



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA
EDUCATIVA.

Programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo en
estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia
de Anta, 2021

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE
Maestra en Psicología Educativa.

AUTORA:

Lic. Dolores Ramos Cascamaita. (<https://orcid.org/0000-0002-5694-9317>)

ASESORA:

Dra. Patricia Mónica Bejarano Álvarez (<https://orcid.org/0000-0003-3059-6258>)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Innovaciones pedagógicas

Lima - Perú

2021

Dedicatoria

A Dios por iluminar mi camino; a mí misma por mi perseverancia a mis queridos padres y hermanos quienes me motivaron para salir adelante.

Agradecimiento

A la Universidad Cesar Vallejo por brindarme la oportunidad de consolidar mis estudios y la obtención de este grado académico y a la Dra. Patricia Mónica Bejarano Álvarez por sus sabios consejo.

Índice

	Pág.
Carátula	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Página de jurado	iv
Índice de contenidos	v
Índice de tablas	vi
Índice de figuras	vii
Resumen	viii
Abstract	ix I
INTRODUCCIÓN	1
II MARCO TEÓRICO	5
III METODOLOGÍA	14
3.1 Tipo y diseño de investigación	14
3.2 Variable y operacionalización	14
3.3. Población, muestra y muestreo, unidad de análisis	15
3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	16
3.5 Procedimiento	17
3.6 Método de análisis de datos	18
3.7 Aspectos éticos	18
IV RESULTADOS	19
V DISCUSIÓN	24
VI CONCLUSIONES	28
VII RECOMENDACIONES	30
REFERENCIAS	31
ANEXOS	
Anexo 1: Matriz de consistencia de la tesis	36
Anexo 2: Tabla de operacionalización de las variables	38
Anexo 3: Instrumentos	39
Anexo 4: Validez y confiabilidad del instrumento	42
Anexo 5: Carta de presentación de la escuela de posgrado	43
Anexo 6: Autorización del nombre institucional	44

Índices de tablas

	Pág.
Tabla 1: Población de estudio	16
Tabla 2: Resultados de la variable: Aprendizaje autónomo	19
Tabla 3: <i>Resultados del nivel y porcentajes de la aplicación del pretest</i>	20
Tabla 4: <i>Resultados del nivel y porcentajes de la aplicación del postest</i>	21
Tabla 5: Prueba de hipótesis general	22
Tabla 6: Prueba de hipótesis específica	22

Índices de figura

	Pág.
Figura 1: Resultados de la variable: Aprendizaje autónomo	45
Figura 2: Niveles de las dimensiones de la variable aprendizaje autónomo pretest	45
Figura 3: Niveles de las dimensiones de la variable aprendizaje autónomo postest.	46

Resumen

El presente estudio titulado Programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo en estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia de Anta, 2021 tiene como propósito determinar la influencia del programa aprender en el desarrollo del aprendizaje autónomo. Este estudio es de tipo aplicada con un diseño experimental, con este fin se realizó una muestra no probabilística conformado por 15 estudiantes del tercer grado de secundaria Utilizando la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario estandarizado de aprendizaje autónomo. El resultado de la confiabilidad de los instrumentos aplicados se hizo mediante la prueba de rangos de wilcoxon donde se obtuvo un valor de $Z = -3,500^b$ (valor de $p = ,000$) sabiendo que el valor de P es inferior a ,05 de significancia, lo que permite concluir que si existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para desarrollar el aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria.

Palabras claves: Aprendizaje autónomo, programa aprender, auto planificación, autoevaluación y motivación

Abstract

The present study entitled Learning program to develop autonomous learning in students of a secondary educational institution in the province of Anta, 2021 aims to determine the influence of the learning program on the development of autonomous learning. This study is of an applied type with an experimental design, for this purpose a non-probabilistic sample was made consisting of 15 third-grade high school students using the survey technique and the standardized autonomous learning questionnaire instrument. The result of the reliability of the applied instruments was made through the rank wilcoxon test where a value of $Z = -3,500b$ (value of $p = .000$) was obtained, knowing that the value of P is less than 0.05 of significance, which That allows to conclude that if there is an influence of the applied learning program as a strategy to develop autonomous learning in students of a secondary educational institution.

Keywords: Autonomous learning, learning program, self-planning, self-assessment and motivation.

I. Introducción

Autonomía es una capacidad que todo ser humano debe desarrollar ya que este permite comprender aquellos saberes, habilidades y recursos que necesitan aprender para asumir con responsabilidad los retos y desafíos. Así mismo permite proyectarse a dónde se quiere llegar para ser eficiente y alcanzar sus metas personales, demostrando confianza y seguridad en sí mismo así como gestionar las propias emociones y autorregularse.

En el contexto actual se espera que los estudiantes cada vez asuman una mayor autonomía a fin de ser actores protagónicos en sus propios aprendizajes. Es decir, que sean competente y lograr sus aprendizajes por sí mismo, utilizando estrategias metacognitivas, de autorregulación, desarrollando habilidades de participación y trabajo colaborativo, tomar decisiones, innovar y resolver situaciones problemáticas de manera asertiva y con una práctica de valores. De esta manera promoviendo un autoaprendizaje eficiente de nuevos conocimientos y avances tecnológicos, asumiendo una aptitud y actitud creativa, que les permite seguir su propio ritmo y estilo de aprendizaje.

En el ámbito internacional la organización de las naciones Unidas para la infancia UNICEF (2020) menciona que en Argentina implementan el proyecto Llaves para la Autonomía conjuntamente con la Asociación Civil Doncel quienes realizan tareas de capacitar y acompañar a los miembros de los hogares con la finalidad de que las niñas, niños y adolescentes desarrollen su autonomía para realizar las actividades cotidianas; el proyecto llaves para la Autonomía se lleva a cabo en cinco provincias y teniendo un alcance a los adolescentes y jóvenes entre 16 y 21 años que están en transformación desde el sistema de cuidado hacia la vida adulta. Los adolescentes trabajan en la preparación de sus proyectos de vida, desarrollan su hoja de vida y participan en talleres de entrenamiento para entrevistas laborales.

Díaz-Bórquez, Contreras-Shats y Bozo-Carrillo (2018) plantearon una muestra donde dieron a conocer que el desarrollo progresivo de la autonomía de la infancia, relaciona la capacidad de cooperación que tienen los niños y adolescentes en los diferentes procesos evolutivos y espacios de participación y de las decisiones que los afectan. Por lo expuesto por el autor la autonomía se construye

a través de patrones culturales desde el seno familiar y el entorno social que lo rodea algunos logran desarrollar a temprana edad y otros durante la adolescencia o en la adultez.

En el ámbito nacional, Auris (2020), escritor y pedagogo peruano, recuerda la importancia de analizar cómo el aprendizaje autónomo influye en el logro de las competencias en estudiantes, es así que el currículo nacional de la Educación Básica regular (2017), se plantea 31 competencias; siendo una de ellas la gestión del aprendizaje autónomo que se desarrolla en las áreas curriculares de forma transversal lo que permite al estudiante tomar conciencia de su propio aprendizaje, gestionando ordenada y sistemáticamente sus trabajos, valorando sus logros y dificultades, Se llama transversal e interdisciplinario porque requiere la combinación de capacidades como: definir sus propias metas, planificar acciones y estrategias de aprendizaje, y valorar sus propios aprendizajes vinculados a las diferentes áreas.

En el ámbito local los estudiantes, presentan dificultades en el logro de su aprendizaje y el cumplimiento de sus deberes como tal hechos que se observó desde la fase presencial haciéndose más notorio en la fase no presencial y virtual. Donde se observó que los estudiantes presentan dificultades en cuanto a la organización del tiempo y espacio para recibir sus clases, estudiantes desmotivados lo que hace que no realizan los retos propuestos y otras actividades asignadas algunos esperan el último momento para realizar sus evidencias realizándolos por cumplimiento así mismo su desempeño en cuanto a su participación, interacción con la docente y compañeros, la calidad de trabajos y/o evidencias que presenta, esto genera que la retroalimentación no se realice de manera pertinente y no se puedan evaluar el producto de manera eficiente; sumándose a ello el poco desarrollo de algunas habilidades socioemocionales los cuales repercute en su desempeño escolar.

Frente al contexto actual a consecuencia del COVID 19; se imparte la educación no presencial y virtual a través del WhatsApp y Google meet, donde se evidencia que los estudiantes no han logrado desarrollar habilidades de automotivación para seguir con sus estudios, auto planificación presenta dificultades para autoevaluarse sobre su propio aprendizaje autónomo, dificultan al identificar sus logros y

dificultades así como para plantearse sus metas o propuestas para superar sus dificultades; los estudiantes requieren un acompañamiento constante del docente para concretar sus actividades de esta manera ratificando que no pueden conducirse por sí mismos para lograr su propio aprendizaje y dotarse de nuevas experiencias que le permitan enfrentar los retos, desafíos que se le presente en diferentes contextos donde se desenvuelve.

Por otro lado, los estudiantes dedican mayor tiempo a realizar actividades de apoyo dentro de la familia o actividades socio-productivas, dejando en segundo plano la formación académica y cumplimiento de sus deberes como estudiantes. En este sentido ; es necesario que el estudiante comprenda que el ejercicio de la autonomía influye en el aprendizaje y el desarrollo personal lo que significa que el propio estudiante desarrolle actividades por sí mismo ejerciendo su propia motivación , iniciativa para organizarse su espacios y tiempos para las diferentes actividades en su diario vivir de esta manera autorregulando y autoevaluándose sus aprendizajes y emociones puntos clave para lograr la autonomía que repercutirá en sus aprendizaje .

Por lo expuesto, se planteó como problema general ¿De qué manera el programa aprender influye en el desarrollo de aprendizaje autónomo en los estudiantes? planteando como problemas específicos, primero ¿De qué manera el programa aprender influye en el desarrollo de la motivación? segundo ¿De qué manera el programa aprender influye en la auto planificación? tercero ¿De qué manera el programa aprender influye en la autorregulación? cuarto ¿De qué manera el programa aprender influye en la autoevaluación? Todo ello realizado con estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta ,2021

Esta investigación se justifica teóricamente considerando la línea de investigación innovaciones pedagógicas orientado al desarrollo del aprendizaje autónomo en el estudiante , profundizando las teorías relacionadas con el programa aprender y las dimensiones del aprendizaje autónomo como medios para lograr el objetivo propuesto y establecer la influencia en el desarrollo del aprendizaje autónomo ; dentro de la justificación práctica la investigación busca dar solución al problema evidenciado en los estudiantes quienes demuestran un escaso desarrollo de la autonomía, iniciativa individual, identificación de necesidades y búsqueda de soluciones. En cuanto a la justificación metodológica

se utilizó la técnica de la encuesta y el instrumento del cuestionario estandarizado la prueba de hipótesis se realizó mediante la prueba de rango de Wilcoxon usando el formato estadístico SPSS v25.

Por tal razón, la investigación resultó importante porque permitió el fortalecimiento del aprendizaje autónomo en los estudiantes, sentando las bases de la motivación, planificación o auto planificación, autorregulación y autoevaluación, buscando incrementar el desarrollo del aprendizaje autónomo, formulándose posibilidades de desarrollo personal y cognitivo, siendo primordial para la formación integral.

El objetivo general tuvo la siguiente denominación determinar la influencia del programa aprender en el desarrollo del aprendizaje autónomo de los estudiantes , planteando como objetivos específicos primero , conocer en qué medida el programa aprender influye en la motivación segundo, determinar la influencia del programa aprender en la auto planificación ; tercero, establecer la influencia del programa aprender en la autorregulación cuarto, determinar la influencia del programa aprender en la autoevaluación. Todo se realizó con los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

El planteamiento de la hipótesis general de la investigación tuvo la siguiente premisa el programa aprender influye significativamente en el desarrollo del aprendizaje autónomo en los estudiantes , teniendo como hipótesis específicos el programa aprender influyen significativamente en la motivación el programa aprender influyen significativamente en la auto planificación el programa aprender influye significativamente en la autorregulación y finalmente el programa aprender influye significativamente en la autoevaluación. Todo ello en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

II. Marco teórico

En cuanto a los estudios previos a mi trabajo de investigación en el ámbito internacional se consideró el planteamiento de Lec, M. (2020). En su artículo referida a la evaluación del aprendizaje Autónomo, en el cual planteó para establecer la importancia que tiene la evaluación del aprendizaje autónomo, se utilizó el criterio de oportunidad por medio de un análisis descriptivo. El autor llegó a concluir que el aprendizaje autónomo promueve la autodisciplina, proporciona libertad de manejo y organización del tiempo, investigación, la autonomía, y convierte al estudiante en una persona crítica.

Por otro lado, Roque (2017) en su trabajo de investigación estrategias de aprendizaje autónomo para caracterizar las estrategias de aprendizaje autónomo. Los resultados se obtuvieron mediante la aplicación de dos cuestionarios validados: uno referido a las estrategias de trabajo Autónomo y el otro a la evaluación de metas Académicas, la motivación, organización y las técnicas de estudio constituyeron las variables de interés; concluyendo que preponderaron los indicadores de “muchas veces” y “algunas veces”

Así mismo, González, Vargas, Gómez y Méndez (2017) proponen estrategias que favorecen el aprendizaje autónomo planteándose como objetivo Identificar las estrategias de aprendizaje con este fin, realizo un estudio descriptivo aplicando un cuestionario de estrategias de aprendizaje; obteniendo como resultado , las estrategias de evaluación y de ensayo son las más desarrolladas por los estudiantes; enfatizando poner más atención en el fortalecimiento de estrategias como: organización, autorregulación, y estrategias metacognitivas, de esta manera fomentar un aprendizaje autónomo. Los resultados indican una reflexión sobre la necesidad de modificar los modelos del proceso de enseñanza para fortalecer las estrategias que fomenten la autonomía en el proceso de aprendizaje.

Mientras tanto Solórzano (2017) en su trabajo de tesis, Aprendizaje autónomo y competencias, el autor se planteó como objetivo conducir el sistema de adiestramiento de manera que el estudiante evolucione en su raciocinio ecuánime, e incisivo, apto para emplear, a partir de la óptica cognitiva, estratagemas organizacionales autónomas. Para su investigación utilizo el

enfoque cualitativo. Los resultados dan a conocer la importancia del razonamiento reflexivo con juicio crítico para realizar actividades futuras y trabajo con autonomía y así estar predispuestos para resolver situaciones que se presenten en vida cotidiana de manera asertiva.

Por otro lado, Aspirilla (2017) de Colombia, en su trabajo denominado fortalecimiento del aprendizaje autónomo, planteó como objetivo fortalecer la variable por medio de los principios de complejidad y de la didáctica general de la autonomía. La investigación tuvo carácter cualitativo con un enfoque sistemático y complejo; utilizó la técnica de la encuesta; donde los resultados indican que se deben guiar a los estudiantes a reconocer sus habilidades para incrementar su aprendizaje autónomo y disminuir las clases magistrales. En este sentido, es sustancial fomentar la autorregulación, la motivación y la participación reflexiva en los estudiantes. El autor llegó a concluir que la convivencia pacífica y el apoyo del entorno favorecen el aprendizaje autónomo desde la infancia.

Así mismo en el ámbito nacional se consideró el planteamiento de Paredes (2018) en su trabajo programa de intervención basado en metodologías activas para promover el desarrollo y uso de estrategias de aprendizaje autónomo de los estudiantes, planteó demostrar que la aplicación de un programa de intervención basado en metodologías activas permite mejorar las estrategias de aprendizaje autónomo, para ello el autor utilizó el tipo de investigación cuantitativa de nivel descriptivo explicativo así como el diseño experimental de tipo cuasi experimental. Llegando a conclusión de que el programa mejoró las estrategias de aprendizaje autónomo en los estudiantes alcanzando un nivel de medio a alto.

Así mismo, Requena (2017) En su investigación Motivación intrínseca y el aprendizaje autónomo en estudiantes de secundaria. Se planteó determinar la relación entre la motivación intrínseca con el aprendizaje autónomo. El autor llegó a concluir que los estudiantes para alcanzar un aprendizaje autónomo deben desarrollar más su curiosidad. En este sentido el estudiante debe desplegar habilidades blandas para equilibrar su desarrollo personal con cualidades que le permitan actuar de forma coherente tomando decisiones pertinentes frente a una situación que se le presente.

Por otro lado, Salvador, Vargas y Saavedra (2017) en su investigación Programa psicopedagógico AFECOGMET para desarrollar el aprendizaje autónomo, plantearon como objetivo demostrar que el programa psicopedagógico AFECOGMET desarrolla el aprendizaje autónomo. El tipo de estudio que utilizó fue aplicado, nivel experimental, con diseño cuasiexperimental. Los resultados reportaron un incremento en el desarrollo de habilidades sociales-emocionales, habilidades cognitivas y metacognitivas. Llegó a concluir que hubo un incremento del 22% en el progreso de las habilidades sociales-emocionales, cognoscitivas y metacognitivas en los estudiantes.

