



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
SECUNDARIA**

Los hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje en
estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana,
2019

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL PARA OBTENER EL TÍTULO
PROFESIONAL DE:**

Licenciado en Educación Secundaria

AUTOR:

Pineda Vite, Rogger German (orcid.org/0009-0006-1175-9858)

ASESOR:

Mg. Pacheco Pumaleque, Alex Abelardo (orcid.org/0000-0001-9721-0730)

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus
niveles

PIURA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES
PROGRAMA DE TITULACIÓN**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, PACHECO PUMALEQUE ALEX ABELARDO, docente de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad CIENCIAS NATURALES de la Universidad César Vallejo SAC - PIURA, asesor de Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Los hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana, 2019", cuyo autor es PINEDA VITE ROGGER GERMAN, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 19.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender el Trabajo Suficiencia Profesional cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

PIURA, 03 de Julio del 2024

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
PACHECO PUMALEQUE ALEX ABELARDO DNI: 41651279 ORCID: 0000-0001-9721-0730	Firmado electrónicamente por: AAPACHECOP el 03- 07-2024 00:58:10

Código documento Trilce: TRI - 0790496



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES

PROGRAMA DE TITULACIÓN

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, PINEDA VITE ROGGER GERMAN identificado con N° de Documento N° 02855599, estudiante de la FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES y de la escuela profesional de EDUCACIÓN SECUNDARIA con especialidad CIENCIAS NATURALES de la Universidad César Vallejo SAC - PIURA y del Programa de Titulación para el Programa de Complementación Académica Magisterial (PCAM), declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan el Trabajo Suficiencia Profesional titulado: "Los hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana, 2019", es de mi autoría, y por lo tanto:

1. No ha sido plagiado ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicado, ni presentado anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
ROGGER GERMAN PINEDA VITE DNI: 02855599 ORCID: 0009-0006-1175-9858	Firmado electrónicamente por: RPINEDAVI el 03-07- 2024 16:37:22

Código documento Trilce: TRI - 0790498



Dedicatoria

A Dios todopoderoso por guiarnos y protegernos siempre. A mi querida madre por su apoyo incondicional en todo momento a lo largo de mi vida personal y profesional. También agradecer a mi familia por su comprensión y a mi segunda madre que es un ángel que me guía desde el cielo y que influyo mucho para alcanzar mis metas.

Agradecimiento

Agradecer a mi madre Carmen, a mi familia y a todas las personas que han tenido a bien orientarme, contribuyendo con sus aportes para ser realidad este estudio.

Índice de contenidos

Carátula.....	i
Declaratoria de autenticidad del asesor	ii
Declaratoria de originalidad del autor	iii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Índice de contenidos	vi
Resumen.....	vii
Abstract	viii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	3
III. METODOLOGÍA.....	10
3.1. Aspectos temáticos	10
3.2. Escenario de la experiencia profesional.....	11
3.3. Participantes.....	12
3.4. Aspectos éticos.....	12
IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL	13
V. CONCLUSIONES	18
VI. RECOMENDACIONES	19
REFERENCIAS.....	20
ANEXOS	23

Resumen

La contribución de este estudio se relacionó con los ODS 04 y 10, buscando una educación de calidad y la reducción de desigualdades. Se enfocó en implementar estrategias de aprendizaje para mejorar los procesos educativos, disminuir brechas de desigualdad y promover un desarrollo más equilibrado y sostenible en la educación. El trabajo demostró una estrategia de aprendizaje para mejorar el proceso de aprendizaje de estudiantes de una institución educativa, Sullana, durante el año 2019. La estrategia se centró en actividades para promover el proceso de aprendizaje, utilizando los hábitos de estudio a través de la revisión continua mediante la lectura veloz y tomando apuntes efectivos mediante esquemas. Se analizó exhaustivamente su efectividad evaluando el progreso de la retención y comprensión de información de textos. Los resultados indicaron avances significativos de mejoras en la comprensión de textos y un aumento potencial en la retención de la información. Además, se observó mejoras en los estudiantes cuando se combinó ambas actividades didácticas. Estos hallazgos sugieren que las estrategias de aprendizaje implementadas, tuvieron un impacto positivo en el proceso de aprendizaje en las estudiantes, destacando los enfoques innovadores y centrados en mejorar los logros académicos.

Palabras clave: Lectura, comprensión, retención, aprendizaje, cognición.

Abstract

The contribution of this study was related to SDG 04 and 10, seeking quality education and the reduction of inequalities. It focused on implementing learning strategies to improve educational processes, reduce inequality gaps and promote a more balanced and sustainable development in education. The work demonstrated a learning strategy to improve the learning process of students in an educational institution, Sullana, during 2019. The strategy focused on activities to promote the learning process, using study habits through continuous revision by speed reading and taking effective notes through outlines. Its effectiveness was thoroughly analyzed by assessing progress in retention and comprehension of text information. The results indicated significant improvements in text comprehension and a potential increase in information retention. In addition, improvements in students were observed when both didactic activities were combined. These findings suggest that the learning strategies implemented had a positive impact on the learning process in the students, highlighting the innovative approaches focused on improving academic achievement.

Keywords: Reading, comprehension, retention, learning, cognition.

I. INTRODUCCIÓN

La estrategia de enseñanza, hábitos de estudio desempeña un papel importante en el proceso de aprendizaje, son prácticas académicas diarias que incluyen la organización del tiempo y espacio, el uso de técnicas y métodos de aprendizaje ayudan a los estudiantes a mejorar los logros de aprendizaje a partir de la motivación, el interés por analizar y comprender el contenido académico y la capacidad de aplicar lo aprendido (Soto & Rocha, 2020). El uso eficaz de diversas estrategias de aprendizaje utilizando recursos pedagógicos relacionado a los hábitos de estudio, por parte de los docentes, contribuyo significativamente al desarrollo de un buen rendimiento académico y promoviendo un aprendizaje más profundo y duradero en los estudiantes (Ortega, 2017).

Los hallazgos sobre estrategias de enseñanza, en educación básica, resaltó la importancia, que los docentes compartieran científicamente sus actividades didácticas, esto permitió la replicación y actualización de recursos, fortaleciendo los aprendizajes, desarrollando las habilidades en los estudiantes mediante estrategias metodológicas apropiadas (Pamplona et al., 2019). Asimismo, la estrecha relación entre las estrategias de aprendizaje y el rendimiento académico, es esencial, lo que enfatizo la importancia de investigar, aumentar la calidad y la eficacia del proceso educativo (Vega et al., 2024).

En México, un estudio en una universidad, ha encontrado que la mayoría de los estudiantes, carecen de hábitos de estudio eficaces, lo que le dificulta su capacidad para afrontar las demandas y exigencias académicas (Zárate et al., 2018). En Ecuador, se identificó una creciente falta de motivación y adopción limitada de estrategias de aprendizaje entre los estudiantes universitarios (Oñate et al., 2024). Otro estudio realizado en Ecuador propuso estrategias innovadoras, para transformar las prácticas educativas tradicionales, respondiendo a los desafíos de la era digital y buscando mejorar la calidad y accesibilidad de la enseñanza (Guilca et al., 2023). En Honduras, la preocupación por la poca practica de hábitos de estudio del alumnado universitario, ha cobrado relevancia global debido a las altas tasas de fracaso académico, este tema ha captado la atención de investigadores y educadores tanto en el ámbito nacional como internacional (Pineda & Alcántara, 2018).

De la misma manera, en Lima, un estudio realizado en el 2022, en las áreas de lectura y matemáticas en los niveles de primaria y secundaria, la evaluación reveló marcadas disparidades en el rendimiento académico, observándose brechas notables entre estudiantes de distintos estratos socioeconómicos, se detectaron diferencias significativas entre la educación pública y privada, así como entre los entornos escolares urbanos y rurales (Valdivia, 2024).

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos por seguir aplicando las estrategias de aprendizaje tradicionales son insuficientes para mejorar la educación, persistiendo esta problemática (Oscoco et al., 2019). Tal fue el caso de una institución educativa de secundaria, Sullana, dedicada a la formación técnica y humanística, educando estudiantes competentes, emprendedores, que les permita insertarse en el mercado laboral, comprometidas con el desarrollo de su comunidad afrontando los retos de su vida de manera exitosa. No obstante, muchos estudiantes enfrentaron dificultades para terminar exitosamente sus logros académicos, debido a los estilos de aprendizaje convencionales.

