



**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LA RIOJA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESPECIALIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA**

**TECNICAS DE ESTUDIO: ADQUISICIÓN Y
APLICACIÓN EN LA ESO**

TRABAJO DE FIN DE MÁSTER

Presentado por Dña. Itziar Sanz Hernández
Directora: Dra. M^a del Carmen Díez González
Tutor: Marta Rebollo
Madrid, Septiembre de 2012

“Cuanto más se conozca a sí mismo el alumnado como estudiante y conozca las distintas técnicas de estudio que tiene a su disposición, más fácil le será seleccionar las más adecuadas a cada situación para crear sus propias estrategias de aprendizaje”.

(Gómez Gómez, Montserrat, 2006:2)

ÍNDICE

1. - RESUMEN / ABSTRACT	6
1.1. Resumen y palabras clave.....	6
1.2. Abstract y keywords.....	6
2. - INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO	7
3. - PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	9
3.1. – Objetivos.....	9
3.2. - Breve fundamentación de la metodología.....	9
3.3. - Breve justificación de la bibliografía utilizada.....	10
4. – FUNDAMENTACIÓN	11
4.1. –Técnicas de estudio y conceptos relacionados.....	11
4.1.1. – Competencia de aprender a aprender.....	12
4.1.2. – Estrategias de aprendizaje.....	14
4.2. – Clasificación de las técnicas de estudio.....	15
4.3. - Definición de los diferentes tipos de técnicas de estudio analizadas.....	18
4.3.1. Técnicas de estudio que favorecen la estrategia de aprendizaje para activar conocimientos previos.....	18
4.3.1.1. Prelectura de títulos y subtítulos.....	18
4.3.1.2. Skimming.....	18
4.3.1.3. Scanning.....	19
4.3.1.4. Formulación de preguntas y elaboración de respuestas.....	19
4.3.2. Técnicas de estudio que mejoran la estrategia de aprendizaje de recogida y selección de información.....	19
4.3.2.1. Toma de apuntes.....	19
4.3.2.2. Lectura comprensiva.....	19
4.3.2.3. Subrayado.....	19
4.3.2.4. Parafrasear en los márgenes.....	20
4.3.2.5. Conectar partes de un texto.....	20
4.3.3. Técnicas de estudio que mejoran las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión.....	20
4.3.3.1. Esquema.....	20
4.3.3.2. Mapa mental.....	20
4.3.3.3. Mapa conceptual.....	21
4.3.3.4. Cuadro comparativo.....	21
4.3.4. Técnicas de estudio que ayudan a fortalecer la memoria.....	21
4.3.4.1. Repetición.....	21

4.3.4.2 Reglas de asociación.....	21
4.3.4.3. Acrósticos.....	21
4.3.4.4. Musicar nombres.....	21
4.3.4.5. Enlazar usando la narración.....	22
4.3.5. Técnicas de estudio para consolidar los conocimientos.....	22
4.3.5.1. Repaso.....	22
4.3.5.2. Recuerdo.....	22
4.3.6. Técnicas de estudio para transferir conocimientos.....	22
4.3.5.1. Resumen.....	22
4.3.5.2. Mapas en blanco.....	22
4.3.5.3. Esquemas mudos.....	22
4.4.- Lugar y Tiempo de Estudio.....	23
4.5. –Evidencias empíricas sobre las técnicas de estudio.....	24
5. - MATERIALES Y MÉTODOS EMPLEADOS -----	25
5.1.- Muestra.....	25
5.2.- Instrumento.....	27
5.3.- Procedimiento.....	29
6. - RESULTADOS Y ANÁLISIS -----	32
6.1. Resultados generales.....	32
6.2. Resultados en relación con la hipótesis planteada en el presente trabajo.....	46
7. - PROPUESTA PRÁCTICA -----	54
8. – DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES -----	58
9. – BIBLIOGRAFÍA -----	63
9.1. - Referencias bibliográficas.....	63
9.2. - Bibliografía complementaria.....	64
10. – ANEXOS -----	65
10.1. – Tabla con los resultados sociodemográficos obtenidos de la muestra.....	65
10.2. – Cuestionario aplicado a los alumnos en el trabajo de campo.....	68

1.1. Resumen.

El presente trabajo, realizado con una muestra de 124 alumnos de secundaria, pretende investigar cómo adquieren estos alumnos las técnicas de estudio y cuál es la aplicación práctica de las mismas, además de analizar sus hábitos de estudio. Se considera que estos factores influyen a la hora de adquirir aprendizajes significativos y que están relacionados con las diferencias de rendimiento escolar, existentes entre los alumnos de ESO. Los resultados muestran que los alumnos que pueden estudiar en un lugar confortable, planificar el tiempo de estudio y poseer y aplicar diferentes técnicas de estudio al proceso de aprendizaje, mejoran los resultados académicos.

Palabras clave: Técnicas de Estudio, Estrategias de aprendizaje, Aprender a aprender, Tiempo de estudio, Lugar de estudio, Rendimiento escolar, Aprendizaje significativo.

1.2. Abstract.

This study, using a sample of 124 high school students, aims to investigate how these students acquire study skills and what is the practical application thereof, in addition to analyzing their study habits. It is considered that these factors influence the time of acquiring meaningful learning and are related to differences in school performance between students of ESO. The results show that students can study in a comfortable place, plan time for study and possess and apply different study techniques to the learning process, improve academic outcomes.

Keywords: Study Skills, Learning Strategies, Learning to learn, Study time, Place of study, Academic Performance, Meaningful learning.

2. INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

En el sistema educativo actual se puede observar cómo los profesores enseñan de la misma manera a los alumnos de la ESO diferentes estrategias de aprendizaje y sus determinadas técnicas de estudio, con las que se persigue, por parte de los profesores, que los alumnos obtengan aprendizajes significativos.

Aunque estas estrategias y técnicas se enseñen por igual a todos los estudiantes, se puede comprobar que no todos los alumnos aprenden de la misma manera, pudiendo influir en esta realidad diferentes variables en las que hay que poner atención, como son la personalidad de los alumnos, el nivel intelectual y cultural de los mismos, la motivación y el interés, etc., pero además, puede influir en esta diferencia a la hora de obtener aprendizajes, cómo hayan adquirido estos alumnos las diferentes estrategias de aprendizaje existentes y sus respectivas técnicas de estudio y cómo las pongan en práctica.

A través de este trabajo se quiere realizar una pequeña investigación con un grupo de alumnos de secundaria, para comprobar en la práctica, si las diferencias existentes entre los alumnos a la hora de obtener los aprendizajes, puede estar relacionada con sus diferentes hábitos de estudio, con la forma de adquisición y la puesta en práctica de las estrategias de aprendizaje y de sus técnicas de estudio.

Esta investigación se lleva a cabo a través de dos líneas de trabajo.

En un primer momento se hace una revisión bibliográfica de artículos y estudios que versan sobre las diferentes técnicas de estudio que existen, sobre las definiciones de cada una y sobre sus funciones y la relación que existe entre estas y las estrategias de aprendizaje, englobándolo dentro de la competencia de “aprender a aprender”. Con esta revisión bibliográfica se trata de fundamentar teóricamente su uso en la práctica y poder así discutir los resultados obtenidos con la literatura del campo.

En un segundo momento se realiza una aproximación a la realidad mediante un “estudio de encuesta”, a través de un cuestionario aplicado a los alumnos de la ESO del Colegio San José de Madrid.

A través de los resultados conseguidos en dicho estudio de campo, se llega a obtener información relevante sobre los hábitos de estudio, la adquisición de las técnicas de estudio, sobre su aplicación en la práctica y sobre la valoración que de ellas hacen, de cara a su aprendizaje, el grupo de alumnos investigado.

Mediante esta información, llegamos a las conclusiones del presente trabajo, en las que se pone de manifiesto que estas técnicas de estudio tienen relación directa con la mejora del rendimiento escolar y además en estas conclusiones se evalúa si los objetivos planteados en la Investigación y las hipótesis consideradas en la misma, se han cumplido o por el contrario no se han obtenido evidencias al respecto.

3. PLANTEAMIENTO

3.1. Objetivos

Con este trabajo de investigación y teniendo en cuenta la bibliografía revisada sobre las diferentes técnicas de estudio existentes, se persigue el siguiente objetivo general, "*analizar cómo se adquieren y se aplican las técnicas de estudio en un grupo de alumnos de la ESO y su relación con el rendimiento escolar*".

Para alcanzar este objetivo, a través del presente estudio se busca conseguir los siguientes objetivos específicos:

- Situarnos teóricamente, a través de la investigación bibliográfica, de las diferentes técnicas de estudio existentes.
- Conocer los hábitos de estudio de los alumnos de secundaria en la actualidad.
- Conocer la forma de adquisición y aplicación de las técnicas de estudio.

Tras el planteamiento de los anteriores objetivos consideramos la siguiente hipótesis, "*el conocimiento y el uso de técnicas de estudio por los alumnos de la ESO mejora el rendimiento escolar, evitando en muchas ocasiones situaciones de fracaso académico*".

3.2. Breve Fundamentación de la Metodología

El presente trabajo de investigación utiliza una metodología mixta.

Por una parte se trata de una Investigación Bibliográfica, empleando artículos y estudios de otros investigadores para fundamentar la segunda parte de la investigación.

