se observa que los estudiantes aprenden de manera diferenciada, de acuerdo al contexto donde se encuentren y de las necesidades que requieren para mejorar el logro de sus aprendizaje.

De acuerdo a lo indicado, nace la pregunta qué es lo que está sucediendo con los estudiantes que fracasan en la obtención de conocimientos exigidos en el área de inglés y que contenidos están desarrollando en las diferentes instituciones educativas, teniendo en cuenta que el currículo nacional es igual para todos, puesto que no se logran los objetivos de aprendizaje previstos.

Las respuestas se dan por distintos puntos de vista, pero los resultados favorables en la práctica pedagógica todavía no se dan. Si consultamos a todos los estudiantes a qué atribuyen el buen desempeño escolar, traducido en las altas calificaciones, suelen mencionar algunas técnicas de estudio. Por ello nos preguntamos si los estudiantes saben estudiar o que técnica de aprendizaje aplican para asimilar más y mejor los conocimientos que reciben en las Instituciones Educativas. Viendo que las respuestas son diversas, surge la inquietud por conocer las verdaderas causas del aprendizaje y descubrir, si conocen algunas técnicas de estudio para aprender: que hacen para aprender, para qué les sirve lo que aprenden y si de verdad están aprendiendo. Por consiguiente, se requiere saber si los estudiantes utilizan algunas técnicas de estudio y, en caso de que así sea, determinar si saben hacerlo.

De ahí que este trabajo monográfico pretende conocer las técnicas de estudio de aprendizaje más utilizadas por los diferentes estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada de Isani. El área de inglés se ha vuelto con el transcurso de los años más imprescindible a nivel mundial, ya que en la actualidad dicha área es de mayor importancia por el desempeño en el mundo laboral.

De acuerdo a la autora (Clariana, 2000) Las técnicas de estudio son conjunto de diferentes acciones que efectúan los aprendices a fin de lograr una finalidad de un aprendizaje. Todas estas actividades corresponden a un grupo de desarrollo cognitivo en los que, nos indica el autor, podemos distinguir las destrezas, las capacidades y habilidades cognitivas del estudiante, así como las técnicas y métodos para estudiar.

(Álvares, Gonzales - Pineda Gonzales - Castr y Nuñez, 2007) Dichos autores nos indican que son orientaciones con intención de una acción las técnicas de estudio con las cuales se pone en praxis todas las habilidades existentes que van estableciendo los objetivos del aprendizaje.

El autor indica que las técnicas de estudio nos guían a un objetivo el cual es comprender y aplicarlo en un determinado campo temático.

1.2. Descripción del Problema

Los estudiantes son los agentes principales y foco de toda acción educativa, tenemos que saber cómo están aprendiendo puesto que es primordial para que se encaminen, para planificar las secuencias de campos temáticos es necesario conocer la diversidad, los intereses y necesidades que trae con uno mismo cada estudiante puesto que, por naturaleza de cada estudiante, van variando de uno a otro.

La utilización de las técnicas de estudio en el aprendizaje de parte de los estudiantes es de manera diferenciada. Sin embargo, pueden coincidir en la utilización de algunas técnicas según las necesidades del contexto o naturaleza del área curricular.

En este sentido, el presente trabajo académico se encamina, prioritariamente, a conocer las técnicas de estudio que utilizan en el área de inglés los estudiantes del nivel secundaria de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada de Isani, para así poder ayudar a todos los docentes con la información que se obtenga y dejar sugerencias para que puedan mejorar las formas de enseñar.

1.2.1. **Problema General**

¿Qué técnicas de estudio en el área de inglés manejan los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada del Distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?

1.2.2. **Problemas Derivados**

- ¿El subrayado es la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿Crear nuestros propios apuntes es la técnica de estudio, que más utilizan los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿Los mapas mentales son la técnica de estudio, que más utilizan los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿Las fichas de estudio son la técnica, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?

- ¿El test o examen es la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿El brainstorming o lluvia de ideas son la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿Organizar el estudio es la técnica, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?
- ¿El resumen es la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?

1.3. **Objetivos**

1.3.1. **Objetivo General**

Determinar las técnicas de estudio más utilizadas en el área de Inglés por los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativas Manuel Gonzales Prada del Distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.

1.3.2. **Objetivos Específicos**

- Determinar si el subrayado es la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.

- Determinar si el crear nuestros propios apuntes es la técnica, que más utilizan los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si los mapas mentales son la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si la ficha de estudio es la técnica, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si el test o examen son la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si el brainstorming o lluvia de ideas son la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si organizar el estudio es la técnica, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.
- Determinar si el resumen es la técnica de estudio, más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.

1.4. **Justificación**

El presente trabajo monográfico se justifica porque, las técnicas de estudio que manejan los estudiantes son importante en la construcción del

conocimiento además gracias a ello se alcanzan las metas y los logros previstos. Por tal motivo que, desde las instituciones educativas debemos brindar oportunidades a todos los estudiantes para que puedan aprender a utilizar todas las técnicas de estudio posible, puesto que el aprendizaje no es un proceso pasivo y rígido.

Justificación teórica

Desde el punto de vista teórico el objetivo del presente trabajo monográfico es ocasionar reflexión y debate académico sobre las Doctrinas o Bases teóricas actualizadas desde la perspectiva de la globalización, referente a técnicas de estudio cuya finalidad fue revisar y replantear las teorías existentes, con miras a mejorar la calidad y excelencia académica, buscando incrementar conocimientos científicos.

Justificación practica

Los docentes que trabajan en la Institución Educativa. Manuel Gonzales Prada tendrán la conclusión de este trabajo monográfico para apoyarse en clase además de enseñar y conocer cómo aprenden nuestros alumnos en el área de inglés, por consiguiente, generara mejores oportunidades en el logro de los aprendizajes fundamentales de sus aprendices. En consecuencia, el resultado de este trabajo monográfico va servir como fuente fundamental para tener en cuenta en la programación curricular del próximo año académico en el curso de inglés y de esta manera buscar el cambio de la pedagogía tradicional. Con este aporte se pretende que el estudiante siga mejorando sus aprendizajes utilizando las técnicas de estudio que le resulte positivamente en su estudio, así mismo se

espera motivar al profesor a tomar medidas pertinentes en proporcionar ayuda a los estudiantes en la búsqueda de las técnicas de aprendizaje adecuado.

Justificación Metodológica

El presente trabajo monográfico tomo en cuenta los principios del método científico, en consecuencia, los procedimientos, técnicas e instrumentos diseñados en el trabajo, tienen validez y confiabilidad, lo cual puede ser estandarizado para ser empleados en otros trabajos.

En consecuencia, el presente trabajo académico es de suma importancia porque aportará nuevos conocimientos para los trabajos venideros, motivando así a la comunidad estudiantil en la adquisición de conocimiento y la aplicación de técnicas de estudios adecuados utilizados por los estudiantes puesto que es el agente principal en el proceso educativo.

CAPÍTULO II

DESARROLLO TEMÁTICO

2.1. Marco Teórico

2.1.1. Aprendizaje

Según los autores (Julián Pérez Porto y Ana Gardey, 2008) lo llaman al aprendizaje a toda sucesión donde se adquieren conocimientos, destrezas, habilidades, valores y actitudes, que se logra gracias a las constantes prácticas, la enseñanza o la experiencia. Toda esta sucesión lo entienden de diferentes maneras, comprendiéndose que hay bastantes teorías del aprendizaje que son asociados al hecho de aprender. La teoría de los conductistas, por ejemplo, exponen que el aprendizaje se da de acuerdo a los cambios de conducta que se observan en los seres humanos.

Los autores nos indican que el aprendizaje del ser humano es definido como una alteración relativamente invariable de la conducta de los seres humanos partiendo de los resultados de la experiencia. Este traslado es conseguido mediante la creación de un enlace entre el estímulo y su respectiva

respuesta. La capacidad no es netamente de las personas, no obstante en los seres humanos el aprendizaje se constituye como un factor que va superando las habilidades comunes de las ramas de la evolución más parecidos conforme va desarrollando el ser humano, todos van logrando alcanzar cierta independencia de su entorno ecológico pudiendo modificarlo incluso de acuerdo a sus intereses y necesidades.

Desde que empezamos a vivir hasta que morimos, el aprendizaje es un cambio de conducta constante en el comportamiento, el pensamiento o los afectos de todo ser humano, producto de la experiencia y de la interacción consciente en el contexto donde se encuentre.

La pedagogía actual establece diferentes tipos de aprendizaje. Se menciona los siguientes: el aprendizaje por descubrimiento (los campos temáticos no se adquieren de manera pasiva, más bien se reacomoda para acomodarlos al esquema de cognición), el aprendizaje receptivo (el ser humano comprende los contenidos y los reproducen, pero no descubren nada nuevo), el aprendizaje significativo (cuando el ser humano enlaza los conocimientos previos con los nuevos y los dota de congruencia de acuerdo a su nueva estructura cognitiva) y el aprendizaje repetitivo (se da cuando las personas solamente memorizan los contenidos sin entenderlos ni enlazarlos con sus conocimientos previos)

(Feldamn, R.S, 2005) Según este autor el aprendizaje es un proceso de cambio relativamente constante en los comportamientos de los seres vivos generados por la experiencia.

El aprendizaje se da a lo largo de toda la vida puesto que es el cambio de conducta que muestra cada individuo en cada momento en su trayectoria.

2.1.2. Teorías del aprendizaje

El autor (Obregón, 2016) define la teoría de aprendizaje como: “una mirada sobre la connotación de aprender. Es una aclaración racional, coherente, científica y filosóficamente fundamentada acerca de lo que debe comprenderse por aprendizaje, las formas como se demuestra la teoría del aprendizaje y las formas en que se adoptan; esto es, en qué consiste, cómo sucede y a qué da lugar el aprendizaje”.

