

Test de Hábitos de Estudio



Nombre y Apellidos: Juan Perez

Grado de Instrucción: A

Fecha de Culminación: 19 de abril de 2024

Presentación

El saber estudiar es un arte, y cada persona lo realiza de acuerdo a su propio estilo, el mismo que ha elaborado a lo largo de su vida, desde muy temprana edad.

El estudio es un proceso que permite a los estudiantes incorporar nuevos conocimientos a su intelecto, permitiéndoles una visión más amplia del mundo y por ende, tener mayores posibilidades de encontrar soluciones a problemas de diferente índole.

Por su parte, los hábitos de estudio son una serie de conductas, que se adquieren en relación al aprendizaje de contenidos académicos, presentes de manera intensa a lo largo de la vida escolar, universitaria e incluso laboral.

Los hábitos de estudio llegan a adquirirse con constancia y perseverancia, ya que la mente debe organizarse para ejecutar una serie de funciones previas al aprendizaje.

Las variables a considerarse dentro de este proceso son las siguientes:

A. Condiciones ambientales

Un adecuado lugar de estudio debe contar con las condiciones necesarias que faciliten la actitud, motivación y calidad de estudio que realice el estudiante. Es decir, detalles como la iluminación, ventilación y orden del lugar; así como aminorar la incidencia de ruidos y/o estímulos distractores. Éstas condiciones en general, se convierten en una buena forma de apoyar y favorecer las condiciones de estudio.

B. Condiciones físicas

La salud física influye significativamente sobre los procesos cognitivos que permiten el aprendizaje. Enfermedades no curadas, problemas visuales e incluso del musculares, son algunos de los muchos temas que generan malestar, conllevando esto a sentir dolor, irritabilidad y distraer tu propósito de estudio. Por tanto, si tu condición física está afectada, detecta el problema y busca ayuda para aliviar cualquier malestar de forma oportuna.

C. Motivación por el estudio

El factor motivacional en el ámbito académico, supone el interés genuino del estudiante hacia la acción de aprender, siendo resultado de factores internos, externos y sociales; que en su conjunto impulsan al estudiante a conseguir sus metas académicas y mejorar su desempeño.

D. Actitud en clase

Hace referencia a la disposición mental y conductual del estudiante hacia la clase o curso determinado, factores emocionales y sociales pueden interferir de manera positiva o negativa en el desenvolvimiento en el aula. También está relacionado a la valoración que tiene el estudiante a su docente y a sus compañeros de clase.

E. Planificación de actividades

No obedece a un sistema de pasos estructurados a seguir, ya que no necesariamente va a ser funcional para todos. Cada persona tiene su propio estilo y conoce sus habilidades para organizarse; es decir que le favorece y/o dificulta de su actividad académica, ésta es una tarea inicial que el estudiante deberá evaluar para buscar organizarse y estructurar sus propios tiempos para cada actividad a ejecutar.

F. Técnicas de estudio

Están dirigidas a facilitar el entendimiento, comprensión y asimilación de información nueva, proporciona herramientas con procedimientos sencillos, mejorando el entendimiento de temas complejos o de mucha información, estas técnicas te servirán de apoyo para el aprendizaje, obteniendo mejores resultados.

G. Realización de tareas

La realización de tareas supone una actividad importante para la consolidación de la información y del aprendizaje que busca lograr el docente en el estudiante. Por lo que realizarla supone una preparación, análisis, ejecución y entrega de un producto que cumpla con los objetivos establecidos en la enseñanza.

