

EL HÁBITO DE ESTUDIO PARA EL DESARROLLO DEL LENGUAJE EN ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA.

Lic. Amparo Nurys Martínez Ugarte ¹, MsC. Yurizan López Martínez ², Ms.C. Pedro Pablo Galán Jorrín ³

1. *Universidad de Matanzas- Centro Universitario Municipal Jovellanos. Ave. 12 #905 e/ 9 y 9A Jovellanos, Matanzas, Cuba*
2. *Universidad de Matanzas – Escuela Miguel Torres. Ave. 12 #905 e/ 9 y 9A Jovellanos, Matanzas, Cuba.*
3. *Universidad de Matanzas –Centro Universitario Municipal “Luis Crespo Castro”, Ave. 12 #905 e/ 9 y 9A Jovellanos, Matanzas, Cuba. pedro.galan@umcc.cu*

Resumen

Este trabajo fue concebido con el propósito de orientar a los jóvenes para el estudio eficiente y la calidad apoyándose en la experiencia de trabajo en los niveles preuniversitario y universitario y en el resultado de una encuesta realizada a los estudiantes de primer año de la carrera de Licenciatura en Cultura Física, donde se comprobó que los mismos no poseen habilidades para realizar dicha actividad docente, pues no hábitos de estudio, en un nivel en que se enfrentan a muchas asignaturas de mayor complejidad, alternándolas con otras actividades del contexto educacional. Todo se quiere que estudiante amplíe y planifique su horario de estudio, así como desarrollen habilidades que son muy importantes para lograr un profesional competente.

***Palabras claves:** estudio, eficiente, calidad, habilidades, hábitos para el estudio, planificación.*

INTRODUCCIÓN

Según plantea el Doctor González Rey:

“No podemos esperar un cambio positivo en la personalidad solo a partir de la crítica y la censura de los aspectos negativos”

Además expresó:

“La valoración social y en primer plano, la valoración que se realiza en la escuela, no debe orientarse al resultado de la actividad, ni a la diferenciación de los muchachos por el desarrollo de sus capacidades, sino al desarrollo constante de las cualidades que conducen al éxito y el mejoramiento de la personalidad en sí misma”

Es por eso que pretendemos a través de este trabajo inculcarle a los educandos el hábito por el estudio.

Los estudiantes cuando hacen su entrada a la Universidad presentan dificultades para lograr sus aspiraciones, y una de ellas es el aprendizaje, por lo que requiere que analicen sus métodos de estudio.

Ellos se enfrentan por primera vez a muchas asignaturas que requieren de una organización y planificación del tiempo de estudio, para lograr la calidad en el conocimiento y los resultados satisfactorios en las evaluaciones sistemáticas, parciales y finales.

Para esto es necesario que puedan determinar cuáles son los contenidos esenciales para centrar su estudio. Obviando aquellos que no son indispensables, leer mucho por lo que deben crear hábito de lectura y que este llegue a ser adecuado, rápido y profundo que le permita captar lo más importantes de lo leído, exprese de forma correcta para poder transmitir el conocimiento de manera que puedan comunicarse con sus interlocutores (que es el profesor y el resto de los alumnos del grupo) Otro elemento que aparece como soporte es las T.I.C. que requiere de conocimientos para su empleo como herramienta para el estudio y por último ser capaces de evaluar si han logrado con éxito como estudiante su buen desempeño, por lo que nos proponemos como objetivo :

Contribuir a desarrollar en los estudiantes de la carrera Licenciatura en Cultura Física el hábito de estudio a través del conocimiento de las habilidades que permitan la formación de un profesional competente.

¿Qué es el hábito de estudio?

Los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria, Lo que determina nuestro buen desempeño

académico, es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le imprimimos a nuestro trabajo ...
Determina el mejor lugar y momento del día para estudiar.

DESARROLLO

El estudio no es visto por todos de la misma manera, para uno constituye el medio de obtener conocimientos que lo place y lo realizan con mucha dedicación y satisfacción, para otros es algo desagradable, impuesto fastidioso, de la posición que se adopten serán los resultados que se obtengan, por lo que es necesario que el estudiante haga un análisis de su situación para que pueda tener un comportamiento más consciente a la hora de enfrentarse a esta actividad docente.

Cuando se estudia hay que organizarse y planificar, porque ya en este nivel no es el profesor el que interviene fundamentalmente en el proceso de enseñanza de aprendizaje, sino que es el estudiante el protagonista de dicho proceso, por lo que su preparación en el conocimiento de la materia debe ser más profundo.

En nuestra vida cotidiana, realizamos diariamente un cúmulo de actividades, es por eso que necesitamos organizar y planificar la actividad de estudio y el resto de las actividades de una manera racional, realista y flexible teniendo en cuenta primeramente las actividades fundamentales (sueño, aseo, clases, estudios, trabajo, transporte, etc.). Al planificar las horas de estudio, que dependen de las características individuales de cada estudiante y la preparación que debe tener según el tipo de actividad que se realiza en clase.