Las teorías de aprendizaje se diferencian unas de otras, puesto que no son más que puntos de vista diferentes en un problema; no hay ni una teoría existente capaz de explicar este proceso.

Casi todas las teorías de aprendizaje existentes nos explican de diferente manera el manejo constante de los procesos naturales del aprendizaje de las personas y de cómo se van desarrollando en el salón de clase. Para presentar la explicación explícita de las teorías del aprendizaje se debe tener en cuenta los siguientes procesos:

- Bases fisiológicas y bioquímicas de los aprendizajes: mediante lo indicado se recomienda aclarar la fisiología de la sensación, percepción, asociación, retención y acción.
- Fenómenos de adquisición: este proceso nos indican que son todas aquellas dimensiones, variables y factores que explican las peculiaridades en la adquisición de nuevos aprendizajes.

- Fenómenos de transferencia: todas las teorías del aprendizaje deberían de afrontar el curso de la transmisión, del valor de un aprendizaje concreto para el aprendizaje

En el presente trabajo monográfico se ha considerado tres teorías de aprendizaje de estos últimos años puesto que está vigente en el sector educativo en el presente siglo, además aportaron bastante en el desarrollo de la enseñanza-aprendizaje, los cuales se indican a continuación: la teoría constructivista, la teoría cognoscitiva y la teoría histórico cultural.

2.1.2.1. Teoría del aprendizaje constructivista

Según (Toledo, 2015) El Constructivismo, es una corriente pedagógica contemporánea, ya que en el siglo XX representa el resumen más sintético elaborado por la pedagogía, además representa un acercamiento más integral de un movimiento histórico y cultural de mayores dimensiones: las escuelas activas. Movimientos que en su debida oportunidad han asumido una concepción reformista y una actitud transformadora de las sucesiones educativas. El autor indica que el constructivismo en diferentes versiones es, una corriente que se va desprendiéndose de este gran movimiento pedagógico cuyas repercusiones ideológicas y culturales continúan a diario en las prácticas pedagógicas.

A inicios, la teoría constructivista se inició como una corriente epistemológica, que solamente trata por separar los problemas cotidianos de la formación del conocimiento de las personas. Según el autor Delvan (1997), se ubican ciertos componentes del constructivismo en los pensamientos de los autores, tales como: Mark, Kant, Vico o Darwin. Dichos representantes, así

como también los actuales autores del constructivismo en sus múltiples concepciones, nos indican que existe la convicción de que las personas son producto de la capacidad en adquirir conocimientos y así controlar propositivamente la naturaleza, y posteriormente construir la sociedad.

Diferentes autores ponen su foco de atención en el estudio del funcionamiento de la mente de los seres humanos (así como por ejemplo, el constructivista psicogenético de Piaget), así mismo para los diferentes autores, el centro de interés lo ubican en el desarrollo de dominios cuyo origen es el contexto (así como el constructivista social de Vygotsky, y la escuela sociocultural o socio histórica). Así mismo se identifican aun los constructivistas radicales, que son planteados por los autores Von Glaserfeld o Matarona, los cuales indican que la construcción del conocimiento del ser humano es completamente subjetiva, en consecuencia no se puede formar representaciones objetivas ni verdaderas de la realidad, nos indica que existen solo formas viables o efectivas de actuar.

Los máximos ponentes del constructivismo consideran que el aprendizaje de los seres humano, son construcciones interiores, aunque el docente realice en forma teórica exposiciones magistrales, ésta no es significativa si los conceptos utilizados no encajen ni se incorporan en los conocimientos previos que tienen los estudiantes. Con mucha más razón en la enseñanza del constructivismo, cuyo objetivo es precisamente facilitar y potenciar al máximo ese procesamiento interior de los estudiantes con miras a su desarrollo cognitivo.

La propuesta teórica del constructivismo toma elementos teóricos anteriores y que indica que los conocimientos nuevos sólo se originan de otro conocimiento que ya existe. De esta manera los seres humanos no sólo acumulan conocimientos sino que más bien van construyendo partiendo de la experiencia y de la información que recibe constantemente del contexto su aprendizaje, siendo ella la responsable. Entonces, los seres humanos que aprenden con los demás deben movilizar y utilizar sus conocimientos en una práctica dentro de su naturaleza. En este paradigma lo que lleva a aprender a los seres humanos es el “conflicto cognitivo” que lo impulsa a aprender, buscando explicaciones de cómo funciona su contexto. Esto incita a que los seres humanos vean como sus conocimientos previos debe actualizarse constantemente con los conocimientos nuevos a raíz de lo que se aprende.

El modelo constructivista, no es un producto del contexto donde se vive ni una simple conclusión de las disposiciones internas, más bien una construcción propia de cada individuo que se va logrando en cada momento como resultado de la interacción entre esos factores. Podemos indicar que el modelo constructivista propicie que sea el mismo ser humano que piense de manera individual y entienda significativamente su contexto. Finalmente, según la posición de los constructivistas, no es una copia fiel de la realidad el conocimiento, más bien una construcción misma de las personas, que consideran a los profesores y a los estudiantes como investigadores científicos, que crean y construyan sus conocimientos nuevos para la ciencia.

2.1.2.2. Teoría del aprendizaje cognitivista

El autor (Roldan, 1987) nos indica que los aprendizajes se logra partiendo de una experiencia, sin embargo, a diferencia del conductismo, lo reconocen no solo como un simple traslado del contexto, más bien como una representación de dicha realidad. Se pone en consideración, por consiguiente, en la manera en que son absorbidas tales representaciones del contexto que lo rodea, nos indica que se almacenan y se van recuperando de la memoria o estructura cognitiva. Se reconoce de esta manera, el papel de la memoria, y no en la manera tradicional peyorativa que va alejándolo de la comprensión, más bien con un valor constructivo. El autor no niega la existencia de diferentes formas de aprendizaje inferior al cognitivismo; sin embargo la relevancia, que se le atribuye al aprendizaje de las personas mediante la teoría constructivista de asimilación y acomodación. El cognitivismo deja las orientaciones mecanicista pasiva del conductismo y reconoce a la persona como procesador activo de las informaciones mediante el registro y organización toda información dada y así concluir con una reorganización y reestructuración en el aparato cognitivo del ser humano. Indicando que mediante la reestructuración no solamente se reduce a una simple asimilación, más bien a una construcción constante del conocimiento. Es decir, los procesos mediante el cual el conocimiento va cambiando constantemente. De acuerdo a Piaget, la nueva información se da mediante la acomodación de las estructuras del conocimiento.

La teoría cognitivista estudia los cambios en la forma de pensar de un individuo a través de un periodo mediante la práctica, o interacción con las demás personas de su contexto u otro lugar. Proporciono grandes aportes en el

proceso de enseñanza y aprendizaje, así mismo contribuyeron con nuevos conocimientos de capacidades esenciales para el aprendizaje, así como por ejemplo: la atención, la memoria y el razonamiento.

Se concluye que, la teoría cognitivista indica que aprender ya que constituye una síntesis de los campos temáticos y formas recibidas por las percepciones, quienes actúan de forma relativa e individual en cada uno, y que a la vez se encuentran influidas por sus antecedentes, actitudes y motivaciones particulares. El aprendizaje mediante una visión cognitivista es más que un simple cambio observable de la conducta del ser humano.

2.1.2.3. Teoría del aprendizaje histórico – cultural

(Orrú, 2012) El autor nos indica que en la teoría histórico-cultural, la constitución de la persona no se determina solamente por factores biológicos. De igual forma, no podemos comprender a un sujeto con necesidades especiales como la representación de una máquina, tampoco como un organismo, más bien como una persona social que va construyendo con las interacciones sociales, culturales e históricas, mediante la mediación de otra persona y de las formas existentes que se en esta mediación.

En esta teoría de aprendizaje, el lenguaje ejerce un papel muy importante así mismo una función importante. Se comprende a la persona como un ser que es netamente simbólico, puesto que la responsabilidad del lenguaje es todo el proceso transformacional de las funciones psicológicas interpersonales e intrapersonal, así dando lugar a la constitución del pensamiento, de la conciencia y de las demás funciones psíquicas superiores, que son propias de los seres

humanos. Por consiguiente, se finaliza con la teoría histórico-cultural de Vygotsky al ofrecer contribuciones de un valor significativo respecto a la educación de los seres humanos con necesidades especiales dentro de una perspectiva inclusiva.

Esta teoría concibe a las personas como una construcción netamente social más que lo biológico, donde las funciones superiores son producto del desarrollo cultural puesto que implican la mediación de mediadores. El proceso de desarrollo cognitivo particular no son independientes u autónomos de los procesos socioculturales, tampoco de los procesos educacionales en particular. Se indica que no se puede estudiar ni un proceso de desarrollo psicológico sin considerar el contexto histórico-cultural. Introduce conceptos como la zona de desarrollo real, zona de desarrollo próximo y zona de desarrollo potencial. Así mismo situaciones de: mediación e interiorización en actividad.

La teoría aprendizaje histórico – cultural de Vygotsky comprende a la persona más que como un una construcción social que biológica, indicando que las funciones superiores son producto del desarrollo social y cultural puesto que implica el uso de mediadores. No es independiente o personal el proceso de desarrollo cognitivo de los procesos socioculturales en general, tampoco de los procesos educacionales en particular. Indica que no se puede estudiar ni un proceso de desarrollo psicológico sin tomar en cuenta el contexto histórico-cultural donde se vive. Introduce concepciones de la zona de desarrollo real, zona de desarrollo próximo y zona de desarrollo potencial.