En relación con ello, se planteó ¿En qué medida los hábitos de estudios mejoran el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana, 2019? En ese sentido los objetivos planteados fueron: Mejorar la retención de información mediante la revisión continua a través de la lectura veloz. Mejorar la comprensión de textos a través de tomar apuntes efectivos mediante esquemas. Proponer una estrategia de aprendizaje basada en hábitos de estudio para mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana, 2019.

La justificación se basó en desarrollar una estrategia de aprendizaje para mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa, mejorando sus hábitos de estudio, formando ciudadanas competitivos y comprometidos con el desarrollo de nuestro país.

La contribución de este estudio se relacionó con los ODS 04 y 10, buscando una educación de calidad y la reducción de desigualdades. Se enfocó en implementar estrategias de aprendizaje para mejorar los procesos educativos, disminuir brechas de desigualdad y promover un desarrollo más equilibrado y sostenible en la educación.

II. MARCO TEÓRICO

A nivel internacional, en el país de España, un artículo investigó la relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico entre alumnos universitarios. La investigación se centró en el comportamiento de los alumnos durante exámenes online como indicador de sus hábitos de estudio, la muestra estuvo conformada por 160 alumnos, el análisis se empleó técnicas de análisis cuantitativo, estadística descriptiva e inferencial, así como modelos de regresión lineal y no lineal. Los hallazgos revelaron que los estudiantes con calificaciones más bajas tendían a tardar más en responder durante las evaluaciones. Esto generó preocupación sobre los hábitos de estudio en la educación superior, se enfatizó la importancia de que los estudiantes se comprometieran a modificar sus hábitos de estudio, adoptando estrategias de aprendizaje más efectivas para alcanzar sus metas académicas. Se concluyó que era crucial fomentar hábitos de estudio apropiados y estrategias de aprendizaje efectivas para mejorar el rendimiento académico en la educación superior (Gamero, 2024). Este estudio sugirió una metodología de evaluación basada en exámenes tipo test, fácil de implementar que se utilizó para detectar estudiantes en situación de riesgo desde las primeras etapas de su formación académica.

En el país de México, un artículo examinó un estudio que investigó la conexión entre los hábitos de estudio de los estudiantes y su rendimiento académico. El estudio empleó el inventario de hábitos de estudio de Simonetti y utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman para el análisis de datos, se analizaron datos de 103 estudiantes inscritos en programas educativos de Ingeniería. Los hallazgos no mostraron una relación estadísticamente importante entre los hábitos de estudio y el desempeño académico de los participantes. Esto sugirió que, en la muestra analizada, no se encontró evidencia estadística de una relación directa entre las prácticas de estudio de los alumnos y sus resultados académicos. La investigación concluyó que los hábitos de estudio no incidieron significativo en el rendimiento académico de los estudiantes evaluados, aunque se observó una correlación leve, la falta de significancia estadística enfatizó la necesidad de fomentar métodos de estudio más eficaces entre los estudiantes (Magaña et al., 2023). Estos hallazgos fueron relevantes

para la formulación de políticas educativas y la implementación de programas de apoyo académico, como la asesoría estudiantil.

En el país de Ecuador, un artículo describió una investigación que logró cumplir con el objetivo planteado en el estudio sobre hábitos de estudio y rendimiento académico. El método utilizado incluyó la revisión exhaustiva de la literatura científica, con la búsqueda, recolección y selección de información proveniente de fuentes confiables respaldadas por expertos reconocidos en la investigación. Los resultados indicaron que los estudiantes con hábitos de estudio sólidos experimentaron mejoras significativas en su desempeño académico. Una planificación efectiva del horario, la implementación de rutinas y el uso de técnicas de organización demostraron ser clave para optimizar el tiempo de estudio y obtener calificaciones satisfactorias, por otro lado, el estudio también identificó aspectos negativos entre los estudiantes con malos hábitos de estudio, como una planificación deficiente, distracciones frecuentes y baja retención de la información. Se concluyó que la falta de organización y disciplina lleva a una planificación inadecuada del tiempo de estudio, lo que puede resultar en distracciones durante las clases y una menor capacidad para retener contenidos, afectando directamente el rendimiento académico (Pallo et al., 2024). En respuesta a estos hallazgos, se destacó la importancia de concienciar a los estudiantes sobre los efectos adversos de los malos hábitos de estudio. Se sugirió la implementación de estrategias de apoyo y orientación para ayudar a los estudiantes a desarrollar hábitos de estudio más efectivos, con el fin de mejorar su rendimiento académico de manera significativa.

En el mismo país de Ecuador, un artículo describió como promover hábitos de estudio para mejorar el rendimiento académico en los estudiantes del cuarto grado de la escuela. La metodología aplicada se centró en el estudiante y su activa participación en las actividades que permiten generar hábitos para mejorar el proceso de aprendizaje, para obtener los datos necesarios, se diseñó una encuesta utilizando la escala Likert, este instrumento constaba de 15 ítems, enfocados en evaluar las prácticas de estudio de los alumnos, para medir y cuantificar el nivel de hábitos de estudio que los estudiantes han desarrollado. Los resultados del estudio revelaron un panorama positivo: ningún estudiante

reprobó asignaturas y, además, se observó un incremento general del 4% en las calificaciones. Se concluye que los hábitos de estudio son fundamentales para mejorar el rendimiento académico (García, 2019). Basándose en estos hallazgos, se propone el desarrollo de unidades didácticas con una metodología de enseñanza específicamente diseñada para fomentar hábitos de estudio efectivos entre los estudiantes, este enfoque podría servir como modelo para otras instituciones educativas, promoviendo así una mejora generalizada en el desempeño académico.

A nivel nacional, un artículo analizó en el Perú, la tarea cognitiva de comprender la lectura y desarrollar hábitos de estudio efectivos, destacando la influencia de la creatividad del lector, la conexión intertextual y la acción de leer como un proceso interpretativo. El estudio empleó un método de revisión sistemática de literatura científica sobre hábitos de estudio y comprensión lectora, utilizando las plataformas Scopus y VOSviewer. Los hallazgos indicaron una correlación entre las prácticas de estudio y el desempeño académico, destacando el valor de una actitud positiva hacia el aprendizaje, se incorporó un análisis bibliométrico para examinar la producción académica en este campo. Las conclusiones del estudio propusieron la adopción de técnicas de aprendizaje específicas para potenciar la comprensión de textos complejos. Se observó que ya existía evidencias significativas sobre hábitos de estudio (Alarcón, 2024). Los autores sugirieron la necesidad de realizar investigaciones futuras con muestras más amplias y diversas para profundizar en la comprensión de la relación entre los hábitos de estudio y la capacidad de análisis de textos críticos.

En la provincia de Tambopata, Madre de Dios, Perú, un artículo examinó la influencia entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes de una institución educativa de nivel secundaria. Se empleó un método cuantitativo, no experimental, con un diseño descriptivo, correlacional y transeccional, la muestra fue 116 estudiantes elegidos por un muestreo aleatorio. Los datos se recolectaron utilizando Inventario de Hábitos de Estudio y actas de evaluación integral. Los resultados mostraron una relación alta y significativa entre las variables analizadas. El estudio concluyó que mejores hábitos de estudio se asociaban con un rendimiento académico más óptimo (Manrique,

2020). Esta investigación proporcionó evidencia empírica sobre la correlación significativa existentes entre las variables en estudio.

En la Ciudad Huánuco, Perú, un artículo analizó la relación entre estilos de aprendizaje, hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes universitarios. La investigación, de naturaleza descriptiva y cuantitativa, se realizó con una muestra de 108 estudiantes. Los hallazgos indicaron que los estudiantes se inclinaban principalmente por un estilo de aprendizaje visual, con los estilos secuencial y activo ocupando el segundo y tercer lugar respectivamente. En lo referente a las prácticas de estudio, una mayoría de los alumnos demostró tener buenos hábitos. La investigación concluyó destacando la importancia de implementar estrategias pedagógicas para mejorar los hábitos de estudio y, consecuentemente, el rendimiento académico (Pajúelo et al., 2019). Esta investigación resaltó la necesidad crucial de adoptar métodos educativos enfocados en potenciar las técnicas de estudio, lo cual, en consecuencia, condujo a un incremento en el logro académico de los estudiantes.