Al mismo tiempo Guevara (2017) en su investigación, programa creciendo para desarrollar la autonomía planteó como objetivo describir el impacto de la aplicación creciente para aumentar la autonomía, donde utilizó el método deductivo hipotético, aplicada, experimental, cuantitativa, transversal; cuyo diseño fue cuasiexperimental. Después de hacer uso del programa llegó a la siguiente conclusión que el grupo experimental alcanzó una calificación más alta de autonomía.

Finalmente, Llatas (2016) en su investigación programa educativo para el Aprendizaje Autónomo basado en estrategias didácticas sobre el uso de las Tecnologías y Comunicación planteando como determinar y analizar los efectos de las estrategias didácticas comprendidas en un programa educativo para desarrollar el aprendizaje autónomo en estudiantes; para este fin utilizó una muestra no probabilístico, muestreo por conveniencia, el autor concluye que el uso de estrategias didácticas en el proceso de enseñanza y aprendizaje sí favorecen el progreso de los procesos mentales generadores de la creatividad y la curiosidad, fortaleciendo el aprendizaje autónomo durante el proceso formativo.

En cuanto al fundamento teórico de la variable aprendizaje autónomo es necesario precisar lo que significa el aprendizaje, Para Bravo (2017), define a las teorías del aprendizaje como un planteamiento que describe la sensatez de las ideas y conceptos. Lo que involucra la adquisición de conocimientos mediante un proceso fundamentado y explicado metódicamente en saberes educativos actualizados, las concepciones sobresalientes del aprendizaje autónomo se manifiestan desde varias teorías.

Una de las teorías es la Vygotskiana. Bravo (2017) manifiesta que aprendizaje autónomo es un tema central en la interacción social e integración de los nuevos aprendizajes emanando a una estructura mental individual lo que genera un aprendizaje autónomo. Esta teoría explica que la motivación influye en los hábitos y actitudes del estudiante; por ende, el autoconocimiento y la obtención del aprendizaje, se da a través de la interacción socio cultural, permitiendo un desarrollo cognitivo y creando nuevas habilidades a través de la propia experiencia.

Respecto a la teoría Constructivista. Esta teoría se caracteriza por ser activa, donde los estudiantes construyen su propio aprendizaje, demostrando sus habilidades para organizar, seleccionar, identificar, construir sus propias hipótesis, tomar sus decisiones y transformar la información. Así mismo esta teoría explica que, la motivación se da desde las prácticas intrínsecas del estudiante que le permite promover su autonomía por ende un aprendizaje autónomo y significativo, otra característica de esta teoría es el autoconocimiento que le permite al estudiante lograr una eficaz toma de decisiones; considerando sus conocimientos, aprendizajes y saberes previos para cimentar un nuevo aprendizaje. Por último, la evaluación que plantea esta teoría es de carácter formativa lo que permite orientar el progreso gradual del aprendizaje para obtener resultados óptimos.

En cuanto a la teoría Socio-Cognitivista. Chaves (2017) manifiesta que el aprendizaje es un proceso de modificación de habilidades mentales y creencias en conocimientos específicos y habilidades concretas. El estudiante aprende objetivamente analizando la realidad donde hace uso de estrategias metacognitivas, de evaluación, retroalimentación y conductas autónomas la interacción entre los elementos intrapersonales, ambientales y conductuales favorecen desarrollar el aprendizaje autónomo. La teoría enfatiza a la motivación como un factor muy importante que estimula la confianza del estudiante ante sus propias capacidades, permitiendo una mejor atención y retención. La teoría considera al autoconocimiento se manifiesta a través de las relaciones interpersonales, siendo esta una capacidad que permite tener una comunicación asertiva, de intercambio de experiencias y conocimientos con los demás.

De acuerdo a la teoría desarrollada por Piaget el estudiante con aprendizaje autónomo es capaz de interpretar múltiples realidades, lo que refleja la calidad de su preparación para enfrentar retos, desafíos o situaciones nuevas y cambiantes que se presenten en su vida diaria. La teoría constructivista del aprendizaje propone modelos de enseñanza que contribuyen a la formación que se requiere hoy en día, de personas competentes, independientes y autónomos con capacidad de asumir sus responsabilidades de manera ética.

Las teorías coinciden que el aprendizaje es un proceso activo de modificación de habilidades mentales y la transformación de la información recibida desde el exterior para que se concreta este proceso el estudiante debe estar motivado intrínsecamente ya que estimula la confianza y el autoconocimiento del estudiante interactuando con los elementos intrapersonales, ambientales y conductuales que favorecen al desarrollo del aprendizaje autónomo.

Según Kim & Vásquez (2017) plantearon que la autonomía es la capacidad para decidir por sí mismo realizar acciones con total libertad, asumir el control de su propio aprendizaje y tomar las decisiones más adecuadas sobre todo querer hacerlo para aprender y desenvolverse activamente en espacios de aprendizaje También implica que estudiante debe autogestionarse y asumir compromisos, comportamientos que contribuyan a su desarrollo integral. Por lo mencionado por los autores la autonomía es una capacidad que cada persona desarrollo y de esta manera pueda autodirigirse y tomar decisiones con total libertad para poder participar y aprender activamente, asumiendo responsabilidades y/o compromisos.

Para Solórzano & Cruz (2017), definieron que el aprendizaje autónomo es un proceso intelectual, donde el sujeto pone en práctica sus estrategias cognitivas y metacognitivas, tomando iniciativa en el establecimiento de sus propias necesidades formativas, formulando sus metas de aprendizaje, identificando los recursos humanos, materiales para el aprendizaje y elegir estrategias de aprendizaje aplicarlas y evaluarlos sus propios resultados para, Aguirre (2017) el aprendizaje autónomo permite al estudiante generar una motivación y una actitud positiva hacia su aprendizaje, estimula su creatividad y

efectividad en actividades colaborativas; considerando de esta manera al aprendizaje autónomo como una herramienta para el aprendizaje permanente.

Mientras que Bobadilla & Navea (2018) plantearon que en el proceso del aprendizaje autónomo interviene características como: la motivación, la autorregulación, la dimensión cognitiva, la valorativa, actitudes, destrezas, el entorno medio ambiental y social que lo rodea al ser humano. Mientras que en el acompañamiento docente las peculiaridades del aprendizaje autónomo son: la motivación, autodirección, la reflexión crítica, el dominio de estrategias, las técnicas de estudio, responsabilidad personal y el autoconcepto.

Para Brioso (2021) Aprender de manera autónoma es desarrollar la capacidad de gestionar el aprendizaje por sí misma, a partir de dirigir, controlar, regular y evaluar su aprendizaje teniendo como objetivo un logro académico. Según lo definido por los autores; se considera aprendizaje autónomo al proceso de motivación intrínseca del estudiante para aprender por sí mismo ; tomando conciencia de sus propios procesos cognitivos y socio-afectivos formulando sus propias metas de aprendizaje y una actitud positiva al desarrollo de su propio aprendizaje desarrollando estrategias de auto planificación, autorregulación, autoevaluación; estimulando su creatividad y efectividad en actividades que se presenten, esto implica que aprender a aprender por uno mismo es imprescindible a lo largo de la vida.

Así mismo, Brioso (2021) un estudiante que aprende de manera autónoma demuestra las siguientes cualidades: establecer vínculos con la realidad que desea conocer; poniendo en juego la capacidad comprender la realidad y ser competente al ejercitar actividades mentales y para lo que debe desarrollar la capacidad de automotivación en cual influirá en sus decisiones y el desarrollo de su aprendizaje.

Respecto a las dimensiones del aprendizaje autónomo para el presente estudio se considera las señaladas por Brioso (2021) se pueden valorar en función de cuatro dimensiones la motivación, auto planificación, autorregulación y autoevaluación de tal modo, que para Brioso (2021) la motivación, es una forma de animarse a uno mismo y superar cualquier dificultad que se le presente, desarrollando la autoconfianza que permitirá aprender y ser consciente de las

fortalezas y debilidades que tiene para plantear acciones que le permitan superar sus debilidades. Así mismo García (2017) mencionó que el desarrollo de estrategias afectivo-motivacionales consiste en crear estudiantes conscientes de sus capacidades y estilos de aprendizaje, demostrando confianza de sus habilidades y por medio tener una motivación intrínseca, orientado hacia el logro de sus metas y que le permita superar los obstáculos que se puedan presentar.

Para Brioso (2021). La planificación o auto planificación, es una estrategia donde el estudiante acondiciona un plan de estudio determinado, articulando las actividades se tienen previstas en diferentes espacios, así como sus condicionantes por otra parte García (2017) sostiene que la auto planificación es otra estrategias planteada para el aprendizaje autónomo que comprende la formulación, planeación y organización de diferentes actividades orientados a un plan de estudio viable que considere factores intrínsecos y contextualizados

Otra dimensión mencionada por Brioso (2021) la autorregulación, es otra estrategia que contribuye al desarrollo del aprendizaje autónomo donde el estudiante ejerce control, dosifica o realiza ajustes precisos para mejorar su aprendizaje en base al ejercicio de la toma de decisiones informadas de esta manera el estudiante pueda lograr sus metas propuestas. Para García (2017) la autorregulación es un elemento muy importante que hace que el estudiante revise constantemente el progreso de las tareas propuestas y reconocer sus logros y dificultades para ir mejorándolos

Finalmente, Brioso (2021) la autoevaluación es la estrategia que permite al estudiante poder realizar acciones para valorar su propio aprendizaje, cotejando los resultados logrados, lo que le falta a un lograr y las metas propuestas. También García (2017) mencionó que la autoevaluación permite al estudiante contrastarla información obtenida, evalúa la eficacia de la planificación y valora el nivel de desarrollo y logros de sus metas de aprendizaje.

Por lo expuesto por el autor para el logro de esas dimensiones es primordial que el estudiante desarrolle diferentes habilidades que le ayuden a identificar, procesar la información que va adquiriendo a través de su experiencia diaria, de esta manera pueda prepararse para obtener la autonomía en su aprendizaje adquiriendo la capacidad de análisis, creatividad, independencia y

toma de decisiones informadas para ir aprendiendo a aprender. Las estrategias mencionadas están orientadas a la reflexión se sus propios aprendizajes cognitivos, motivacionales, afectivas y emotivas. es decir que sea consciente de aquello que lo motiva a aprender y tener la capacidad de asumir retos y cumplir sus metas propuestos.

Cabe mencionar que existen factores agrupados al desarrollo del aprendizaje autónomo en este sentido Brioso (2021) afirmó que el término ansiedad es un componente que tiene una consecuencia negativa en el aprendizaje y la autonomía; siendo la motivación, un factor imprescindible y la responsable de animar al estudiante y fomentar prácticas y acciones para ser autónomo; así como el conocer los formas de aprendizaje como las sensoriales (visual, auditiva, kinestésica y táctil); y sociológicos (grupales e individual).

Por otra parte, Higuera (2020) mencionó que las estrategias de aprendizaje autónomo se seleccionan de manera que el estudiante las comprenda claramente, las pueda desarrollar a través de técnicas de estudio, las pueda controlar, no se vuelva un problema adicional al que pueda presentársele en los procesos de aprendizaje. Las estrategias de aprendizaje autónomo deben apoyar y estimular el cumplimiento de las metas de aprendizaje. Deben ser correspondientes con la autorregulación y la metacognición. Por tanto, al seleccionarlas debe haber un proceso reflexivo, consciente de los que se requiere y muy cercano a las capacidades de los estudiantes.

Programa, se define como un documento de planificación detallada de un conjunto de actividades dentro del proceso académico. El programa aprender es una propuesta para promover el aprendizaje autónomo así mismo; brindará orientaciones para generar un aprendizaje autónomo, la forma en que tiene que desarrollar su actividad de aprendizaje y los objetivos a conseguir. dentro del programa se considerará la siguiente estructura: nombre del programa, datos informativos, fundamentación, contenidos, orientaciones metodológicas y anexos.

En cuanto al programa aprender tiene como soporte la teoría de la inteligencia emocional de Daniel Goleman (1996) quien manifiesta que las personas que desarrollan y gestionan sus emociones de manera pertinente tienen más posibilidades para ser eficaces y sentirse satisfechas en su vida, así mismo

domina sus hábitos mentales el cual favorece a su propia productividad diferenciando que las personas que no desarrollan ni gestionan sus emociones tienen una vida desordenada que estropean su capacidad de concentrarse en el trabajo y pensar con claridad.

El programa aprender es una variable que fomentó el manejo de la inteligencia emocional para mejorar su aprendizaje autónomo en sus dimensiones de: motivación, autoaprendizaje, autorregulación y autoevaluación. Para este fin el programa se aplicó a estudiantes de tercer grado de secundaria donde se desarrolló 10 sesiones con una duración entre 90 a 120 minutos por sesión. Así mismo cabe mencionar que el 50% de sesiones fueron aplicadas de manera virtual mediante la aplicación meet Google y el otro porcentaje de manera presencial Siendo esta evaluado en dos momentos: antes de la implementación del programa se aplicó un pre test y después de la aplicación del programa el post test para determinar el grado de influencia del programa en el aprendizaje autónomo de los estudiantes. De esta manera podemos decir que este programa brinda orientaciones y estrategias para fortalecer el aprendizaje autónomo.

III. Metodología

3.1. Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación es aplicada por qué; su propósito busca solucionar una problemática en torno al aprendizaje autónomo. Según Sánchez, (2018), el tipo de investigación implica que el investigador formule preguntas referentes a al origen del fenómeno o hecho, en la búsqueda de la identificación de relaciones de causalidad entre las variables el enfoque será cuantitativo, de acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014), busca el conocimiento y comportamiento del hecho a investigar, donde se recolectan datos cuantitativos, con el análisis estadístico respectivo, que permitirá comprobar las hipótesis formuladas.

El diseño de investigación es experimental; sub diseño preexperimental. Espinoza, E.E. (2018) este diseño se caracteriza por tener un único grupo, donde se aplicará un pre test a la población muestra para identificar la situación real del estudiante en cuanto al desarrollo del aprendizaje autónomo y el post test para demostrar la efectividad de la aplicación del programa como estrategia en el aprendizaje autónomo de los estudiantes.

3.2. Variables y su operacionalización

La operacionalización de Variables de Investigación. Espinoza, (2018), define como el proceso que transforma una variable teórica compleja en variables reales, claramente observables, con el propósito de ser medidas. Técnicamente operacionalizar se entiende como: identificar cuál es la variable, sus dimensiones e indicadores. Así mismo también menciona que, para asociar la validez del constructo, se deben hacer una definición conceptual y operacional.

Variable: Programa aprender

Definición conceptual

Es una propuesta para promover el aprendizaje autónomo. considerando la siguiente estructura: Nombre del proyecto, datos informativos, fundamentación, estructura general del programa, metodológicas, desarrollo de sesiones .

Variable: Aprendizaje autónomo

Definición conceptual:

El aprendizaje autónomo es una capacidad que desarrolla cada persona para gestionar su propio aprendizaje, a partir de dirigir, controlar, regular y evaluar su aprendizaje teniendo como objetivo un logro académico. Brioso (2021).

Definición operacional

Acciones que permitirá medir los niveles de aprendizaje autónomo a través de sus dimensiones: motivación, la planificación o auto planificación, autorregulación y autoevaluación. Brioso (2021)

Indicadores

Permiten calcular características de las variables de manera general según las dimensiones. Estará diseñando en relación con el marco teórico y lo planteado en los instrumentos de recolección de datos.

Escala de medición

Será ordinal utilizando las descripciones: (5) Siempre, (4) Casi siempre, (3) A veces, (2) Casi nunca, (1) Nunca.

3.3. Población, muestra y muestreo

Población.

Para, Vigil (2018) la población de estudio es un conjunto de personas que tienen rasgos, peculiaridades, cualidades o atributos equivalentes siendo, estas cuantificables en referencia dentro de un grupo determinado, considerando las concepciones de los autores la población de estudio estuvo conformado con 65 estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia de Anta 2021.

Criterios de Inclusión

Se consideraron todos los estudiantes matriculados de educación secundaria en el periodo lectivo del 2021 y estudiantes de ambos sexos.

Criterio de exclusión

Los estudiantes matriculados de primero, segundo, cuarto y quinto de secundaria.