Por otra parte tenemos una investigación empírico-analítica-cuantitativa, que busca explicar un fenómeno educativo como es la aplicación y adquisición de las técnicas de estudio por los alumnos de ESO.

En este tipo de investigación el investigador es un ser externo al objeto de estudio, pudiendo de esa manera ser más objetivo e independiente a la hora de analizar los resultados.

Este tipo de investigación requiere de una muestra concreta, que está compuesta por 124 alumnos de ESO del Colegio S. José de Madrid, de un instrumento, que es un cuestionario cerrado de 32 ítems y de un procedimiento deductivo y estadístico, mediante el que se obtienen los resultados de la investigación.

Se utilizan estos dos tipos de investigación por considerar que son las más adecuadas a nuestro objeto de estudio ya que la primera, es decir, la investigación bibliográfica nos aporta la fundamentación teórica y la segunda nos aporta un acercamiento a la realidad, dónde poder comprobar sí se cumplen los objetivos planteados y si se demuestra la hipótesis señalada.

3.3. Breve Justificación de la Bibliografía Utilizada

La bibliografía utilizada es la adecuada para poder fundamentar teóricamente el mismo. Orienta al investigador para conocer de forma correcta las diferentes estrategias de aprendizaje y dentro de ellas, de forma más concreta, las técnicas de estudio, que es el objeto de estudio del presente trabajo.

Así mismo la bibliografía investigada, sirve de pilar para poder elaborar el instrumento metodológico utilizado en el trabajo de campo, es decir, el cuestionario que es aplicado a los alumnos de ESO, para conocer cuál es la aplicación que hacen de las técnicas de estudio y cómo es su adquisición.

A través de este instrumento, se obtienen los datos que nos aportan la información necesaria para analizar si se consiguen los objetivos perseguidos en esta investigación.

4. FUNDAMENTACIÓN

Para desarrollar este trabajo sobre la adquisición y aplicación de las técnicas de estudio en la ESO, en primer lugar se realiza una revisión bibliográfica de artículos de diferentes autores, mediante los que podemos obtener una fundamentación teórica, conociendo las definiciones de los conceptos clave a la hora de desarrollar dicho trabajo (técnicas de estudio, estrategias de aprendizaje y la competencia de aprender a aprender), las clasificaciones de las diferentes técnicas de estudio existentes y en qué consiste cada una y los hábitos de estudio de los alumnos. Por otro lado se revisan estudios previos que versan sobre la misma temática, para poder comparar en un momento posterior, con los que se obtienen en este trabajo.

4.1. Técnicas de estudio y conceptos relacionados.

Las “*técnicas de estudio*” según Salazar y Cossio (2004:1) son las “*actividades específicas que llevan a cabo los alumnos cuando aprenden: repetición, subrayar, esquemas, realizar preguntas, deducir, inducir, etc. Pueden ser utilizadas de forma mecánica*”. Se puede decir que son el reflejo en la práctica de las estrategias de aprendizaje, entendiendo éstas cómo las habilidades de las que dispone el alumno que de forma autónoma puede alcanzar determinados objetivos que se hayan diseñado en su proceso de enseñanza-aprendizaje y adquiera los contenidos (conceptuales, procedimentales y actitudinales) que se establezcan para él.

Por lo tanto podemos afirmar que el alumno a través de la utilización de determinadas técnicas, que ya tiene interiorizadas y que previamente le han sido enseñadas por un agente educativo, puede poner en funcionamiento de forma consciente sus estrategias para recordar, memorizar, manejar la información nueva y ponerla en relación con la ya adquirida, etc., en definitiva, las estrategias de aprendizaje sirven para facilitar el proceso de aprendizaje y para que aquello que se aprende, se aprenda de una forma significativa, lo que podemos denominar aprender a aprender.

Para poder llegar a comprender qué son las *técnicas de estudio* y su importancia en la adquisición de aprendizajes significativos, es necesario situarnos

en su contexto teórico conociendo otros conceptos clave relacionados con las técnicas de estudio, éstos son la competencia de aprender a aprender y las estrategias de aprendizaje.

4.1.1. La competencia de aprender a aprender

Durante las últimas décadas se ha ido abandonando, por parte de los profesores y de toda la comunidad educativa, la idea de enseñar únicamente contenidos conceptuales, en muchos casos de forma memorística, y se ha ido buscando en mayor medida, que el alumno se convierta en una persona autónoma, capaz de “*aprender a aprender*”, es decir, que a través de los aprendizajes que haya adquirido durante su formación académica, sea capaz de encontrar determinada información que necesite, siendo de esa forma, un ser independiente del agente educativo que le transmite dichos aprendizajes.

Siguiendo a Díaz Barriga y Hernández (1999:12), aprender a aprender “*implica la capacidad de reflexionar en la forma en la que se aprende y actuar en consecuencia, autorregulando el propio proceso de aprendizaje mediante el uso de estrategias flexibles y apropiadas que se transfieren y adaptan a nuevas situaciones*”.

En el Real Decreto 1631/2006 de 29 de Diciembre, en su Anexo I se establecen las ocho competencias básicas que han de incluirse en el currículo de secundaria, integrar estas competencias “*permite poner el acento en aquellos aprendizajes que se consideran imprescindibles, desde un planteamiento integrador y orientado a la aplicación de los saberes adquiridos. De ahí su carácter básico. Son aquellas competencias que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida.*”

Dentro de las ocho competencias encontramos la competencia de aprender a aprender, la cual supone “*disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera cada vez más eficaz y autónoma de acuerdo a los propios objetivos y necesidades*”.

Según el Real Decreto esta competencia tiene dos dimensiones fundamentales, la adquisición de la conciencia de las propias capacidades (intelectuales, emocionales, físicas), del proceso y las estrategias necesarias para desarrollarlas, así como de lo que se puede hacer por uno mismo y de lo que se puede hacer con ayuda de otras personas o recursos y disponer de un sentimiento de competencia personal, que redunde en la motivación, la confianza en uno mismo y el gusto por aprender. Significa ser consciente de lo que se sabe y de lo que es necesario aprender, de cómo se aprende, y de cómo se gestionan y controlan de forma eficaz los procesos de aprendizaje, optimizándolos y orientándolos a satisfacer objetivos personales.

Aprender a aprender significa tener conciencia de aquellas capacidades que entran en juego en el aprendizaje, como la atención, la concentración, la memoria, la comprensión y la expresión lingüística o la motivación de logro, entre otras, y obtener un rendimiento máximo y personalizado de las mismas con la ayuda de distintas estrategias y técnicas: de estudio, de observación y registro sistemático de hechos y relaciones, de trabajo cooperativo y por proyectos, de resolución de problemas, de planificación y organización de actividades y tiempos de forma efectiva, o del conocimiento sobre los diferentes recursos y fuentes para la recogida, selección y tratamiento de la información, incluidos los recursos tecnológicos.

De esta forma, podemos comprobar que ya en el propio Real Decreto por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria, se recoge que las diferentes estrategias de aprendizaje y las técnicas de estudio son elementos necesarios y fundamentales para adquirir la competencia de *“aprender a aprender”*, además de la existencia de unos buenos hábitos de estudio.

El alumno que sea capaz de elaborar sus técnicas de estudio, sepa planificarse y posea un buen ritmo de estudio, estará consiguiendo la competencia de *“aprender a aprender”*, es decir, habrá recibido una formación integral, no sólo conceptual, que le ayude a ser autónomo. En esta línea podemos afirmar, siguiendo a Segura Moreno (2002:146), que *“el aprender a aprender propicia el logro de una formación integral, enfatizando en la identificación, la estimulación y el manejo de las habilidades intelectuales que inciden en el aprendizaje del estudiante y motivando en él su gestión propia y permanente formación, una relación humana con apertura ideológica y científica y un desempeño eficaz en su ambiente”*.

4.1.2. Las estrategias de aprendizaje

Existen en la actualidad muchas definiciones de “*estrategias de aprendizaje*”.

Cárdenas, Del Risco, Díaz, Acosta, Davis, Arocha, Gómez, Del Pozo y Morales recogen en su artículo de 2009, lo expuesto por Monereo y Nisbet y Schucksmith, dichos autores dicen que en todas las definiciones de las estrategias de aprendizaje coinciden una serie de puntos, en primer lugar las estrategias son procedimientos o secuencias de acciones, en segundo lugar son actividades conscientes y voluntarias, en tercer lugar pueden incluir varias técnicas, operaciones o actividades específicas, en cuarto lugar persiguen un propósito determinado, el aprendizaje y la solución de problemas académicos o aquellos otros aspectos vinculados con ellos, en quinto lugar son más que los "*hábitos de estudio*" porque se realizan flexiblemente, en sexto lugar pueden ser abiertas (públicas) o encubiertas (privadas), en séptimo lugar son instrumentos con cuya ayuda se potencian las actividades de aprendizaje y solución de problemas y en octavo y último lugar son instrumentos socioculturales aprendidos en contextos de interacción con alguien que sabe más.

Por otro lado, Díaz Barriga y Hernández (1999:12), recogen que una estrategia de aprendizaje “*es un procedimiento (conjunto de pasos o habilidades) que un alumno adquiere y emplea de forma intencional como instrumento flexible para aprender significativamente y solucionar problemas y demandas académicas*”.

Por su parte, Salazar y Cossio (2004:1) siguiendo a Brandt, recogen que "*las estrategias metodológicas, técnicas de aprendizaje y recursos varían de acuerdo con los objetivos y contenidos del estudio y aprendizaje andragógico de la formación previa de los participantes, posibilidades, capacidades y limitaciones personales de cada quien*".