En el departamento de La Libertad, Perú, un artículo examinó el impacto de las dinámicas de lectura en el aprendizaje significativo de adolescentes de una institución educativa. El estudio adoptó una metodología cuantitativa y experimental, dividiendo a los participantes en dos grupos: uno experimental y otro de control, la muestra consistió en 51 estudiantes, elegidos a través de un muestreo censal, los investigadores recolectaron datos a través de encuestas y una rúbrica para la evaluación. El análisis reveló que la introducción de actividades dinámicas de lectura tuvo un impacto positivo considerable en el proceso de aprendizaje de los alumnos, mejorando notablemente su desempeño. El estudio concluyó que estas dinámicas tuvieron un impacto positivo en el aprendizaje significativo, especialmente en aquellos alumnos que presentaron dificultades en la comprensión de textos (De la Cruz et al., 2023). Como resultado de esta investigación, se recomendó el uso de dinámicas de lectura para mejorar el proceso de aprendizaje y se sugirió la realización de estudios adicionales relacionados con este tema.

Es importante adaptar las teorías y enfoques conceptuales según los objetivos y el contexto específico de la investigación sobre la estrategia de aprendizaje en el proceso de aprendizaje

En este sentido, la teoría de la Carga Cognitiva desarrollada por John Sweller en el año 1988, se centra que cuando más aprendamos de golpe es mejor, sostiene que el aprendizaje es mejor cuando las condiciones del mismo están alineadas con la arquitectura cognitiva humana, habla de la memoria de trabajo y la memoria de largo plazo como interactúan con nuevos conocimientos en algo que denomino “esquemas” (Cardenas, 2017). Además, la teoría del Aprendizaje Autorregulado, esta teoría de Barry Zimmerman y otros, se refiere a la habilidad del estudiante de regular sus conocimientos y habilidades, manteniendo el control de su propio proceso de aprendizaje (Navea, 2018). En ese sentido, teoría de las Inteligencias Múltiples de Gardner, reconoce la diversidad de aptitudes y talentos inherentes a cada alumno, este espectro de inteligencias, abarca desde el razonamiento lógico-matemático hasta las habilidades interpersonales y requiere de enfoques pedagógicos diferenciados, por lo que es esencial que los docentes reconozcan y implementen estrategias que se alineen con estas diversas manifestaciones de inteligencia, promoviendo un entorno educativo más integrador y estimulante, que se ajusta a las capacidades y estilos de aprendizaje individuales de los estudiantes (Solano, 2021).

En ese sentido, la teoría Constructivista de Jean Piaget y Lev Vygotsky, promueve un aprendizaje activo y significativo a través de la interacción, la creatividad y el intercambio de experiencias entre los estudiantes (Ronquillo et al., 2023). El enfoque del Conductismo desarrollada por Watson, Skinner y Pavlov se enfoca en el estudio del comportamiento observable en lugar de los procesos mentales internos (Cabrera, 2021). Acerca del enfoque Cognitivo impulsado por Piaget y Ausubel, se concentra en los procesos mentales como la percepción, atención, memoria, lenguaje y toma de decisiones, analizando cómo estos influyen en el aprendizaje (Velásquez et al., 2023).

Con relación a los hábitos de estudio, se refieren a las prácticas y rutinas que los estudiantes emplean para aprender (Mondragón et al., 2017). Los hábitos de estudio son esenciales para el éxito de los logros académicos de los estudiantes universitarios, establecer rutinas efectivas de estudio, organizar el tiempo de estudio adecuadamente, la motivación y concentración son puntos clave para un buen rendimiento académico (Uribe et al., 2023).

Acercas de los pasos para una estrategia de aprendizaje como los hábitos de estudio para mejorar los logros de aprendizaje se siguieron los siguientes pasos: El docente saluda a los estudiantes involucrándolos con situaciones de su entorno a través de la aplicación de una dinámica, enseguida selecciona el tema a tratar con los estudiantes y da inicio a la clase siguiendo los siguientes pasos: Inicio: Los estudiantes se organizan en equipos de trabajo, se activan los saberes previos mediante preguntas, anotando sus respuestas en un papelote. Se establecen los objetivos y se comunica del propósito de la sesión. Desarrollo: Conocimientos previos del estudiante, respondiendo algunas preguntas relacionadas al tema, se selecciona los métodos y recursos adecuados, implementando las técnicas elegidas. Expresan oralmente lo observado del tema, responden las preguntas del docente en forma grupal o individual, se monitorea el progreso, así mismo se le entrega una ficha con la información sobre el tema para que lean en casa y saquen información relevante con sus propias palabras. Cierre: Metacognición – Extensión evaluación. Se analiza las evidencias en relación a los criterios de evaluación, registrando en el registro auxiliar. Para la retroalimentación se toma como referencia lo siguiente: Ofrecer preguntas. ¿Qué resultado más difícil de resolver en esta tarea? ¿Qué has hecho y aprendido? ¿Para qué te ha servido? ¿En qué otras ocasiones podrías utilizar lo que has aprendido?

En referencia al proceso de aprendizaje, constituye un mecanismo esencial para el desarrollo humano, permitiendo el desarrollo de saberes y competencias (Villagómez et al., 2023). El proceso de enseñanza-aprendizaje debe abordarse desde una perspectiva multidimensional, considerando su diseño, ejecución y evaluación, con un enfoque orientado tanto a lo personal como a lo social, reconoce al estudiante como sujeto activo del aprendizaje, considerando sus necesidades, intereses y particularidades psicológicas, se caracteriza por su flexibilidad, donde el docente deja de ser el actor principal y el estudiante asume el protagonismo de su propio aprendizaje (Salcedo et al., 2024).

III. METODOLOGÍA

3.1. Aspectos temáticos

Se examinó el panorama educativo, hábitos de estudio en el proceso de aprendizaje en una institución educativa de secundaria, Sullana, en periodo escolar 2019. Para esto, se revisó la bibliografía concerniente con estrategia de aprendizaje para mejorar el proceso de aprendizaje en los estudiantes, así como rutinas, técnicas y practicas sobre los hábitos de estudio. Se ofreció una descripción detallada del plan de acción sugerido, incluyendo su base conceptual y los postulados pedagógicos que la respaldan. Se diseñó una unidad didáctica o sesión de aprendizaje con una duración de 2 horas pedagógicas, con el propósito de facilitar la investigación, abordando de manera accesible y atractiva la temática de los hábitos de estudio y su impacto en el desempeño académico. La metodología empleada se enfoca primordialmente en el estudiante, fomentando su participación activa durante las clases a través de diversas actividades como la lectura veloz y la creación de un esquema (mapa mental). Estas actividades están orientadas a promover la formación de hábitos de estudio eficaces, con el objetivo final de mejorar la escasa retención de información y la poca comprensión de los textos y por lo tanto potenciar el rendimiento académico del alumnado, para la recopilación de datos se utilizó una lista de cotejos de cada actividad, y evaluación del aprendizaje del estudiante se utilizó los registros de notas, en donde se obtuvo los resultados.

Los hallazgos se obtuvieron al implementar la estrategia de aprendizaje dentro del entorno específico de la institución educativa secundaria en Sullana, ubicada en la ciudad de Piura, en relación con el proceso de aprendizaje de los estudiantes. Se detallo las repercusiones que los hallazgos género en las ámbitos social y económico se describió sobre la eficacia de la estrategia implementada y se señaló sus posibles limitaciones como las áreas que podrían ser objeto de estudios posteriores. Continuando con la reflexión sobre cómo los resultados pueden mejorar el proceso de aprendizaje en instituciones educativas similares, además de ofrecer recomendaciones para los docentes y sugerir futuras investigaciones en este campo. Cerrando con las deducciones concluyentes, se subraya el valor crucial de la estrategia de aprendizaje para

mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana.

3.2. Escenario de la experiencia profesional

El contexto donde se aplicó la estrategia de aprendizaje hábitos de estudio para mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes en una institución educativa de secundaria, Sullana, mostrándolos características físicas, sociales y humanas particulares.

Acerca del ambiente físico, la institución educativa se ubicada en una avenida principal de la provincia de Sullana ciudad de Piura, parte de su infraestructura es moderna con aulas de buena capacidad y amplias. Las aulas están estructuradas de manera ordenada para promover la interacción entre los alumnos y los docentes, proporcionando espacios cómodos para realizar actividades en grupo. Este ambiente físico está diseñado para estimular la participación activa y facilitar un aprendizaje eficaz. Acerca del ambiente social y humano, la institución educativa está conformada por estudiantes del sexo femenino, el alumnado presenta una variedad de orígenes socioeconómicos y culturales, reflejando la heterogeneidad típica de Sullana, es posible distinguir distintos conjuntos y subconjuntos de estudiantes que se reúnen en función de sus aspiraciones académicas, su implicación en actividades fuera del plan de estudios y su grado de aptitud respecto a sus objetivos educativos. Estos alumnos demuestran un destacable grado de entusiasmo y compromiso con su formación, lo cual favorece la creación de un entorno adecuado para la aplicación de métodos pedagógicos. La institución educativa cuenta con un equipo de profesionales altamente calificados, tanto en el ámbito docente como administrativo, que demuestran un firme compromiso con la excelencia en la educación. El ambiente laboral se caracteriza por un espíritu de cooperación y trabajo conjunto, que impulsa la creatividad en los métodos de enseñanza y promueve el constante perfeccionamiento profesional. Estas condiciones crearon un ambiente ideal para la exitosa aplicación y evaluación de la estrategia hábitos de estudio, diseñada para mejorar el proceso de aprendizaje en una institución educativa de secundaria, Sullana.

