



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 17 – ABRIL DE 2009

“MI RINCÓN DE ESTUDIO”

| |
|--|
| AUTORÍA M^a DOLORES MORENO SEGORBE |
| TEMÁTICA PREVENCIÓN |
| ETAPA ESO |

Resumen

La intervención que a continuación presento se considera necesaria debido a la necesidad de enseñar a nuestros alumnos/as a aprender a aprender, logrando así una mejora en su rendimiento académico y mayor satisfacción consigo mismos/as.

Es necesario el abordaje de este programa en sus distintas vertientes en toda la secundaria, aunque concretamente nos centraremos en 1º ESO por ser el primer curso de la etapa y como tal, poder evitar la aparición de problemas de estudio en los cursos siguientes.

Palabras clave:

Estudio, orientación, adquisición de hábitos de trabajo, técnicas intelectuales y conocimientos, desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo, tareas del aprendizaje.

0.- PLANTEAMIENTO:

El Centro al que nos referimos se encuentra en una zona costera y urbana. Cuenta con las etapas de educación secundaria obligatoria y bachillerato con las vías de Ciencias Sociales y Humanidades y Ciencias y Tecnología.

Es sobre todo durante la secundaria cuando deben echarse los cimientos del aprender a aprender. Esto no implica no poder trabajarlo antes, pero es en estos momentos en los que el alumno/a ha dominado ya las habilidades básicas y empiezan a producirse en ellos importantes cambios cognitivos e intelectuales cuando resulta imprescindible dotarle de las herramientas básicas para que pueda aprender a aprender. En estas edades los chicos son aun receptivos a nuevos modelos de comportamiento y empiezan a perfilar sus actitudes, valores y estilo de vida. En cursos posteriores puede resultar tarde para cambiar hábitos profundamente arraigados.



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 17 – ABRIL DE 2009

1.- JUSTIFICACIÓN:

- *Legal:*

- Según se establece en la Ley Orgánica 2/ 2006, de 3 de mayo de Educación y su desarrollo normativo posterior en Educación Secundaria, el D. 231/ 2007 que establece las enseñanzas de esta etapa para Andalucía, establecen que el curriculum de dicha etapa se orientará, entre otros, a desarrollar contenidos y actividades para la adquisición de hábitos de trabajo, técnicas intelectuales y conocimientos. (art. 23 LOE, entre las capacidades a fomentar: desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje y como medio de desarrollo personal.) en cuanto a las CCBB marcadas por la loe, podríamos situar esta actuación en relación a la competencia en aprender a aprender, así como a la de autonomía e iniciativa personal, ya que se espera que lo aprendido a través de la misma se generalice a futuras situaciones.
- Así mismo, en la LEA (2007) se establece, entre sus objetivos, estimular al alumnado en el interés y en el compromiso con el estudio, en la asunción de responsabilidades y en el esfuerzo personal en relación a la actividad escolar.
- Decreto 200/97, por el que se aprueba el Reglamento Orgánico de los IES, entre las funciones del DO se halla la de desarrollar las actividades previstas en el plan de actividades y su posterior inclusión en el PAC.
- Orden 9 de Septiembre de 1997 por la que se regulan determinados aspectos de la Organización y Funcionamiento de los IES, que contempla la existencia de una hora de tutoría directa con el grupo de alumnos que formará parte del horario lectivo del tutor.

- *Psicopedagógica:*

Si queremos conseguir jóvenes que sepan cómo aprender e impulsar la autonomía e iniciativa personal, como así se marca en las competencias básicas propuestas desde la LOE (2006) deberemos proporcionar las herramientas y ayudas necesarias para tal fin.

Debido al carácter propedéutico de la ESO, es esencial instruir a los alumnos en este ámbito para aprovecharse de sus ventajas en los estudios venideros.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 – ABRIL DE 2009

Entendemos por técnica de trabajo intelectual (TTI), una serie de procedimientos que nos permiten disponer de una autonomía intelectual, constituyendo la base del aprender a aprender tanto en situaciones formales como informales de estudio.