Hoy en día muchos estudiantes no disponen de las estrategias de aprendizaje necesarias para tener un aprendizaje significativo, por ello los profesores a la hora de trabajar con los alumnos deben tener esto en cuenta y como dice Ramírez Salguero (2001:119) “*deben considerar el ámbito del aprendizaje, ya que muchos estudiantes malgastan su tiempo intentando aprender, mediante la pura memorización, el material de estudio que se les proporciona, lo cual indica que no disponen de*

estrategias de aprendizaje efectivas y que es necesario que alguien se las enseñe; de lo contrario, los estudiantes seguirán utilizando estrategias ineficaces y no transferibles, viendo enormemente limitado su desarrollo personal, cognitivo y profesional”.

De ahí la importancia de que a los alumnos se les enseñe y se les de la información necesaria relacionada con las estrategias de aprendizaje y con las técnicas de estudio que las desarrollan, para poder aplicarlas de forma efectiva, para poder “*aprender a aprender*” llegando a ser personas autónomas en su formación, incluso en un momento posterior de su vida y para poder mejorar su rendimiento académico.

Tras conocer el contexto teórico en el que se dan las técnicas de estudio, realizamos una clasificación de las mismas para conocer las que existen en la realidad y posteriormente, poder analizar cuáles de ellas son conocidas y cuáles no por el grupo de alumnos de la ESO investigado.

4.2. Clasificación de las técnicas de estudio.

Para realizar una primera clasificación de las técnicas de estudio seguimos a Pozo (1990) que realiza una clasificación de las estrategias de aprendizaje según el tipo de proceso cognitivo y el fin perseguidos y dentro de cada estrategia de aprendizaje señala unas técnicas de estudio concretas (para más detalle, ver tabla 1).

Según este autor podemos encontrar en un primer lugar las “*estrategias de recirculación de la información*”, estas estrategias sirven para obtener un aprendizaje memorístico de la información mediante los “*repasos*”, a través de los cuales, se integran los conocimientos en la memoria a largo plazo. Dentro de este tipo de estrategias encontramos las siguientes técnicas de estudio, la repetición simple o acumulativa, el subrayado, el copiado de texto y la señalización de lo más importante del mismo.

En un segundo lugar, Pozo señala las “*estrategias de elaboración*”, que sirven para relacionar la información nueva con los conocimientos que se poseen previamente. En este grupo de estrategias se engloban las siguientes técnicas de estudio, la señalización de las palabras clave de un texto, el rimado, el parafraseo, las

imágenes mentales, la elaboración de inferencias, el resumen, las analogías y la elaboración conceptual.

Las “*estrategias de organización de la información*” se encuentran en el tercer lugar de la clasificación que nos da Pozo. Este tipo de estrategias se usa para clasificar la información, dando prioridad a unos contenidos frente a otros y facilitando de esta manera su interiorización. En este tercer grupo de estrategias podemos señalar las siguientes técnicas, el uso de categorías, las redes semánticas, los mapas conceptuales y el uso de estructuras textuales.

En cuarto y último lugar Pozo recoge las “*estrategias de recuperación de la información*” las cuales se utilizan para buscar y recuperar la información que se encuentra almacenada en nuestra memoria a largo plazo. Dentro de este tipo de estrategias están las técnicas de seguir pistas y la búsqueda directa de información.

Tabla 1. *Clasificación de las estrategias de aprendizaje.*

Proceso	Tipo de estrategia	Finalidad u objetivo	Técnica o habilidad
Aprendizaje memorístico	Recirculación de la información	Repaso simple	♦ Repetición simple y acumulativa
		Apoyo al repaso (seleccionar)	♦ Subrayar ♦ Destacar ♦ Copiar
Aprendizaje significativo	Elaboración	Procesamiento simple	♦ Palabra clave ♦ Rimas ♦ Imágenes mentales ♦ Parfraseo
		Procesamiento complejo	♦ Elaboración de inferencias ♦ Resumir ♦ Analogías ♦ Elaboración conceptual
	Organización	Clasificación de la información	♦ Uso de categorías
		Jerarquización y organización de la información	♦ Redes semánticas ♦ Mapas conceptuales ♦ Uso de estructuras textuales
Recuerdo	Recuperación	Evocación de la información	♦ Seguir pistas ♦ Búsqueda directa

Fuente: Adaptado de Pozo, 1990.

Una segunda clasificación de técnicas de estudio que analizamos es la que señala Gómez (2006) en la que se diferencian según la estrategia de aprendizaje utilizada.

En primer lugar encontramos “las estrategias para activar los conocimientos previos”, las técnicas que se encuadran aquí son la prelectura de títulos y subtítulos, el Skimming o lectura rápida que nos permite comprender lo esencial del texto, el Scanning o lectura veloz para la extracción de información específica (lectura más lenta que la anterior) y la formulación de preguntas y respuestas.

“Las estrategias para recogida y selección de información”, se encuentran en segundo lugar en dicha clasificación y dentro de estas se engloban como técnicas de estudio, la toma de apuntes, la lectura comprensiva, el subrayado, parafrasear en los márgenes y conectar partes del texto.

En un tercer lugar la autora señala “las estrategias de síntesis y comprensión”, en este tercer grupo se encuentran el esquema, el mapa mental, el mapa conceptual y el cuadro comparativo como técnicas de estudio.

Como cuarto grupo, recogido en esta clasificación, encontramos “estrategias para fortalecer la memoria”. Dentro de este grupo están las siguientes técnicas de estudio, la repetición, las reglas de asociación, los acrósticos, el musicar nombres, el enlazar usando la narración.

El quinto grupo de esta clasificación son “las estrategias para consolidar conocimientos” dentro de este grupo encontramos el repaso y el recuerdo.

En último lugar, Gómez señala un sexto grupo de técnicas de estudio dentro de “las estrategias de aprendizaje para transferir conocimientos”. Aquí se encuentran el resumen, el mapa en blanco y los esquemas mudos.

Con estas dos clasificaciones se evidencia que cada grupo de técnicas de estudio tiene un fin esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje, sirviendo a los alumnos para poder obtener aprendizajes significativos.

Unificando ambas clasificaciones podemos resumir que dependiendo de las técnicas que utilicen los alumnos, pueden hacerse una idea general de lo que se tiene

que aprender, pueden relacionar sus conocimientos previos con conocimientos y conceptos nuevos que deben aprender, pueden organizar la información que deben aprender, clasificarla y jerarquizarla (desde lo más importante a lo menos importante) para que les sea más sencillo adquirir esos nuevos conocimientos, pueden fortalecer su memoria, pueden consolidar los conocimientos y por último pueden recuperar la información que han aprendido en otros momentos para utilizarla en un momento posterior.

4.3. - Definición de los diferentes tipos de técnicas de estudio analizadas.

Después de haber clasificado las técnicas de estudio y haberlas englobado según los fines que persiguen, se considera necesario definir aquéllas que queremos analizar en nuestra investigación, para conocer de forma específica en qué consiste cada una.

Las técnicas seleccionadas para el estudio, son las que se encuentran dentro de la clasificación realizada por Gómez (2006).

Las definiciones de las técnicas de estudio que se recogen posteriormente, han sido elaboradas por el autor de la presente investigación teniendo en cuenta los trabajos de Gómez (2006) y Álvarez (2004).

4.3.1. Técnicas de estudio que favorecen la estrategia de aprendizaje para activar conocimientos previos.

4.3.1.1. Prelectura de títulos y subtítulos.

La prelectura de títulos y subtítulo consiste en que el alumno lea los títulos y subtítulos del texto que tiene que estudiar. Con esta técnica de estudio se intenta tener una primera idea general de lo que se va a aprender, pudiendo imaginar el contenido de cada epígrafe.

4.3.1.2. Skimming.

El skimming consiste en una lectura rápida (debe durar aproximadamente cinco minutos) que permite comprender lo esencial del texto a estudiar. Con esta técnica se pretende captar la estructura básica del texto.

4.3.1.3. Scanning.

El scanning es una lectura veloz más lenta que la anterior (debe durar entre cinco y diez minutos) para la extracción de información específica del texto. A través de esta técnica se pretende buscar aquellas partes del texto (palabras y párrafos) relacionadas con el tema que le interese al alumno.

4.3.1.4. Formulación de preguntas y elaboración de respuestas.

La Formulación de preguntas y la elaboración de respuestas es una técnica de estudio que consiste en que el alumno se realice preguntas sobre el texto y que pueda elaborar sus respuestas con el contenido del mismo. Este tipo de técnica sirve para entender mejor el texto. Ejemplos de estas preguntas podrían ser ¿Quién está implicado?, ¿Por qué sucede?, ¿Cuándo sucede?

4.3.2. Técnicas de estudio que mejoran la estrategia de aprendizaje de recogida y selección de información.

4.3.2.1. Toma de apuntes.

A través de la toma de apuntes se pretende que el alumno extraiga las ideas más importantes de una sesión explicativa, de una conferencia o de una clase magistral y las refleje de forma escrita con la mayor claridad posible. Es recomendable dejar márgenes para anotaciones, resúmenes o gráficas, usar letra clara, no utilizar muchas claves abreviadas para entenderlo sin dificultad y organizar visualmente las ideas. (Gómez, 2006)

4.3.2.2. Lectura comprensiva.

La técnica de lectura comprensiva consiste en una lectura lenta y profunda de un texto por parte del alumno, de forma que pueda entender todo su contenido. Es importante haber realizado las técnicas anteriores de lectura de títulos y subtítulos, skimming y scanning, pues ayudarán a esta lectura exhaustiva del texto.