3.3. Participantes

El estudio se centró en una población de 150 estudiantes del área de Ciencia y Tecnología, cuyas edades fluctúan entre 13 y 14 años, de segundo grado de secundaria de una institución educativa femenina, abarcando diversos contextos socioeconómicos y motivaciones académicas. Los profesores de este nivel desempeñaron un papel fundamental en la aplicación y evaluación de la estrategia educativa. Su experiencia y comentarios fueron cruciales para evaluar la influencia de la estrategia en el proceso de aprendizaje de los estudiantes y proponer mejoras. También ayudaron a identificar cómo el enfoque adoptado influyó en la evolución educativa general.

3.4. Aspectos éticos

El estudio se llevó a cabo respetando rigurosos principios éticos, en conformidad con la disposición N° 0340-2021-UCV, cuyo objetivo es fomentar la probidad en la práctica científica. Dicha regulación subraya la importancia de conducir las investigaciones con responsabilidad, veracidad y meticulosidad. Se aplicaron principios éticos fundamentales: veracidad en la comunicación del propósito del estudio, respeto a la autonomía de los participantes, confidencialidad de la información recopilada, y equidad en el trato a los colaboradores. Se implementaron medidas anti-plagio, utilizando la norma APA 7ma edición para las citas y referencias. La originalidad del trabajo se basó en el análisis y reflexión propios del autor, respaldados por lecturas pertinentes. Para garantizar la autenticidad del trabajo y prevenir el plagio, se utilizó la herramienta Turnitin. La adhesión a estos principios éticos aseguró que el estudio se realizó con transparencia y responsabilidad, en plena conformidad con las normas éticas y científicas vigentes.

IV. EXPERIENCIA PROFESIONAL

4.1.- Descripción de la experiencia

Primer resultado, para mejorar la retención de información mediante la revisión continua a través de la lectura veloz. En este resultado, se describe la actividad o recurso didáctico (Revisión continúa a través de la lectura rápida); es una actividad diseñada para mejorar las habilidades de lectura de los estudiantes permitiéndoles leer y retener información de textos de manera más eficiente y en menos tiempo. Inicio, el docente explicó brevemente las técnicas y estrategias clave para leer más rápido, como el uso del movimiento ocular periférico, la eliminación de la subvocalización y el desarrollo de una visión más amplia. Desarrollo, los estudiantes practicaron estas técnicas a través de una serie de ejercicios y lecturas guiadas. Por ejemplo, leer un párrafo corto y cronometrar su tiempo, intentando reducirlo gradualmente en lecturas posteriores del mismo texto. Además, realizaron ejercicios específicos, como el reconocimiento de palabras clave o la captura de ideas principales para una mayor retención de la información. A lo largo de la sesión, el docente brindó retroalimentación individualizada y sugerencias para ayudar a los estudiantes a mejorar su velocidad y retención de la información. También se discutieron estrategias para mantener la concentración y evitar distracciones durante la lectura. Cierre, se observó si los estudiantes desarrollaron habilidades prácticas para leer de manera más rápida y eficiente, lo que les permitirá procesar, retener, comprender la información de manera más efectiva en sus estudios o trabajos futuros, que se realizó para lograr el primer objetivo, haciendo referencia al Anexo 01(material que el estudiante va a trabajar).

Segundo resultado, para mejorar la comprensión de textos a través de la toma de apuntes efectivos mediante esquemas. En este resultado, se describe la actividad o recurso didáctico (Tomar apuntes efectivos mediante esquemas); la actividad fue diseñada para enseñar a las estudiantes técnicas efectivas que los ayuden a visualizar la estructura lógica de un tema utilizando esquemas. El objetivo es ayudarlos a organizar, procesar y comprender la información clave de manera más eficiente durante clases o al estudiar material escrito. Inicio con una introducción sobre la importancia de identificar rápidamente los puntos principales de un texto y cómo los esquemas pueden

facilitar este proceso. El docente explicó los beneficios de utilizar representaciones gráficas o visuales, como diagramas, mapas conceptuales, y organigramas, para capturar y conectar ideas de manera lógica. Desarrollo, el docente enseñó diferentes tipos de esquemas, como los esquemas de árbol, de flujo, de causa-efecto, de ciclos, mapas mentales. Se explicó las reglas para cada uno, así como cuándo es apropiado utilizar cada tipo de esquema. El docente explico los pasos como realizar los mapas mentales, creando este esquema a partir de extractos de texto relacionados con su área de estudio. El docente guió este proceso, ofreciendo consejos y retroalimentación en tiempo real. Se discutieron estrategias para identificar información clave, utilizar abreviaturas y símbolos efectivos, así como organizar visualmente los conceptos principales y secundarios. Además, se abordaron técnicas para revisar y estudiar a partir del esquema estudiado, resaltando su utilidad como herramienta que sintetiza las ideas principales de un tema o texto haciendo fácil su comprensión. Cierre, se observó si los estudiantes han adquirido habilidades prácticas para tomar apuntes de manera visual y estructurada, lo que les permitirá procesar, organizar, sintetizar y comprender la información de manera más efectiva durante su aprendizaje, que se realizó para lograr el primer objetivo, haciendo referencia al Anexo 02 (material que el estudiante va a trabajar). graficas

Tercer resultado, Proponer una estrategia de enseñanza basada en los hábitos de estudio para mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes de una institución educativa de secundaria, Sullana, 2019. En este resultado, se desarrolló un diseño gráfico funcional cuya propuesta fue los hábitos de estudio como estrategia de aprendizaje, cuya problemática identificada de color rojo, fue ¿cómo mejorar el proceso de aprendizaje en los estudiantes?, integrándose como solución de color azul dos actividades didácticas como son revisión continua a través de la lectura rápida y tomar apuntes efectivos mediante esquemas, lo que conllevo a realizar un diagnóstico y sus posteriores logros, la propuesta estuvo fundamentado científicamente en cinco autores, haciendo referencia al anexo 04.

4.2.- Impacto de la experiencia

Respecto a la revisión continua a través de la lectura veloz

Esta estrategia brinda grandes oportunidades a los estudiantes, relacionando las técnicas combinadas, con sus habilidades, permitiendo gradualmente aumentar su velocidad de lectura y su retención de la información al procesar directamente el significado. La capacidad de los estudiantes en mantener la concentración y confianza en la actividad, demostró la efectividad de esta metodología para mejorar la retención de la información, además se observó una influencia favorable en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ahorrando tiempo en las lecturas de texto reteniendo y captando ideas principales más eficientemente, leyendo oraciones y párrafos cortos abarcando más texto con la mirada, aplicando la técnica de la visión periférica, fomentando una mejor comprensión y retención de la información al procesar directamente el significado del material leído, esto es fundamental para el aprendizaje efectivo, cuyos resultados finales se vieron reflejados dentro de su proceso de aprendizaje y en un aumento significativo de su rendimiento en el área. El compartir las experiencias y desafíos encontrados durante la práctica servirá para posibles mejoras en otras áreas y sugerencias para adaptar y aplicar en diferentes entornos de enseñanza-aprendizaje.