Entre las posibles clasificaciones proporcionadas desde la psicología cognitiva al respecto, podemos exponer como elementos integrantes de las TTI:

- estrategias de aprendizaje: observación, búsqueda de información, repaso y retención, expresión oral y escrita...
- técnicas generales del aprendizaje: aspectos relacionados con la toma de apuntes, control de la ansiedad en los exámenes, uso de métodos específicos de estudio (EPPLER: examinar, preguntar, leer, esquematizar, recitar y revisar)
- hábitos de estudio: condiciones ambientales, cuidado físico, formación de hábitos...

Sobre este último aspecto centraremos la intervención que nos ocupa.

La actuación se desarrollará a través de la elaboración por programas, que tal y como establece Rodríguez Espinar, sólo a través de este tipo de intervención es posible dar respuesta a los principios de prevención, desarrollo e intervención social. No obstante, también resultaría necesario contar con el asesoramiento individualizado, en aquellos momentos de mayor dificultad o que impliquen tomar decisiones por parte del alumnado. Esta tarea es responsabilidad de toda la comunidad educativa y no exclusivamente del orientador.

Un programa de intervención educativa en el ámbito de la acción tutorial, cuya pretensión sea que los alumnos alcancen un grado de desarrollo personal suficiente que les permita analizar y aprender por ellos mismos, es sin duda, un programa que no puede concebirse ni planificarse de forma aislada o desconectada del resto de la enseñanza y demás actuaciones educativas que se plantean en los centros.

- **Curricular:**

Esta intervención se encuentra incardinada en la Programación del Plan de Acción Tutorial. Siendo uno de los tres pilares básicos del trabajo del Orientador en un centro, como así se recoge en el POAT, documento perteneciente al PCC. El POAT, con un carácter a medio - largo plazo, necesita concretarse para cada curso escolar a través de la Programación anual de actividades del Dpto de Orientación, siendo el caso que nos ocupa. Para ello se tomarán como referentes las Finalidades Educativas, el PCC así como lo recogido en la Memoria Final del curso anterior.

El DO como órgano de coordinación docente asumirá la tarea de impulsar, promover y coordinar las actividades de tutoría y orientación del centro con el fin de asegurar la dimensión orientadora inherente a la educación y a la función docente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 – ABRIL DE 2009

2.- DESARROLLO:

Este programa se desarrollará directamente con el alumno, pero también se considerará especialmente la colaboración familiar para la consecución y desarrollo del mismo.

a) **intervención directa:** a través de la aplicación del programa dirigido al grupo de alumnos de 1º ESO, abordado por el profesor-tutor durante su horario de tutoría, asesorados por el orientador.

- objetivos generales:

Todas las personas deben tener la posibilidad de formarse a lo largo de la vida, con el fin de adquirir, actualizar, completar y ampliar sus capacidades, conocimientos, habilidades, aptitudes y competencias para su desarrollo personal y profesional.

- objetivos específicos:

- Asumir la responsabilidad de la tarea de estudiar
- Tomar conciencia del propio control de variables para desarrollar el estudio
- Saber discriminar cuáles son las condiciones del sitio más adecuado para estudiar
- Adquirir una adecuada higiene de sueño
- Conocer pautas alimenticias relacionadas con el estudio
- Saber planificar el tiempo de estudio, conocimiento y uso de la agenda

- Contenidos:

- El mejor sitio para estudiar
- Higiene de sueño
- La alimentación del estudiante
- La agenda escolar



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 – ABRIL DE 2009

- **Actividades:**

Para el trabajo con el alumno en las horas de tutoría, se han ideado algunas actividades:

1ª sesión: *El mejor sitio para estudiar*

Antes de iniciar el programa, nos parece interesante conocer cómo estudian los alumnos/as. Cada uno y de forma individual contará cómo lo hace, donde lo hace, durante cuánto tiempo... El tutor/a realizará las anotaciones que considera oportunas para comprobar posteriormente los cambios establecidos.