Muestra

Como menciona Hernández-Sampieri y Mendoza (2018). la muestra en un trabajo de investigación es el subgrupo considerado como una parte representativa de la población o el universo, los datos recogidos serán conseguidos de la muestra, donde se perfila desde la problemática de la investigación. Para esta investigación se tuvo como muestra a 15 estudiantes del tercer grado de secundaria de una institución educativa de la provincia de Anta 2021.

Tabla 1

Población de estudio.

Nº	Mujeres	Varones	Total
1	11	4	15

Fuente: Nómina de matrícula del SIAGE

Muestreo

Para, Arias (2020) El muestreo es definido como el intermedio entre la población y la muestra porque, si la población es grande o muy grande se debe aplicar la técnica del muestreo para hallar la muestra representativa con base en criterios y fórmulas estadísticas. La técnica de muestreo utilizado en esta investigación fue la no probabilística caracterizándose por la selección directa e intencional de la población a estudiar.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

Para Espinoza Freire, E. E. (2019) las técnicas e instrumentos nos permiten recopilar y medir la información sobre el objeto de investigación. La Encuesta es una técnica de recolección de datos que permite crear contacto con las unidades de observación mediante el instrumento del cuestionario. Entre las modalidades de encuesta se pueden destacar: Encuestas por correo, personal, por teléfono y online. Así mismo Brioso (2021) definió al cuestionario como un instrumento de medida de variables que presenta un proceso estructurado de recojo de información a través de la elaboración de una serie de preguntas predeterminadas.

En la investigación se utilizó la técnica de la encuesta, y el instrumento fue el cuestionario de Aprendizaje Autónomo el pre test fue aplicado por medio del WhatsApp y otros estudiantes lo imprimieron y enviaron en fotografía, mientras el

postest se aplicó de manera presencial en la última sesión del programa el cual garantizo el recojo de la información mediante la encuesta en su totalidad, de esta manera se concluyó con la aplicación del instrumento predeterminado.

Validez y confiabilidad de los instrumentos.

En este trabajo se utilizó la validez de contenido, el cual refleja el dominio del contenido temático de manera que cada ítem del instrumento deberá reflejar su relevancia y representatividad (Mías, 2018). La validez del cuestionario de aprendizaje autónomo de Brioso (2021), mide 4 dimensiones la motivación, planificación o auto planificación, autorregulación y autoevaluación. Este instrumento fue evaluado en función de su validez de contenido mediante el juicio de expertos, debido a que este instrumento ya cuenta con validez y confiabilidad. Para establecer la confiabilidad del instrumento utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach con los siguientes resultados: dimensión motivación se obtuvo un 0,763 con un nivel aceptable, planificación se obtuvo un 0,849 con un nivel muy bueno para autorregulación se obtuvo un 0,870 en un nivel muy bueno y finalmente para la auto evaluación se obtuvo un índice de 0,867 en un nivel muy bueno.

La Validez por Juicio de expertos para el instrumento del aprendizaje autónomo fue realizado por los siguientes profesionales: Dra. Elizabeth Del Castillo Cantoral, Mg. Sánchez Díaz, Sebastián y Dra. Julia Rodas Cárdenas quienes consideraron la pertinencia, relevancia y claridad en el planteamiento de los ítems; teniendo como observaciones si hay suficiencia y como resultado la opinión de aplicabilidad: aplicable por parte de los tres validadores.

3.5. Procedimientos

Se solicitó el acceso a la Institución Educativa para aplicar el programa y la respectiva coordinación para la aplicación de los instrumentos y se hizo la planificación, cronograma de aplicación en los horarios de Tutoría. Así mismo, se identificó a los estudiantes en número de 15 parte del estudio solicitado con el consentimiento de los padres de familia en una reunión virtual a través del Google meet.

Para una investigación de enfoque cuantitativo, los procedimientos utilizados fueron: precisar y definir como se recogerán los datos, para luego optar el instrumento que se utilizarán para la recolección de datos, seguidamente se

aplican los instrumentos con el cual se obtienen los datos, para luego codificar y guardar la data en una base de datos en Excel, para que luego sean analizadas estadísticamente mediante un software estadístico spss 25 (Hernández y Mendoza, 2018).

3.6. Método de análisis de datos.

Para analizar los datos obtenidos de los estudiantes se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 25, a partir de ello se trabajó el análisis estadístico y se elaboró tablas de frecuencias y gráficos de barras de esta manera permitiendo relacionar las variables para la interpretación de los resultados de la aplicación del programa aprender y su influencia en el aprendizaje autónomo de los estudiantes. Es decir, se utilizó la estadística descriptiva. Mientras que para el análisis inferencial se empleó la prueba de rango de wilcoxon para prueba no paramétrica donde se muestran significaciones asintóticas y el nivel de significación es de 0,5

3.7. Aspectos éticos.

En la presente investigación se ha considerado los principios éticos básicos de la investigación (UCV 2017) como son : principio de beneficencia que permitió brindar una información oportuna sobre los beneficios de participará en la investigación , el principio de no maleficencia lo que garantizo no ocasionar prejuicio alguno a los encuestados en cuanto a la información brindada en cuanto a la autonomía los estudiantes participante respetando su autodeterminación y su privacidad lo hicieron de manera voluntaria . Así mismo se respeta el nombre de la institución educativa y se dio anuencia a su participación brindando información necesaria a los participantes. De igual se respetó la propiedad intelectual, haciendo uso de un sistema de citación y referenciación las normas APA séptima versión

IV. Resultados

4.1. Resultados descriptivos

Después de la aplicación de programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo se presentan los resultados para verificar si el programa tuvo éxito para lo que se realizó el análisis estadístico en dos momentos; una descriptiva y de análisis.

Tabla 2.

Resultados de la variable: Aprendizaje autónomo.

Variable: Aprendizaje autónomo				
Nivel	Pretest		Postest	
	f	%	f	%
Bajo	6	40.0	0	0.0
Medio	9	60.0	7	46.7
Alto	0	0.0	8	53.3
Total	15	100	15	100

Fuente: Base de datos

Interpretación.

Los datos en la tabla 2 presentan los resultados del pretest respecto a la dimensión aprendizaje autónomo donde se evidencio que el 40% (6) de estudiantes se ubican en el nivel bajo en su aprendizaje autónomo, lo que indica que presentan dificultades en cuanto al desarrollo de sus cualidades que les permita desarrollar su motivación personal , la organización de sus tiempos y espacios , identificar metas de aprendizaje y evaluar sus actividades mientras que un 60% de estudiantes se encontró en un nivel medio, no se logró evidenciar a ningún estudiante en el nivel alto.

Los resultados en cuanto al postest muestran un progreso significativo tal como se muestra en la siguiente información que el 53.3%(8) de estudiantes se ubican en el nivel alto lo que indica que lograron desarrollar habilidades para un aprendizaje autónomo tales como automotivación, organizar sus tiempos y espacios para el aprendizaje , plantear sus propias metas de aprendizaje y autoevaluar sus actividades propuestas; mientras que el 46.7% en el nivel medio

no se evidencian estudiantes en el nivel bajo lo que da a conocer el programa aplicado dio resultados favorables.

Tabla 3

Resultados de la aplicación del pretest

Niveles	Dimensión motivación		Dimensión auto planificación		Dimensión autorregulación		Dimensión autoevaluación	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	6	40.0	6	40.0	5	33.3	6	40.0
Medio	9	60.0	9	60.0	10	66.7	9	60.0
Alto	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Fuente: Base de datos

Interpretación

En la tabla 3 muestra los resultados aplicados del pretest donde se aprecia en la dimensión motivación se observó el 40% (6) de estudiantes se encuentra en un nivel bajo y el 60% (9) se están en el nivel medio no se observó ningún estudiante en el nivel alto. Con respecto a la dimensión auto planificación se observó que el 40% (6) de estudiantes se encuentra en un nivel bajo y el 60% (9) se están en el nivel medio de igual forma no se observó ningún estudiante en el nivel alto en cuanto a la dimensión autorregulación se observó que el 33,3 % (5) de estudiantes se encuentra en un nivel bajo y el 66,7% (10) se están en el nivel medio no se observó ningún estudiante en el nivel alto Con respecto a la dimensión autoevaluación los resultados obtenidos indican que el 40% (6) de estudiantes se encuentra en un nivel bajo y el 60% (9) están en el nivel medio no se observó ningún estudiante en el nivel alto.

Se puede concluir que antes de aplicar el programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo, los estudiantes se encontraban en un nivel bajo y medio en cuanto al desarrollo de su capacidad de gestionar su aprendizaje por sí misma, así como dirigir, controlar, regular y evaluar su aprendizaje.

Tabla 4

Resultados del nivel y porcentajes de la aplicación del postest

Niveles	Dimensión motivación		Dimensión auto planificación		Dimensión autorregulación		Dimensión autoevaluación	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Bajo	1	6,7	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Medio	9	60,0	6	40,0	7	46,7	7	46,7
Alto	5	33,3	9	60,0	8	53,3	8	53,3
Total	15	100%	15	100%	15	100%	15	100%

Fuente: Base de datos

Interpretación

En la tabla 4 el 6,7% (1) se encuentra en el nivel bajo mientras que el 60% (9) se encuentran en el nivel medio y un 33.3% (5) están en el nivel alto lo que indica que los estudiantes tienen confianza en sí mismo y voluntad par seguir aprendiendo , con respecto a la dimensión auto planificación el 40,0% (6) se encuentra en el nivel medio mientras que el 60.0% (9) se encuentran en el nivel alto lo que se evidencia que los estudiantes plantean sus propias metas para seguir aprendiendo aplicando estrategias para aprender de manera autónoma no se observó estudiantes en el nivel bajo mientras que los resultados obtenidos de la dimensión autorregulación indican que el 46,7% (7) se encuentran en el nivel medio y un 53,3 % (8) lograron alcanzar el nivel alto lo que indica que los estudiantes toman decisiones informadas y revisan continuamente sus avances aplicando estrategias de autorregulación . En cuanto a la dimensión autoevaluación el 46.7 % (7) se encuentran en el nivel medio y un 53.3% (8) lo que nos da a conocer que los estudiantes se evalúan sus niveles de logro haciendo uso de estrategias; así como sus dificultades y se plantean acciones de mejora.

Contrastación de hipótesis

En cuanto a la hipótesis general se obtuvo los siguientes resultados

Tabla 5

Estadístico de prueba de la hipótesis general

Hipótesis general	Aprendizaje autónomo
Z	-3,500 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,000

Fuente: base de datos SPSS V25

Interpretación

La hipótesis general de la investigación precisa que programa aprender si influye significativamente en el desarrollo del aprendizaje autónomo. Se obtuvo un valor de $Z = -3,500^b$ (valor de $p = ,000$) sabiendo que el valor de P es inferior a ,05 de significancia, lo que permite concluir que existe una influencia del programa aplicado como estrategia para desarrollar el aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia de Anta, 2021.

Tabla 6

Estadístico de prueba de s hipótesis específicas.

Estadísticos de prueba ^a				
	Hipótesis específico 1	Hipótesis específico 2	Hipótesis específico 3	Hipótesis específico 4
Z	-3,162 ^b	-3,419 ^b	-3,357 ^b	-3,276 ^b
Sig. asintótica(bilateral)	,002	,001	,001	,001

Fuente: Base de datos SPSS V25

La primera hipótesis específica precisa que el programa aprender influyen significativamente en la motivación. Se obtuvo un valor de $Z = -3,162^b$ (valor de $p = ,002$) sabiendo que el valor de P es inferior a ,05 de significancia, lo que permite concluir que existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para lograr la motivación.

La segunda hipótesis específica precisa que el programa aprender influyen significativamente en la auto planificación. Se obtuvo un valor de $Z = -3,419^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a ,05 de significancia, lo que

permite concluir que existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para lograr la autoplanificación.

La tercera hipótesis específica precisa que el programa aprender influyen significativamente en la autorregulación. Se obtuvo un valor de $Z = -3,357^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que permite concluir que existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para lograr la autorregulación.

La última hipótesis específica precisa que el programa aprender influyen significativamente en la autoevaluación. Se obtuvo un valor de $Z = -3,276^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que permite concluir que existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para lograr la autoevaluación todo ello en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

V. DISCUSION

En el contexto donde se desarrolló la presente investigación se ha evidenciado la relevancia de que todo estudiante debe tener un manejo de la autonomía el cual repercutirá en su aprendizaje autónomo para dar continuidad en el desarrollo de su vida personal y académica. Siendo así, Kim & Vásquez (2017) indican que la autonomía permite decidir por sí mismo, realizar acciones con total libertad, asumir el control de su propio aprendizaje y tomar las decisiones más adecuadas sobre todo querer hacerlo para aprender y desenvolverse activamente en espacios de aprendizaje.

Los resultados obtenidos en el pretest respecto a la dimensión aprendizaje autónomo donde se evidencio que el 40% (6) estuvieron en el nivel bajo presentando dificultades en el desarrollo de cualidades que les permita desarrollar su motivación personal, la organización de sus tiempos y espacios, identificar metas de aprendizaje y evaluar sus actividades y el 60% en un nivel medio, no se logró evidenciar a ningún estudiante en el nivel alto. Los resultados del postest demuestran un progreso significativo donde el 53.3% (8) se encuentran en el nivel alto lo que indica que lograron desarrollar habilidades como la automotivación, organizar sus tiempos y espacios para el aprendizaje, plantear sus propias metas de aprendizaje y autoevaluar sus actividades propuestas y el 46.7% en el nivel medio, no se evidencian estudiantes en el nivel bajo lo que da a conocer el programa aplicado dio resultados favorables.

En cuanto al presente estudio se planteó como objetivo general determinar la influencia del programa aprender en el aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021 tal como indica los resultados obtenidos con la prueba de rangos de Wilcoxon donde el valor de $Z = -3,500^b$ (valor de $p = ,000$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, el cual comprueba la hipótesis general planteado que el programa aprender si influyó significativamente en el desarrollo aprendizaje autónomo alcanzaron un nivel medio y alto.

Los resultados son equivalentes a los resultados obtenidos por Paredes (2018) en su trabajo programa de intervención basado en metodologías activas para promover el desarrollo y uso de estrategias de aprendizaje autónomo de los

estudiantes, El autor llegó a la conclusión de que el programa mejoró las estrategias de aprendizaje autónomo en los estudiantes alcanzando un nivel de medio a alto. Así mismo Guevara (2017) en su investigación, programa creciendo para desarrollar la autonomía planteó como objetivo describir el impacto de la aplicación creciente para aumentar la autonomía, donde utilizó el método deductivo hipotético, aplicada, experimental, cuantitativa, transversal; cuyo diseño fue cuasiexperimental. Después de hacer uso del programa llegó a la siguiente conclusión que el grupo experimental alcanzó una calificación más alta en autonomía

De modo similar y específica se propone relacionar las dimensiones del aprendizaje autónomo como la motivación, el estudiante se anima y superar las dificultades, desarrollando la autoconfianza siendo consciente de sus fortalezas y debilidades, la auto planificación, estrategia para que el estudiante acondicione un plan de estudio determinado, La autorregulación, el estudiante ejerce control, dosifica o realiza ajustes precisos para mejorar su aprendizaje en base al ejercicio de la toma de decisiones y la autoevaluación el estudiante realizar acciones para valorar su propio aprendizaje, cotejando los resultados logrados, lo que le falta a un lograr y las metas propuestas (Brioso 2021) para obtener los resultados se utilizó la prueba de rangos de Wilcoxon donde el valor de P es inferior a ,05 de significancia, lo que significa que los criterios e indicadores planteados dieron favorables en los resultados de la investigación

En cuanto al primer objetivo específico se encontró una influencia del programa aprender en la dimensión motivación los resultados muestran un progreso significativo en relación a los resultados del pretest; ubicándose entre el nivel medio y alto lo que indica que lograron desarrollar habilidades que contribuyan a la mejora del aprendizaje autónomo. Al respecto se hallaron resultados similares como el de Requena (2017) quien planteó su investigación Motivación intrínseca y el aprendizaje autónomo en estudiantes de secundaria. El autor llegó a concluir que los estudiantes para alcanzar un aprendizaje autónomo deben desarrollar más su curiosidad. Así mismo Roque «*et al.*» (2017) en sus trabajos de investigación estrategias de aprendizaje autónomo para caracterizar las estrategias de aprendizaje autónomo, realizó un estudio observacional, descriptivo, de corte transversal y con enfoque mixto; .Los resultados se

obtuvieron mediante la aplicación de dos cuestionarios validados: uno referido a las estrategias de trabajo autónomo y el otro a la evaluación de metas académicas, la motivación, organización y las técnicas de estudio constituyeron las variables de interés; concluyendo que preponderaron los indicadores de “muchas veces” y “algunas veces.