2.1.3. Técnicas de estudio

Según los autores (Julián Pérez Porto y María Merino, 2008) El aprendizaje es un proceso de adquirir habilidades y conocimientos, que se va logrando mediante la enseñanza, la experiencia o el estudio. De dicho estudio, se dice que es el esfuerzo o trabajo que un ser humano utiliza para aprender algo. Por otro lado, las técnicas son pasos que tienen como objetivo la obtención de un cierto logro. Se logra mediante un conjunto de reglas y normas que se utilizan como medio para lograr un objetivo. Los autores nos indican que hay diferentes técnicas de estudio. Así por ejemplo, la síntesis ya que es un resumen de lo escrito por una persona, pero utilizando distintas palabras. Es recomendable leer textos completos para indicar los contenidos esenciales y reescribirlos, para no perder las conexiones entre las ideas importantes de los autores. Las notas al pie de página o marginales nos indican que también son parte de las técnicas de estudio. Las personas que está estudiando constantemente pueden anotar palabras importantes o realizar un resumen de las lecturas. Otra manera es subrayar las ideas importantes.

Lo que hay que considerar en el momento de empezar a desarrollar una técnica de estudio es el lugar donde se ubica el aprendiz. Es muy importante que sea claro, que tenga una buena ventilación y que no haya tanta bulla. Así también no se debe olvidar los materiales que sean necesarios para el estudio, como los textos, papeles, cuadernos, marcadores y bolígrafos.

Para el estudio del idioma extranjero, existen muchos mitos sobre los mejores métodos para comprender, aprender y desenvolverse con facilidad.

Primero, es importante entender y aceptar desde el inicio que no es posible incorporar muchas palabras nuevas por sesión; unos cuantos docentes aseguran que en el mejor de los casos tan sólo se logra recordar un la quinta parte de lo aprendido en una clase, sin necesidad de repasarlo. Claro que en general, tomándose en cuenta factores así como el cansancio y los problemas personales, el porcentaje de lo aprendido es considerablemente más bajo.

Por consiguiente, las técnicas de estudio son herramientas para que se nos haga fácil comprender, estudiar y mejorar los logros personales. La mayoría de los profesionales nos indican que la técnica de estudio requiere de una actitud activa de parte de quien está estudiando, puesto que asume un protagonismo y supera cualquier adversidad.

(Efraín Choque y Marcelo sangá, 2011) Dichos autores conceptualizan a las técnicas de estudio como un conjunto de pasos y habilidades que las personas logran y utilizan de forma intencional como un medio flexible para aprender y solucionar problemas así como también de acuerdo a las exigencias educativas. Las técnicas de estudio abarcan también sugerencias prácticas para organizar y optimizar de manera creativa en todo el proceso de aprendizaje. Presume técnicas, reglas, prácticas y se aprende con la práctica. En el sector de educación, las técnicas de estudio, conjuntamente con los hábitos del trabajo intelectual son para los aprendices, recursos necesarios para conducirse y realizar el estudio con seguridad, dominio y mayor garantía de logro.

Para el autor (Guelbenzu, 2015) Las técnicas de estudio son esas herramientas que todo estudiante utiliza para lograr los aprendizajes en la

comprensión de un tema. Mediante las diferentes técnicas de estudio existentes es posible resumir la información de un texto con la finalidad de poder abarcarlo de una manera más eficaz a nivel intelectual, potenciando la memorización del contenido temático y el razonamiento. Existen diferentes técnicas de estudio que los aprendices pueden utilizar de acuerdo a sus expectativas y aquello que le resulta más eficaz (cada estudiante es único e irrepetible). Estas técnicas son medios en el logro de un fin, herramientas pedagógicas que facilitan el aprendizaje.

Según el autor (Martínez Martín, 2013) Los aprendices tienen la necesidad de aprender a estudiar, y mejor aún los estudiantes con TDAH. Las personas afectados por TDAH constantemente presentan algunas dificultades para organizar su estudio y sus deberes, así mismo muestran un concepciones erróneas de lo que es estudiar, creen que tan solo con sentarse frente a los textos o de los apuntes van aprendiendo de memoria sin comprender ni razonar.

Sera cierto que estudiar es dominar destrezas, habilidades y técnicas puesto que se va logrando mediante la práctica además nos permite llegar a objetivos propuestos con éxito total, superar los exámenes escolares y aprender a aprender.

En diferentes situaciones observamos estudiantes que no logran conseguir logros académicos satisfactorios, puesto que no disponen de tiempo de una organización y además no conocen las técnicas y recursos que les puedan ayudar a mejorar su desempeño en su trabajo y les puede facilitar el estudio en las diferentes áreas.

Las técnicas de estudio son actividades específicas que son utilizados por los diferentes estudiantes de forma mecánica ya que van aprendiendo a través de la práctica constante, releendo, haciendo esquemas, subrayando con diferentes colores, estableciéndose horarios.

2.1.4. Técnicas de estudio para mejorar el aprendizaje

El autor (Pardo, 2019) nos indica que hay bastantes técnicas de estudio divertidas y dinámicas que, pueden ir mejorando conforme lo practica las personas y así mejorar los resultados de un objetivo.

Las herramientas o estrategias que nos facilitan en todo el proceso de aprendizaje son las técnicas de estudio.

2.1.4.1. El subrayado

La técnica del subrayado es lo más importante en un texto, el subrayado es una de las técnicas más fácil y conocida por los aprendices. Se trata nada más que realzar las partes más significativas de un tema utilizando diferentes colores. Lo primero que hay que hacer es dar una lectura comprensiva para posteriormente subrayarlo los más importantes, luego, proceder al estudio. Posteriormente de hacer la primera lectura comprensiva, se subrayan las ideas importantes o las informaciones más resaltantes del tema.

(<http://fresno.pntic.mec.es/~emod0002/SUBRAYADO2.htm>) De acuerdo al siguiente enlace el subrayar partes importantes de un texto antes de comenzar a memorizar, es la primera actividad de las técnicas de estudio activo. ¿Crees que es importante saber subrayar un texto? ¿Cómo he de hacerlo?

¿Cuáles crees que son las ventajas del subrayado durante su realización y después de ésta?

El subrayado es individual: cada persona, además de tener su código, encuentran una idea o aspectos destacables cuando estudia. En general, se utilizan los diferentes tipos de subrayado:

- **Lineal:** utiliza líneas de cualquier forma para captar información importante de un “observación” y facilita su ubicación en el texto una línea para la idea importante y dos líneas para las palabras claves; un círculo para resaltar las fechas, rectángulos para los nombres, etc. Así mismo se utilizan lápices de color, cambiando el color según la importancia del párrafo de un texto.
- **Estructural:** muchos textos ya se encuentran perfectamente estructurados, indicando el tema de lo que trata, los apartados que se tiene, realzando lo más importante en letra negrita los distintos puntos o aspectos; pero otros no. El subrayado estructural va consistiendo en ir haciendo anotaciones constantemente a un lado del texto para que así se de una estructura del mismo.
- **De realce:** este subrayado consiste en ir resaltando al margen del texto las dudas que van surgiendo, los comentarios que nos indique, aspectos que se necesitan aclarar, etc.

La técnica del subrayado consiste en poner de relieve, mediante líneas, signos de realce o llamadas de atención, las ideas importantes de un texto que interesa a un estudiante conservar o resaltar. El subrayado a un inicio es una técnica de análisis con la que se resalta y aísla las ideas importantes de cada

párrafo, facilitando así su estudio y manteniendo tu atención. Esta técnica del subrayado es la técnica más simple y básica de la labor de síntesis. Es el primer paso que se da para realizar, posteriormente, resúmenes y esquemas.

2.1.4.2. Crea sus propios apuntes

Realizar apuntes en un texto es la técnica de estudio más utilizada conjuntamente con el subrayado. Se trata de ir resumiendo lo que es importante con nuestras propias palabras para luego recordarlo con facilidad. En la mayoría de los casos, lo importante es ser capaz de sintetizar el texto al máximo, no dejando afuera ningún dato importante. En el momento de crear nuestros propios apuntes, podemos hacerlo del modo común en cuadernos y papeles o con herramientas online.

(http://www.estudiantes.info/tecnicas_de_estudio/tecnicas_tomar_apuntes.htm) Según este enlace el método 5R ó 6R (Cornell Note Taking System) Cada hoja de papel para hacer apuntes hay que dividirlo en tres zonas: la columna de apuntes (notetaking), columna de observaciones y la parte que es destinado a los resúmenes.

- **Registra.** En la columna de apuntes, se registra ideas y hechos importantes como se pueda. Es necesario utilizar siempre oraciones telegráficas, asegúrese de que se pueda reconstruir el significado completo posteriormente. Es recomendable que se escriba en forma clara.
- **Resume.** Luego de una sesión de clase, sus apuntes resume escribiendo en la columna de observaciones los contenidos importantes y frases pequeñas.

Resumir esclarece los significados de las palabras, revela relaciones, estableciendo continuidad, y consolidando la memorización.

- **Recita.** Oculta la columna de apuntes. Entonces, observando las palabras y frases en la columna de apuntes, recite con voz alta y con sus propios argumentos la clase o el tema avanzado.
- **Reflexiona.** El docente físico nuclear y Premio Nobel Hans Bethe, nos indica, "... la creatividad viene solamente con la reflexión." Significa que se debemos reflexionar haciéndonos preguntas, así como por ejemplo. ¿Cuál es el significado de estos hechos? ¿En qué principio se basan? ¿Cómo puedo aplicarlos? ¿Cómo los integro con lo que sé ya?
- **Revisa.** Realice la sexta parte de una hora semanal repasando sus apuntes. Si logra hacer podría retener mucho mejor los contenidos de cara a las evaluaciones.
- **Recapitulación.** Mantenga al final espacios en cada hoja para poder resumirlos a manera de recapitulación.