El horario debe contemplar, la distribución de estudio de las asignaturas específicas, el mismo debe ser en períodos cortos de una hora para cada una, además de que cada semana debe emplear un tiempo para repasar las materias en vista a los exámenes finales.

Lo más importante del horario es cumplirlos, se debe hacer un esfuerzo para lograr dicho propósito y como resultado te darás cuenta que el rendimiento ha aumentado, el mismo no es rígido de ahí que puedas hacer los cambios que necesites.

Cuando usted planifique su estudio debe tener en cuenta los siguientes aspectos :estudiar primeramente las asignaturas más difíciles o menos interesantes para usted; respete el tiempo que ha asignado a cada actividad, prepara todo lo que vaya a necesitar, aprovecha las horas libres que tengas en clase para revisar o respaldar las notas, recuperar o reajustar lo que no hayas podido cumplir, cuida de no dejar tareas pendientes; pues tendrás más cargas al final del semestre, trata de concluir las tareas personales y sociales con la autopreparación y no dejes de tener en cuenta que el organismo necesita descanso, por lo que cuida de cumplir con las actividades de descanso y recreación.

Existen habilidades que proporcionan eficiencia en el estudio y ellas son:

Leer con eficiencia.



Esta es una de las habilidades que usted debe desarrollar como profesional para estos tiempos, hay que lograr leer bastante, rápido y de manera profunda para poder llegar a captar lo más importante de lo leído y poder lograr determinar lo esencial de un contenido. Usted debe tener interés en captar el significado de lo leído y para esto es necesario conocer que existen diferentes tipos de lecturas que están en correspondencia con el propósito del que lee:

Lectura de presentación
Lectura de familiarización.
Lectura de estudio.

Leer con eficiencia es muy importante para lograr un estudio exitoso y para esto es necesario que conozca que todas las lecturas no son iguales: La lectura inicial (que hemos llamado de presentación) nos permite una idea general del texto tanto formal como de contenido; la de familiarización recibimos una presentación general de la estructura temática de los artículos y capítulos; y la lectura de estudio es aquella que realizamos para tener una representación minuciosa del contenido del texto.

Qué actividad sugerimos para esta habilidad.

Escoge de tu libro de Gramática Española Contemporánea del índice un capítulo y aplica los conocimientos sobre la lectura rápida y profunda y elabora un informe con las ideas esenciales que extrajiste.

En este aspecto podemos concluir que desarrollar la habilidad de leer rápida y profundamente le permitirá crecerse como profesional, pero además como persona; y como aparece en el libro “Habilidades para el aprendizaje en la Educación Superior” colectivo de autores “quien lee, no está haciendo algo, se está haciendo alguien”.

Determinar lo esencial de un contenido.

Esta es otra parte de estudio que te permite seleccionar el elemento más importante dentro de la asignatura o materia que estudias, porque es lo que te permite aprender a elevar el nivel intelectual y el conocimiento y solo se logra cuando participas de manera activa en la búsqueda de la información y la asimilación de los conocimientos.

Para determinar lo esencial de un contenido lo primero que se requiere es el análisis del texto y determinar cuál es la idea central (aprendido por usted en la clase de Español), aquí usted desecha todas aquellas ideas que lo único que hacen es aclarar, explicar, precisar, enumerar, pero que no aporta información de valor, con lo determinado por usted como importante, elabore resúmenes, informe, esquemas y cuadro sinópticos que le permitirá la realización de un estudio exitoso.

En conclusión esta actividad requiere de dos momentos:

La lectura y análisis de la documentación.

Integrar los seleccionados para la información.

Esta información se logra con la participación activa con la búsqueda de información y la asimilación del contenido que hemos mencionado ya, la integración de lo seleccionado es teniendo en cuenta las diferentes notas que fuimos tomando mientras seleccionamos y fuimos realizando conclusiones propias y hablemos de este último aspecto porque no se trata de copiar textualmente lo que leemos sino tratar de expresarlo con nuestras palabras, así se aprende mejor porque no es posible aprender recitando los conocimientos de memoria, se debe analizar el texto y localizar la idea central.

Actividad orientación sobre el estudio del sustantivo. Haga un texto donde resuma lo estudiado, lectura del capítulo El sustantivo L/T Gramática Española Contemporánea 1 y 2.

Comunícate con Eficiencia

Un aprendizaje eficiente conlleva al desarrollo de habilidades comunicativa: La expresión, la observación, la relación empática.

La expresión es cuando hablamos y transmitimos un mensaje, nos expresamos con claridad, fluidez, sin interrumpir o repeticiones, lo que permite que llegue a nuestros interlocutores lo que expresamos y nos puedan entender mejor.

La observación nos permite conocer la impresión que causa nuestra intervención en el interlocutor, se va entendiendo, si le interesa nuestra opinión.

La relación empática es cuando se logra un verdadero acercamiento humano, democrático, no impositivo, muestra aceptación y apoyo entre el que habla y el que escucha.

La brevedad es uno de los rasgos distintivos eficaz de la comunicación y debe emplearse un lenguaje claro, fluido, directo y estar preparado para expresarse en público.