4.3.2.3. Subrayado.

Mediante el subrayado lo que se pretende es marcar en un texto las ideas más importantes, para después poder encontrarlas rápidamente. Para el uso de esta técnica se debe leer previamente el texto en su totalidad, no se debe subrayar más del 50 % del texto, lo que se subraye debe tener sentido,

pero no sentido gramatical, sólo se subrayarán las partes con contenido significativo para el alumno. En esta técnica se pueden emplear diferentes tipos de subrayado si se quieren diferenciar las ideas principales de las secundarias, fechas, autores, etc.

4.3.2.4. Parafrasear en los márgenes.

La técnica de parafrasear en los márgenes consiste en que el alumno, en los márgenes de un texto, escriba dos o tres palabras clave que le ayuden posteriormente a recordar la información de un párrafo determinado.

4.3.2.5. Conectar partes de un texto.

Para llevar a cabo esta técnica de conectar partes de un texto, el alumno utilizará líneas, círculos, flechas, etc., sobre dicho texto, relacionando palabras o partes del mismo, que le ayudaran a entender el contenido del mismo.

4.3.3. Técnicas de estudio que mejoran las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión.

4.3.3.1. Esquema.

La técnica del esquema deberá emplearse por el alumno después de haber realizado un buen subrayado del texto. En el esquema se deben extraer las ideas importantes y organizarlas de forma jerárquica.

Existen diferentes tipos de esquemas, como los esquemas de llaves, los de líneas, los de puntos, etc.

4.3.3.2. Mapa mental.

El mapa mental es una estructura que aporta información de forma jerarquizada. El alumno debe realizar una selección de la información situando en el centro una imagen del tema y posteriormente se colocan palabras clave alrededor de esa imagen que irán asociadas a imágenes para que éste pueda recordarlas mejor. Se pueden usar diferentes líneas de colores para marcar las ideas principales de las secundarias y se ramificará tanto, como ideas se recojan en el mapa.

4.3.3.3. Mapa conceptual.

Esta técnica es mucho más rígida que la anterior, pues la información se organiza mediante conceptos clave que llevan a otros conceptos, mediante cuadros y líneas.

4.3.3.4. Cuadro comparativo.

A través del cuadro comparativo, el alumno podrá comparar dos conceptos parecidos, como dos autores literarios o dos períodos históricos, colocando en la primera línea los conceptos que se comparan y en las líneas inferiores los aspectos diferentes. Mediante esta técnica se puede tener una visión clara y comprensiva de determinados conceptos que se han de aprender.

4.3.4. Técnicas de estudio que ayudan a fortalecer la memoria.

4.3.4.1. Repetición.

La técnica de la repetición consiste en repetir una y otra vez lo que se debe aprender. El objetivo de esta técnica es fortalecer la memoria a corto plazo. Si la repetición se acompaña del repaso, sirve además para fortalecer la memoria a medio plazo.

4.3.4.2 Reglas de asociación.

Con las reglas de asociación se trata de conectar conceptos nuevos con otros ya conocidos por el alumno. Los conceptos los puede asociar, por ejemplo, porque tengan significados similares. Esta técnica sirve para retener la información y memorizarla.

4.3.4.3. Acrósticos.

Los acrósticos son una técnica de estudio consistente en crear una nueva palabra con las iniciales de los conceptos que se deben memorizar, esto ayudará al alumno a recordar estos conceptos en un momento posterior.

4.3.4.4. Musicar nombres.

El alumno cuando memoriza suele darle musicalidad a su discurso. A través de esta técnica de estudio se favorece la capacidad de retener.

4.3.4.5. Enlazar usando la narración.

Mediante la técnica de enlazar usando la narración, el alumno enlaza conceptos clave que desea memorizar, si además se asocian a estos conceptos imágenes mentales, se favorecerá su retención.

4.3.5. Técnicas de estudio para consolidar los conocimientos.

4.3.5.1. Repaso.

En el repaso, el alumno relee lo aprendido.

Esta técnica sirve para reforzar lo que ha aprendido en caso de que no lo recuerde en un momento posterior.

4.3.5.2. Recuerdo.

Mediante esta técnica el alumno hace un esfuerzo durante unos minutos para recordar lo aprendido. Si no lo recuerda debe repasarlo.

4.3.6. Técnicas de estudio para transferir conocimientos.

4.3.6.1. Resumen.

Mediante el resumen el alumno reproduce lo que se recoge en un determinado texto con sus propias palabras. Es más útil como técnica para el recuerdo, después de haber leído el texto varias veces, de haberlo subrayado y de haber realizado algún esquema, se podrá realizar un resumen que ayudará a recordar lo estudiado.

4.3.6.2. Mapas en blanco.

A través de los mapas en blanco, se trata que el alumno realice un mapa mental o conceptual en blanco, dónde aparezcan las imágenes y las conexiones y lo rellene con los conceptos estudiados. Mediante esta técnica el alumno realiza un recuerdo y comprueba que ha comprendido el contenido de lo estudiado.

4.3.6.3. Esquemas mudos.

La técnica de los esquemas mudos es parecida a la anterior, pero en esta el alumno realiza el esquema con las llaves, los guiones, etc., y posteriormente debe ir rellenándolo con las palabras y conceptos que falten.

4.4. – Lugar y Tiempo de Estudio

No sólo las técnicas de estudio son importantes para que un alumno adquiriera un aprendizaje significativo. Debe tener unos buenos hábitos de estudio, de planificación y de situación que favorecerán ese aprendizaje.

La motivación que tenga el alumno es básica para que tenga una buena predisposición frente a la tarea de aprender, al igual que los factores externos y los factores internos del alumno, que serán esenciales a la hora de mantener la concentración.

En nuestro estudio vamos a centrarnos en el lugar y en el tiempo de estudio pues los consideramos factores clave a la hora de estudiar. Esta investigación analiza cómo es el tiempo que dedican los alumnos de la ESO al estudio y cómo es el lugar dónde estudian, para comprobar si esos factores influyen en su aprendizaje.

A continuación y siguiendo a Cabeza Leiva (2011) recogemos las características que deben reunir tanto el lugar, como el tiempo de estudio, para que sean favorables al alumno en su aprendizaje, siendo esas características las estudiadas en nuestra investigación.

En cuanto al lugar de estudio, se recomienda que sea una habitación agradable y siempre la misma, a ser posible, con una mesa amplia y una silla cómoda dónde haya luz natural, evitando que existan objetos personales que puedan alterar la concentración del alumno. Se debe evitar que en la habitación haya ruidos procedentes de la televisión, el teléfono o cualquier otro medio audiovisual que pueda distraer al alumno de su estudio.

Por lo que respecta al tiempo de estudio, se debe estudiar en la misma franja horaria, a ser posible, para crear un buen hábito. Lo recomendado es estudiar entre dos y tres horas diarias para llegar bien preparado a los exámenes y no dejarlo todo para el último momento. Es recomendable planificar con anterioridad, es decir realizar un horario para dar prioridad a las tareas más importantes y asignarlas un tiempo semanal. Durante el estudio diario, habrá que planificarlo si se deben acometer diferentes tareas, comenzando por la que tenga una dificultad media, continuando por la más difícil y dejando para el final la más sencilla.

El tiempo de estudio no sólo se compone de períodos de trabajo, también son esenciales los períodos de descanso. Lo recomendado es realizar un período de descanso de diez minutos por cada hora de trabajo.

4.5. – Evidencias Empíricas sobre las técnicas de estudio.

Las técnicas de estudio han sido investigadas por muchos autores y sus investigaciones también sirven de fundamentación teórica para el objeto de estudio de este trabajo.

Mateos Claros (2001) realiza un estudio de técnicas de estudio con adultos y llega a la conclusión de que los adultos, cuando regresan al sistema académico, después de haber estado un tiempo alejados del mismo, demandan las técnicas de estudio como herramienta que les da seguridad para organizarse y afianzarse en su proceso de aprendizaje, considerándolas muy útiles.

En el mismo estudio, Mateo Claros (2001) refleja que los jóvenes, que en nuestro estudio son los alumnos de secundaria, utilizan las técnicas de estudio como inductoras y como apoyo a la hora de tomar decisiones.

Se puede apreciar que uno de los inconvenientes que se encuentran cuando se investigan las técnicas de estudio es que en muchas ocasiones el alumno puede tener un conocimiento extenso sobre técnicas de estudio, pero no las tiene adquiridas de forma que las aplique a su aprendizaje (Sobrado, Cauce y Rial. 2002).

El estudio que realizan plantea elaborar programas de técnicas de estudio en el aula ya que consideran que actualmente los alumnos están expuestos a una gran cantidad de información y el conocer este tipo de técnicas les serviría para manejar de forma eficaz esa información, además de afirmar que los estudiantes necesitan que alguien les enseñe a estudiar, es decir, necesitan de un agente que les transmita estas habilidades para aprender a estudiar.