2.1.4.3. Mapas mentales

Una de las mejores maneras para sintetizar y organizar nuestros puntos de vista es hacer un mapa mental. Un mapa mental nos ahorra muchas horas de estudio así mismo consolida de manera adecuada nuestros conocimientos de cara a una evaluación.

(<http://www.queesunmapamental.com/>) De acuerdo a este enlace los mapas mentales son métodos muy eficaces para poder sacar y memorizar información relevante. Son formas lógicas, creativas de tomar apuntes y

manifestar ideas que consiste, literalmente, en cartografiar reflexiones sobre un texto.

Tienen muchos elementos comunes los mapas mentales. Cuentan con una estructura orgánica radial partiendo de un núcleo en el que se utilizan líneas, símbolos, palabras, colores e imágenes para aclarar conceptos sencillos y lógicos. Nos permiten transformar bastantes y aburridas listas de contenidos en diversos colores diagramas, muy fáciles de memorizar ya que están perfectamente organizados, puesto que funcionan en forma natural, de la misma manera que el cerebro humano.

Para que mejor se comprenda un mapa mental, imaginemos el plano de un lugar. El lugar céntrico de la urbe representa la idea importante, las principales avenidas del centro representan los pensamientos importantes del proceso mental, las calles pequeñas significan los pensamientos secundarios. Las imágenes o las formas especiales que existen en el lugar pueden simbolizar monumentos o ideas especialmente importantes.

Un mapa mental es como un espejo externo en el que se van reflejando los pensamientos con ayuda de un proceso gráfico de gran fuerza, lo que va proporcionando la clave universal para desbloquear el potencial del cerebro.

Los mapas mentales y sus características fundamentales:

- La idea, el tema o el enfoque se simboliza en una imagen central.
- Los temas importantes irradian de la imagen central como “bifurcaciones”.
- Las bifurcaciones incorporan una imagen o palabra clave dibujada o impresa en una línea asociada.

- Los temas de poca importancia se representan como “ramas” de la bifurcación oportuna.
- Las bifurcaciones son formas estructurales de nodos conectados.

El mapa mental es una elaboración de un gráfico mediante el cual nos dan a conocer las ideas importantes y secundarias de un texto a estudiar.

2.1.4.4. Fichas de estudio

Un método de aprendizaje es la utilización de fichas de estudio puesto que es muy eficaz en el momento de comprender datos concretos como: las fechas, los números o el vocabulario. Por consiguiente, las áreas de matemática, comunicación, Química, Geografía o cualquier otra área son más fáciles si incorporamos fichas en nuestras formas o métodos de estudio. Mediante las fichas de estudio se convierte la memorización en un proceso mucho más dinámico. Así mismo, las fichas de estudio online nos ahorra bastante trabajo en el momento de crearlas así mismo se puede consultar en cualquier momento.

(http://soda.ustadistancia.edu.co/enlinea/clarajaramillo_metodologia5/ficha_de_estudio.html) De acuerdo a este enlace realizar una ficha de un tema no es un resumen. Bastantes veces nos presentan materias de gran contenido conceptual a partir de cantidades extensas de textos. Recordarse los conceptos de los diferentes autores y su desarrollo es muy complicado y realizar una síntesis de cada tema o autor puede llegar a ser demasiado extenso para el tiempo que tengamos en un determinado período para estudiar.

Las fichas son como un apoyo para los temas, en ellas se consignan: autor, nombre del libro, año de publicación y los conceptos importantes por los

cuales se realiza el recorrido intelectual. El marco conceptual no se anota en una ficha, pero si nosotros damos una lectura prolijamente y de manera consciente los textos las fichas nos servirán bastante como ayuda para poder recordar las nociones importantes del autor.

Las fichas de estudio tienen la ventaja de ser un tamaño pequeño y fácil de manipular, tiene renglones más pequeños que los cuadernos e incluso podemos imprimir en ellas desde nuestra computadora, para lograr un material prolijo y concreto.

2.1.4.5. Test o examen

Los test o exámenes son una manera excelente para repasar en horas o días previos a una evaluación. Con los test se puede verificar que en qué materia nos desempeñamos mucho mejor y en cuáles no, para así podernos centrar los esfuerzos en las áreas donde es necesario. Así mismo, si intercambiamos evaluaciones con nuestros compañeros de estudio y ponernos mutuamente a prueba, podríamos descubrir cosas muy importantes que no le hemos considerado. Por esta razón, que una de las mejores estrategias de estudio es crear test o exámenes para luego intercambiarlos con nuestros amigos como una estrategia y técnica de aprendizaje previa a una evaluación.

Es una técnica de repaso en la cual se puede determinar las áreas o contenidos temáticos que uno domina o en los que aún hay dificultades para comprender.

Los exámenes tipo test nos dan la posibilidad de mejorar las calificaciones de un área determinada en un tiempo menor de preparación, por consiguiente no es necesario dejarlo para el último.

2.1.4.6. **Brainstorming o lluvia de ideas**

El brainstorming o lluvia de ideas consiste en reuniones de equipo de trabajo que realizan una lluvia de ideas sobre un determinado texto. El brainstorming es bastante útil en el momento de realizar trabajos en grupos de estudiantes, ya que en grupo se considera diferentes ideas y perspectivas. Así mismo, es importante para estudiar de cara a una evaluación o examen puesto que se absuelven dudas y se llega al fondo de un contenido temático. En los dos casos, la utilización de mapas mentales facilita el proceso de organización de las ideas.

(<https://www.ionos.es/startupguide/productividad/brainstorming-o-lluvia-de-ideas/>) De acuerdo a este enlace el brainstorming es una técnica muy popular que lo utilizan para ubicar ideas importantes mediante la creatividad espontánea y sin filtros. Lo primero de esta técnica, consiste en entrenar el cerebro de la persona para ir desencadenando lluvia de ideas para plasmarlos en un documento sin censura, fue formulada por primera vez en el año 1939 por el autor norteamericano Alex F. Osborn y desarrollado por Charles Hutchison Clark. El brainstorming es un método que tiene como objetivo primordial la recopilación constante, rápida y no filtrada de los pensamientos de los estudiantes, pidiendo a cada participante de los grupos que simplemente “lancen ideas”.

Leyes del brainstorming

- **Cantidad antes que calidad.** El brainstorming consiste en recopilar muchas ideas como sea posible de los participantes del grupo, con el objetivo de que en el grupo se ubique la idea principal para el proyecto o la labor en cuestión. Es por ese motivo, que las ideas fluyan libremente, aunque hayan demasiadas ideas que no sean necesarias. Las ideas que al inicio se recibieron como malas, al final son muy importantes para eliminarlas luego de realizar una comparación con las que sí son importantes. Los participantes de cada grupo deben asegurarse de que todas las ideas se registren como apuntes.
- **No a las críticas, discusiones o comentarios durante una sesión.** Esta regla tiene que ser respetada constantemente, con la finalidad de que el flujo de ideas no se vea perturbado ni detenido. En otro sentido, una sola intervención de un participante puede contener una o varias ideas nuevas. Todos los otros aspectos o contenidos deben comentarse y discutirse en evaluaciones posteriores.
- **Registrar todas las ideas.** Se debe registrar todas las ideas posibles, así por ejemplo, con ayuda de una pizarra, cuaderno u hoja, se debe garantizar que en la sesión de lluvia de ideas se pueda pasar a la siguiente fase de la evaluación sin haber sido eliminada o filtrada. Por consiguiente, es necesario nombrar a un individuo que sea el moderador o redactor de actas y que debe abstenerse de hacer contribuciones durante la sesión de brainstorming. Si las ideas no se toman en cuenta, se desmotiva a los estudiantes del grupo a seguir aportando en la sesión.

- **Pensar con originalidad e inspirarse mutuamente.** La lluvia de ideas en un grupo genera bastantes ideas independientes de unas a otras, así mismo existe la posibilidad de que partiendo de una idea se van desarrollando otras nuevas. Constantemente, cada reunión de un grupo va desarrollando su propia dinámica, lo cual conduce a que las ideas se vayan encaminando en un sentido concreto o que incluso se concentren en una sola línea. A consecuencia de ello, los estudiantes no deberían tener miedo de exponer sus ideas que vayan en una dirección completamente diferente. Las dos dinámicas refuerzan el brainstorming como técnica grupal, ya que con frecuencia, conducen a resultados concretos.

El brainstorming es una técnica de mucha utilidad cuando se elaboran trabajos en grupo en los cuales todos los participantes aportan ideas e información. La lluvia de ideas o brainstorming (tormenta de ideas) esta técnica de pensamiento creativo es utilizada constantemente para poder estimular la producción de un elevado número de ideas y pensamientos, de parte de un equipo, acerca de un problema y de sus respectivas soluciones, en general, sobre un texto que requiere ideas inéditas.

2.1.4.7. **Organizar el estudio**

Una técnica de estudio más efectiva es organizar los contenidos puesto que constantemente lo dejamos de lado ya que consiste simplemente en ordenar nuestro estudio. Estableciendo un calendario de estudio determinado teniendo en cuenta nuestras metas y el periodo que disponemos es el principal paso hacia el éxito.

(<https://www.aulaplaneta.com/2017/06/07/noticias-sobre-educacion/organizar-tiempo-estudio-cinco-pasos-video/>) De acuerdo a este enlace la organización del tiempo para realizar una tarea resulta clave para estudiar y mejorar su rendimiento. Es importante elaborarse un calendario para los trabajos, fijar objetivos y metas crearse un plan para afianzar lo que se ha trabajado en clase y reforzar constantemente los conocimientos. La calendarización es una planificación adecuada para realizar trabajos con anticipación, existen pasos esenciales para una buena organización de estudio, para aprender a planificarse, se debe aprovechar al máximo el periodo de estudio para así llegar a las evaluaciones sin agobios ni presiones.