H. Respuesta frente a exámenes

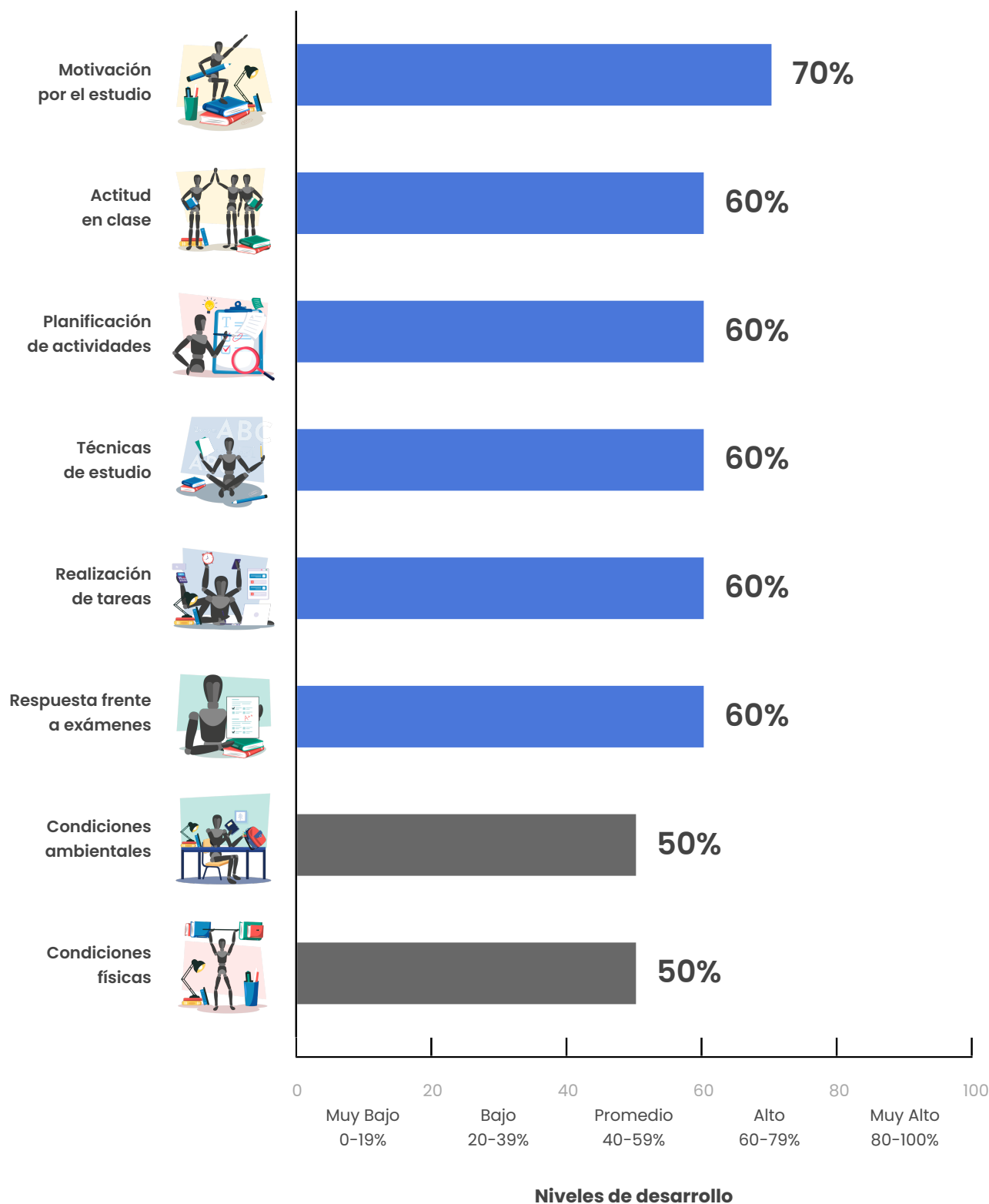
La respuesta frente a exámenes puede variar en función a cómo percibe el estudiante esta acción, si lo ve con mucha dificultad, será una amenaza evidente que generará una respuesta emocional ansiosa pudiendo interferir en los resultados del estudiante. Es por ello necesario poner especial atención a cómo concebimos los exámenes, ya que estos son en todos los casos importantes y rutinarios para la valoración del docente y del propio estudiante de su desempeño académico.

El presente reporte te ayudará a ver el nivel alcanzado por cada una de las categorías, sirviéndote para determinar cuáles son las variables que necesitas mejorar para realizar un mejor trabajo académico.

A continuación, tus resultados, en base a las respuestas que brindaste:




Gráfica de resultados



Recuerda qué para optimizar tus hábitos hacia el estudio, debes de empezar a trabajar las variables que hayan alcanzado los niveles de “regular”, “bajo” y “muy bajo”, pues estas pueden a futuro interferir y/o retrasar tus objetivos y metas. Presta especial atención a los resultados obtenidos en la evaluación y pon en práctica todas las condiciones que requieras (según el caso) sean actitudinales, físicas, motivaciones y/o aplicar técnicas de estudio para mejorar tu desempeño académico y aprendizaje.

Recuerda que los hábitos son conductas aprendidas, que al igual que cualquier otro comportamiento, se puede fortalecer o desaprender, dependiendo del grado de responsabilidad y compromiso que pongas en cada cosa que haces.



“El hecho es que los buenos hábitos son difíciles de crear, pero una vez creados, es fácil vivir con ellos. En cambio, los malos hábitos son fáciles de crear, pero es difícil vivir con ellos”

(Brian Tracy)

Si tienes alguna duda o consulta sobre tus resultados puedes escribirnos a: gerencia@vocatio.pe, con gusto un profesional especializado te atenderá.