Por otro lado y siguiendo el estudio de Acevedo, Chiang, Madrid, Montecinos, Reinicke y Rocha (2009), se puede plantear la necesidad de elaborar metodologías que consideren la diversidad de estrategias de aprendizaje relacionándolas con los tipos de personalidad de los alumnos de secundaria para lograr aprendizajes significativos. Los alumnos de secundaria tendrían una personalidad extrovertida y serían activos, teóricos, pragmáticos y reflexivos. (Acevedo, Chiang, Madrid, Montecinos, Reinicke y Rocha, 2009).

5. MATERIALES Y MÉTODOS EMPLEADOS

5.1. Muestra.

La muestra del presente estudio está formada por 124 alumnos de ESO del Colegio San José de Madrid. (Para más información ver ANEXO 1)

A continuación se realiza una explicación y se recogen diferentes tablas, donde se puede apreciar la muestra, según las diferentes dimensiones analizadas en el apartado del cuestionario relativo a cuestiones sociodemográficas.

Los cursos dónde se ha aplicado el cuestionario, para realizar el estudio de campo, han sido los cursos de 2º, 3º, y 4º de ESO, dividiéndose los alumnos de la siguiente forma, 44 alumnos de 2º de ESO, 41 alumnos de 3º de ESO y 38 alumnos de 4º de ESO, siendo los más numerosos el curso de 2º de ESO. (Para más detalle ver tabla 2).

En un primer momento la muestra también iba a incluir a los alumnos de primero de la ESO, pero tras la coordinación con la dirección del centro se decidió que a estos no se les aplicaría el cuestionario, por realizarse el estudio de campo el segundo día de curso escolar y encontrarse los alumnos de este curso un poco perdidos, ya que acaban de llegar éstos desde la Educación Primaria, a la Educación Secundaria.

Tabla 2. *Muestra utilizada, según el curso que estudian.*

CURSO	Nº DE ALUMNOS
2º ESO	44
3º ESO	41
4º ESO	38
TOTAL DE LA MUESTRA	124

Fuente: Elaboración Propia.

Los 124 alumnos investigados poseen 8 nacionalidades diferentes, esto implica que la muestra sea rica en lo que a nivel cultural y comportamiento social se refiere, aunque el grupo de alumnos de nacionalidad española es el mayoritario. (Para más información ver tabla 3).

Tabla 3. *Muestra según la nacionalidad de los alumnos.*

NACIONALIDAD	Nº DE ALUMNOS
Española	83
Ecuatoriana	27
Dominicana	4
Peruana	4
Colombiana	3
Rumana	1
China	1
Boliviana	1
TOTAL	124

Fuente: Elaboración Propia

La edad de los alumnos de la muestra es amplia, puesto que pertenecen a diferentes cursos, pero se puede observar cómo hay un mayor porcentaje de alumnos que tienen 14 años, conformando estos el 30,64% del total de la muestra. (Para más detalle ver tabla 4)

La media de edad del total de los alumnos es de 14,57 años.

Tabla 4. *Muestra en función de la edad.*

EDAD	NÚMERO DE ALUMNOS
13 Años	25
14 Años	38
15 Años	32
16 Años	23
17 Años	6
TOTAL	124

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto al género de los alumnos, encontramos que 32,25% son hombres y el 67,7% son mujeres, lo que demuestra que el porcentaje de mujeres es mayor. (Para más información ver tabla 5).

Tabla 5. *Muestra según el género de los alumnos.*

GÉNERO	NÚMERO DE ALUMNOS
MUJER	84
HOMBRE	40
TOTAL	124

Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, a los 124 alumnos investigados se les ha dividido, según el rendimiento escolar, en dos grupos para poder obtener nuestros resultados. Un primer grupo, compuesto por 95 alumnos, los cuales tenían todas las asignaturas del curso anterior aprobadas o sólo les había quedado una asignatura del curso precedente y un segundo grupo, compuesto por 29 alumnos, dónde se encontraban los alumnos que tenían 2 o más asignaturas pendientes del curso anterior. (Para más información ver tabla 6).

El primer grupo conforma el 76,61% del total de la muestra y el segundo grupo conforma el 23,38% del total de alumnos investigados.

Tabla 6. *Muestra según el rendimiento escolar.*

RENDIMIENTO ESCOLAR	Nº DE ALUMNOS
Alumnos con ninguna asignatura pendiente del curso anterior o con 1 como máximo.	95
Alumnos con más de 1 asignatura pendiente	29
TOTAL	124

Fuente: Elaboración propia.

5.2. Instrumento.

La prueba empírica se realiza a través de un “estudio de encuesta”, mediante un cuestionario cerrado de 32 ítems de elaboración propia. Es un cuestionario totalmente anónimo. (Para más detalle ver ANEXO 2).

La mayor parte de los ítems de este cuestionario son contestados con respuestas sencillas de opción múltiple, que lo hacen un instrumento fácil de contestar. Además se establecen tres ítems que se contestan con una escala de valoración del 1 al 5, siendo el 1 la valoración mínima y 5 la máxima.

El cuestionario recoge en un primer apartado información sociodemográfica de los alumnos encuestados. Esta información versa sobre el curso que están estudiando, sobre su edad, sobre su sexo, sobre su nacionalidad y sobre su rendimiento académico en el curso anterior.

En un segundo apartado es dónde se encuentran los 32 ítems relacionados con el ámbito de estudio de la presente investigación.

Las dimensiones que analiza el cuestionario son cinco.

Como primera dimensión a investigar encontramos “*el hábito de estudio relacionándolo con el lugar de estudio*”.

Esta dimensión se analiza con cuestiones en las que se les pregunta sobre la habitación en la que estudian, sobre cómo es su mesa y su silla, sobre la luz que tienen en la habitación, sobre los objetos audiovisuales que tienen en la misma y si conectan alguno mientras están estudiando.

En segundo lugar, la dimensión que se analiza en el cuestionario es “*el hábito de estudio relacionándolo con el tiempo de estudio*”.

Para poder valorar esta dimensión se establecen diferentes cuestiones en las que se comprueba cómo se organizan a la hora de estudiar los alumnos, cómo es su planificación, las horas que dedican al día a estudiar, los minutos que descansan y cuándo comienzan a prepararse un examen.

La tercera dimensión que se analiza es el “*conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio por los alumnos de ESO*” investigados.

Se recogen en el cuestionario, las 23 técnicas de estudio que se señalan y definen en el apartado “Fundamentación” del presente trabajo de investigación y se cuestiona a los alumnos sobre su conocimiento y sobre el uso que de ellas hacen.

Los ítems del cuestionario relacionados con el conocimiento y la aplicación de las técnicas de estudio, se agrupan según las estrategias de aprendizaje que se quieren favorecer con ellas, es decir, técnicas para activar conocimientos previos, técnicas para recoger y seleccionar información, técnicas de síntesis y comprensión, técnicas para fortalecer la memoria, técnicas para consolidar conocimientos y técnicas para transferir conocimientos después de haberlos adquirido.

En cuarto lugar encontramos la dimensión en la que se estudia a los “*agentes que han intervenido e influido para que los alumnos de ESO adquieran las técnicas de estudio*”.

Esta dimensión se analiza preguntando a los alumnos sobre estos agentes de forma directa. Los agentes que se recogen en el cuestionario son los profesores, ellos mismos (a través del autoaprendizaje) y sus familias. También se cuestiona sobre la influencia que han tenido ellos para la puesta en práctica de dichas técnicas de estudio.

Como última y quinta dimensión analizada en este cuestionario, encontramos la “*valoración que hacen los alumnos de la ESO del uso de las técnicas de estudio*”.

Para poder estudiar esta dimensión, se elaboran en dicho cuestionario tres cuestiones diferentes. La primera cuestión versa sobre la autovaloración que hacen los alumnos sobre cómo tienen ellos adquiridas las técnicas de estudio. La segunda cuestión es sobre cómo valoran que tienen adquiridas, el resto de alumnos de ESO, las técnicas de estudio. La última cuestión, es sobre la importancia que ellos les dan a las técnicas de estudio para obtener aprendizajes significativos.

5.3. Procedimiento.

El procedimiento seguido para la elaboración del trabajo de campo de la presente investigación, ha consistido en un “estudio de encuesta”, a través de un cuestionario aplicado a los alumnos de la ESO del Colegio San José de Madrid.

Se decidió que fuese este colegio, pues se había contactado con el equipo directivo del mismo previamente para explicarle el trabajo de investigación que se quería realizar y hubo una buena disposición por su parte para que se pudiese realizar allí con sus alumnos.

Como se ha comentado anteriormente el estudio se iba a realizar en los cuatro niveles de ESO, pero con posterioridad, se centró en los tres niveles superiores, pues el equipo directivo de dicho centro, lo consideró más conveniente.

No pudo llevarse a cabo la prueba hasta el mes de Septiembre, pues cuando se contactó con el colegio fue en la última semana del mes de Junio y ya no se encontraban en período lectivo.

El día que se realizó el estudio, los alumnos acababan de comenzar el curso 2012-2013, era el segundo día lectivo del curso, lo que motivó que hubiese buena disponibilidad por parte de alumnos y profesores para la elaboración del mismo.

En la jornada de aplicación del cuestionario, el investigador fue presentado a los alumnos por el Orientador del Centro y se les explicó que iban a formar parte de una muestra para un estudio de investigación sobre técnicas de estudio y se les agradeció su colaboración.

El cuestionario fue entregado a cada alumno, en forma de cuadernillo de cuatro hojas.