CINCO CLAVES PARA QUE ORGANICE SU TIEMPO DE ESTUDIO

- **Apunte fechas clave en su agenda.** Es muy importante que se tenga una agenda personal calendarizado, ya sea en cuaderno, en hojas o en formato digital, como Google Calendar o MyHomework. En ello se debe anotar:
 - Las actividades extraescolares deben anotar los horarios y los días
 - Anotar las fechas de entregas de las tareas, trabajos o proyectos de clase
 - Anotar las fechas de los exámenes previstos y las fechas de las evaluaciones
 - Anotar las fechas de las vacaciones.

De esta manera se controlará los días y citas claves puesto que se podrá organizar mejor para hacer los deberes, terminar los trabajos o estudiar a tiempo para una evaluación.

- **Fija objetivos diarios.** Planificando tu tiempo de todos los días, establece sus actividades o acciones que quieras acabar ese día, y marque o anote qué contenidos y temas de cada área se tiene que repasar o estudiar. Hay que tener en cuenta siempre las fechas que se hayan indicado en el calendario, tanto de evaluaciones como de la entrega de tareas u trabajos, y así se distribuye de una manera adecuada el tiempo con el que se cuenta para lograr una meta. Dé prioridad a los trabajos urgentes, pero se debe dedicar también cada semana un tiempo de estudio para revisar los contenidos de cada área.
- **Establece un horario.** Se recomienda que se estudie todos los días a una misma hora, para acostumbrarse a establecer como una rutina y a cumplir metas diarias. En el periodo en que uno se dedica a estudiar, realiza en primera instancia las actividades o trabajos de entrega más próxima y luego invierte los 15 minutos antes de una hora en estudiar o repasar los contenidos que se ha tratado en clase. En una actividad compleja se recomienda que se establezcan un descanso de cinco minutos por lo menos cada cierto tiempo. Así mismo se debe descansar la sexta parte de una hora entre los deberes y el estudio.
- **Reparte el tiempo de estudio para cada área.** Para organizarse de manera eficaz, se debe disponer mayor tiempo para los cursos que son más complejos, aquellos que cuesten más o de mayor exigencia en el trabajo de comprensión. Se puede empezar por lo tanto con las tareas o contenidos más difíciles, puesto que estarás menos cansado, y deja lo más simple para el

final. Otra técnica buena es intercalando tareas cada vez más complejas o exigentes con otras ya que resultara más entretenida y motivadora.

- **Sé constante.** La mejor forma de ir mejorando en la planificación y organización del estudio es ser perseverante. No importa que al inicio resulte complicado, estudie todos los días, tratando de cumplir los objetivos que te hayas propuesto respetando los horarios, y sabrás cómo el trabajo da sus frutos. Pero si en un determinado día no cumples las horas de trabajo o no llegas a revisar todos los campos temáticos, no se debe preocupar ni desanimar; más bien se debe reajustar la planificación y retomarla con más fuerza los días posteriores.

2.1.4.8. **Resumen**

Redactar un párrafo breve con las ideas más principales del texto a estudiar es el resumen. Facilitando así la redacción si anteriormente se aplicó la técnica del subrayado.

(<https://concepto.de/resumen-2/>) De acuerdo a este enlace nos indica que un resumen, hace referencia a un párrafo de extensión variable, recurriendo siempre a lo sintético, en el que se simplifica o se abrevian las ideas de un texto de mayor cantidad o mayor complejidad. Se acostumbra que se sintetice un resumen en la cuarta parte del tamaño original. Los resúmenes son maneras abreviadas de un texto o un discurso, lo que significa seleccionar del material central, importante y vital, y lo que se descarte de todo aquello que sea superfluo, decorativo o secundario. Generalmente se realiza con el propósito de:

- Permite a la persona enterarse de los puntos importantes de un artículo como los abstracts de los artículos académicos.
- Sintetizar la información de un texto en una serie de apuntes para su lectura posterior.
- Brindar el núcleo de la información generada durante un período extenso como los resúmenes de cuenta de los bancos.
- Comprobar, como ejercicios, la capacidad lectora de los estudiantes de la institución educativa.

De la misma manera, la elaboración de resúmenes es una técnica de estudio importante: que nos permite verificar que entendimos en el texto en su totalidad, puesto que podemos elegir las ideas principales y las ideas descartables.

2.2. Casuística de investigación

2.2.1. Operacionalización de variables

Tabla 1

Operacionalidad de la variable del trabajo monográfico

PROBLEMA	VARIABLE	DIMENSIÓN	ITEMS
¿Qué técnicas de estudio en el área de inglés manejan los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada del Distrito de Zepita, Región Puno, año 2018?	Técnicas de estudio	El subrayado	
		Crear nuestros propios apuntes	
		Los mapas mentales	Si
		Las fichas de estudio	No
		El test o examen	
		El brainstorming o lluvia de ideas.	
		Organizar el estudio	
		El resumen	

2.2.2. Diseño del trabajo monográfico

El autor (Horna, 2008) Manifiesta: Que los diseños son planes y estrategias de investigación que son concebidos para lograr respuestas que sean confiables en las interrogantes de la investigación.

Los autores (Roberto Hernandez Sampieri, Carlos Fernandez Collado, Maria Baptista Lucio, 2010) Manifiestan que el diseño es el plan o estrategia para dar respuesta a las interrogantes de la investigación.

Por consiguiente, el trabajo monográfico viene a ser descriptivo y responde al diseño **NO EXPERIMENTAL** porque no se manipularán los hechos para ver los resultados.

2.2.3. Población del trabajo monográfico

(Horna A. V., 2008) Sostiene: Que la población es un conjunto de personas o cosas que tienen una o más características en común, se ubican en un lugar o territorio y cambian con el transcurso del tiempo.

La población estuvo conformado por los 110 estudiantes de la institución educativa secundaria Manuel Gonzales Prada de Isani.

Tabla 2

Estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.

SECCIÓN	SEXO		TOTAL
	Masculino	Femenino	
Primero	14	14	28
Segundo	09	10	19
Tercero	11	16	27
Cuarto	07	08	15
Quinto	09	12	21
TOTAL	50	60	110

Fuente: Nomina de matrícula 2018

2.2.4. Técnicas e instrumentos

2.2.4.1. Técnicas de Recolección de los datos

(José W. Silva Grimán, Cinecia Suarez Camacho, Enyelberth A. Peña Hernandez, 2016) La encuesta es una técnica utilizada para recoger y procesar informaciones proporcionadas por los individuos que van a ser parte de la población en estudio o de la muestra. La información procesada y sistematizada servirá posteriormente para el análisis de los resultados que se obtengan. La encuesta cubre un amplio espectro de uso y propósitos de estudios.

El presente trabajo monográfico se trabajó con el cuestionario estructurado a fin de conocer la opinión de los estudiantes sobre las técnicas de estudio que más utilizan los estudiantes para su aprendizaje.

La Técnica seleccionada para el presente trabajo monográfico fue:

La Encuesta.

2.2.4.2. Instrumentos para la Recolección de los datos

(Raúl Tafur Portilla, Hernán Izaguirre Sotomayor, 2014) Dichos autores nos indican que el investigador utiliza instrumentos de investigación puesto que son medios para medir las variables. En el campo social el cuestionario es el instrumento que es el modelo de la investigación.

Según el autor (Horna A. V., 2008) Indica: Que para responder interrogantes de investigación, se necesita obtener datos confiables y válidos. Recoger datos significa lo siguiente:

- Elegir un instrumento de registro y medición que ya existe o crearla por uno mismo.
- Aplicar el instrumento.

- Recoger los datos que se obtienen para analizarlos correctamente.

La selección de las técnicas que se utiliza va a depender mucho de la naturaleza del problema y su metodología de trabajo (pág. 243).

El Instrumento seleccionado para el presente trabajo monográfico fue:

EL cuestionario

2.2.4.3. Plan de análisis

Para obtener información de la unidad de análisis en el presente trabajo monográfico utilice como técnica a la encuesta y como instrumento el cuestionario que fue elaborado por Román y Gallego (1994), que es administrado en situaciones de clase. El procesamiento de los datos del presente trabajo se realizó en una computadora específicamente el programa Excel.

En el presente trabajo monográfico se realizó el análisis cuantitativo de los datos y en consecuencia tome en cuenta las frecuencias y los porcentajes al finalizar se realizó un análisis interpretativo de cada cuadro.

2.3. Presentación y Discusión de Resultados

2.3.1. Presentación de Resultados

2.3.1.1. Subrayado técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 2

Subrayado técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Subrayado técnica de estudio	Nº de estudiantes	Porcentaje
SI	79	71,8
NO	31	28,2
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

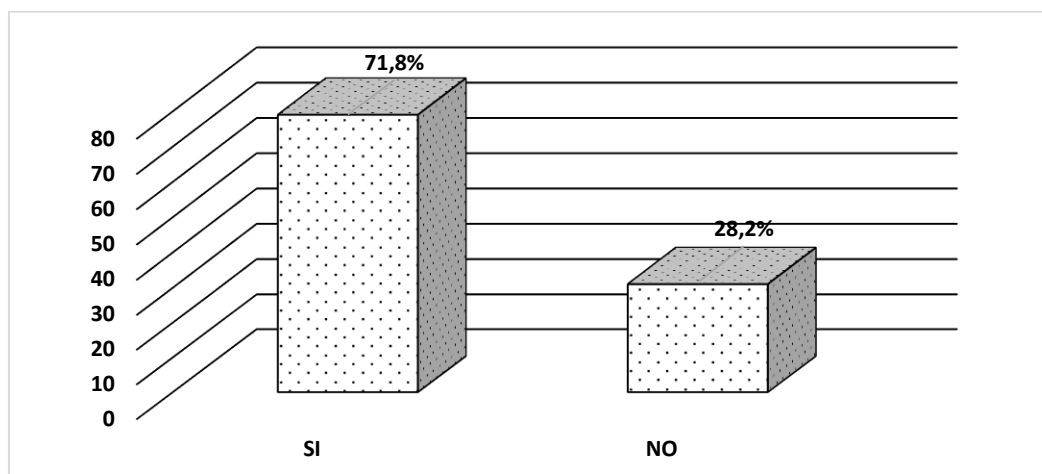


Figura 1 Subrayado técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 1 se observa que el 71,8% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio el subrayado, en cambio el 28,2% no utilizan la técnica de estudio del subrayado.