También se determinó la influencia del programa aprender en la dimensión de auto planificación en los estudiantes lo que indica que la auto planificación permite desarrollar la actividad a propia iniciativa del estudiante llegando a los nivel medio y alto de los indicadores. Al respecto Llatas (2016) en su investigación programa educativo para el Aprendizaje Autónomo basado en estrategias didácticas en el uso de las Tecnologías y Comunicación planteó determinar y analizar los efectos de las estrategias didácticas comprendidas en un programa educativo para desarrollar el aprendizaje autónomo, el autor concluye que el uso de estrategias didácticas en el proceso de enseñanza y aprendizaje si favorecen el desarrollo de procesos mentales generadores de la creatividad y la curiosidad, fortaleciendo el aprendizaje autónomo durante el proceso formativo. Así mismo González, «*et al.*» (2017) proponen estrategias que favorecen el aprendizaje autónomo planteándose como objetivo Identificar las estrategias de aprendizaje concluyendo sobre la necesidad de modificar los modelos del proceso de enseñanza para fortalecer las estrategias que fomenten la autonomía en el proceso de aprendizaje.

Asi también se estableció la influencia del programa aprender en la dimensión de la autorregulación de los estudiantes .se hallaron resultados similares en Lec, M. (2020). En su artículo referida a la evaluación del aprendizaje Autónomo, en el cual planteó para establecer la importancia que tiene la evaluación del aprendizaje autónomo, el autor llegó a concluir que el aprendizaje autónomo promueve la autodisciplina, proporciona libertad de manejo y organización del tiempo, investigación, la autonomía, y convierte al estudiante en una persona crítica. De igual manera Aspirilla (2017) de Colombia, en su trabajo denominado fortalecimiento del aprendizaje autónomo, planteó como objetivo fortalecer la variable por medio de los principios de complejidad y de la didáctica general de la autonomía, llegando a concluir que la convivencia pacífica y el apoyo del entorno favorecen el aprendizaje autónomo desde la infancia.

Finalmente se determinó la influencia del del programa aprender en la dimensión autoevaluación en los estudiantes Por otro lado, Solórzano (2017) en su tesis, Aprendizaje autónomo y competencias, se planteó como objetivo conducir el sistema de adiestramiento de manera que el estudiante evolucione en su raciocinio ecuánime, e incisivo, apto para emplear, a partir de la óptica cognitiva, estrategias organizacionales autónomas. Los resultados dan a conocer la importancia del razonamiento reflexivo con juicio crítico para realizar actividades futuras y trabajo con autonomía y así estar predispuestos para resolver situaciones que se presenten en vida cotidiana de manera asertiva.

Por otro lado, Salvador «*et al.*» (2017) en su investigación Programa psicopedagógico AFECOGMET para desarrollar el aprendizaje autónomo, plantearon como objetivo demostrar que el programa psicopedagógico AFECOGMET desarrolla el aprendizaje autónomo. Llegó a concluir que hubo un incremento del 22% en el progreso de las habilidades sociales-emocionales, cognoscitivas y metacognitivas en los estudiantes.

Durante el desarrollo de la investigación se presentaron limitantes para lograr el propósito siendo uno de ellos las denominaciones de las dimensiones, ya que diversos autores proponen definiciones relacionadas a otras ciencias como la psicología y el desarrollo personal del ser humano, todo ello se logró superar con la búsqueda minuciosa de información en fuentes fiables como el Google académico, scielo ,biblioteca virtual UCV, Scopus , academic one file que apoyaron la elección del marco teórico de la investigación. Otro aspecto que dificultó fue el acceso restringido a la institución educativa por el contexto actual que vivimos a consecuencia del COVID 19. De tal modo que se recurrió al trabajo virtual a través del Google meet y en algunas sesiones de forma presencial.

VI. CONCLUSIONES

Primera: En cuanto al objetivo general se obtuvo un resultado donde el valor de $Z = -3,500^b$ (valor de $p = ,000$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia lo que indica que el programa aprender si influye significativamente en el desarrollo del aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia de Anta, 2021, es así que el 46,7% de estudiantes se encuentran en el nivel medio mientras que el 53.3% en el nivel alto lo que indica una relación positiva entre las variables del aprendizaje autónomo y el programa aprender.

Segunda: Con respecto al primer objetivo específico se obtuvo un valor de $Z = -3,162^b$ (valor de $p = ,002$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que indica que si existe una influencia del programa aprender aplicado como estrategia para fomentar la motivación en los estudiantes. Obteniendo resultados donde un 60% de estudiantes se ubican en un nivel medio y el 33.3% (5) están en el nivel alto y un 6.7% en un nivel bajo.

Tercera: Con respecto al segundo objetivo específico se obtuvo un valor un valor de $Z = -3,419^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que indica que, si existe una influencia positiva del programa aprender para lograr la auto planificación, que es significativo y favorable, donde el 40% de estudiantes se ubicaron en el nivel medio y un 60% de estudiantes en un nivel alto ; los estudiantes muestran mejoras significativas en su planificación y organización de metas para su propio aprendizaje asi mismo utilizan estrategias para lograrlos.

Cuarta: Con respecto al tercer objetivo específico se obtuvo como resultado un valor de $Z = -3,357^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que indica que, si existe una influencia positiva del programa aprender en el manejo de la autorregulación observándose que el 46,7% se encuentran en el nivel medio y un 53,3 % se ubican en un nivel alto ; por lo que se concluye que los estudiantes

si toman sus decisiones de manera informada y revisan sus avances continuamente.

Quinta: Con respecto al cuarto objetivo específico se obtuvo un valor de $Z = -3,276^b$ (valor de $p = ,001$) sabiendo que el valor de P es inferior a $,05$ de significancia, lo que permite concluir que si existe una influencia positiva del programa aprender en el desarrollo de la autoevaluación es así que un 46.7% de estudiantes se encuentran en el nivel medio y un 53.3% en el nivel alto, lo que se observa cuando el estudiante se evalúa las actividades que realiza aplicando las estrategias de autoevaluación e identifica sus niveles de logro y dificultades y se plantea acciones para mejorar. Se considera que los resultados van a depender del desarrollo e iniciativa de los estudiantes. Todo ello en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

Sexto: De acuerdo a los resultados obtenidos para mantener las actitudes e iniciativas favorables para el desarrollo del aprendizaje autónomo va a depender de los actores que mantengan a los estudiantes en constante ejercicio de su autonomía el cual influirá en su aprendizaje-

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Se recomienda a los directivos de la institución educativa incluir en su plan de trabajo anual actividades orientadas a fortalecer el aprendizaje autónomo desde el aula, la tutoría y otras áreas.

Segunda: Se recomienda a los docentes de la institución educativa planificar sus carpetas de trabajo teniendo en cuenta la competencia transversal gestiona de manera autónoma su aprendizaje establecido en el currículo nacional.

Tercera: Se recomienda a los coordinadores de tutoría y tutores de aula y grado promover la reflexión y autoevaluación en las sesiones de tutoría, donde el estudiante sea capaz de identificar sus logros, dificultades y se plantee acciones y estrategias para mejorar su aprendizaje.

Cuarta: Se recomienda a todos los actores involucrados de la institución educativa realizar un diagnóstico sobre las expectativas, necesidades y potencialidades de los estudiantes para realizar un plan tutorial transversal que potencia el aprendizaje autónomo de los estudiantes.

Quinta: Se recomienda al comité de tutoría y orientación educativa gestionar talleres de desarrollo personal y soporte emocional que contribuyan al ejercicio de su autonomía.

REFERENCIAS.

- Brioso Cruz, J. (2021). *Influencia del uso de Khan Academy en el aprendizaje autónomo de estudiantes de matemática de una universidad privada, 2020* [Tesis de grado, Universidad César Vallejo].
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/57384>
<https://repositorio.ucv.edu.pe/browse?type=author&value=Brioso%20Cruz,%20Jeffersonville>
- Lec, M. (2020). *Evaluación del Aprendizaje autónomo. Universidad de San Carlos de Guatemala* 3(1) 103-109.
DOI: <https://doi.org/10.46734/revcientifica.v3i1.25>.
- Guevara Cieza T. (2017) *Programa “creciendo” para desarrollar la autonomía en estudiantes de primer grado de primaria de la Institución Educativa Innova Schools- Carabayllo, 2017*.
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/6005>
- Ministerio de Educación (2017) *Currículo Nacional de la Educación Básica. Perú*. Recuperado de: <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-laeducacion-basica.pdf>
- Salvador R, Vargas V y Saavedra H (2017) *Programa psicopedagógico AFECOMET desarrolla el aprendizaje autónomo en los estudiantes de la facultad de educación y humanidades UNSM-T, sede Rioja 2017*.
- Higuera Carrillo.MM (2020). *Caracterización de estrategias de aprendizaje autónomo de los estudiantes de posgrado de pediatría de la Universidad El Bosque*.
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32888/1/2021_caracterizacion_estrategias_aprendizaje.pdf
- Aquino Ocares, M. A. (2019). *Estilos de aprendizaje y aprendizaje autónomo de los estudiantes del séptimo ciclo de la institución educativa Ramón Castilla y Marquesado de Huancavelica, 2019* [Tesis de grado, Universidad César Vallejo].
http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/44887/Aquino_OMA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Huanchaco, V. (2018). *Inteligencia emocional y aprendizaje autónomo en*

estudiantes de Posgrado de la Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle Sede Barranca. Lima.

Auris, D. (2020). *Educación remota y virtual. Diario Los Andes.*
<https://www.losandes.com.pe/2020/09/30/educacion-remota-y-virtual-i/>

Maldonado, M., Aguinaga, D., Nieto, J., Fonseca, F., Shardin, L. & Cadenillas, V. (2019). *Estrategias de aprendizaje para el desarrollo de la autonomía de los estudiantes de secundaria. Propósitos y Representaciones*, 7(2), 415-439. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n2.290>

Rosano Pérez GE (2019) *Resiliencia y el aprendizaje autónomo en los estudiantes del Conalep. Revista Psicomotricidad, Movimiento y Emoción (PsiME)/ Vol.5, N° 2, julio-diciembre 2019.*
file:///C:/Users/User/Downloads/ense%C3%B1anza-aprendizaje.pdf

Espinoza Freire, E. E. (2019). *Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Segunda parte. Revista Conrado*, 15(69), 171-180. Recuperado de <http://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado>.

Espinoza, E.E. (2018). *Las variables y su operacionalización en la investigación educativa. Parte I. Scielo.*
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442018000500039#B8

Crispín, M., Esquivel, M., Loyola, M. & Fregoso, A.. (2011). *Aprendizaje Autónomo: Orientaciones para la docencia.* México: Universidad Iberoamericana, 10-65.

Guerra, S. (2019). *Una revisión panorámica al entrenamiento de las habilidades blandas en estudiantes universitarios. Psicología Escolar e Educativa*, 23, e186464. Epub August 05, 2019.<https://doi.org/10.1590/2175-35392019016464>

Vásquez Muñoz A, Morales Huamán, HI, García Calderón OM (2019). *Retos del aprendizaje autónomo a partir de la psicopedagogía.*
<https://doi.org/10.26495/rpaian1910.27005>
<http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/download/1176/1000/>

- Bravo, G. R., Loor, M. R., y Saldarriaga, P. J. (2017). *Las bases psicológicas para el desarrollo del aprendizaje autónomo*. Redalyc.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5889754>
- González Cástulo, Y., Vargas Garduño, M. de L., Gómez del Campo del Paso, M. I., & Méndez Puga, A. M. (2017). *Estrategias que favorecen el aprendizaje autónomo en estudiantes universitarios*. *Caleidoscopio - Revista Semestral De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 21(37), 75-90.
<https://doi.org/10.33064/37crscsh903>
- Ochoa ML (2019). *Participación y autonomía progresiva del adolescente democratización escolar en buenos aires (argentina)*. - *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez ...*, scielo.org.com
- Solórzano, Y. 2017. *Aprendizaje autónomo y competencias*. *Revista Dominios de las ciencias*. Vol. 3, núm., esp., marzo, 2017, pp. 241-253.
- Asprilla, M., Bolaños, M., Cadena, N., Rueda, S., Salguero, G., Santos, L. & Villa, A. (2017). *Fortalecimiento del aprendizaje autónomo en los estudiantes de la Institución Educativa Técnico Comercial Villa del Sur por medio de una propuesta didáctica*. Santiago de Cali.
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/10038/Bola%C3%B1os2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- UCV. (2017). *Código de ética en investigación de la Universidad Cesar Vallejo*.
<https://www.ucv.edu.pe/datafiles/C%C3%93DIGO%20DE%20%C3%89TICA.pdf>.
- Roque, Valdivia, Zagalaz , García (2017). *Plan de acciones dirigido a las estrategias de auto aprendizaje en estudiantes de primer semestre de Enfermería*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21412017000400015
- Bobadilla (2018) *Portafolio digital, herramienta para el aprendizaje autónomo en estudiantes universitarios de la asignatura de filosofía*. 2017-I.
 file:///C:/Users/User/Desktop/UCV/CICLO%20III/UCV%20DIMENSIONE S%20PROGRAMA%20%20EDUCATIVO%20%20Pag.%2084.pdf
- Elkin, A. (2019). *Concepciones de aprendizaje autorregulado en docentes de educación superior*. Lima.

- Gómez M A (2017). *Una propuesta para la enseñanza de la derivada basada en el aprendizaje autónomo a proposal for the teaching of the derivative based in autonomous learning* DOI:
<http://dx.doi.org/10.21017/rimci.2017.v4.n8.a28>
- Bravo-Cedeño Loor-Rivadeneira Saldarriaga-Zambrano (2017). *Las bases psicológicas para el desarrollo del aprendizaje autónomo The psychological basis for the development of autonomous learning A base psicológica para o desenvolvimento da aprendizagem autónoma*
- Llatas Altamirano, L J (2016). Programa *Educativo para el Aprendizaje Autónomo basado en Estrategias Didácticas fundamentadas en el uso de las Tecnologías y Comunicación. La Investigación formativa de los estudiantes del primer ciclo de la USAT.*
<http://hdl.handle.net/10630/11732>
- Gómez, O. y Nieto, J. (2013) *Como fomentar la autonomía y responsabilidad en nuestros hijos e hijas ed. I CEAPA, Madrid.*
- Goleman, D. (1997). *Emotional Intelligence. 1st ed. United States, Boston: Bantam Books.*
- Quintana P.A (2018). *Planteamiento del problema de investigación: errores de la lectura superficial de libros de texto de metodología. revista IIPSI facultad de psicología UNMSM.*
- Orozco Alvarado & Díaz Pérez (2018) *¿Cómo redactar los antecedentes de una investigación cualitativa? How to write the background of a qualitative research? Revista electrónica de conocimientos, saberes y prácticas.* DOI: <https://doi.org/10.30698/recsp.v1i2.13>
- Otzen T. & Manterola C. (2017) *Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. Int. J. Morphol., 35(1):227-232.*
- Roque-Herrera, Y.; Alonso-García, S.; Valdivia-Moral, P. Á.; Zagalaz-Sánchez, M. L.(2017). *Estrategias de aprendizaje autónomo en estudiantes de la carrera de Cultura Física en una universidad ecuatoriana. Trances, 9(supl 1):355-364.*
- Pérez Graciela (2017). *La estrategia del aprendizaje autónomo que utilizan los estudiantes del segundo grado B y D de educación secundaria del área*

- de Historia Geografía y Economía de la I.E. N° 88227 Pedro Pablo Atusparia, del distrito de Nuevo Chimbote. En http://repositorio.usanpedro.edu.pe/bitstream/handle/USANPEDRO/7765/Tesis_58639.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Recuperado Julio de 2020.*
- UV (2019) *Estrategias para el aprendizaje autónomo: unidad 4: adquisición del conocimiento y estrategias cognitivas del aprendizaje Universidad del Valle.*
- EDUCAUSE. (2019) Horizonte report 2019. Obtenido de <https://library.educause.edu/media/files/library/2019/4/2019horizonreport.pdf?#page=43&la=en&hash=5C6DC7ECEE4803540246E6158E1807A55C703FB>
- Parlami, J. &. (2018). Getting to the CORE: Putting an End to the Term “Soft Skills”. *Journal of Management Inquiry* 019, Vol. 28(2), 225-227.
- Wats, M., & Kumar, R. (2009). Developing Soft Skills in Students. *THE INTERNATIONAL JOURNAL OF LEARNING*, VOLUME 15, NUMBER 12, 2009, 1-11.