En ese sentido, el aprendizaje significativo de los alumnos se vio favorecido por las actividades de lectura implementadas, siendo particularmente beneficiosas para quienes enfrentaban dificultades en la interpretación de textos (De la Cruz et al., 2023). Asimismo, se enfatiza que el simple acto de leer una lectura, no garantiza su comprensión inmediata, para que la lectura sea verdaderamente eficaz, es necesario emplear técnicas y destrezas particulares, estas se conocen como dinámicas de lectura, cuyo propósito es estimular, crear conocimiento y despertar el interés en los estudiantes (Armijos et al., 2023). No obstante, otro estudio exploró la comprensión lectora y los desafíos que los estudiantes experimentan al procesar y aplicar información, señalando limitaciones en vocabulario, habilidades y técnicas de lectura, a pesar de los esfuerzos de los profesores, el progreso adecuado en la comprensión de textos se ve dificultado, en parte

debido a la menor priorización de la lectura frente a los avances tecnológicos (Aldaz et al., 2023)

Respecto a tomar apuntes efectivos mediante esquemas

Los esquemas son efectivos en el proceso de enseñanza – aprendizaje porque aprovechan el poder del pensamiento visual y la capacidad del cerebro para reconocer patrones, permitiendo organizar y sintetizar información compleja de manera concisa y fácil de comprender. El uso del esquema visual como los mapas mentales en este trabajo promovió habilidades como la organización, asociación de conceptos clave, la categorización y el análisis facilitando la comprensión de textos, lo que permitió una mejora significativa en el aprendizaje de los alumnos. Se pudo observar que la elaboración de esquemas ayudo a identificar con mayor facilidad las ideas principales y secundarias de un texto, mediante los esquemas se fortaleció el aprendizaje activo de las estudiantes aumentando significativamente la comprensión de textos.

En ese sentido, los esquemas visuales se han transformado en una herramienta valiosa para los docentes, su importancia radica en que a menudo incorporan elementos gráficos y formas diversas, como fechas, diagramas, cuadros, esquemas, entre otros facilitando la organización y enfatizando la información más relevante, permitiendo que los estudiantes la retengan y comprendan la información con mayor facilidad en su memoria (Chun, 2020). Asimismo, en otro estudio la influencia de mapas semánticos en el nivel literal, el uso de la red semántica en el nivel inferencial y el uso del mapa mental en el nivel crítico, obtuvieron resultados favorables contribuyendo en la comprensión lectora en los estudiantes (Munayco, 2018). Además, hoy en día el correcto uso de los esquemas, facilitan la dinámica del aula, resultando de gran importancia y utilidad pedagógica – didáctica, desarrollando un pensamiento crítico, permitiendo que los estudiantes se den cuenta de sus propios métodos y estilos de aprendizaje (López, 2023).

Respecto a la propuesta metodológica

Se diseñó una propuesta innovadora cuya estrategia de aprendizaje hábitos de estudio se orientó a mejorar los procesos de aprendizaje de estudiantes basándose en fundamentos propuestos en el marco teórico, así como criterios de expertos para su validación final. Esta propuesta propone la integración de dos actividades didácticas que son la revisión continua a través de la lectura veloz y tomar apuntes efectivo mediante esquemas para obtener mejoras en los estudiantes con escasa retención de información y estudiantes con poca comprensión de los textos, obteniéndose los siguientes logros: estudiantes utilizan estrategias para mejorar sus capacidades en la retención de la información y estudiantes logran comprender la información difícil mediante representaciones gráficas y estructuradas, alineada con un enfoque efectivo que busca el desarrollo integral de las estudiantes siguiendo secuencias didácticas coherentes con sus objetivos, combinando teoría y práctica para optimizar el aprendizaje.

Asimismo, al desarrollar los estudiantes habilidades en lectura y comprensión adquieren capacidades cruciales para realizar comparaciones efectivas, detallar eventos con precisión, ejercer el pensamiento crítico, llevar a cabo análisis profundos y ofrecer soluciones innovadoras a desafíos concretos, por el contrario, cuando estas destrezas no están presentes, se limita la capacidad del estudiante para entender lo que lee, lo cual obstaculiza su proceso de aprendizaje (Duche et al., 2022). Las preferencias de los estudiantes en sus actividades educativas se reflejan en sus estilos y métodos de aprendizaje particulares, integrando información actual con la ya existente, evidenciando diferencias significativas en el proceso de aprendizajes, sobre todo, cuando se asocian con la cantidad de recursos tecnológicos que emplean los estudiantes que impactan notablemente en su rendimiento (Freiberg et al., 2022).

V. CONCLUSIONES

Primero:

Se comprobó que la técnica revisión continua a través de la lectura veloz, es un hábito de estudio. que influyo significativamente en el proceso de aprendizaje, fortaleciendo la retención de información y por ende mejoró el rendimiento académico del estudiante.

Segundo:

Se pudo concluir que los estudiantes obtuvieron buenos resultados en la comprensión de textos cuando utilizaron como técnica los apuntes efectivos por medio de esquemas (mapa mental) como hábitos de estudio, existiendo una estrecha relación entre ambas, lo que permitió estimular mejor sus procesos de aprendizaje que se vio reflejado en el incremento de su rendimiento académico.

Tercero:

Las actividades integradas utilizadas en los hábitos de estudio como la lectura veloz y la utilización de esquemas (mapa mental), como estrategias de enseñanza, promovieron en los estudiantes un enfoque más participativo y un aumento en el desempeño de su aprendizaje, a pesar que se presentaron carencias en la escaza retención de información y poca comprensión de los textos en algunos estudiantes, la estrategia de aprendizaje utilizada en este trabajo, ayudaron a repotenciar su proceso de aprendizaje que se vio reflejada en un incremento positivo de su rendimiento académico.

VI. RECOMENDACIONES

Primero:

Se recomienda propiciar en los estudiantes la técnica de la lectura veloz como hábito de estudio, desde una edad temprana, esto le permitirá a largo plazo obtener eficiencia en su proceso de aprendizaje y mejorar sus resultados académicos.

Segundo:

Se sugiere a los docentes fomentar como técnica continua en su metodología de aprendizaje, la elaboración de diversos tipos de esquemas, como hábitos de estudio, a fin de incentivar en su práctica y ver su efecto en el rendimiento académico de los estudiantes.

Tercero: .

Nuestra sociedad requiere nuevas formas de estrategias de aprendizajes, dejando de lado las estructuras tradicionales y convencionales de la educación, se recomienda a los docentes fomenten activamente estos hábitos de estudio, incorporándolos en su metodología de enseñanza, de esta manera, podrán observar y analizar cómo estas prácticas influyen en el desempeño académico de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Alarcón, C. (2024). Hábitos de estudio y la comprensión de textos en universitarios: Análisis bibliométrico. *PsiqueMag Revista Científica Digital de Psicología*, 13(1), 31–41. <https://doi.org/10.18050/PSIQUEMAG.V13I1.2788>
- Aldaz, A., Agual, P., Deleg, C., Erazo, P., Pante, M., & Taco, E. (2023). Algunas Inquietudes de la Comprensión Lectora. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(6), 5857–5871. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V7I6.9121
- Armijos, A., Paucar, C., & Quintero, J. (2023). Estrategias para la comprensión lectora: Una revisión de estudios en Latinoamérica. *Revista Andina de Educación*, 6(2), 000626–000626. <https://doi.org/10.32719/26312816.2022.6.2.6>
- Cabrera, G. (2021). Conductismo y constructivismo en la educación universitaria. *Killkana Social*, 5(2). <https://doi.org/10.26871/killkanasocial.v5i2.895>
- Cardenas, M. (2017). Cognitive load in hypertext reading: A review. *Computers in human behavior*. In *Computers in Human Behavior* (Vol. 23, Issue 3, pp. 1616–1641). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.08.012>
- Chun, L. (2020). Mapa mental: Uma ferramenta auxiliar no ensino e aprendizagem da gramática de português língua estrangeira por aprendentes chineses. *Letras de Hoje*, 55(4), e38623–e38623. <https://doi.org/10.15448/1984-7726.2020.4.38623>
- De la Cruz, P., Bazante, R., Arones, M., Atencio, C., & Villamares, E. (2023). Dinámicas de lectura para mejorar el aprendizaje significativo en adolescentes de una institución educativa. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 7(31), 2488-2497–2488 – 2497. <https://doi.org/10.33996/REVISTAHORIZONTES.V7I31.679>
- Duche, A., Montesinos, M., Medina, A., Rivas Plata, & Siza, C. (2022). Comprensión lectora inferencial en estudiantes universitarios. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(ESPECIAL 6), 181–198. <https://doi.org/10.31876/RCS.V28I.38831>
- Freiberg, A., Ledesma, R., & Fernandez, M. (2022). Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Revista de Psicología*, 35(2), 2017. <https://doi.org/10.18800/psico.201702.006>
- Gamero, C. (2024). Hábitos de estudio y rendimiento académico universitario. El poder predictivo de los exámenes on-line. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria [Digital Journal of University Teaching Research]*, 18(1), e1826–e1826. <https://doi.org/10.19083/RIDU.2024.1826>
- García, Z. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Revista Boletín Redipe*, 8(10), 75–88. <https://doi.org/10.36260/RBR.V8I10.833>
- Guilca, M., Fernandez, H., Guanoluisa, L., & Aimacaña, I. (2023). Dificultades de Aprendizaje en el Siglo XXI: Nuevas Perspectivas y Estrategias de Enseñanza Innovadoras. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, ISSN-e 2550-682X, Vol. 8, N°. 12 (DICIEMBRE 2023), 2023, Págs. 1509-1524, 8(12), 1509–1524. <https://doi.org/10.23857/pc.v8i12>