La entrega se hizo clase por clase, estando presente el investigador en todo momento, explicando a los alumnos cómo era el cuestionario y pidiéndoles que contestaran con la mayor sinceridad posible y de forma individual.

Se les dio el tiempo suficiente para poder contestar a todos los ítems, durando la prueba una media de 15 minutos por clase. Así mismo, se les permitió la oportunidad de preguntar aquellas dudas que les pudieran surgir mientras lo realizaban.

Durante la realización del cuestionario, hubo alumnos que tenían dudas conceptuales sobre algunas de las técnicas de estudio que aparecían en el mismo, pero no hubo dudas sobre el contenido, lo que refleja que el cuestionario era sencillo y adaptado al nivel académico de los alumnos.

Una vez terminado el “estudio encuesta” en las seis clases de ESO en las que fue aplicado el cuestionario, se ordenaron todos los cuadernillos para su posterior revisión.

La revisión de los cuestionarios se realiza a través de un trabajo de carácter deductivo y estadístico, utilizando para ello varias hojas de cálculo, del programa informático “Excel”, de Microsoft Office.

Los datos obtenidos se vuelcan en tablas sencillas de doble entrada, recogiendo en las filas el alumno en concreto, asignándoles un número al azar y recogiendo en las columnas los datos que se quieren analizar.

Se elaboran cinco hojas de cálculo, reflejando en cada hoja, cada una de las dimensiones que se analizan en este estudio, denominándolas: lugar de estudio, tiempo de estudio, técnicas de estudio, adquisición de las técnicas de estudio y valoración de las técnicas de estudio.

Una vez volcados los datos obtenidos, a través de las respuestas de los alumnos en los cuestionarios, se elaboran otras cinco hojas de cálculo, para recoger los resultados.

Los resultados se van calculando a través del uso de filtros y fórmulas del programa informático “Excel” utilizando “el sumatorio”, “el promedio” y calculando porcentajes totales y parciales. De la misma manera, a través de este programa se elaboran tablas y gráficos aclaratorios dentro de cada una de las dimensiones estudiadas, para poder comprobar los valores y los porcentajes de los resultados obtenidos a través del estudio.

Tras la revisión de datos y la obtención de resultados, se plasman los mismos en el presente trabajo de investigación, para posteriormente llegar a las conclusiones y comprobar si los objetivos perseguidos y la hipótesis establecida en este trabajo se han cumplido.

6. RESULTADOS Y ANÁLISIS

Tras la revisión bibliográfica de diferentes autores expertos en técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje, mediante la cual se fundamenta nuestro trabajo de campo y tras la realización de la prueba empírica y una vez revisados los datos obtenidos a través de la misma, se deben plasmar los resultados.

Los resultados se van a recoger englobándolos en dos grandes grupos, por un lado, los resultados obtenidos por el total de la muestra y por otro lado, los resultados obtenidos teniendo en cuenta la hipótesis planteada en el presente trabajo, es decir, si el uso de técnicas de estudio y de buenos hábitos de estudio, hace que mejore el rendimiento académico.

6.1. Resultados Generales.

La **primera dimensión** que se analiza en el cuestionario es el **lugar de estudio**, siendo un factor muy importante en el proceso de aprendizaje.

En el lugar de estudio se han analizado factores que determinan si se está favoreciendo el aprendizaje, como son, tener una habitación propia, estudiar habitualmente en el mismo lugar, disponer de mobiliario adecuado y tener luz natural en el lugar de estudio.

En la siguiente tabla (Tabla nº 7) podemos ver los valores obtenidos tras la contabilización de las respuestas de los alumnos investigados.

Tabla Nº 7. *Elementos que influyen en el lugar de estudio.*

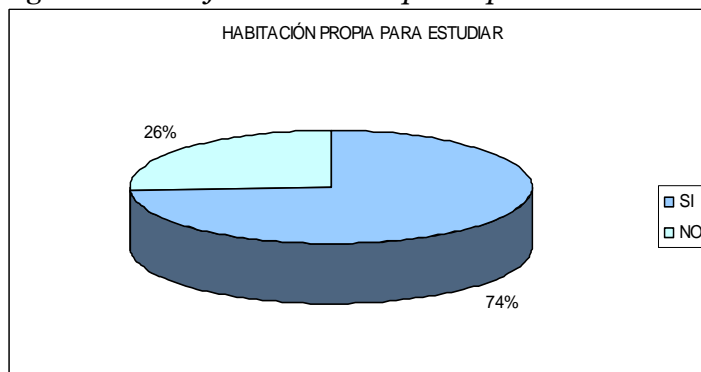
Elementos que influyen en el lugar de estudio.	NÚMERO DE RESPUESTAS AFIRMATIVAS	NÚMERO DE RESPUESTAS NEGATIVAS
HABITACIÓN PROPIA PARA ESTUDIAR	92	32
ESTUDIA EN EL MISMO LUGAR HABITUALMENTE	116	8
MESA AMPLIA PARA ESTUDIAR	114	10
SILLA CÓMODA PARA ESTUDIAR	110	14
HABITACIÓN CON LUZ NATURAL	113	11

Fuente: Elaboración Propia.

Tras la revisión de datos se ha comprobado cómo el 74% de los alumnos encuestados tiene habitación propia y el 26% restante no tiene habitación propia para poder estudiar, aunque el 78,12% de los que no tienen habitación propia para estudiar, estudian habitualmente en el mismo lugar. (Para más información ver figura 8.)

Estos resultados demuestran que disponer de una misma ubicación a la hora de estudiar es importante, pues favorece el aprendizaje.

Fig. 8. *Porcentaje de alumnos que disponen de habitación propia de estudio.*

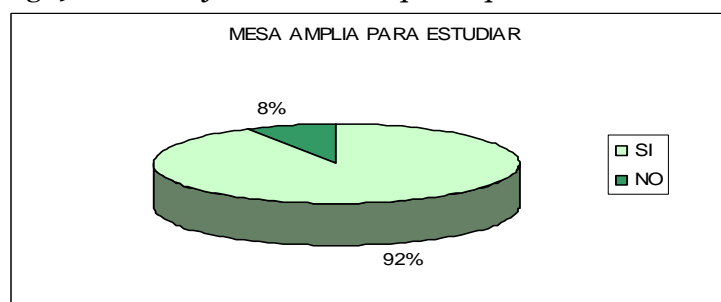


Fuente: Elaboración Propia.

Otro de los aspectos analizados para comprobar si se tiene un buen hábito de estudio, es el mobiliario de la habitación o lugar de estudio. Se recomienda que sea una mesa amplia y una silla cómoda, pues disponiendo de éstos, se mejora la concentración y se favorece de igual forma el aprendizaje.

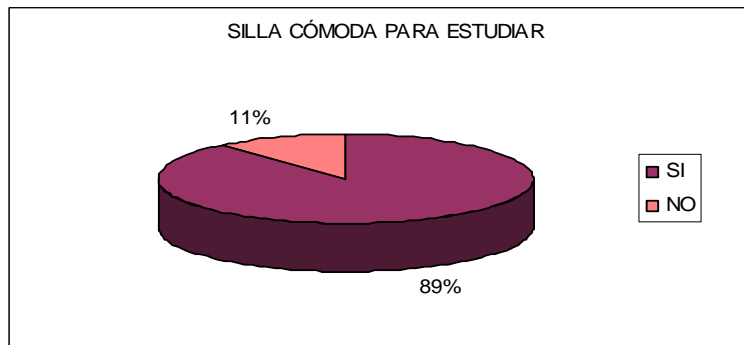
Los resultados obtenidos en este sentido demuestran que la mayoría de alumnos, un 92%, tiene una mesa amplia para estudiar, frente a un 6% que no la tienen y un 89% del total de los alumnos investigados dispone en su lugar de estudio de una silla cómoda, frente al 11% restante. (Para más detalle ver figuras 9 y 10)

Fig. 9. *Porcentaje de alumnos que disponen de una mesa amplia.*



Fuente: Elaboración propia.

Fig. 10 *Porcentaje de alumnos que disponen de una silla cómoda.*



Fuente: Elaboración propia.

La existencia de luz natural en la habitación es otro de los elementos que se debe analizar en el lugar de estudio. El poder estudiar con luz natural, frente a la luz artificial, favorece el aprendizaje, pues cansa menos la vista y favorece la concentración.

De los 124 alumnos encuestados y tras analizar las respuestas obtenidas, comprobamos como el 91% de ellos tiene en su lugar de estudio una ventana por donde entra la luz natural, lo que es un porcentaje bastante alto, frente al 9% que estudia con luz artificial. (Para más información ver figura 11)

Fig. 11 *Porcentaje de alumnos que disponen de luz natural.*



Fuente: Elaboración propia.

Además de estos elementos, también hay que tener en cuenta en el lugar de estudio la existencia de otros objetos que pueden desconcentrar al alumno, objetos audiovisuales que hacen que la atención del alumno a la hora de estudiar, quede disminuida y por tanto el aprendizaje empeore.

Los objetos que se analizan en el presente trabajo son la televisión, el vídeo, la videoconsola, el ordenador, el equipo de música, el teléfono fijo y el teléfono móvil. También se diferencia si estos objetos están conectados o no mientras el alumno está estudiando.