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia de la tesis

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variable y dimensiones	Diseño metodológico
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general		Tipo de investigación:
¿De qué manera el programa “aprender” influye en el desarrollo de aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta – 2021?,	Determinar la influencia del programa “aprender” en el desarrollo del aprendizaje autónomo de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta – 2021.	El programa “aprender” influye significativamente en el desarrollo del aprendizaje autónomo en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta – 2021	Variable 1 Programa aprender Variable 2 Aprendizaje autónomo	de investigación: Aplicada Diseño de investigación: Experimental, Enfoque de investigación: Cuantitativo POBLACIÓN 65 estudiantes de educación secundaria
Problema específico	Objetivo específico	Hipótesis específico		MUESTRA
¿De qué manera el programa aprender influye en el desarrollo de la motivación en los estudiantes de una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021?	Conocer en qué medida el programa aprender influye en la motivación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021	El programa Aprender influyen significativamente en la motivación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021	D1. Motivación D2 Auto planificación D3. Autorregulación D4 Autoevaluación	15 estudiantes de secundaria
¿De qué manera el programa aprender influye en la auto planificación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021?,	Determinar la influencia del programa aprender en la auto planificación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.	El programa aprender influyen significativamente en la auto planificación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.	El programa “aprender” influye	

¿De qué manera el programa aprender influye en la autorregulación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021?

Establecer la influencia del programa aprender en la autorregulación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

la significativamente en la autorregulación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021

¿De qué manera el programa aprender influye en la autoevaluación del estudiante en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021?

Determinar la influencia del programa aprender en la autoevaluación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

El programa aprender influye significativamente en la autoevaluación de los estudiantes en una institución educativa secundaria de la provincia Anta, 2021.

Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensión	Indicador	Ítems	Niveles rango	
Aprendizaje autónomo	El aprendizaje autónomo se define como la capacidad que tiene una persona para poder gestionar su aprendizaje por sí misma, a partir de dirigir, controlar, regular y evaluar su aprendizaje teniendo como objetivo un logro académico Brioso (2021)	Son acciones que se permitirá medir los niveles de aprendizaje autónomo a través de sus dimensiones: motivación, la planificación o auto planificación, autorregulación y autoevaluación Manrique citado en Brioso. (2021)	Motivación	Autoconfianza	1, 2, 3,	Ordinal	
				Estilo de aprender	4, 5		
			Planificación	Voluntad para aprender			
				Identifica metas de aprendizaje	6, 7, 8, 9, 10	Bajo (20-46)	
			o	Identifica condiciones ambientales			
				Analiza condiciones de la tarea			Medio (47-73)
			auto	Selecciona estrategias			
				Aplica estrategias	11, 12,		Alto (74-100)
			autorregulación	Revisa continuamente sus avances	13, 14, 15		
				Toma decisiones			
autoevaluación	Evalúa tareas realizadas.	16, 17, 18, 19,					
	Evalúa estrategias. Valora efectividad	20					
	Evalúa el nivel de logro						

Anexo 3. Instrumentos

Ficha técnica y formato de instrumento

1. Nombre	Cuestionario de Aprendizaje Autónomo
2- Autores	: Brioso (2021)
3.-Fecha	: 2021
4.- Adaptado por	: Brioso (2021)
5.-Fecha de adaptación	: 2021
6.- Objetivo	: Evaluar las dimensiones del Aprendizaje Autónomo
7.- Aplicación	: Estudiantes de tercer grado de secundaria de una institución educativa de la provincia de Anta
8.- Administración	: Individual
9.- Duración	: 25 minutos aproximadamente
10.- N ^a de ítems	: 20
11.- Distribución	: Dimensión motivación: 05 ítems Dimensión: planificación 05 ítems Dimensión autorregulación: 5 ítems Dimensión autoevaluación: 5 ítems Total: 20 ítems
12- Puntuaciones	1 nunca 2 casi nunca 3 a veces 4 casi siempre 5 siempre
13.- Validación	: Se dio mediante el juicio valorativo de tres expertos donde se obtuvo como resultado de la valoración: Si hay pertinencia y es aplicable
13.- Confiabilidad	Utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach resultados aceptable y muy bueno

Cuestionario de Aprendizaje Autónomo.

PROGRAMA “APRENDER” PARA DESARROLLAR EL APRENDIZAJE AUTÓNOMO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA DE LA PROVINCIA DE ANTA, 2021.

TEST DE APRENDIZAJE AUTÓNOMO PARA LOS ESTUDIANTES DEL TERCER GRADO DE SECUNDARIA.

Estimado estudiante recorro a su persona para que pueda brindarme su apoyo en responder con sinceridad y veracidad el siguiente test que tienen como finalidad recoger la información sobre el aprendizaje autónomo.

Marca con una (x) en recuadro correspondiente de acuerdo a las siguientes preguntas, cuya escala se aprecia en el siguiente cuadro:

Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

N°	ITEMS					
Dimensión: Motivación						
1	Tengo oportunidad de participar en las distintas actividades durante la clase.					
2	Me da gusto estudiar porque siempre sé lo que debo hacer, nadie me molesta y casi nunca pierdo el tiempo cuando estoy en clases					
3	Convivo en un clima de confianza y respeto con mis compañeros de aula y docentes.					
4	Desarrollo trabajos en equipo porque demuestro mis habilidades y conocimientos.					
5	Frente a problemas y/o conflictos soy conciliador y busco alternativas de solución.					
Dimensión la planificación o auto planificación		1	2	3	4	5
6	Realizo experimentos y prácticas novedosas en horas de clases.					
7	Disfruto cuando participo en las actividades de aprendizaje.					
8	Considero lo aprendido como útil e importante para el futuro.					

9	Me siento motivado a seguir estudiando en el futuro y lograr una profesión.					
10	Tengo un horario de estudio en casa, elaborado por mí mismo.					
Dimensión autorregulación		1	2	3	4	5
11	Tengo un cronograma de actividades sobre tareas y aprendizajes.					
12	Me gusta aprender por cuenta propia temas interesantes o novedosos.					
13	Antes de tomar una decisión estudio con cuidado sus ventajas y desventajas.					
14	Solo con el estudio lograre mis metas a futuro.					
15	Utilizo diferentes estrategias de aprendizaje para realizar mis tareas.					
Dimensión autoevaluación		1	2	3	4	5
16	Soy consciente de qué y cómo aprendo.					
17	Al finalizar un bimestre/trimestre verifico si he cumplido con mis actividades programadas.					
18	Utilizo mis nuevos aprendizajes, en mi vida cotidiana, con mi familia y amigos.					
19	Reconozco mis dificultades de aprendizajes y me esfuerzo por superarlos.					
20	Soy capaz de juzgar cuánto he aprendido.					

Anexo 4. Validez y confiabilidad

Para determinar la confiabilidad del instrumento se utilizó el coeficiente Alfa de Cronbach, se determinó mediante la aplicación de la siguiente formula:

$$\alpha = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S^2_{sum}} \right)$$

Donde:

α = Coeficiente de alfa de Cronbach

K = número de ítems del cuestionario

S_i = Varianza de los Ítems

S^2_{sum} = varianza de la prueba total

Variable y dimensión	Nº de ítems	Índice de alfa de Cronbach	Nivel
D1. Motivación	5	0,763	Aceptable
D2. Planificación	5	0,849	Muy bueno
D3. Autorregulación	5	0,870	Muy bueno
D4. Auto evaluación	5	0,867	Muy bueno

Anexo 5 : carta de presentacion de la escuela de posgrado



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima, 22 de junio de 2021

Carta P. 258-2021-UCV-EPG-SP

Lic. EN EDUCACION
ALICIA TENIENTE CASTILLO
DIRECTORA .
I.E.P EDUCARE

De mi mayor consideración:

Es grato dirigirme a usted, para presentar a **RAMOS CASCAMAITA, DOLORES**; identificado(a) con DNI/CE N° 40717361 y código de matrícula N° 7002523658; estudiante del programa de MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA en modalidad semipresencial quien, en el marco de su tesis conducente a la obtención de su grado de MAESTRO(A), se encuentra desarrollando el trabajo de investigación (tesis) titulado:

PROGRAMA APRENDER PARA DESARROLLAR EL APRENDIZAJE AUTONOMO EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA DE LA PROVINCIA DE ANTA , 2021

En este sentido, solicito a su digna persona facilitar el acceso a nuestro(a) estudiante, a fin que pueda obtener información en la institución que usted representa, siendo nuestro(a) estudiante quien asume el compromiso de alcanzar a su despacho los resultados de este estudio, luego de concluir con el desarrollo del trabajo de investigación (tesis).

Agradeciendo la atención que brinde al presente documento, hago propicia la oportunidad para expresarle los sentimientos de mi mayor consideración.

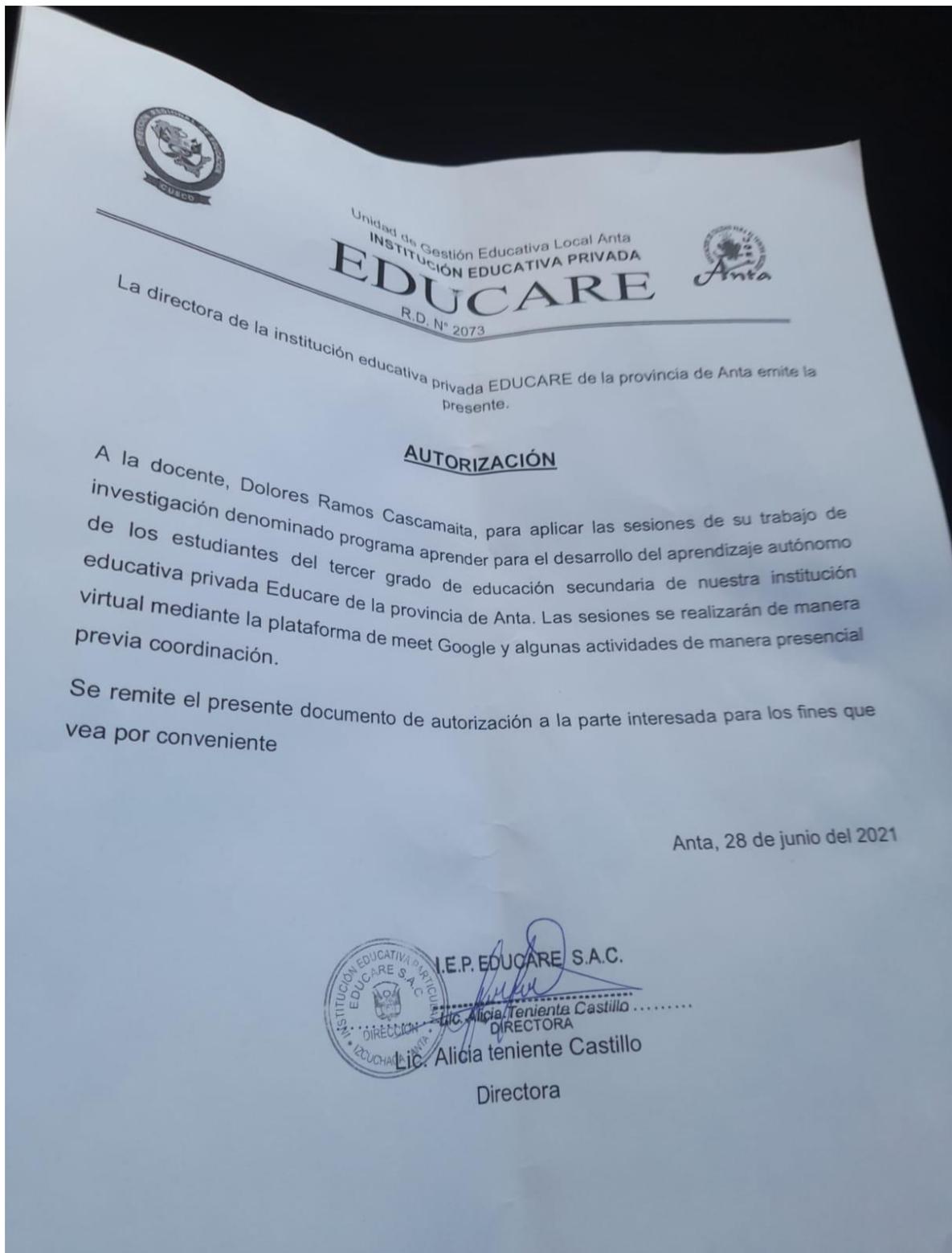
Atentamente,

Ruth Angélica Chicana Becerra
Coordinadora General de Programas de Posgrado Semipresenciales
Universidad César Vallejo

Somos la universidad de los
que quieren salir adelante.



Anexo 6: Autorización del nombre institucional



Figuras.

Figura 1.

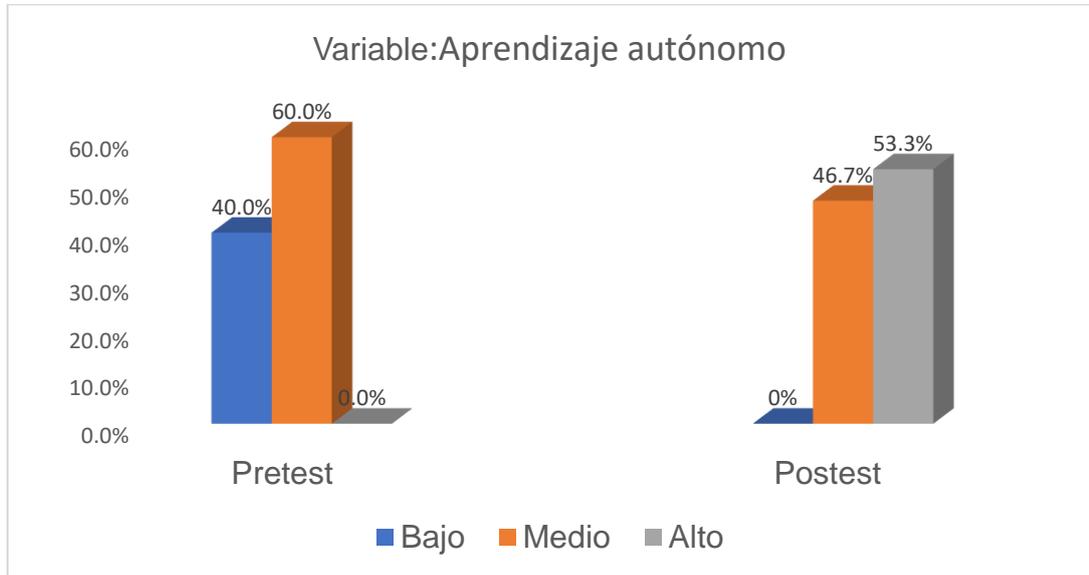


Figura 1: Niveles y porcentajes en cuanto a la variable aprendizaje autónomo

Figura 2.

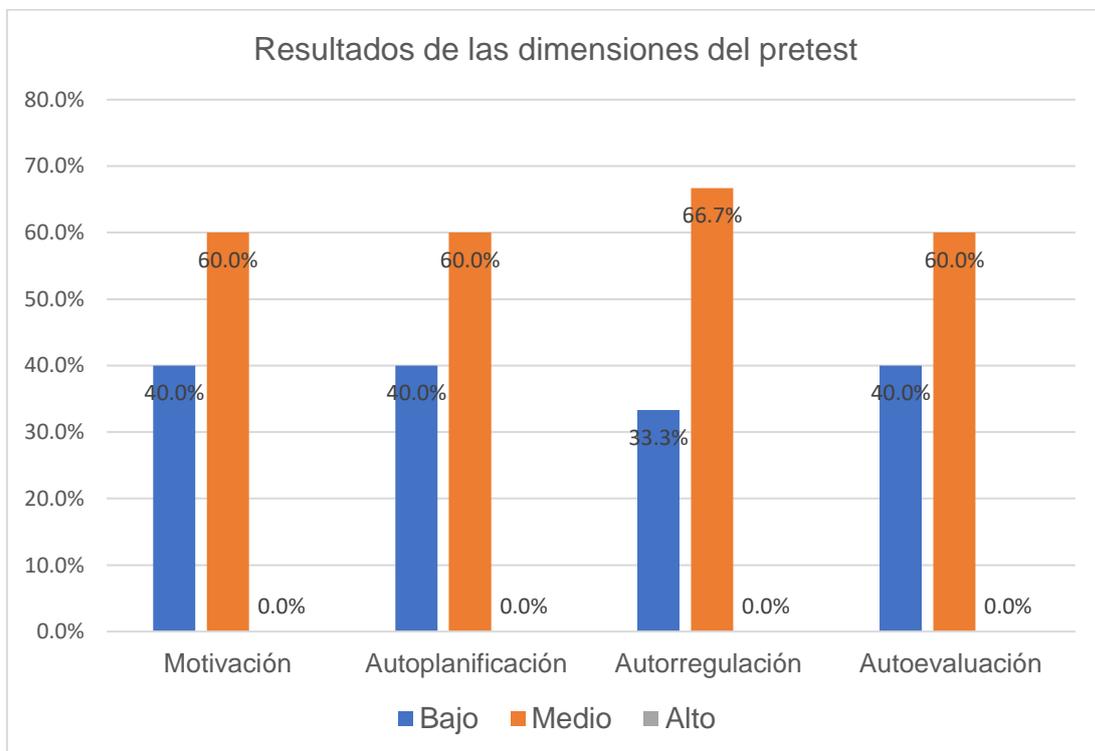


Figura 2: Niveles y porcentajes en cuanto a las dimensiones tras aplicar la prueba del pretest

Figura 3.