- López, S. (2023). Organizadores gráficos para el desarrollo de la metacognición y el pensamiento crítico. *Cienciamatria. Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 9(17), 99–119. <https://doi.org/10.35381/CM.V9I17.1127>
- Magaña, J., Yam, E., & Cárdenas, J. (2023). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de ingeniería. *RECIE. Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa*, 7, e1985–e1985. <https://doi.org/10.33010/RECIE.V7I0.1985>
- Manrique, S. (2020). Los hábitos de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes del nivel secundario. *Ciencia y Desarrollo*, 23(2), 65. <https://doi.org/10.21503/CYD.V23I2.2093>
- Mondragón, C., Cardoso, D., & Bobadilla, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016. *RIDE Revista Iberoamericana Para La Investigación y El Desarrollo Educativo*, 8(15), 661–685. <https://doi.org/10.23913/RIDE.V8I15.315>
- Munayco, A. (2018). Influencia de los organizadores gráficos en la comprensión lectora de textos expositivos y argumentativos. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 9(1), 5–13. Recuperado de: <https://www.comunicacionunap.com/index.php/rev/article/view/238>
- Navea, A. (2018). El aprendizaje autorregulado en estudiantes de ciencias de la salud: recomendaciones de mejora de la práctica educativa. *Educación Médica*, 19(4), 193–200. <https://doi.org/10.1016/J.EDUMED.2016.12.012>
- Oñate, F., Rosero, K., Mantilla, I., & Placencia, A. (2024). Estrategias de aprendizaje y motivación en estudiantes de la carrera de diseño gráfico. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 7(17), 25–38. <https://doi.org/10.33996/REPSI.V7I17.107>
- Ortega, V. (2017). Hábitos De Estudio Y Rendimiento Académico En Estudiantes De Segundo De Secundaria De Una Institución Educativa Del Callao [Tesis de Licenciado Universidad San Ignacio del Loyola]. In *Universidad San Ignacio de Loyola*. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/4a05f3d4-746e-4250-97b2-289fbe7bca06/content
- Oscoco, R., Chico, H., Gálvez, E., Flores, W., Coveñas, J., & Gallardo, C. (2019). Análisis crítico de las reformas educativas emprendidas desde 1990 en docentes investigadores de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 7(1), 83–94. <https://doi.org/10.20511/PYR2019.V7N1.256>
- Pajúelo, P., Pumayauri, Laddy, & Aguirre, J. (2019). Estilos de aprendizaje, hábitos de estudio y rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Desafíos Revista Científica de Ciencias Sociales y Humanidades*, 10(1), 21–27. <https://doi.org/10.37711/DESAFIOS.2019.1.1.54>
- Pallo, S., Mayorga, M., Hernández, S., & Melo, D. (2024). Hábitos de estudio y el desempeño académico de estudiantes. *593 Digital Publisher CEIT*, 9(1–1), 187–198. <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2271>

- Pamplona, J., Cuesta, J., & Cano, V. (2019). Estrategias de enseñanza del docente en las áreas básicas: una mirada al aprendizaje escolar. *Eleuthera*, 21, 13–33. <https://doi.org/10.17151/ELEU.2019.21.2>
- Pineda, O., & Alcántara, N. (2018). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare: Revista de Ciencia y Tecnología*, 6(2), 19–34. <https://doi.org/10.5377/INNOVARE.V6I2.5569>
- Ronquillo, G., Mora, E., Bohórquez, A., & Padilla, L. (2023). Modelo constructivista y su aplicación en el proceso de aprendizaje de los estudiantes. *Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación*, ISSN 2528-8083, Vol. 8, N°. Extra 2, 2023 (Ejemplar Dedicado a: III CONGRESO INTERNACIONAL EN SINERGIA EDUCATIVA 2023), Págs. 256-273, 8(2), 256–273. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10420471>
- Salcedo, R., Herrera, L., Illanes, L., Poblete, F., & Rodas, V. (2024). Las emociones en el proceso de aprendizaje: revisión sistemática. *REXE- Revista de Estudios y Experiencias En Educación*, 23(51), 253–271. <https://doi.org/10.21703/REXE.V23I51.1991>
- Solano, J. (2021). *Influencia de las Inteligencias Múltiples de Howard Gardner en el Proceso Enseñanza Aprendizaje Del Inglés Como Lengua Extranjera, A Estudiantes del Grado Octavo en la Institución Educativa Nacional Agustín Codazzi, Jornada Mañana* [Tesis de maestría, Universidad Santo Tomás]. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/44144>
- Soto, W., & Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: factor crucial para el buen rendimiento académico. *Revista Innova Educación*, 2(3). <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.03.004>
- Uribe, N., Melchor, B., Mayhua, W., & Suarez, H. (2023, July 26). Hábitos de estudio en los universitarios: consideraciones. *Revista Oeconomicus UNH*, 3(2), 124–126. <https://doi.org/10.54943/REVOEC.V3I2.302>
- Valdivia, G. (2024). Aprendizajes básicos: retos que la educación en el Perú enfrenta. *Diario El Peruano*. <https://www.elperuano.pe/noticia/238832-aprendizajes-basicos-retos-que-la-educacion-en-el-peru-enfrenta>
- Vega, M., Arroyo, D., & Ulloa, O. (2024). Estrategias de Aprendizaje y su Impacto Académico en Estudiantes de Educación Superior: Revisión Sistemática 2016-2023. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 663–689. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V8I1.9451
- Velásquez, Y., Parra, C., Oquendo, E., & Manjarrez, N. (2023). Inteligencia emocional, motivación y desarrollo cognitivo en estudiantes. *CIENCIAMATRIA*, 9(17), 4–35. <https://doi.org/10.35381/CM.V9I17.1120>
- Villagómez, C., Yugcha, J., & Zuñiga, M. (2023). Las TICs en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de educación básica. *Prohominum*, 5(4), 62–72. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0207>
- Zárate, N., Soto, M., Martínez, E., Castro, M., García, R., & López, N. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de La Fundación Educación Médica*, 21(3), 153–157. <https://doi.org/10.33588/FEM.213.948>

ANEXOS

Anexo 1: Revisión continua a través de la lectura veloz

Leemos sobre las plantas

I.E. Estudiante: Grado: 2do

CRITERIOS DE EVALUACIÓN
Desarrollo cada una de las técnicas y estrategias para leer más rápido
Ubicar información en el texto escrito
Explicar el significado de algunas palabras del texto
Obtuvo algún progreso en
Opino sobre el texto leído
Lee y retiene información

Ahora lee en silencio el siguiente texto y responde las

Las plantas son seres vivos que cumplen un ciclo de vida. Nacen, crecen, se reproducen y mueren. Tienen varias partes, como raíz, tallo, hojas, flores, frutos y semillas, y cada una de ellas cumple una función. Existen una gran variedad de plantas en nuestro planeta. Las plantas crecen en diferentes lugares y climas en todo el mundo. Se adaptan y crecen en diferentes climas, sean muy fríos, muy cálidos, secos o húmedos, como las montañas nevadas y los desiertos. Ellas preparan su propio alimento a partir de la luz solar, del agua y de algunos nutrientes de la tierra a través de un proceso llamado fotosíntesis.



Las plantas tienen muchos beneficios para los seres vivos del planeta. Sirven de alimento y medicina. También, nos protegen de los rayos ultravioleta que produce el Sol y que son malos para la piel y los ojos. Sin ellas, ningún ser vivo podría sobrevivir.

Muchas plantas están en peligro de extinción. Algunas de ellas están siendo cortadas de forma desmedida para comercializarlas. Otras plantas han desaparecido por contaminación del ambiente en el que viven.

Responda las siguientes preguntas:

1. ¿De qué trata el texto?
2. ¿Qué dice de las plantas?
3. Según el texto, ¿qué son las plantas?,
4. ¿qué beneficios tienen para los seres vivos?

Responda las preguntas escribiendo las respuestas

1. Según el texto, ¿qué significa la palabra "extinción"?

2. A partir de la lectura, ¿crees que será importante proteger a las plantas?, ¿por qué?

2

Recuerda: Un párrafo está conformado por una o más oraciones que empiezan en mayúscula y terminan con un punto.