2.3.1.2. **Crear nuestros propios apuntes, técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.**

Tabla 3

Crear nuestros propios apuntes, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.

Crear nuestros propios apuntes	Nº de estudiantes	Porcentaje
SI	63	57,3
NO	47	42,7
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

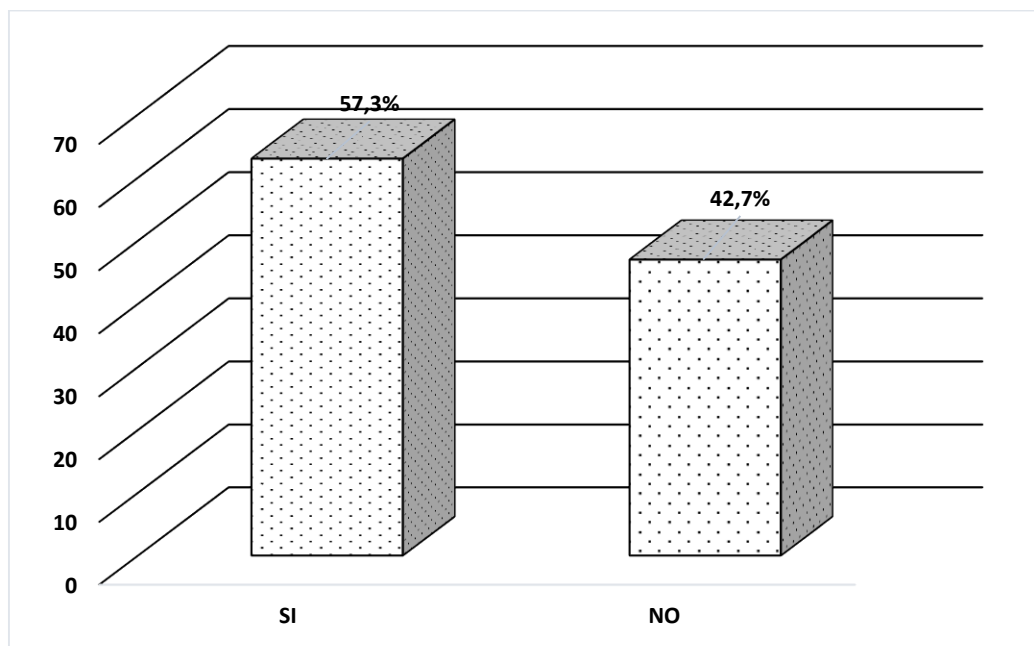


Figura 2 Crear nuestros propios apuntes, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 2 se observa que el 57,3% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio de crear sus propios apuntes, en cambio el 42,7% no utilizan dicha técnica.

2.3.1.3. Mapas mentales técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 4

Mapas mentales, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Mapas mentales	N° de estudiantes	Porcentaje
SI	31	28,2
NO	79	71,8
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

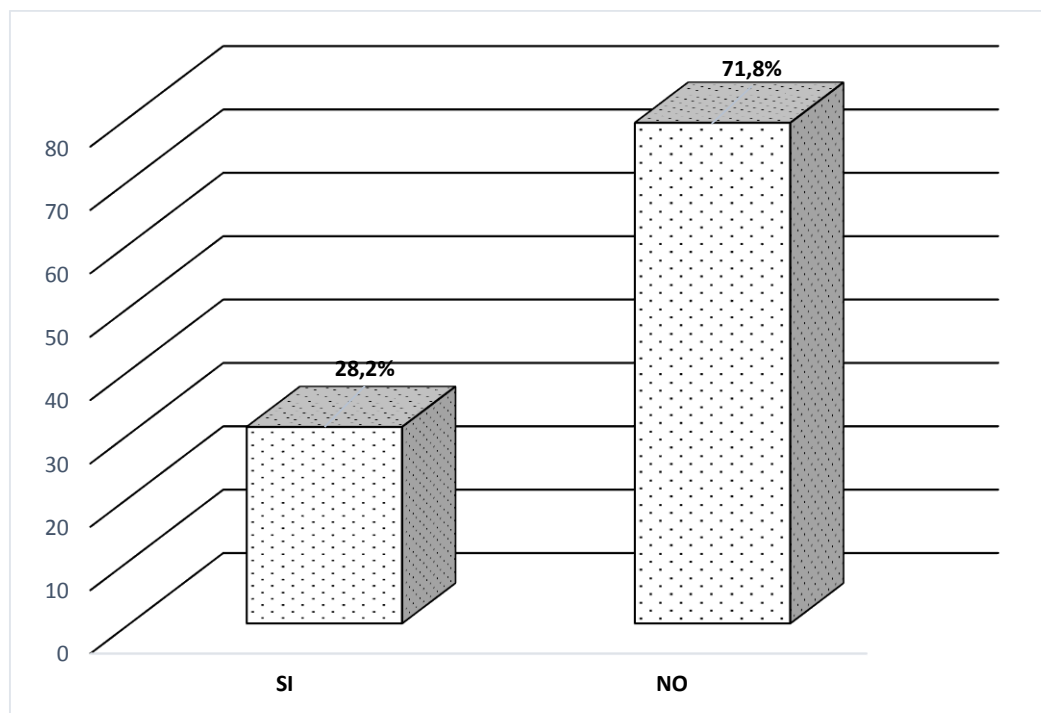


Figura 3 Mapas mentales, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 3 se observa que el 28,2% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio de los mapas mentales, en cambio el 71,8% no utilizan dicha técnica.

2.3.1.4. Fichas de estudio técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 5

Fichas de estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Fichas de estudio	N° de estudiantes	Porcentaje
SI	28	25,5
NO	82	74,5
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

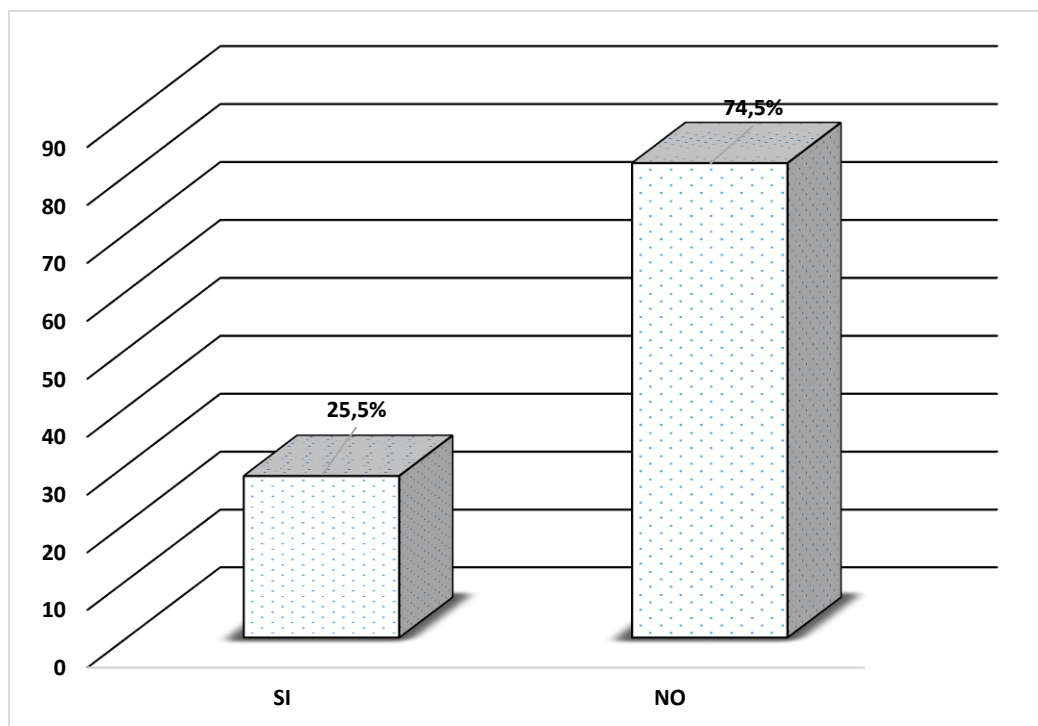


Figura 4 Fichas de estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 4 se observa que el 25,5% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica fichas de estudio, en cambio el 74,5% no utilizan la técnica fichas de estudio.