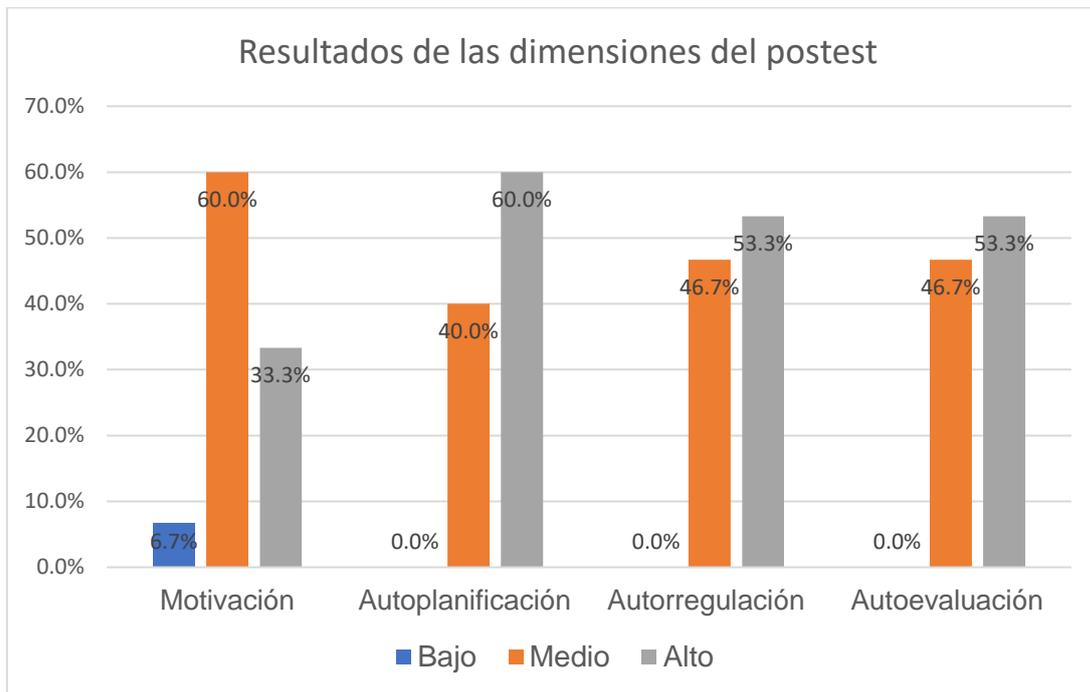


Figura 3: Niveles y porcentajes en cuanto a las dimensiones tras aplicar la prueba del postest

PRE TEST																									
Estudiante	APRENDIZAJE AUTONOMO																								
	Motivación					Autoplanificación					Autorregulación					Autoevaluación									
	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2		Q3	Q4	Q5	25
Leticia	3	2	1	1	2	9	1	1	3	2	2	9	2	2	1	3	2	10	3	3	2	2	1	11	39
mijail	3	2	2	1	1	9	1	2	3	3	1	10	2	3	2	3	1	11	3	1	2	3	2	11	41
Jack	3	3	2	2	3	13	2	3	3	3	2	13	2	3	2	3	3	13	3	2	3	3	3	14	53
Himelda	3	2	3	3	2	13	3	2	3	2	2	12	3	3	3	3	3	15	3	3	3	3	3	15	55
Flor de liz	2	2	3	2	2	11	2	1	3	2	1	9	1	3	2	3	2	11	2	1	2	3	1	9	40
Angela	3	3	2	3	2	13	2	3	3	3	3	14	3	3	2	3	3	14	3	3	3	3	3	15	56
shamira	3	3	3	3	1	13	3	2	3	2	2	12	2	3	3	3	3	14	3	3	3	3	3	15	54
ronaldiño	3	3	3	1	2	12	2	3	3	2	4	14	3	3	2	3	3	14	3	4	3	3	3	16	56
Thalia	2	2	3	3	3	13	3	2	2	3	3	13	3	2	3	3	3	14	3	3	2	2	3	13	53
yenifer	3	1	2	1	3	10	1	3	2	2	3	11	1	3	2	2	2	10	3	2	2	3	1	11	42
milagros	2	2	1	3	1	9	2	1	2	3	2	10	1	1	2	2	2	8	2	1	2	2	2	9	36
Shoneri	3	2	2	3	3	13	3	2	2	3	3	13	2	3	2	2	3	12	2	2	3	3	3	13	51
yuni	3	2	3	3	3	14	3	2	3	2	3	13	3	3	2	3	3	14	2	3	3	2	3	13	54
Anali	3	3	2	1	2	11	3	2	2	2	2	11	3	3	3	2	3	14	2	1	2	3	2	10	46
shari	3	4	3	2	2	14	3	1	1	3	4	12	3	1	3	2	3	12	3	4	3	3	2	15	53

POSTEST																										
N°	Estudiantes	APRENDIZAJE AUTONOMO																								
		Motivación					Autoplanificación					Autorregulación					Autoevaluación									
		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	25	Q1	Q2		Q3	Q4	Q5	25
1	Leticia	5	4	2	2	3	16	3	3	5	4	4	19	3	3	3	5	4	18	3	3	2	3	1	12	65
2	mijail	3	2	3	1	2	11	2	3	4	3	2	14	3	4	3	4	2	16	4	2	3	4	3	16	57
3	Jack	5	4	3	3	5	20	3	4	5	5	3	20	3	5	4	5	4	21	4	4	5	4	5	22	83
4	Himelda	5	5	5	4	4	23	4	4	5	5	3	21	4	4	5	5	5	23	4	4	4	4	4	20	87
5	Flor de liz	3	2	4	2	4	15	3	2	5	5	2	17	2	4	3	5	3	17	5	4	3	4	3	19	68
6	Angela	5	5	5	4	4	23	4	5	5	5	5	24	4	4	3	4	4	19	4	4	5	4	4	21	87
7	shamira	5	4	3	4	2	18	5	5	5	5	4	24	4	5	4	4	5	22	5	5	5	3	5	23	87
8	ronaldiño	5	4	4	2	3	18	3	5	5	5	4	22	5	4	4	4	5	22	5	4	4	5	5	23	85
9	Thalia	5	5	5	5	4	24	4	5	5	5	5	24	5	5	5	4	5	24	5	5	4	5	5	24	96
10	yenifer	4	2	5	2	3	16	1	5	5	5	3	19	3	4	5	5	5	22	5	4	4	5	2	20	77
11	milagros	3	3	2	5	4	17	2	4	3	4	3	16	2	2	4	4	3	15	4	2	3	3	3	15	63
12	Shoneri	5	3	3	3	4	18	4	3	3	4	4	18	4	3	3	3	4	17	3	4	3	4	4	18	71
13	yuni	4	4	5	4	4	21	3	4	4	4	4	19	4	5	4	4	3	20	3	4	4	3	4	18	78
14	Anali	4	3	3	3	4	17	4	3	2	3	3	15	3	4	3	3	3	16	3	4	3	3	3	16	64
15	shan	4	4	3	3	2	16	3	3	4	4	3	17	3	3	3	4	3	16	3	3	3	4	3	16	65

ANALISIS 1.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 12 de 12 variables

	PRETES T	POSTES T	D1PRET EST	D1POST EST	D2PRET EST	D2POST EST	D3PRET EST	D3POST EST	D4PRET EST	D4POST EST	TOTALPR ETEST	TOTALP OSTEST	var	var	var	var
1	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	2				
2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2				
3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3				
4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3				
5	1	2	1	2	1	2	1	2	1	3	1	2				
6	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3				
7	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3				
8	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3				
9	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3				
10	1	3	1	2	1	3	1	3	1	3	1	3				
11	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2				
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2				
13	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3				
14	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2				
15	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2				
16																
17																
18																
19																
20																
21																
22																

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Escribe aquí para buscar 16°C Muy despejado 21:06 6/07/2021

ANALISIS 1.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 12 de 12 variables

	PRETES T	POSTES T	D1PRET EST	D1POST EST	D2PRET EST	D2POST EST	D3PRET EST	D3POST EST	D4PRET EST	D4POST EST	TOTALPR ETEST	TOTALP OSTEST	var	var	var	var
1	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	ALTO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO				
2	BAJO	MEDIO	BAJO	BAJO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO				
3	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
4	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
5	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	ALTO	BAJO	MEDIO				
6	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
7	MEDIO	ALTO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
8	MEDIO	ALTO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
9	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO				
10	BAJO	ALTO	BAJO	MEDIO	BAJO	ALTO	BAJO	ALTO	BAJO	ALTO	BAJO	ALTO				
11	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO				
12	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO				
13	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	ALTO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO				
14	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	BAJO	MEDIO	BAJO	MEDIO				
15	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO	MEDIO				
16																
17																
18																
19																
20																
21																
22																

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode:ON

Escribe aquí para buscar 16°C Muy despejado 21:07 6/07/2021

LISTA DE ASISTENCIA

FECHA: 22/06/2021 09:33 HORA: 09:33 AM

CÓDIGO DE REUNIÓN: KYJ-OVRH-IJC



Programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo



FACILITADORA: Lic. Dolores Ramos Cascamaita.

Cusco, 2021

Programa “Aprender”

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Título: Programa aprender para desarrollar el aprendizaje autónomo
- 1.2. Lugar: I.E.P EDUCARE
- 1.3. Tiempo: 3 semanas
- 1.4. Responsable: Lic. Dolores Ramos C.

II. Fundamentación

En el contexto actual en que vivimos estamos enfrentando muchos cambios e incertidumbre en diferentes aspectos uno de ellos es en el ámbito educativo. Donde se pasó de una educación presencial a una virtual donde se evidencia que muchos jóvenes adolescentes presentan dificultades en sus aprendizajes a falta del ejercicio de la autonomía en sus aprendizajes razón por loe no reportan sus evidencias , si tiene las dudas no consultan frente a esta situación se plantea el presente programa aprender para desarrollar aprendizajes autónomos permitiendo en los estudiantes desarrollar la autoestima y la automotivación , la organización del tiempo y espacio , asi como autorregular sus actividades y poder autoevaluarse sus logros y tomar decisiones pertinentes para enfrenta de forma coherente los retos y desafíos que se presenta en su diario vivir Es por ello que, a través del diseño de actividades, se propone brindar pautas que fortalezcan el desarrollar de su autonomía.

Este programa se desarrollará durante la hora de tutoría consta de 10 sesiones con actividades que facilitaran acciones para medir la efectividad del programa a través de sus indicadores.

III. Sustento teórico

El presente programa tiene como sustento teórico la inteligencia emocional de Daniel Goleman

Según Daniel Goleman en su libro Inteligencia Emocional (1996). Él denominaba mente racional a la parte de nuestro cerebro que piensa, y mente emocional a esa otra parte más impulsiva. Ambas interactúan y forman nuestra vida mental.

- La mente emocional se corresponde físicamente con el sistema límbico, mientras que la racional se corresponde con el neocórtex. El sistema límbico es la parte del cerebro que se desarrolló en primer lugar y por tanto, aunque es mucho más pequeña, es más poderosa que el neocórtex.

- La mente racional es la forma de comprensión de lo que somos conscientes, la mente emocional es un sistema de conocimiento, impulsivo y poderoso, aunque ilógico.

Las dos mentes operan en armonía, cada una refleja la operación de un circuito distinto pero interconectado del cerebro. En la mayoría de los momentos estas mentes están coordinadas. interactúan para construir nuestra vida mental. Una, la mente racional, es la forma de comprensión de la que somos típicamente conscientes: más destacada en cuanto a la conciencia, reflexiva, capaz de analizar y meditar. Pero junto a este, existe otro sistema de conocimiento: impulsivo y poderoso, aunque a veces ilógico: la mente emocional”.

Daniel Goleman (1996) expresa: “conocer y gestionar las emociones, que sin duda influyen en nosotros a diario, es un pilar clave para poder generar salud emocional en nuestros hijos, proporcionándoles un soporte emocional estable y seguro sobre el que asentar su madurez evolutiva, factor protector como veremos de numerosos problemas en los jóvenes.

Motivación proceso para estimular al individuo y realice una acción que satisfaga sus necesidades, logrando alguna meta planificada por quien causó la motivación (Maslow, 1991). El enfoque humanista sostiene que se tiene dentro de sí un potencial de crecimiento psicológico y continuamente el individuo se esfuerza por alcanzarlo. En ambientes solidarios y comprensivos, los individuos se esfuerzan por comprenderse a sí mismos, mejorando sus habilidades y comportándose de manera que se beneficien ellos y los demás, buscando la autorrealización personal (Pineda, 2019).

Estrategias didácticas; son técnicas asertivas que se utiliza para que el estudiante aprenda determinados conocimientos y evidencie su aprendizaje; proporcionando una guía de acción que oriente la obtención de resultados en el proceso de aprendizaje, dándole sentido y coordinación a las actividades planificadas; sin embargo, éstas debe tender a la metacognición, a lo cognitivo, a lo motivacional y al aprendizaje cooperativo Hernández (2015), Anaya, (2018), Carreño Cruz (2020)

Toda estrategia didáctica, debe posibilitar a) aprendizajes autónomos; el docente debe motivar al logro del aprender a aprender, despertando interés,

responsabilidad y hábitos de estudio, logrando así capacidades investigativas y los objetivos educativos Ramos, (2017); según Ausubel, (1976). Las estrategias didácticas son procedimientos, métodos, técnicas, actividades mediante los cuales docentes y estudiantes, organizan de manera consciente sus actividades para construir y lograr metas previstas e imprevistas en el proceso enseñanza y aprendizaje, adaptándose a las necesidades de los estudiantes significativamente (Pineda, 2019).

Estas estrategias deben ayudar a crear el clima de confianza y motivación; tiene una secuencia: Inicio, desarrollo y cierre; las estrategias de aprendizaje son un conjunto organizado de actividades que realiza el estudiante para el logro de objetivos en un contexto social; favoreciendo la competencia comunicativa Pegalajar, (2015), Piñán, (2018) y Tortajada & Chust, (2019)

Brioso (2021) El aprendizaje autónomo se define como la capacidad que tiene una persona para poder gestionar su aprendizaje por sí misma, a partir de dirigir, controlar, regular y evaluar su aprendizaje teniendo como objetivo un logro académico

Así mismo García (2017) Plantea estrategias que conducen el desarrollo del aprendizaje autónomo en los estudiantes como: El desarrollo de estrategias afectivo-motivacionales que consiste en crear estudiantes conscientes de sus capacidades y estilos de aprendizaje, demostrando confianza de sus habilidades y por medio tener una motivación intrínseca, orientado hacia el logro de sus metas y que le permita superar los obstáculos que se puedan presentar; la auto planificación es otra estrategias planteada para el aprendizaje autónomo que comprende la formulación, planeación y organización de diferentes actividades orientados a un plan de estudio viable que considere factores intrínsecos y contextualizados ; la autorregulación elemento muy importante que hace que el estudiantes revise constantemente el progreso de las tareas propuestas y reconocer sus logros y dificultades para ir mejorándolos ; la autoevaluación permite al estudiante contrastarla información obtenida , evalúa la eficacia de la planificación y valora el nivel de desarrollo y logros de sus metas de aprendizaje.

IV. OBJETIVOS

4.1. Objetivos General

- ❖ Contribuir al desarrollo del aprendizaje autónomo de los estudiantes de tercer grado de secundaria.