El tutor, en la hora de tutoría al efecto, previamente asesorado por el orientador, desarrollará una tormenta de ideas basada en una imagen adecuada de estudio y otra que no lo es. Se trata de señalar cuáles serían las mejores condiciones físicas para el estudio. Tras su escritura en la pizarra por los mismos alumnos/as, el tutor conjugará las aportaciones de los alumnos con la corrección de las mismas y la explicitación de las condiciones físicas para el estudio más idóneas. De tal modo que al finalizar la clase, los alumnos hayan podido reunir un listado con dichas características físicas. Una vez expuestas, los alumnos, en pequeño grupo, comentarán al resto de la clase aquellas condiciones que sí cumplían y aquellas otras que consideren debieran modificar.

2ª sesión: *La alimentación del estudiante*

Antes de comenzar esta sesión, parece interesante comentar, aquellos alumnos que así lo deseen, que cambios han realizado en sus condiciones de estudios después de la última tutoría.

Los alumnos elaborarán previamente y de manera individual un mural (collage) con recortes de fotografías sobre productos alimentarios, de tal modo que refleje cuál es su alimentación al cabo del día. Para esta sesión, lo traerán a clase ya elaborado. El tutor, mostrará la importancia de una buena alimentación, especialmente para los estudiantes, en qué consiste y, a través de una exposición, mostrará distintas tablas sobre los aportes de distintos alimentos, así como su adecuación/inadecuación para el desarrollo de distintas capacidades humanas, por ejemplo, la zanahoria es buena para la vista, el consumo excesivo de bebidas azucaradas provoca estrés e hiperactividad. Tras esto, los alumnos contrastarán la información obtenida con lo contenido en el mural que habían realizado previamente. Comentará las conclusiones personales extraídas con el resto de la clase (qué debe cambiar y qué hace bien).

3ª sesión: *Higiene de sueño y planificación del tiempo de estudio*

El tutor impartirá una clase en la que se ofrezcan una serie de pautas sobre higiene de sueño y recomendaciones sobre planificación del tiempo de estudio (curva del rendimiento, curva del olvido,



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 – ABRIL DE 2009

descansos...) Tras ello, se expondrá un caso - problema hipotético sobre distintas tareas a realizar por un alumno imaginario, al cual los alumnos deben buscar una solución. Los alumnos, trabajando en grupo de 4-5, planificarán la jornada de ese alumno imaginario y se debatirá en clase cuál es la propuesta más idónea ofrecida a modo de solución.

4ª sesión: *Mens sana in corpore sano*

A modo de lluvia de ideas se realiza un sondeo para saber los conocimientos previos que poseen los alumnos/as en relación a la necesidad de realizar deporte. A continuación y tras motivar en la curiosidad de la relación entre deporte y estudio, se les proyectará un vídeo que muestre la interconexión del ejercicio físico con los aspectos cognitivos y de personalidad.

Tras ello, se analizará las impresiones del alumnado por grupo, estableciendo unas conclusiones que serán comentadas posteriormente.

Así mismo, se le ofrecerá un folleto sobre las actividades deportivas que se desarrollan en los polideportivos de la ciudad y se recordará las actividades complementarias y extracurriculares que se desarrollan en el centro.

5ª sesión: *Uso de la agenda escolar*

Partiremos nuevamente de lluvia de ideas en la que intentaremos conocer si los alumnos/as saben manejar una agenda o no. Una vez realizado, haremos un ejemplo con todos ellos. A continuación se invitará a que lo hagan ellos y el resto del gran grupo comente justificadamente si es correcto o no lo que el compañero/a está proponiendo.

Tanto el tutor/a como el resto del profesorado realizarán un seguimiento mediante la observación del uso adecuado de la agenda.

- METODOLOGÍA:

La metodología que se utilizará a lo largo del desarrollo del programa tendrá las siguientes características:

* *Participativa*, tanto por parte de los alumnos como del Equipo Educativo implicado y las familias.

* *Activa* en la realización de las tareas encomendadas.

* *Flexible*: nuestro mayor interés es que los alumnos reflexionen sobre el desarrollo de los hábitos de trabajo y sus consecuencias beneficiosas a largo plazo, por lo que si es necesario modificar la metodología, es posible hacerlo.