2.3.1.5. Test o examen técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 6

Test o examen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Mapas mentales	N° de estudiantes	Porcentaje
SI	33	30
NO	77	70
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

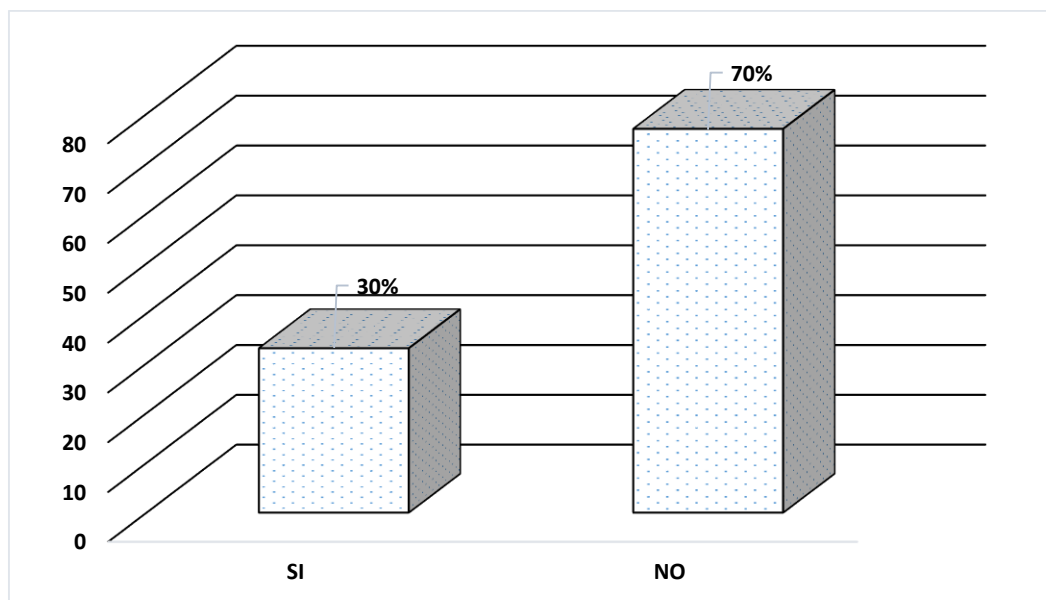


Figura 5 Test o examen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 5 se observa que el 33% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio el test examen, en cambio el 77% no utilizan dicha técnica de estudio.

2.3.1.6. **Brainstorming o lluvia de ideas técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.**

Tabla 7

Brainstorming o lluvia de ideas, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.

Brainstorming o lluvia de ideas	N° de estudiantes	Porcentaje
SI	19	17,3
NO	91	82,7
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

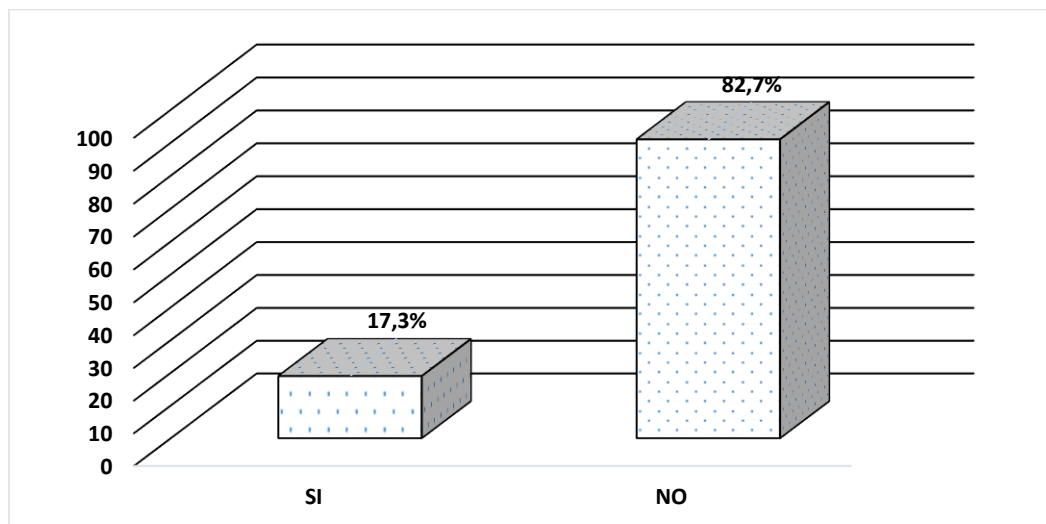


Figura 6 Brainstorming o lluvia de ideas, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la IE. Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 6 se observa que el 17,3% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio el Brainstorming o lluvia de ideas, en cambio el 82,7% no utilizan dicha técnica de estudio.

2.3.1.7. Organiza el estudio, técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 8

Organiza el estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Organiza el estudio	N° de estudiantes	Porcentaje
SI	14	12,7
NO	96	87,3
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

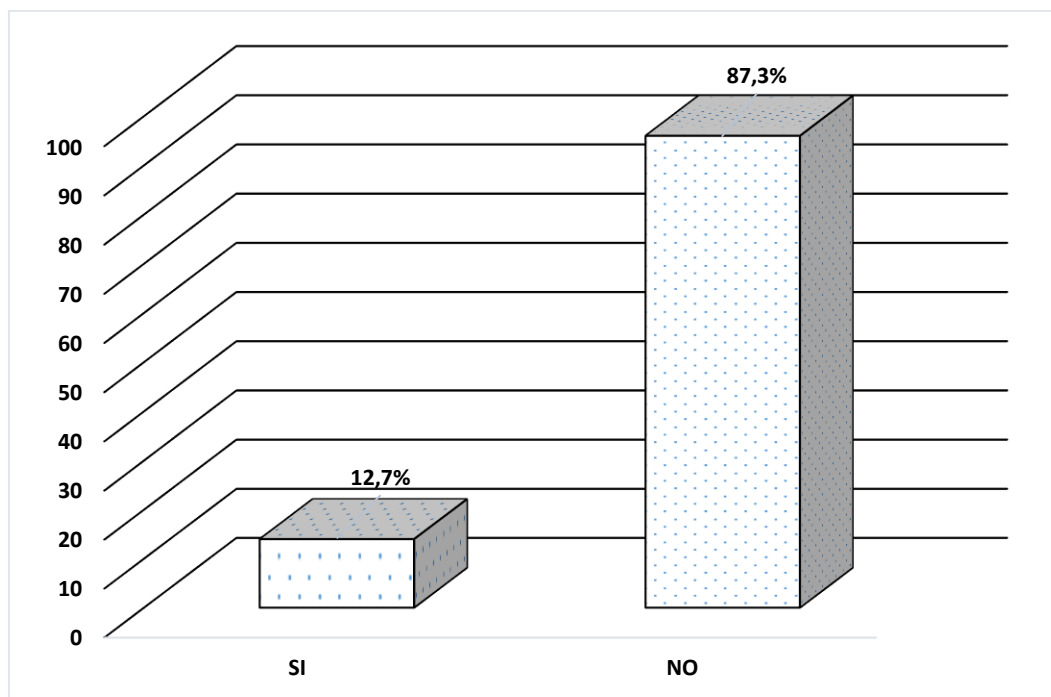


Figura 7 Organiza el estudio, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 7 se observa que el 12,7% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de organizar el estudio, en cambio el 87,3% no utilizan dicha técnica de estudio.

2.3.1.8. El resumen, técnica de estudio utilizadas por los estudiantes.

Tabla 9

Resumen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Resumen	Nº de estudiantes	Porcentaje
SI	46	41,8
NO	64	58,2
Total	110	100

Fuente: Cuestionario aplicado a los estudiantes, año 2018.

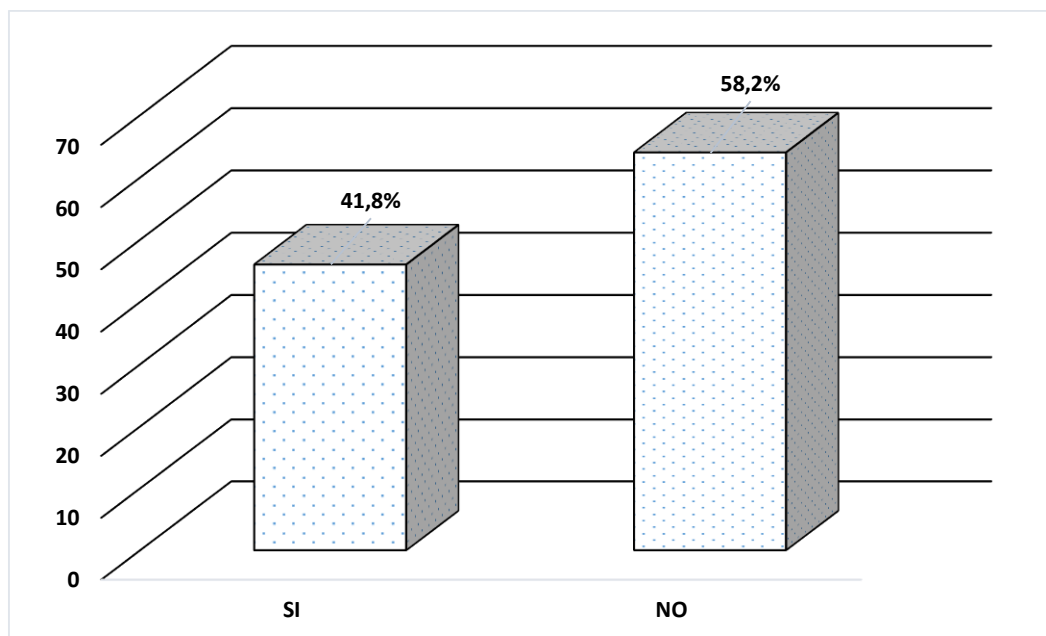


Figura 8 Resumen, técnica de estudio en el área de inglés desarrolladas por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

Interpretación: En la tabla y figura 8 se observa que el 41,8% de estudiantes de la Institución Educativa Manuel Gonzales Prada afirman que utilizan la técnica de estudio el resumen, en cambio el 58,2% no utilizan dicha técnica de estudio.

2.3.2. **Discusión de Resultados**

Los resultados demuestran que el 71,8 % de los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018. Utilizan la técnica de estudio del subrayado.

Dicha técnica de estudio del subrayado se puede establecer fomentando y determinando en los aprendices una manera más exhaustiva y duradera de obtener el conocimiento esperado para su práctica posterior.