4.2. Objetivos específicos

- ❖ Diseñar sesiones de aprendizaje para fortalecer el aprendizaje autónomo en los estudiantes
- ❖ Potenciar el uso de estrategias socioafectivas un mejor desarrollo de sus emociones y organizarse de mejor manera.
- ❖ Aplicar sesiones de aprendizaje que permitan motivarse al estudiante para el logro de su autonomía
- ❖ Brindar estrategias de autorregulación y autoevaluación que permitan desarrollar su aprendizaje autónomo

V. METODOLOGÍA

La metodología se concretará a través de la propuesta de actividades basado método de casos, participación activa, lluvia de ideas, diálogo, análisis de dilemas morales y discusión que conecten los contenidos con la realidad contextualizada para potenciar en los estudiantes el desarrollo de sus capacidades y una motivación permanente durante el desarrollo de las actividades

Estructura de la sesión

- ❖ Inicio
- ❖ Desarrollo
- ❖ Cierre

VI. ESTRUCTURA GENERAL DEL PROGRAMA

Módulos	Objetivo general	Nombre de la sesión	N° sesión	N° de horas
Modulo I. Me motivo	Fortalecer la autoconfianza y la motivación en los estudiantes.	Sesión introductoria Desarrollando mi Autoconfianza Mi frase favorita	2	45 minutos Por sesión
Modulo II. Aprendiendo a planificar mis actividades	Establecer hábitos para una mejor organización personal y académica	Organizo mi tiempo y espacio Planificando mis metas me siento mejor Importancia de las técnicas de estudio	3	45 minutos Por sesión
Modulo III. Conociendo	Conocer estrategias para autorregular las	Reconociendo mis emociones	3	45 minutos Por sesión

estrategias de autorregulación.	emociones y tomar decisiones adecuadas	Proponemos estrategias para regular nuestras emociones Aprendemos a tomar decisiones		
Modulo IV. Me autoevaluó	Conocer estrategias de autoevaluación para mejorar desempeño escolar y personal	Conociendo mis estilos y ritmos de aprendizaje Aprendiendo a autoevaluarnos	2	45 minutos Por sesión

SESION INTRODUCTORIA

Objetivo: brindar información pertinente sobre el programa a los estudiantes

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	Previo un saludo cordial se inicia el primer contacto con los estudiantes • De la bienvenida mediante una ronda de presentaciones; indicando alguna cualidad positiva y sus expectativas del taller para lo que inicia la docente facilitadora	Dinámica de presentación	15"
Desarrollo	Para una comprensión del programa se presenta las actividades generales propuestos para estas 3 semanas Los estudiantes leen el cuadro de actividades tú se plantean algunos propósitos a lograr durante el desarrollo de las sesiones	PPT Exposición	20"
Cierre	Agradece la participación los comentarios y o sugerencias para implementar	Aportes	10"

SESION 1

Desarrollando mi autoconfianza

Objetivo: Fortalecer su confianza y asumir desafíos sin temor a equivocarse.

Modalidad presencial

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	Saludo cordial y ameno Dinámica de relajación Se presenta el objetivo de la sesión	Dinámica	15 minutos
Desarrollo	Se observa un video: https://www.youtube.com/watch?v=S1LEhmhxS0g Se procede al dialogo: Dialogo sobre los aspectos en los que ella no se sentía valorada o considerada, los estudiantes mencionan algunos ejemplos en diversos espacios donde ella se desenvuelve, luego con apoyo y refuerzo positivo se propone realizar desafíos que antes no se atrevía a realizar o enfrentar. Luego para profundizar el tema se expone: ¿Qué es la autoestima? Tipos de autoestima. Componentes ¿Cómo es una persona con autoestima? Se desarrolla de manera dinámica con la participación constante de los estudiantes Dinámica Me quiero Me admiro Me adoro Me aprecio. Los estudiantes repiten realizando algunas habilidades de acuerdo a la frase Que valoren sus cualidades positivas, así como las del resto de sus compañeros. La importancia de que se expresen las cualidades	Video de YouTube Laptop Ficha de ejercicios	60 minutos
Cierre	La docente coloca un papelógrafo en la pizarra y los estudiantes resaltan el producto de esta sesión como la amistad, el compañerismo, la solidaridad y los valores. • Se conversa sobre lo experimentado y realiza algunas interrogantes. ¿Qué te pareció el momento vivido? ¿Qué impresión te causó esta experiencia? ¿Ahora conoces más a tus amigos?	Intervenciones orales	20 minutos

Mi frase favorita

Objetivos: Fortalecer la motivación intrínseca

Modalidad presencial

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Se inicia la sesión con una dinámica</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Todos los estudiantes manifiestan sus formas de motivarse Luego la docente consolida la respuesta indicando la importancia de la motivación en la vida cotidiana. Se da el propósito de la sesión: Escribir frases alentadoras, y reflexivas y se compromete a pegar en las paredes de su cuarto y que a diario le motivará a sentirse mejor y a realizar sus actividades</p>	<p>Cuartilla de la dinámica Cuartilla de objetivos</p>	30 minutos
Desarrollo	<p>Se distribuye una ficha de lectura Leen y analizan un texto sobre la motivación. Tipos e importancia Para profundización sobre el tema se proyectan diapositivas con los contenidos del tema, para reforzar el conocimiento del tema. Así mismo plantea ejemplos Seguidamente se presenta frases alusivas a la motivación Los estudiantes leen y dan sus opiniones. Se distribuye hojas de papel de colores y plumones Seguidamente se les indica que crearemos nuestras frases motivadoras Luego socializan sus trabajos mencionando lo siguiente:</p> <div style="text-align: center; background-color: #FFD700; padding: 5px; border: 1px solid black;"> <p>Yo me motivo cuando.....</p> </div> <p>Dan lectura de sus frases haciendo uso de una habilidad que tengan.</p>	<p>Papel de colores Plumones Exposición espontanea</p>	60 minutos
Cierre	<p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas: ¿Qué aprendí? ¿para qué me sirve lo aprendido? ¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Finalmente. Elaboran un compromiso para seguir en su proceso de aprendizaje</p>	<p>Palabras de reflexión</p>	20 minutos

Sesión 3

Organizo mi tiempo y espacio

Objetivos: **Establecer hábitos para una mejor organización personal y académica**

Modalidad presencial

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	Iniciamos la sesión presentando imágenes (ver anexo) y frases relacionadas con el uso y valor del tiempo. Los estudiantes observan y leen para luego emitir sus comentarios mediante lluvia de ideas y dialogamos sobre el valor del tiempo. Señalamos que, si organizamos nuestro tiempo, podremos realizar muchas de las actividades que deseamos desarrollar. Presenta el objetivo del taller	Imagen Cuartilla de objetivos	15 minutos
Desarrollo	<p>Leen un caso</p> <div data-bbox="368 884 1086 1126" style="background-color: #d9ead3; padding: 5px;"> <p>Al igual que nuestros padres tienen sus tiempos nosotros también distribuimos tiempos para estudiar, ayudar a nuestros padres en los quehaceres de la casa, apoyar en las actividades y participar en las actividades comunales, jugar, asistir a fiestas, descansar, alimentarnos, etc.</p> </div> <p>Los estudiantes comentan Luego se plantea la siguiente actividad: Que significa: tiempo, espacio y organización</p> <p>Lectura sobre las pautas para organizar el tiempo (anexo 1), los estudiantes leen silenciosamente y reflexionen sobre su contenido Seguidamente se les entrega un cuadro de distribución de actividades (anexo 2), para que escriban el tiempo que dedican a cada actividad. Se recuerda que la suma de tiempo no debe exceder las 24 horas del día. Concluida la actividad los estudiantes presentan sus cuadros e intercambien opiniones con su compañero más cercano. Se indaga sobre si mujeres y varones adolescentes organizan su tiempo de manera similar. Invitamos a las y los estudiantes a reflexionar a partir de las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Corresponde esta distribución de tiempo a sus necesidades e intereses? • ¿Qué actividades ocupan la mayor parte del tiempo? • ¿Crees que el tiempo que le dedicas al estudio es el más conveniente para lograr buenos resultados?, ¿por qué? 	<p>Análisis de caso</p> <p>Reflexiones</p> <p>Cuestionario de preguntas Fichas practicas</p>	60 minutos

	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Es importante el tiempo que le dedicas a tu familia y amigos ?, ¿por qué? <p>Se concluye, considerando que el horario debe ser personal, realista y flexible.</p>		
Cierre	<p>Actividades d metacognición</p> <p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas:</p> <p>¿Qué aprendí?</p> <p>¿para qué me sirve lo aprendido?</p> <p>¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Para finalizar, enfatizamos las siguientes ideas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es importante que organicemos nuestro tiempo para lograr la realización de todas las tareas y actividades que nos propongamos. <p>Los estudiantes escriben un compromiso para cumplir la organización del tiempo</p>	Reflexiones	20 minutos

Anexos:

Observe esta imagen:

En casa, Luisa intenta avanzar su tarea...



? **Me pregunto y comparto**

- ¿Logrará Luisa terminar su tarea? ¿Qué dificultades observo en el ambiente en donde estudia?



PAUTAS PARA ORGANIZAR MI TIEMPO

Nota: El horario es producto de la distribución que hagamos de nuestro tiempo, por lo que debe responder a nuestros intereses y necesidades, asumiendo el compromiso de cumplirlo.

Al organizar nuestro tiempo, debemos tener en cuenta lo siguiente:

1. Colocar primero las actividades de horario fijo (clases, pastoreo, colaboración en casa, etc.).
2. Calcular las horas en que nos acostamos y levantamos cada día, incluyendo el aseo personal.
3. Considerar el tiempo real que utilizamos en trasladarnos de un lugar a otro, así como el que utilizamos en alimentarnos.
4. Las actividades que no son fijas se colocarán en las horas que quedan libres, tales como:
 - Estudiar en casa.
 - Distraernos en familia y con amigas y amigos.
 - Realizar actividades artísticas.
 - Participar en actividades de la comunidad o pueblo, etc.

ANEXO 2

HORA	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO

Sesión 4

Planificando mis metas me siento mejor

Objetivos: **Establecer metas a corto- mediano y largo plazo**

Modalidad Virtual : <https://meet.google.com/edz-njgv-kbf>

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
<p>Inicio</p>	<p>Se coloca dos carteles con textos referidos a la sesión a trabajar:</p> <div data-bbox="389 555 1075 719" style="border: 1px solid black; background-color: #f4a460; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>Al pasado ya no se le puede hacer cambios, el presente lo vivimos cada día, el futuro puede prevenirse</p> </div> <div data-bbox="389 779 1075 925" style="border: 1px solid black; background-color: #6699cc; padding: 5px;"> <p>Una vida sin objetivos es como un gran barco sin timón, brújula o mapa. No sabe a dónde va ni a qué puerto llegará</p> </div> <p>Se pide que los lean. Luego se les pregunta sobre qué tema tratan los textos, y si los mensajes son importantes. Genera un diálogo en torno al contenido de los carteles y la necesidad de tener objetivos o metas en nuestra vida.</p>	<p>Reflexión Carteles en PPT</p>	<p>20 minutos</p>
<p>Desarrollo</p>	<p>Entregamos un cuadro para que las y los estudiantes lo completen en forma individual. El objetivo es que vayan trazando algunas metas en sus vidas(anexo)</p> <p>Se orienta un ejemplo del llenado, indicando que debe redactarse en primera persona y tiempo presente, poniendo tan solo una idea por columna.</p> <p>Luego, los estudiantes se dibujan a sí mismos en el año 2025 (el dibujo debe mostrar cómo se ven en el futuro), indicando su nombre. Socializan sus trabajos.</p> <p>Finalizado el ejercicio reflexionamos con base en las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo creen que se sentirán el año 2025? • ¿Qué debemos hacer para alcanzar nuestras metas? • ¿Cómo reaccionará nuestra familia y la comunidad frente a los logros que planeamos obtener? • ¿El logro de mis metas contribuirá al desarrollo de mi localidad? ¿Cómo? ¿Para qué? <p>Recogemos las respuestas y reforzamos la reflexión con las siguientes ideas clave:</p> <p>Tener metas es como trazar un camino hacia nuestros anhelos, lo que deseamos obtener o la forma de vida que más nos agrada.</p>	<p>Fichas de trabajo enviados con anterioridad</p> <p>Gráficos sobre su futuro</p>	<p>80 minutos</p>

Cierre	<p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas: ¿Qué aprendí? ¿para qué me sirve lo aprendido? ¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Se enfatiza que las metas pueden ser pequeñas o grandes, de corto, mediano o largo plazo. Simulando que escriben en algún momento del año 2025, las y los estudiantes redactan en una hoja los aspectos más importantes de su vida actual (recordar que el ahora para ellos es el año 2025).</p> <p>Se sugiere guardar lo redactado en algún lugar secreto de la casa para leerlo en el futuro.</p>	Reflexiones	20 minutos
---------------	---	-------------	------------

Anexos

Mis Metas			
Área	¿Cómo estoy hoy?	¿Cómo me gustaría estar en el futuro? (Por ejemplo: cuando termine el colegio)	¿Cómo voy a ir lográndolo desde ahora?
Bienestar físico			
salud			
Vida familiar			
Profesión/ oficio			
Trabajo/empleo			
Recursos económicos			
Espiritualidad			
Educación			

Sesión 5

Importancia de las técnicas de estudio

Objetivos: Incorporar técnicas de estudio pertinentes para optimizar su aprendizaje autónomo.

Modalidad Virtual : <https://meet.google.com/edz-njgv-kbf>

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Soporte socioemocional</p> <p>Propiciamos la reflexión de las y los estudiantes acerca de cómo se organizan para el estudio. Se motivará el diálogo mediante las siguientes preguntas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo nos organizamos para estudiar? • ¿Contamos con un espacio adecuado en casa para estudiar? • ¿Utilizamos técnicas o estrategias para estudiar?, ¿cuáles? • ¿Practicamos lo aprendido en clase a diario? • ¿Hacemos las tareas el mismo día que nos las dejan? • ¿Se nos hace fácil estudiar cuando tenemos examen? • ¿Buscamos lecturas adicionales u otros recursos? aa 	Cuestionario de preguntas en PPT	20 minutos
Desarrollo	<p>A partir de lo dialogado, proponemos revisar algunas técnicas de estudio que podamos incorporar en nuestras actividades cotidianas, recordando que:</p> <div style="border: 1px solid black; background-color: #fff9c4; padding: 10px; margin: 10px 0;"> <p>Las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas que ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de aprendizaje.</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> • Si las utilizamos oportunamente nos permitirán mejorar nuestros resultados en nuestro aprendizaje <p>A continuación, se les distribuye fichas de lectura de manera virtual sobre 3 técnicas de estudio mediante la plataforma</p> <ul style="list-style-type: none"> • Subrayado • Esquema y resumen <p>Los estudiantes leen elaborarán y exponen un cuadro indicando tres ventajas de cada una de las técnicas utilizadas. Luego se les facilita una lectura donde aplican las 3 estrategias</p>	<p>Hojas de lectura</p> <p>Celular</p> <p>Recursos digitales</p>	60 minutos
Cierre	<p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas:</p> <p>¿Qué aprendí?</p> <p>¿para qué me sirve lo aprendido?</p> <p>¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Se dan las principales ideas de trabajo y resume la importancia de implementar técnicas de estudio (adaptadas a cada estudiante) con el fin de mejorar los aprendizajes.</p> <p>Se les recomienda practicar en casa algunas de las técnicas de estudio analizadas en la elaboración de sus tareas</p>	Reflexión	15 minutos

Anexos

El subrayado	
¿Para qué nos sirve?	Realizamos una lectura más activa y focalizamos mejor nuestra atención. Cuando subrayamos estamos utilizando nuestro sentido crítico para diferenciar lo principal de lo secundario. Cuando ya tenemos un texto subrayado nos resulta más fácil repasarlo.
¿Qué tenemos que subrayar?	Lo más importante es identificar y subrayar la idea principal del párrafo. Esta puede estar al principio, al medio o al final de cada texto. Es la parte más importante pues sintetiza la idea general. Suele ser la parte que responde a la pregunta: ¿De qué trata este párrafo?
¿Cómo subrayamos?	Lo principal es subrayar nuestros libros con lápiz, de tal manera que podamos borrar luego los subrayados. Al hacerlo, señalaremos no solamente las ideas principales, sino también las secundarias. Cabe resaltar que cuando se realiza una sola lectura, muchas veces no se ubica la idea central, por lo que se recomienda repasar o releer el párrafo. Como vimos anteriormente, las ideas secundarias refuerzan, explican o preparan para la idea principal
¿Cuándo se subraya?	Por lo general, no es muy recomendable subrayar en la primera lectura. La condición inicial para subrayar es conocer el significado de todas las palabras que están en el párrafo. Una vez que entendamos el significado integral, en la segunda o tercera lectura, según el entrenamiento de cada uno, podremos identificar las ideas principales y subrayarlas

Esquema	
Es la expresión gráfica de un texto y contiene un resumen de las principales ideas. Si armamos el esquema de un texto, podremos tener una noción clara del contenido de manera inmediata	
Beneficios	Podremos apreciar todos los conceptos y sus relaciones. • Cuando pasamos las ideas de un texto a una hoja escrita o dibujada por nosotros ya estamos dándole nuestro propio orden y sentido. Eso deriva en un aprendizaje mucho más duradero
¿Cómo hacer el esquema?	Primero: se debe leer bien el texto. Segundo: identificar bien y subrayar las ideas principales y secundarias. Tercero: resumir las principales ideas en frases muy cortas y sin detalles, usando nuestras propias palabras. Cuarto: se selecciona el gráfico que se quiere utilizar y se identifica cuál es la idea que une a todos los conceptos. Colocamos esta idea eje al centro o arriba del esquema. Quinto: se ordena el resto de las ideas según las relaciones que haya entre los conceptos