- Regresa al texto, señala y enumera los párrafos.
- Entonces el texto tiene párrafos.

Retorna al texto y ubica información para responder las siguientes preguntas

Preguntas :	Respuestas :
¿Qué beneficios tienen las plantas para los seres vivos?	 <hr/> <hr/>
¿Cómo se alimentan las plantas?	 <hr/> <hr/>

Lee cada párrafo del texto, subraya las ideas importantes y completa la tabla respondiendo la pregunta para cada párrafo

Párrafos del texto	¿Qué es lo más importante que nos dice?
Primer párrafo	Las plantas son seres vivos y son de muchas variedades.
Segundo párrafo	
Tercer párrafo	
Cuarto párrafo	



Anexo 2: Tomar apuntes efectivos mediante esquemas

¿QUÉ ES LA CONTAMINACIÓN AMBIENTAL?

LEA LA LECTURA EN SILENCIO Y DESARROLLE SU MAPA MENTAL

Cuando hablamos de qué es la contaminación ambiental, nos referimos a toda presencia de componentes nocivos en el medio ambiente y que, por lo tanto, puede ser perjudiciales para los seres vivos.

Dependiendo de los componentes nocivos en cada caso, del entorno natural en el que se presentan o de su origen, encontramos infinidad de tipos de contaminación ambiental.

También es importante conocer cuál es la diferencia entre impacto ambiental y contaminación ambiental, el **impacto ambiental** es la consecuencia que se provoca por una acción de un entorno natural. Puede ser buena o mala. Al referirnos a la **contaminación ambiental**, en cambio, hablamos de los efectos contraproducentes que los componentes nocivos pueden causar en el medio ambiente.

¿Qué tipos de contaminación ambiental existen?

Contaminación atmosférica (aire)

También conocida como polución, es uno de los tipos de contaminación más famosos, se produce a causa de la emisión de sustancias químicas a la atmosfera que afectan directamente a la calidad del aire. El más conocido es el monóxido de carbono. Pero existen otros como el dióxido de azufre, CFCs (clorofluorocarbono) y óxidos de nitrógeno. Pero ¿De dónde proceden estas sustancias nocivas?

- Gases expulsados procedentes de combustibles fósiles (ejm. los liberados por un tubo de escape de un carro),
- Desastres naturales como los incendios.
- La quema de basura.
- Los gases que liberan las fábricas.
- La agricultura y ganadería intensiva.

Contaminación hídrica (agua)

Afecta a ríos, fuentes de agua subterráneas, lagos y mar cuando se liberan residuos contaminantes. Este tipo de contaminación ambiental afecta directamente a las especies animales, vegetales y también al ser humano ya que convierte el agua potable en un recurso no apto para su consumo.

Los vertidos industriales, insecticidas, plaguicidas son algunos de los residuos que afectan a la contaminación del agua. Pero también otros de uso doméstico como los detergentes del lavado de ropa o el vertido del aceite de uso doméstico.

Contaminación del suelo

Una vez más las sustancias químicas de uso común en la agricultura intensiva son los causantes de este tipo de contaminación. Aunque no son las únicas. Las baterías (celulares móviles, por ejemplo), las pilas o los vertederos también liberan sustancias nocivas que se filtran en el suelo. Los principales afectados por este tipo de contaminación son las plantas, árboles y cultivos. La falta de minerales en el suelo provoca la pérdida de vegetación. Y la ausencia de plantas conduce a la erosión que, a su vez, afecta la riqueza del suelo.

Contaminación acuática

Si vives en un barrio muy ruidoso cerca a un aeropuerto, autopista mercado o en una zona de discotecas sonoras sabrás muy bien de lo que hablamos. La contaminación acústica se produce con cualquier ruido excesivo ya sea en proporción, frecuencia, tono, volumen o ritmo.

Contaminación lumínica

Se produce especialmente en las ciudades durante la noche y hace referencia a la iluminación artificial excesiva que existen en las poblaciones. De igual manera que la acústica, este tipo de contaminación ambiental no compromete la supervivencia de los seres humanos. Sin embargo, produce enfermedades como la relacionada con la visión, alteraciones del sueño o migraña. También afecta a los ecosistemas nocturnos ya que provoca a los animales e insectos problemas de orientación y alteraciones en sus ciclos biológicos.

Contaminación visual

Es todo aquello que altera visualmente el paisaje natural. Hace referencia a todos los elementos que no son naturales y que nos envían estímulos visuales. Pueden ser vallas publicitarias, torres eléctricas, minas a cielo abierto. Nuestro cerebro tiene una determinada capacidad de absorción de datos. El exceso de formas, luces, colores e información hace que no pueda procesar todos estos datos debidamente. Todo ello perjudica a la salud de los ojos, altera la tensión y produce estrés.

Contaminación térmica

Seguro que alguna vez has escuchado las graves consecuencias que puede tener para el medio ambiente que la tierra aumente su temperatura. Esto está relacionado con el último de los tipos de contaminación ambiental más importantes: la contaminación térmica, el aumento de la temperatura (calentamiento global) afecta a los polos y los glaciares. Se calcula que la Antártida ha multiplicado su deshielo por cuatro en los últimos 25 años, lo que está provocando consecuencias muy negativas (lo estamos viviendo). Entre las más importantes se encuentra la subida del nivel del mar, la alteración del equilibrio de los ecosistemas o cambio en las corrientes marinas y el clima. También puede causar la reaparición de enfermedades.

Causas de la contaminación ambiental

Si encontramos que causa la contaminación ambiental, encontramos muchos orígenes, pero prácticamente todos tienen en común la acción del ser humano.

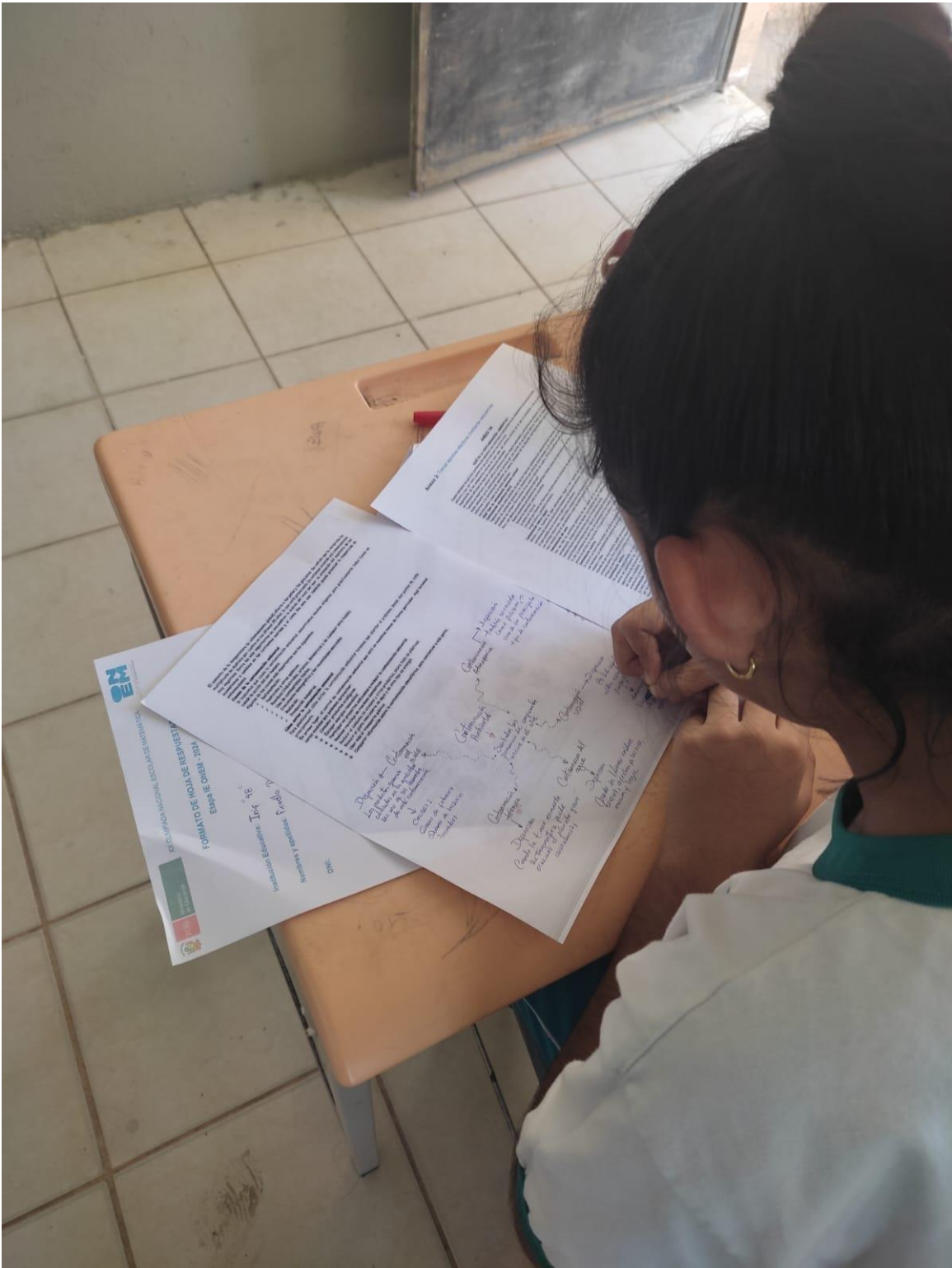
Algunas de las causas más importantes son las siguientes:

- Deforestación.
- Pesticidas y otros químicos.
- Residuos (industriales, urbanos, domésticos y de cualquier otra índole).
- Uso de combustible fósiles.
- Crecimiento demográfico y las necesidades asociadas.
- Radiación.
- Producción industrial.