ISSN 1988-6047

DEP. LEGAL: GR 2922/2007

Nº 17 – ABRIL DE 2009

Temporalización:

Se aplicará durante el 1º y 2º trimestre, ya que más tarde consideramos inoperativo el programa. Constará de 5 sesiones.

Recursos humanos:

Tutor/a

Orientadora

Alumnos/as

Familia

Recursos materiales:

Medios audiovisuales e informáticos (ordenador, pantalla de proyección, dvds...), los materiales didácticos y de información presentes en el departamento de orientación, los propios de la instalación en el aula, agenda escolar de cada alumno...

- Evaluación:

Tal y como dice *Miguel Ángel Santos Guerra*, la evaluación se realizará siempre y en todo momento. De todas maneras, esta actuación necesita:

- *Una evaluación inicial,*

- A través de distintos cuestionarios y lluvia de ideas previos a las exposiciones didácticas, para saber de la opinión y hábitos de los alumnos. Se realizarán en el desarrollo de las sesiones.
- Así mismo, se recogerán las opiniones de los profesores-tutores en las reuniones de departamento sobre lo apropiado de desarrollar este programa.
- Consulta de los documentos existentes en el centro sobre los alumnos, en concreto se revisarán las calificaciones académicas. Para que sea adecuado el resultado de los mismos, deberán realizarse durante el primer trimestre.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 – ABRIL DE 2009

- Una evaluación continua, en la que el tutor recopilará información sobre el desarrollo de las sesiones (a través de la observación en el aula y de los trabajos, ya sean orales o escritos, realizados por los alumnos a propósito de la sesión didáctica, de los resultados, comportamientos y actitudes mostrados por sus alumnos); lo cual irán trasladando al orientador/a en las reuniones semanales que comparten.

- En el tercer trimestre se les pasará un cuestionario a los alumnos para comprobar en qué medida han cambiado sus hábitos de estudio, dificultades encontradas, contrastándose así mismo con las calificaciones obtenidas previa y posteriormente al desarrollo del programa, constituyéndose así la evaluación final. Así mismo, se tendrá en consideración las opiniones/participación de las familias respecto al programa, sobre todo en relación a la agenda escolar, a través de la información facilitada por el tutor.

Entre los indicadores a evaluar podemos mencionar:

- Implicación y participación del alumnado en las actividades desarrolladas en clase.
- Modificación de hábitos no adecuados para el estudio escolar.
- Grado de expresión de intereses y circunstancias personales.
- Saber discriminar las características del ambiente de estudio más adecuado.
- Saber planificar la realización de las tareas escolares.
- Discriminar hábitos alimenticios adecuados.
- Apoyo familiar para el desarrollo de lo aprendido en el programa.

d) **asesoramiento individualizado.**

Se llevará a cabo en caso de que un alumno necesite especial atención y apoyo en cuanto a la organización de sus hábitos, planificación del estudio. Será llevado a cabo por el orientador, previa entrevista personal con el alumno, siendo derivado en la mayoría de ocasiones por el tutor.

3.- CONCLUSIÓN:

Si queremos conseguir jóvenes que sepan cómo aprender e impulsar la autonomía e iniciativa personal, como así se marca en las competencias básicas propuestas desde la LOE (2006) deberemos proporcionar las herramientas y ayudas necesarias para tal fin. La dispensación de información puntual no es lo más apropiado, ya que fomenta la pasividad en los alumnos. La colaboración de las familias y el resto de profesorado para instaurar hábitos será fundamental.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 – ABRIL DE 2009

Como así se refiere Fernando Savater: “El mejor profesor/padre/madre son aquellos que enseñan a sus alumnos/hijos/as a prescindir de él”.

Bibliografía:

- Nisbet y Shucksmith. (1987). *Estrategias de aprendizaje*. Madrid: Santillana.
- Fernandez Sierra, J. (1993). *Orientación profesional y currículum de secundaria*. Málaga: Aljibe.
- Castaño, C. (1983). *Psicología y orientación vocacional*. Madrid: Marova.

Autoría

- Nombre y Apellidos: M^a Dolores Moreno Segorbe
- Centro, localidad, provincia: Algeciras (Cádiz)
- E-mail: lolasegorbe@ono.com