Los valores obtenidos tras la revisión de las respuestas de los alumnos han sido variados, pero en general podemos afirmar que sí disponen de estos objetos en sus lugares de estudio, pero la mayoría no los conectan. (Para más información ver tabla 12)

Tabla 12 *Objetos en el lugar de estudio que pueden distraer al alumno.*

ELEMENTOS AUDIOVISUALES	TV	VÍDEO	CONSOLA	EQUIPO DE MÚSICA	ORDENADOR	TLF. FIJO	TLF. MOVIL
EXISTENTES EN EL LUGAR DE ESTUDIO	59	15	40	67	69	20	98
CONECTADOS MIENTRAS ESTUDIAN	8	0	2	23	21	6	37

Fuente: Elaboración propia.

Tras el análisis de estos datos se puede comprobar cómo el objeto que más tienen los alumnos en la habitación es el teléfono móvil, un 79% de los alumnos lo tienen mientras estudian, siendo el 37,7 % de éstos los que lo tienen conectado, el segundo objeto que más encontramos en los lugares de estudio es el ordenador, siendo un 55% de los alumnos los que dicen tenerlo, aunque sólo 30,4% de éstos dice que lo conecta, como tercer elemento que más se encuentra en las habitaciones de los alumnos, es el equipo de música, un 54% del total de alumnos encuestado dispone de uno en su habitación, aunque el 34,3%, es el porcentaje de alumnos que comenta tenerlo conectado mientras estudia.

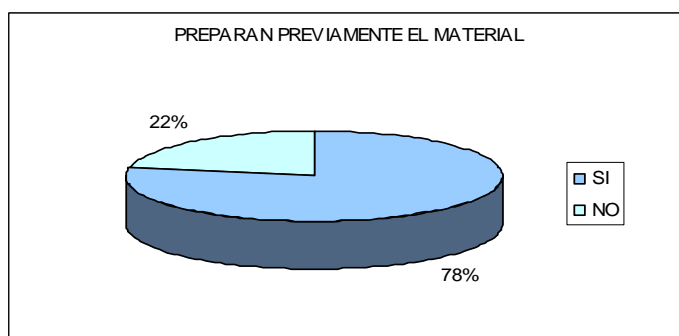
Nos parece significativo el resultado de que el 13,5% de alumnos que tienen televisión en su cuarto (un 47,5 % del total de alumnos) la tiene conectada mientras estudia, pues consideramos la televisión como uno de los elementos que causan más distracción a la hora de adquirir aprendizajes.

La **segunda dimensión** analizada a través de la prueba empírica es el **tiempo de estudio**.

Dentro de esta dimensión se han analizado varias variables que influyen en el rendimiento del alumno a la hora de estudiar y que favorecen el proceso de aprendizaje. Las variables que se han tenido en cuenta, según la bibliografía consultada, han sido, la preparación del material de estudio, el orden que se sigue por el alumno al estudiar, los días que necesita el alumno para preparar un examen, las horas diarias de estudio y los períodos de descanso entre hora y hora de estudio.

En cuanto a la preparación previa del material de estudio, el 78% del total de alumnos encuestados afirma que la llevan a cabo, frente al 22% de alumnos que comenta que no realiza esa preparación. (Para más información ver la figura 13)

Fig. 13 *Porcentaje de alumnos que preparan previamente el material..*

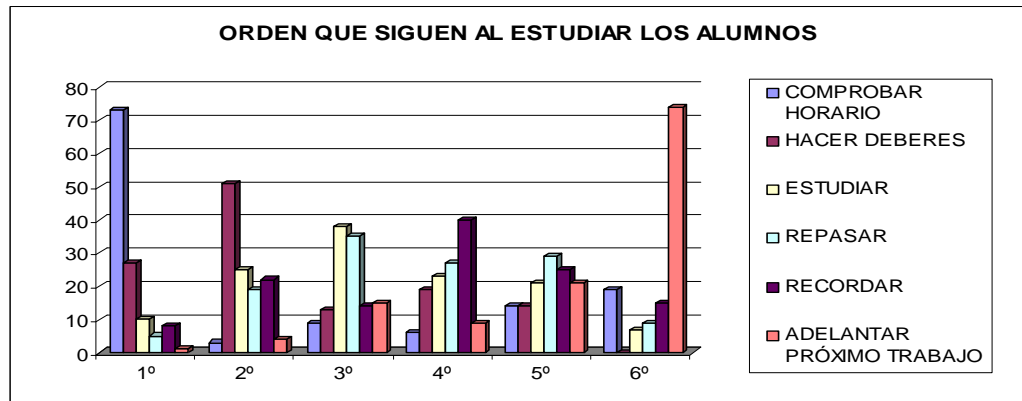


Fuente: Elaboración propia.

El orden que se sigue al estudiar, es también una cuestión relevante a la hora de comprobar si el alumno tiene un buen hábito de estudio que favorezca su aprendizaje.

Los valores que se han obtenido, tras la revisión de los resultados indicados por los alumnos en cuanto al orden que siguen al estudiar, han sido muy variados. El orden siguiente ha sido el mayoritario, en primer lugar los alumnos sitúan la tarea de “comprobar el horario”, en segundo lugar la tarea de “hacer los deberes”, en tercer lugar se encuentra la tarea de “estudiar”, en cuarto lugar encontramos la tarea de “recordar”, en quinto lugar está la tarea de “repasar” y en sexto y último lugar los alumnos sitúan la tarea de “adelantar próximo trabajo”. (Para más información ver la figura 14).

Fig. 14. Orden que siguen los alumnos al estudiar.

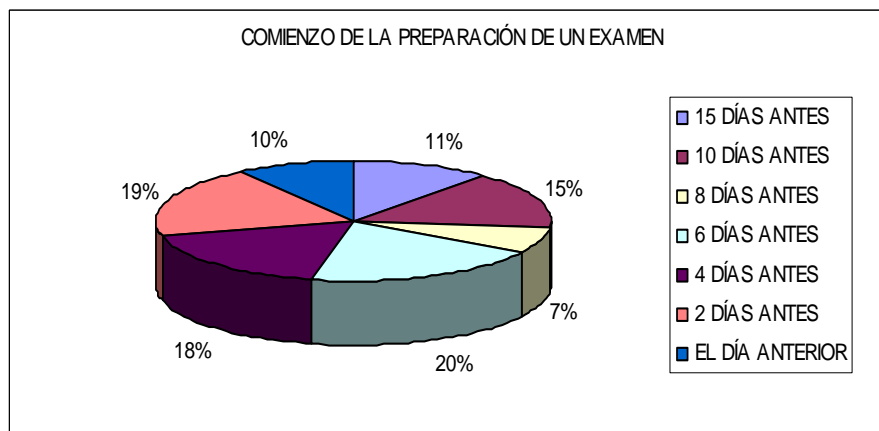


Fuente: Elaboración propia.

Por lo que respecta a cuándo comienzan a estudiar un examen, de los 124 alumnos encuestados, el 11% comienza a estudiarlo quince días antes del examen, el 10 % comienza a estudiar el examen diez días antes de su realización, el 7% del total comienza a preparar el examen ocho días antes, el 20% de los alumnos investigados empieza a estudiar un examen seis días antes, el 18% comienza a estudiarlo 4 días antes, el 19% lo hace dos días antes y el 10% empieza a preparar el examen el día anterior a la realización del examen. (Para más información ver figura 15)

Con los resultados obtenidos podemos comprobar que el mayor porcentaje de alumnos, se encuentra en los que preparan su examen seis días antes de su realización. Los alumnos investigados estudian una media de 6,16 días antes de la realización del examen.

Fig. 15. Porcentaje de alumnos según comienzan a preparar un examen.



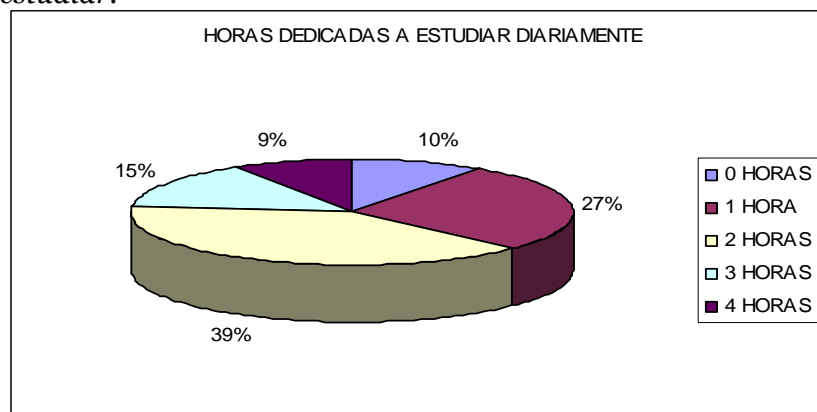
Fuente: Elaboración propia.

Otro de los aspectos que se analiza en el presente estudio es el número de horas que estudian los alumnos diariamente, considerándose “tiempo de estudio” aquél que se destina a la adquisición y consolidación de conocimientos. Tras la revisión de los datos obtenidos vemos como el 10% de los alumnos no estudia ninguna hora, el 27% estudia una hora diaria, el 39% de los alumnos estudian dos horas diarias, el 15 % estudia 3 horas diarias y el 9% refiere que estudia cuatro horas diarias. (Para más detalle ver figura 16).

Se puede observar que, según los resultados obtenidos, el mayor porcentaje se sitúa en la dedicación, por parte de los alumnos, de tres horas diarias al estudio.

Los alumnos analizados estudian una media de 1,85 horas diarias.