¿Cómo evitar la contaminación ambiental?

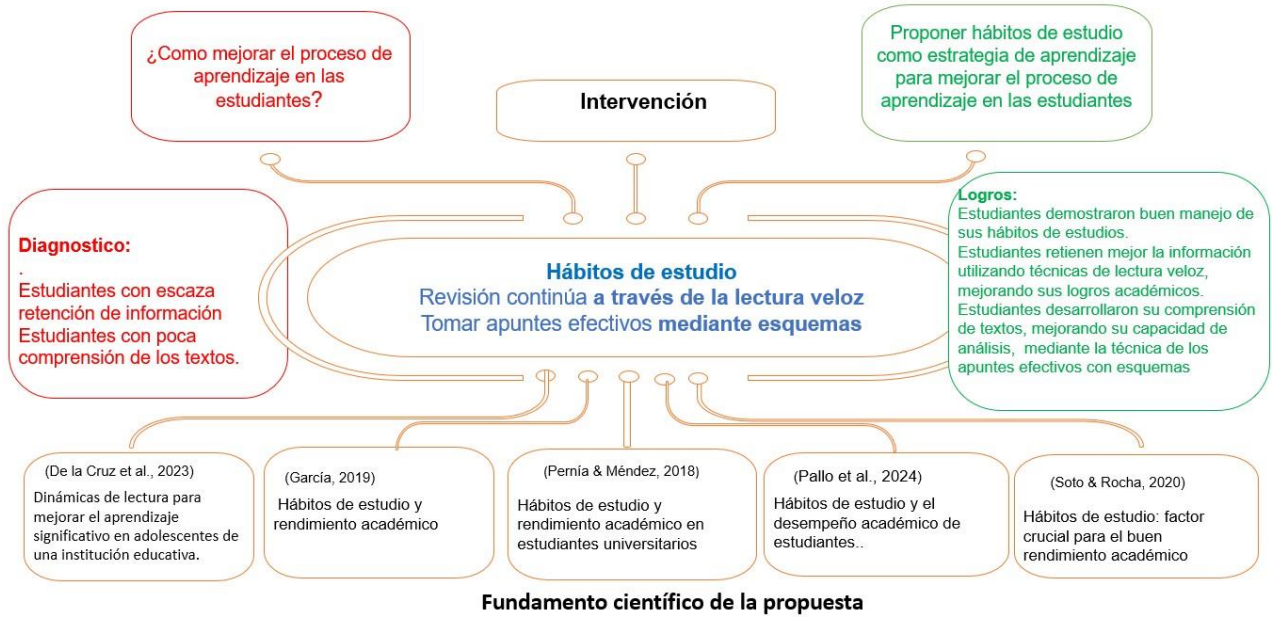
En primer lugar, el control de contaminación ambiental está en nuestras manos de forma particular. Aquí tenemos varias medidas que podemos aprovechar

- Consumir productos agrícolas, Escoger energías renovables, Participar en proyectos enfocados en reducir la contaminación ambiental, Realizar reciclaje de residuos domésticos, Reducir el consumo de envases y otros productos sobre todo de plástico, Reducir el gasto innecesario de agua y otro tipo de energía, usar más el transporte público y compartir información sobre la contaminación atmosférica, para concientizar a más gente.



Anexo 3: Estrategia de aprendizaje basada en hábitos de estudio para mejorar el proceso de aprendizaje en estudiantes

Estrategia de aprendizaje en el proceso de aprendizaje de estudiantes



Anexo 4: Sesión de aprendizaje de la primera actividad: Lectura Veloz

DATOS GENERALES	
I.E	XXXXXX
DOCENTE	ROGGER PINEDA VITE
AREA	CIENCIA Y TECNOLOGÍA
GRADO Y SECCION	2do A, B, C, D y E
FECHA	Mayo 2019

TITULO DE LAS SESION
Lectura veloz para promover la retención de textos (las plantas)

COMPETENCIAS /CAPACIDADES	DESEMPEÑOS	EVIDENCIA DE AP (PRODUCTO)	INSTRUMENTO DE EVALUACION
<p>Lee diversos tipos de textos escritos en su lengua materna.</p> <ul style="list-style-type: none"> •Obtiene información del texto escrito. •Infiere e interpreta información del texto. •Reflexiona y evalúa la forma, el contenido del texto. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lee diversos tipos de textos aplicando técnicas y estrategias clave para leer más rápido ➤ Interpreta el texto considerando información relevante y complementaria para construir su sentido global valiéndose de la lectura veloz. ➤ Reflexiona sobre el contenido del texto a partir de su conocimiento y experiencia. 	Leemos textos continuos	Lista de cotejo para evaluar la comprensión de un texto a través de la lectura veloz.

COMPETENCIA TRANSVERSAL	ACTITUDES
Gestiona su aprendizaje de manera autónoma	Determina metas de aprendizaje viables sobre la base de sus experiencias asociadas, necesidades, prioridades de aprendizaje, habilidades y actitudes para el logro de la actividad, formulándose preguntas de manera reflexiva y de forma constante

SECUENCIA DIDACTICA

MOMENTOS	ESTRATEGIAS	MATERIALES	TIEMPO
INICIO	<p>Los estudiantes reciben la bienvenida del docente y les realiza las siguientes preguntas: ¿A qué llamamos lectura veloz?, ¿cuáles son técnicas y estrategias de una lectura veloz?</p> <p>-Les damos a conocer el propósito de la sesión: Comprendemos diversos textos mediante la lectura veloz</p> <p>Eligen acuerdos de convivencia que favorezcan el desarrollo de la sesión.</p> <p>El docente explica brevemente las técnicas y estrategias clave para leer más rápido.</p>	<p>pizarra plumones fichas informativas hoja de lectura (tema: Las plantas)</p>	15 minutos
DESARROLLO	<p>Los estudiantes practican estas técnicas a través de una serie de ejercicios y lecturas guiadas.</p> <p>Leer un tema corto y cronometrar su tiempo.</p> <p>Reconocimiento de palabras claves.</p> <p>Capturas de ideas principales.</p> <p>- Identifican el propósito de leer veloz para la retención de la información</p> <p>- El docente brinda a lo largo de la sesión retroalimentación individualizada y sugerencias a las estudiantes para ayudar a mejorar su velocidad de lectura y retención de la información</p> <p>. Desarrollan interrogantes de los textos.</p> <p>También discutieron estrategias para mantener la retención en la lectura y evitar distracciones.</p>		55 minutos
CIERRE	<p>Los estudiantes verifican si han cumplido con el propósito de la sesión.</p> <p>¿Cómo lo lograron?</p> <p>- Reflexionan sobre sus actitudes durante el trabajo, ¿trabajaron con responsabilidad, solidaridad, equidad y justicia?</p>		20 minutos

LISTA DE COTEJO

CRITERIOS DE EVALUACION	LO LOGRE	ESTOY EN PROCESO DE LOGRARLO	¿Qué PUEDO HACER PARA MEJORAR MI APRENDIZAJE?
Desarrollé cada uno de las técnicas y estrategias para leer más rápido			
Ubicar información en el texto escrito			
Explicar el significado de algunas palabras del texto			
Obtuvo algún progreso en leer con mayor rapidez			
Opiné sobre el texto leído.			
Lee y retiene la información			

DOCENTE ROGGER PINEDA VITE