A manera de conclusión en este aspecto resumimos que un aprendizaje eficiente requiere además que tengas en cuenta las relaciones interpersonales pues es ahí donde usted va a demostrar si los procesos anteriores tuvieron calidad o no.

Nosotros no solo nos comunicamos de forma oral sino también escrita, el lenguaje oral o escrito tienen sus particularidades. En el oral tiene que tener en cuenta la pronunciación, el vocabulario y el léxico, la articulación, etc. El lenguaje escrito recordar que la carta de presentación es la ortografía y la caligrafía pues necesita entregar tareas evaluativas preguntas escritas, informe, además de tomar notas de clases.

Actividad: Exponga el texto escrito sobre lo estudiado del capítulo del libro de texto.

Las TIC como soporte del aprendizaje.

En el proceso de aprendizaje hoy se ha incorporado una nueva herramienta que es la tecnología de la información y la comunicación que desempeña un papel importante pues te permite no solo estudiar sino también comunicarte con tu profesor y compañeros de estudios.

Esta herramienta puede desempeñar un importante papel en el aprendizaje, estudiar y practicar, desarrollar habilidades para la comunicación oral y escrita. A través de la tecnología el alumno puede llegar a largas distancias, hacer tareas de equipos solucionar ejercicios y trabajos de clases.

Dentro de las tecnologías el alumno cuenta con:

Teléfonos.

Material Multimedia.

T. V

Satélite.

Internet.

Correo Electrónico.

Lista de discusión.

Conferencia electrónica.

Chat.

Video conferencia.

Página Web.

Todos garantizan la comunicación estudiante - profesor y entre estudiantes.

Actividad consulte la multimedia sobre el sustantivo.

¿Cómo se puede evaluar el auto estudio?

La autoevaluación como recurso básico para el desarrollo individual.

Este es un rasgo de la personalidad que debemos tener y de no ser así debemos desarrollarlos, porque precisamente es un aspecto importante donde se articula el criterio que los demás tienen de nosotros, y los nuestros es así como estamos en condiciones de evaluarnos y conocer nuestros éxitos y nuestras dificultades y poder planificar acciones o metas para perfeccionarlo no solo de la actividad docente sino también de otros aspectos de la vida.

En la actividad docente por las evaluaciones del profesor y compañeros de estudios recibimos suspensos o sobresalientes, opiniones de aprobación o crítica desalentadora que a veces no conoces como mejorarlas, pero si sigues paso a paso lo que se te ha recomendado puedes llegar a este momento mucho más fortalecido y enfrentarte a una evaluación (examen, trabajos de control parcial, preguntas escritas, etc.) con mayor preparación.

Cuando te presentes a un examen puedes guiarte por las recomendaciones elaboradas por Gustavo Torroella que pueden ser útiles para cualquier evaluación: (1988).

- 1- Lee atenta y cuidadosamente todas las preguntas antes de empezar a contestarlas.
- 2- Trata de comprender el significado exacto de las preguntas antes de empezar a contestarlas.
- 3- Definir, describir, explicar... son algunas de las habilidades que se piden en las evaluaciones.

Explicare estas habilidades:

Definir: significa exponer el significado claro y conciso de algo.

Describir: consiste en caracterizar, detallar, reseñar, relatar, referir, analizar los componentes de un concepto u objeto.

Explicar: es interpretar dar razón de algo, analizar las causas e implicaciones de alguna cosa o hecho, exponer el desenvolvimiento de un proceso.

Comparar: significa encontrar semejanzas y diferencias entre dos cosas.

Criticar: es expresar un juicio o valoración sobre el mérito o verdad de algo, dar el resultado del análisis de una obra, persona o cosa; discutir sus puntos positivos y negativos.

4- Distribuir el tiempo entre las preguntas de la evaluación.

5- Antes de contestar haz un esquema o bosquejo de las respuestas que te sirva de guía para la redacción.

6- Otras recomendaciones.

Empezar por la pregunta que mejor te sepas o te sea más fácil.

Si no sabes o no recuerdas de momento la respuesta trata de pensar razonar para darle sentido a la pregunta.

Escribe de forma legible y clara lenguaje correcto y adecuado. Revisa la ortografía y redacción. Enfoca lo esencial. Ve al grano. Expón a medida de lo posible tus opiniones personales tu valoración crítica.

Actividad.

1- Redacta una composición de dos párrafos con el título ¿Cómo soy?

2- Se aplicara nuevamente una encuesta.

Conclusiones

El trabajo fue aplicado a los estudiantes del primer año de la carrera de Licenciatura de Cultura Física del curso 2018 – 2019 con las características de los estudiantes la matrícula se fue reduciendo paulatinamente y de esa matrícula reducida solamente quedaron tres alumnos que no aprobaron, lo que demuestra que apenas dedicaron tiempo al estudio por lo que su desempeño no fue satisfactorio lo que quedo demostrado que en ellos no se logro desarrollar el habito por el estudio.

Bibliografía

COLECTIVO DE AUTORES. *Habilidades para el Aprendizaje en la Educación Superior*. Editorial Félix Varela. La Habana, 2007



CD Monografías 2019
(c) 2019, Universidad de Matanzas
ISBN: 978-959-16-4317-9