(manual-tc2aa-estudio) De acuerdo a este enlace estudiar es la manera sistemática de comprender, asimilar, fijar y recordar los campos temáticos ya que son objeto del aprendizaje, utilizándose distintas técnicas que sean adecuadas. Es necesario una actitud positiva de la persona y la voluntad de aprender cada día. Estudiar es un oficio y un arte, son actividades constantes mediante el cual los estudiantes realizan los aprendizajes puesto que saber estudiar es imprescindible para lograr objetivos propuestos.

Para estudiar, primero es conocernos a nosotros mismos, cuanto mejor nos conozcamos mucho mejor, en mejores oportunidades estamos en condiciones para obtener logros positivos y de ir mejorando aquellos aspectos en los que fallamos. Para estudiar mejor debemos:

- Saber acerca de la utilidad de las técnicas y los hábitos de estudio.
- Conocer las formas o métodos de estudiar.
- Proponerse a mejorar aspectos inadecuados del método de estudio.

De acuerdo al autor (Jiménez, 2011) Se valora la utilización de las distintas técnicas en el tratamiento de la información y el impacto en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los profesores utilizan los esquemas para presentar los contenidos para ayudar a sus estudiantes a organizar y almacenar los conocimientos significativamente en la memoria de largo plazo.

La adecuada utilización de las técnicas de estudio permite que los estudiantes organizan sus conocimientos sobre un determinado items, conozcan los apartados y conceptos más principales, así mismo lograr relacionar los nuevos conocimientos con los anteriores que ellos ya poseen (aprendizaje significativo). Así mismo, tener presente la estructura de un texto ya que nos facilita su estudio, su memorización y su posterior recuerdo. En cuanto a la técnica de estudio subrayado

Solicite el subrayado con distintos colores las ideas principales del texto, a cada estudiante.

La pretensión de los docentes debe ser que, una vez que conozcan la estructura del texto y los conocimientos primordiales, se logren profundizar cada fragmento y los estudiantes sean capaces de captar las ideas principales.

Lo presentado es bueno, pero surge un problema, ya que el profesor no corrige el subrayado de los estudiantes, en el cual algunos estudiantes subrayaron casi todo y otros casi nada. En las instituciones educativas públicas se observa que hay muchos estudiantes que presentan problemas de comprensión lectora; por consiguiente, el no comprender bien los párrafos de un texto, no pueden

extraer las ideas más principales. Así mismo observamos que bastantes estudiantes tienen un vocabulario reducido, puesto que descubren bastantes palabras no conocidas en los textos, que les impiden comprender lo que contiene.

Se recomienda al docente que dedique tiempo para monitorear los subrayados, revisándolos constantemente en el salón de clase mientras los hagan, corrija las actividades dadas en el aula. En una lectura que se entrega para leer y subrayar, el docente debería indicar las ideas y conceptos que deban subrayar y cuáles no. Este proceso lleva mayor tiempo, pero a si mismo se va enseñando la técnica del subrayado, puesto que se repasan constantemente los contenidos del texto.

Los profesores generalmente utilizan los resúmenes como forma de evaluación, suponiendo que todos los estudiantes saben hacerlo, y pasando directamente a valorarlo. La idea es buena, puesto que si comprendieron el texto, todos los estudiantes pueden sintetizar; así mismo pueden continuar con el esquema y el subrayado para construir el resumen. El problema empieza cuando los profesores se dan cuenta que sus estudiantes no saben relacionar una técnica con otra, así mismo no saben aprovechan la información del esquema tampoco del subrayado. Los estudiantes piensan que resumir es escribirlo todo con letra más pequeña o bien quitar algunos párrafos. Los resúmenes suelen ser diferentes párrafos que se colocan uno de bajo del otro, sin coherencia.

Debemos enseñar a los estudiantes esta técnica, ponerla en práctica y corregirla. Es recomendable el trabajo mediado entre compañeros. Podemos

agrupar a los estudiantes por parejas y los que ya saben la técnica del resumen pueden ayudar a los que no lo entienden.

La utilización de dichas técnicas de estudio, hace que se fomente en los estudiantes el desarrollo de capacidad de análisis, síntesis, memorización comprensiva, etc.

(Silvia) De acuerdo al autor en las universidades, el aprendizaje es más complejo y se requiere mayor periodo de tiempo y dedicación. Por ese motivo, que no es suficiente con dar una simple lectura de un texto o asistir a clases magistrales. En consecuencia, en las universidades el aprendizaje consta de varios niveles que implican: adquisición, comprensión, aplicación, análisis, síntesis y evaluación del conocimiento que son abordados por los autores (Hernández Díaz, 1996; Stone Wiske, 1999; Monereo, Castelló, Clariana, Palma, & L., 1999; Gadea & Pérez, 2001; Villar, 2003; Catejón, Prieto, Pérez, & Gilar, 2004; Chávez Zamora, 2008; Cherches, 2009). En consecuencia, estudiar en un nivel superior, implica que un individuo tenga conocimientos y un repertorio amplio de estrategias y técnicas de estudio, que son comprendidas como proceso de toma de decisiones, consciente e intencional, lo cual consiste en seleccionar los conocimientos conceptuales, procedimentales y actitudinales, que sean puntual en cumplir una determinada meta, en función de las condiciones del contexto educativo en que se produce la acción (Monereo, 2000, p. 34), lo cual significa, que no toda información debemos estudiar, necesariamente de la misma manera, depende del tipo de conocimiento que tengamos y las metas que nos proponemos lograr.

CAPÍTULO III

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

3.1. Conclusiones

PRIMERO: La técnica de estudio del subrayado es la más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada del distrito de Zepita, Región Puno, año 2018.

SEGUNDO: La técnica de estudio de crear nuestros propios apuntes es la segunda técnica más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada de Isani.

TERCERO: La técnica de estudio del resumen es la tercera técnica que más utilizan los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales durante el presente año.

CUARTO: La técnica de estudio del test o examen es la cuarta técnica más utilizada por los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales Prada.

QUINTO: La técnica de estudio de los mapas mentales es la quinta técnica que más utilizan los estudiantes de la Institución Educativa secundaria Manuel Gonzales del centro poblado de Isani.

3.2. **Recomendaciones**

De acuerdo a los resultados obtenidos en el presente trabajo monográfico se propone las siguientes recomendaciones que deberían ser implementadas para mejorar el aprendizaje de los estudiantes.

- Al Ministerio de Educación para mejorar las técnicas de estudio en los estudiantes se le sugiere tener en cuenta lo siguiente: Seleccionar al profesor de inglés con amplia experiencia en la docencia, seleccionar a profesores idóneos, democráticos y capacitados para desempeñarse en el área de inglés; Seleccionar al profesor que tenga un enfoque crítico y reflexivo.
- A la Dirección Regional de Puno se le sugiere que realice una buena programación y ejecución del presupuesto para que los programas del área de Inglés puedan ser implementados.
- A la Unidad de Gestión Educativa Local Chucuito Juli se le recomienda que realicen cursos de capacitación permanentemente para los profesores del área de inglés.
- A la Institución Educativa encabezado por el director, el equipo directivo y los profesores que de las lecciones aprendidas en este trabajo académico sobre técnicas de estudio, se les sugiere continuar con las investigaciones iniciada y seguir aportando en educación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvares, Gonzales - Pineda Gonzales - Castro y Nuñez. (2007). Prácticas de psicología de la educación. Evaluación e intervención psicoeducativa. Madrid: Piramide.
- Capita, Á. M. (2009). Las estrategias de aprendizaje. Sevilla.
- Clariana, M. y. (2000). El asesoramiento en el ámbito de las estrategias de aprendizaje. Madrid: Visor.
- Efraín Choque y Marcelo sanga. (2011). Técnica de estudio y rendimiento académico. Cochabamba.
- Guelbenzu, M. N. (2015). Definición ABC. Navarra.
- Horna, A. V. (2008). Siete pasos para una Tesis exitosa. Lima: Universidad de San Martin de Porres.
- Jiménez, M. d. (2011). Técnicas de estudio.
- José María Román Sánchez y Sagrario Gallego Rico. (2008). Escalas de estrategias de aprendizaje. Madrid: S.A.U.
- José W. Silva Grimán, Cinecia Suarez Camacho, Enyelberth A. Peña Hernandez. (2016). Técnicas de recolección de datos. Cabudare.
- Julián Pérez Porto y Ana Gardey. (2008). Definicion de aprendizajes. Puerto rico.
- Julián Pérez Porto y María Merino. (2008). Definición de técnica de estudio (<https://definicion.de/tecnica-de-estudio/>). Argentina: Wordpress.

- Martínez Martín, M. y. (2013). Todo sobre el TDAH. Guía para la vida diaria.
Madrid: Editorial Altaria.
- Obregón, H. M. (2016). Teorías del aprendizaje. Lima.
- Orrú, S. E. (2012). Bases conceptuales del enfoque histórico-cultural para la comprensión del lenguaje. Brasil.
- Pardo, A. (2019). Como mejorar el aprendizaje.
- Pérez Porto Julián y Ana Gardey. (2008). Definición de aprendizaje - Qué es, Significado y Concepto. Puerto Rico.
- Raúl Tafur Portilla, Hernán Izaguirre Sotomayor. (2014). Como hacer un proyecto de investigación. Lima - Perú: Alfaomega.
- Roberto Hernandez Sampieri, Carlos Fernandez Collado, Maria Baptista Lucio. (2010). Metodología de la investigación . Mexico: McGrawHill. 5ta. Edición.
- Roldan, I. (1987). La teoria cognitivista. Guatemala.
- Silvia, C. C. (s.f.). Tecnicas de estudio. Chile.
- Toledo, A. R. (2015). Constructivismo pedagógico. Chile.
- Valle Antonio; Gonzáles Cabanach; Ramón; Cuevas Gonzales, Lino Manuel; Fernández Suárez, Ana Patricia. (1998). Las estrategias de aprendizaje: características básicas y su relevancia en el contexto escolar. España.