Resumen	
El resumen es una breve redacción que sintetiza las ideas principales del texto, utilizando nuestro propio vocabulario	
Para hacer un buen resumen debemos tener en cuenta los siguientes pasos:	
<ul style="list-style-type: none"> • Haber leído detalladamente el texto y haber utilizado otra técnica como el subrayado o esquema para ir ordenando nuestras ideas. • Es importante que ya se conozca y comprenda el objetivo principal del texto, las ideas centrales y las secundarias. • El resumen debe de ser breve y coherente, debe evitar el uso de palabras o frases sueltas 	

Reconociendo nuestras emociones

Objetivos: Aprender a conocer y autorregular mis emociones”

Modalidad Virtual : <https://meet.google.com/edz-njgv-kbf>

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Los estudiantes escuchan la narración sobre:</p> <p style="text-align: center;">LA RANA Y LA ROSA</p>  <p style="text-align: center;">MORALEJA</p> <p>Se genera un dialogo de reflexión con los estudiantes. Luego, pide a los estudiantes que señalen las emociones que tuvieron durante la narración</p> <p>Se acompaña y acoge las emociones que surjan en este ejercicio, sin juzgar ninguna de ellas, más bien permitiendo que tengan su lugar.</p>	<p>Narración</p> <p>Reflexiones</p>	15 minutos
Desarrollo	<p>SE explica que todos en algún momento de nuestras vidas hemos sentimos miedo, cólera o alegría; y les pide que expresen sus sentimientos con gestos luego se les plantea las siguientes preguntas:</p>  <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cómo se sienten cuando han perdido algo? (Se pide que lo expresen con gestos). • ¿Cómo se sienten cuando les quitan un juguete? (Se pide que lo expresen con gestos). • ¿Qué sienten cuando sacan buenas notas? (Se pide que lo expresen con gestos). <p>¿Cómo se han sentido en estos días que no han acudido al colegio? ¿por qué?</p> <p>Se explica las emociones, tipos, estrategias para regular y manejar. Lee la inteligencia emocional : como controlar las emociones (anexo). Comentan las ideas de la lectura.</p> <p>Se concluye con algunos mensajes importantes sobre el tema</p>	<p>Emoticones</p> <p>Ficha de lectura</p> <p>Comunicación</p>	60 minutos
Cierre	<p>Reflexión y metacognición</p> <p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas:</p> <p>¿Qué aprendí?</p> <p>¿para qué me sirve lo aprendido?</p>	Reflexiones	15 minutos

	<p>¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Se pide a los estudiantes que expresen cómo se han sentido en esta sesión, dibujando unas caritas expresivas</p>		
--	---	--	--

Lectura

La inteligencia emocional: cómo controlar las emociones



La inteligencia emocional te permite identificar y entender tus propios estados de ánimo: reconocer cuándo y por qué estás enfadado, nervioso o triste, y actuar sobre las causas y no solo sobre los síntomas. También te hace capaz de identificar que te diriges hacia un estado emocional negativo, entender lo que está ocurriendo y no quedarte permanentemente allí.

Algunas acciones pueden ayudarte: Intenta recordar tus virtudes y éxitos. Consiste en pensar en lo que te ha provocado esa emoción, pero reduciendo su significado negativo. Ejemplo: en lugar de enfadarte porque has llegado tarde, puedes pensar que esta vez tuviste un problema para llegar a tiempo, pero que generalmente eres muy puntual. Dirige tu atención hacia un asunto concreto. Consiste en desvincularte de la emoción negativa centrandote en pensamientos neutros o positivos. Así evitarás que la emoción sea cada vez más intensa.

Piensa en tu futuro más inmediato, Aunque en ese momento tan solo seas capaz de vivir el presente y tu frustración, así como que el enfado o los nervios te parezcan importantes, pregúntate si seguirás sintiendo eso dentro de una semana. Medita habitualmente. La meditación, la respiración, el intentar relajar tu mente y dejar de pensar ayuda a reducir la ansiedad. Conviene hacerlo de forma regular y no solo cuando tienes una emoción negativa. Date permiso para preocuparte más tarde. Intentar suprimir una emoción provoca que vuelva de nuevo con más fuerza. Sin embargo, posponerla para más tarde puede funcionar. Tras un periodo de pausa, las emociones regresan con una intensidad menor.

Sesión 7

Proponemos estrategias para regular nuestras emociones

Objetivos: Reconocer sus emociones no saludables y poner en práctica estrategias para autorregularlas

Modalidad Virtual : <https://meet.google.com/edz-njgv-kbf>

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Iniciamos la sesión e indicamos que se leerá una situación y el grupo debe responder qué emoción o sentimientos le genera:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">Situación 1:</p> <p>Tu papá o mamá llega del trabajo y te grita sin motivo...</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p style="text-align: center;">Situación 2:</p> <p>Tu amigo está jugando y se tropieza, bota tu mochila y caen tus libros y cuadernos encima de un charco de agua...</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p style="text-align: center;">Situación 3: Te gusta mucho un(a) chico(a) de la escuela, quieres decirle tus sentimientos, pero un día lo (la) ves de la mano con alguien...</p> </div> <p>Explicamos que las emociones generan reacciones en nuestro organismo no solo en el cerebro. La relación entre las emociones y la salud o enfermedad es muy estrecha; por ello, es importante que aprendamos a expresarlas y encaminarlas adecuadamente.</p>	Cuartillas	25 minutos
Desarrollo	<p>Indicamos que en parejas elaborarán un mapa emocional. Para ello, es necesario hacer el siguiente dibujo en la pizarra</p> <div style="display: flex; justify-content: center; gap: 20px; margin: 10px 0;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #FFD700;">MIEDO</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #90EE90;">TRISTEZA</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; background-color: #FFA07A;">ENOJO</div> </div> <p>Indicamos que tendrán que elegir la emoción que suelen sentir y responder a la siguiente pregunta:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo las vives? 2. ¿La forma cómo viven la emoción es saludable o no? <p>Luego invitamos a las parejas a que “ESCUCHEN SU VOZ SANA”, esto significa que deben encontrar en su interior una voz que le comprenda, que entienda lo que le pasa, esto le permitirá transformar su emoción no sana en saludable.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin: 10px auto; width: 60%;"> <p>sí eres capaz, que sí eres valiosa(o)</p> </div>		60 Minutos
Cierre	<p>Se realiza la metacognición:</p> <p>¿Cómo se sintieron con lo trabajado sobre las emociones?</p> <p>¿Qué aprendí?</p> <p>¿para qué me sirve lo aprendido?</p> <p>¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Asumimos compromisos</p>	RR.HH	10 minutos

Sesión 8

Aprendiendo a tomar decisiones

Objetivos: Conocer la importancia de la toma de decisiones para concretar nuestras metas

Modalidad Virtual : <https://meet.google.com/edz-njgv-kbf>

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Los estudiantes observan un video https://www.youtube.com/watch?v=Vdx0OxbiBL8</p> <p>Iniciamos la sesión preguntando: ¿Qué entendemos por toma de decisiones? ¿Por qué es importante tomar decisiones informadas? Escuchamos las respuestas Explicamos que tomar decisiones basadas en una reflexión previa nos permite:</p>	<p>Video Yuotube</p> <p>Laptop</p> <p>Guía de preguntas</p>	<p>20 minutos</p>
Desarrollo	<p>Para lograr nuestros objetivos hay que tomar decisiones correctas, para lo cual es necesario:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Aprender a generar y buscar alternativas de solución. ○ Aprender a buscar información válida y fiable para enfrentar el problema. ○ Aprender a seleccionar entre las diferentes alternativas, descartando unas y eligiendo otras. ○ Una vez definida la elección, aprender a organizar un plan de acción para llevarlo a cabo. <p>Se comparte un caso del anexo 1 y se les solicita desarrollar el cuestionario del anexo 2.</p> <p>Luego socializan sus respuestas y reforzamos las ideas Repasamos las distintas etapas que debe seguir una toma de decisiones:</p>	<p>PPT de casos Lectura</p> <p>Reflexión</p>	<p>45 minutos</p>
Cierre	<p>Metacognición</p> <p>¿Qué hemos podido comprender de esta sesión? ¿para qué me sirve lo aprendido? ¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p>	<p>Reflexión</p>	<p>15 minutos</p>

ANEXO 1

Miguel, adolescente de 13 años, tiene una relación difícil con sus compañeros. Atribuye esta situación a que está subido de peso.

Claudia tiene 15 años, está en cuarto de secundaria y se ha dado cuenta de que está embarazada. Ella tiene un buen rendimiento escolar

ANEXO 2.

Cada grupo desarrollará este cuestionario. Recuerden que:

- Debe haber una reflexión antes de actuar.
- Se debe enfrentar las consecuencias de nuestras decisiones con valor y determinación.
- Es importante actuar con prudencia y serenidad.

Preguntas:

1. ¿Cómo creen que se siente el estudiante?
2. ¿Qué decisión tomarías frente a este caso?, ¿por qué?

Sesión 9

Conociendo mis estilos y ritmos de aprendizaje

Objetivos: Reflexionar sobre los aprendizajes para mejorar el aprendizaje

Modalidad presencial

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
<p>Inicio</p>	<p>Indagamos acerca de las opiniones de las y los estudiantes, por medio de preguntas orientadoras, como:</p> <p>¿Cómo son las formas de aprender de cada una de las personas?</p>  <p>¿Se puede decir que una forma de aprender es mejor que otra? ¿Se han preguntado alguna vez de qué forma aprenden mejor? Para ello, cada uno, a través de una encuesta, explorará sus estilos de aprendizaje.</p>	<p>Imagen</p> <p>Lluvia de ideas</p>	<p>25 minutos</p>
<p>Desarrollo</p>	<p>Se entrega a los estudiantes la encuesta sobre estilos de aprendizaje (Anexo). Leemos juntos las instrucciones, y luego les pedimos que la desarrollen.</p> <p>Concluida la actividad se brinda orientaciones para que realicen la calificación de sus respuestas.</p> <p>Al finalizar, pedimos a algunos voluntarios que comenten a sus compañeros</p> <p>¿Qué les pareció la encuesta? ¿Se sienten identificados con sus formas de aprender según los resultados obtenidos? ¿En qué les ayuda conocer sus estilos de aprendizaje? Cuantifican sus respuestas</p>	<p>Encuesta sobre estilos de aprendizaje (Anexo), lapiceros, hoja de respuestas sobre la encuesta</p>	<p>60 minutos</p>
<p>Cierre</p>	<p>REFLEXIONAMOS</p> <p>¿Por qué es necesario reconocer nuestros estilos de aprendizaje? ¿para qué me sirve lo aprendido? ¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Se brinda recomendaciones Para que los estudiantes durante la semana pongan en práctica su estrategia para mejorar el aprendizaje y que evalúen sus resultados que obtuvieron.</p>	<p>Reflexiones</p>	<p>15 minutos</p>

Actividad Para saber cual es tu estilo de aprendizaje según el modelo de la programación neurolingüística, te invitamos a resolver el siguiente inventario.

INVENTARIO SOBRE ESTILO DE APRENDIZAJE

Este inventario es para ayudarte a descubrir tu manera preferida de aprender. Reconocer tus preferencias te ayudara a comprender tus fuerzas en cualquier situación de aprendizaje. Por favor responde verazmente a cada pregunta, según lo que haces actualmente, no según lo que piensas que sea la respuesta correcta.

Usa la escala sgte para responder a cada pregunta: pon una X sobre tu respuesta

1= Nunca	2=Raramente	3=Ocasionalmente	4=Usualmente	5=Siempre
----------	-------------	------------------	--------------	-----------

1	Me ayuda a trazar o escribir a mano las palabras cuando tengo que aprenderlas de memoria.	1	2	3	4	5
2	Recuerdo mejor un tema al escuchar una conferencia en vez de leer un libro de texto	1	2	3	4	5
3	Prefiero las clases que requieren una prueba sobre lo que se lee en el libro de texto	1	2	3	4	5
4	Me gusta comer bocados y mascar chicle, cuando estudio	1	2	3	4	5
5	Al prestar atención a una conferencia puedo recordar las ideas principales sin anotarlas	1	2	3	4	5
6	Prefiero las instrucciones escritas sobre las orales	1	2	3	4	5
7	Yo resuelvo bien los rompecabezas y los laberintos	1	2	3	4	5
8	Prefiero las clases que requieran una prueba sobre lo que se presenta durante una conferencia.	1	2	3	4	5
9	Me ayuda a ver diapositivas y videos para completar un tema	1	2	3	4	5
10	Recuerdo mas cuando leo un libro que cuando escucho una conferencia	1	2	3	4	5
11	Por lo general, tengo que escribir los números del teléfono para recordar bien	1	2	3	4	5
12	Prefiero recibir las noticias escuchando la radio en vez de leerlas en un periódico	1	2	3	4	5
13	Me gusta tener algo como un bolígrafo o un lápiz en la mano cuando estudio	1	2	3	4	5
14	Necesito copiar los ejemplos de la pizarra del profesor para examinarlos mas tarde	1	2	3	4	5
15	Prefiero las instrucciones orales del maestro a aquellas escritas en un examen o en la pizarra.	1	2	3	4	5
16	Prefiero que un libro de texto tenga diagramas gráficos y cuadros porque me ayudan mejor a entender el material	1	2	3	4	5
17	Me gusta escuchar música al estudiar una obre, novela, etc.	1	2	3	4	5
18	Tengo que apuntar listas de cosas que quiero hacer para recordarlas	1	2	3	4	5
19	Puedo corregir mi tarea examinándola y encontrando la mayoría de los errores	1	2	3	4	5
20	Prefiero leer el periódico en vez de escuchar las noticias	1	2	3	4	5
21	Puedo recordar los números del teléfono cuando los oigo	1	2	3	4	5
22	Gozo el trabajo que me exige usar la mano o herramientas	1	2	3	4	5
23	Cuando escribo algo, necesito leerlo en voz alta para oír como suena	1	2	3	4	5
24	Puedo recordar mejor las cosas cuando puedo moverme mientras estoy aprendiéndolas, por ejm caminar al estudiar o participar en una actividad que me permita moverme	1	2	3	4	5

Planilla de respuestas

VISUAL	Pregunta	1	3	6	9	10	11	14	Total visual:
	Puntaje (1 a 5)								
AUDITIVO	Pregunta	2	5	12	15	17	21	23	Total auditivo:
	Puntaje (1 a 5)								
KINESTESICO	Pregunta	4	7	8	13	19	22	24	Total kinestésico
	Puntaje (1 a 5)								

Sesión 10

Aprendiendo a autoevaluarnos

Objetivos: comprender la importancia de la autoevaluación en nuestra vida cotidiana

Modalidad presencial

Momentos	Descripción de la actividad	Recursos y materiales	Duración
Inicio	<p>Se inicia la sesión presentando un juego de letras (autoevaluación) luego observan un video sobre la importancia de la autoevaluación.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=IFvE3fenzOg</p> <p>¿Cuáles son los beneficios que presenta la realización de una autoevaluación? Se reflexiona en función al video y desde su punto de vista como estudiante.</p>	<p>Video Cuestionario</p>	<p>15 minutos</p>
Desarrollo	<p>Los estudiantes en forma individual responden a las siguientes preguntas:</p> <p>¿Qué actitudes o comportamientos positivos has utilizado o presentado durante el desarrollo de las sesiones de aprendizaje virtual?</p> <p>Responden en las cuartillas, luego socializan sus repuestas. Presentan estrategias de autoevaluación ejemplificando con dilemas morales.</p> <p>Se distribuye la ficha del postest a los estudiantes como parte de la última sesión donde responden el cuestionario de la encuesta para entender la autoevaluación</p> <p>Luego se les pregunta: ¿Cómo se sintieron al realizar estas actividades?</p> <p>¿Les fue fácil? ¿Por qué?</p> <p>La docente consolida la ideas</p>	<p>Cuartillas Plumones</p> <p>Análisis de casos</p>	<p>45 minutos</p>
Cierre	<p>Actividades de Metacognición</p> <p>Los estudiantes reflexionan a través de las preguntas:</p> <p>¿Qué aprendí?</p> <p>¿para qué me sirve lo aprendido?</p> <p>¿Cómo lo puede utilizar en mi vida diaria?</p> <p>Cierre del programa Aprender.</p>		<p>30 minutos</p>