Fig. 16. *Porcentaje de alumnos según las horas diarias que dedican a estudiar.*

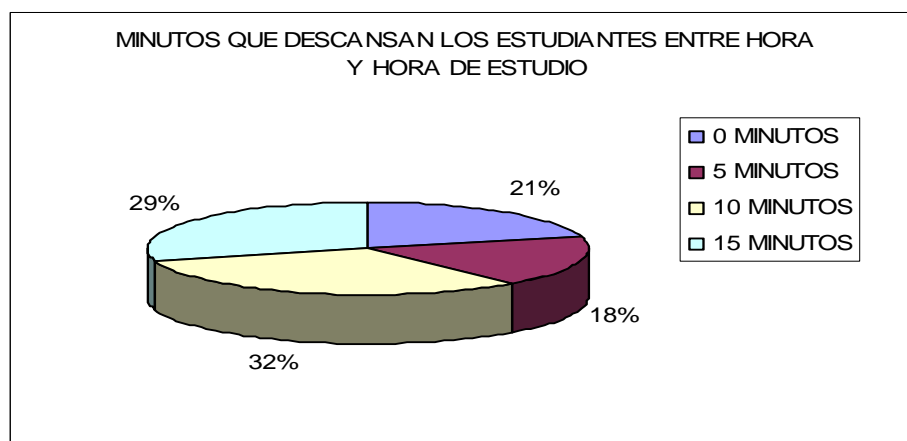


Fuente: Elaboración propia.

El último de los aspectos analizados dentro de la dimensión “tiempo de estudio”, es el tiempo de descanso entre hora y hora, siendo éste importante pues el estudio no sólo consiste en tiempos de trabajo, sino que también deben existir tiempos de descanso, fundamentales para que se tenga un nivel de aprendizaje óptimo.

Según los resultados volcados por los cuestionarios aplicados a los alumnos podemos comprobar como el 21% de los alumnos no descansa ningún minuto en su tiempo de estudio, el 18% descansa entre hora y hora de estudio durante cinco minutos, el 32% del total de los alumnos descansa diez minutos y el 29% de éstos lo hace durante quince minutos. (Para más detalle ver figura 17).

Fig. 17. *Porcentaje de alumnos según los minutos que descansan entre hora y hora de estudio.*



Fuente: Elaboración propia.

Según lo recomendado por los autores expertos en el tema, para tener un buen hábito de estudio, conviene descansar diez minutos entre hora y hora de estudio, estando en concordancia esta recomendación con el descanso que sigue la mayoría de los alumnos encuestados, es decir, un 32%. Llama la atención el porcentaje de los alumnos que no descansan ningún minuto, 21% del total, pues esta posición no es nada favorable para el aprendizaje.

Los alumnos que conforman la muestra de este trabajo de investigación, descansan una media de 8,46 minutos entre hora y hora de estudio.

La **tercera dimensión** analizada en este trabajo de investigación es el **conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio**.

En referencia al primer grupo de *técnicas* de estudio investigado, las que **activan conocimientos previos**, después de revisar los resultados obtenidos se obtienen determinados valores, que indican el número de alumnos que conocen este grupo de técnicas y el número de alumnos que conociéndolas las aplica. (Para más información ver tabla 18).

De los valores se pueden obtener los porcentajes de alumnos según las técnicas de estudio que utilicen. En primer lugar el 60,48% del total de los alumnos investigados conocen la técnica de “*La prelectura de títulos y subtítulos*” y el 48,3% la aplican. En segundo lugar el 41,1% conocen la técnica del “*El Skimming*” y el 28,2% la aplica. En tercer lugar el 64,5% de los alumnos conocen la técnica del “*El*”

Scanning” y es un 50,8% el porcentaje de alumnos que las aplica. Por último, dentro de este grupo de técnicas, observamos que un 60,4% de los alumnos conoce la técnica de “*La formulación de preguntas y respuestas*” y el 51,6% de los alumnos, la aplica.

Tabla 18. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para activar conocimientos previos.*

Técnicas de estudio para activar conocimientos previos.	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
PRELECTURA DE TÍTULOS Y SUBTÍTULOS	75	60
SKIMMING	51	35
SCANNING	80	63
FORMULACIÓN DE PREGUNTAS	75	64

Fuente: Elaboración propia.

Se observa cómo “*El Scanning*” es la técnica más conocida y “*La prelectura de títulos y subtítulos*” es la técnica más aplicada. Por otra parte el “*Skimming*” es la menos conocida y a la vez la menos aplicada.

En cuanto al segundo grupo de técnicas analizado, es decir, las **técnicas para recoger y seleccionar información**, se puede observar, a través de los valores obtenidos tras la revisión de la prueba empírica, que los alumnos las conocen y aplican en mayor o menor medida dependiendo de una u otra técnica. (Para más información ver tabla 19).

Los porcentajes obtenidos tras el análisis de los valores, son los siguientes. En primer lugar el 83,8% del total de alumnos encuestados conoce la técnica de estudio de “*La toma de apuntes*” y es aplicada por un 73,3%. En segundo lugar la técnica de “*La lectura comprensiva*” es conocida por un 68,5% y es aplicada por un 54,8%. En tercer lugar encontramos la técnica de “*El subrayado*” que es conocida por un 91,7% y aplicada por un 84,6%. En cuarto lugar, “*El parafraseo*” es una técnica conocida por un 8,87% y aplicada por un 5,6%. En quinto y último lugar está la técnica de “*Conectar partes de un texto*” que es conocida por un 25% de los alumnos investigados y la llevan a la práctica un 15,3%.

La técnica de estudio más conocida por los alumnos de la ESO investigados, dentro de este tipo de técnicas, es el “*Subrayado*” y también es la más aplicada. Por otra parte, la técnica menos conocida es “*El parafraseo*” y también es la menos aplicada.

Tabla 19. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para recoger y seleccionar información.*

Técnicas de estudio para recoger y seleccionar información.	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
TOMA DE APUNTES	104	91
LECTURA COMPRENSIVA	85	68
SUBRAYADO	114	105
PARAFRASEO	11	7
CONEXIÓN DE PARTES DEL TEXTO	31	19

Fuente: Elaboración propia.

El tercer grupo de técnicas que se analiza dentro de la tercera dimensión, en el presente estudio, es el grupo perteneciente a las ***técnicas que se utilizan para favorecer las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión.***

Los datos y valores obtenidos, nos sirven para analizar cuál es el porcentaje de uso y aplicación que les otorgan los alumnos. (Para más detalle ver tabla 20).

Dentro de este grupo de técnicas de estudio encontramos en primer lugar “*El esquema*” que es conocida por un 93,5% de alumnos y aplicada por un 88,7%, en segundo lugar está “*El mapa mental*” que es conocida por un 28,2% y es aplicada por un 16%, en tercer lugar se analiza “*El mapa conceptual*” siendo conocida por un 76,6% y aplicada por un 49,1%, en último lugar se estudia la técnica de “*El cuadro comparativo*” que es conocida por un 29,03% y la aplica el 11,3%

Se observa que la técnica más conocida, dentro de las técnicas que se utilizan para favorecer las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión, es “*El esquema*” y también la más aplicada. Por otro lado la técnica menos conocida es “*El mapa mental*” y la menos aplicada es “*El cuadro comparativo*”.

Tabla 20. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para sintetizar y comprender la información.*

Técnicas para sintetizar y comprender la información	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
ESQUEMA	116	110
MAPA MENTAL	35	20
MAPA CONCEPTUAL	95	61
CUADRO COMPARATIVO	36	14

Fuente: Elaboración propia.

El cuarto grupo de técnicas analizado en el presente trabajo de investigación es el de las ***técnicas que son usadas para fortalecen la memoria.***

Dentro de este grupo de técnicas de estudio, se han ido analizando una a una las seis técnicas seleccionadas y se han ido obteniendo diferentes valores que nos dan un reflejo claro de cuál es el uso y aplicación que hacen los alumnos de ESO de las mismas. (Para más información ver tabla 21).

Los porcentajes que se derivan de los valores obtenidos, son claros para poder apreciar cuál son las más usadas y cuáles las que menos.

En primer lugar, la técnica de “*La repetición*” es conocida por un 98,3% del total de los alumnos y es puesta en práctica por un 95,5%, en segundo lugar, la técnica de “*Reglas de asociación*” es conocida por un 27,4% y es aplicada por un 19,3%, en tercer lugar se analiza la técnica de “*Los acrósticos*”, que es conocida en un 37,9% de los alumnos y es aplicada por un 21,7%, en cuarto lugar la técnica que se analiza es la de “*Musicar nombres*”, dicha técnica es conocida por un 34,6% y aplicada por un 18,5%, en último lugar la técnica que se estudia en este trabajo de investigación es la técnica de “*Enlazar usando la narración*”, que es conocida por un 33,06% y puesta en práctica por un 21,7%.

Se comprueba de esta manera que dentro de este grupo de técnicas la más conocida y más aplicada por los alumnos de ESO encuestados es “*La repetición*”. La menos conocida es la de “*Enlazar usando la narración*” y la menos aplicada es la de “*Musicar nombres*”.

Tabla 21. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para fortalecer la memoria.*

Técnicas de estudio para fortalecer la memoria.	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
REPETICIÓN	122	119
ASOCIACIÓN	34	24
ACRÓSTICOS	47	27
MUSICAR NOMBRES	43	23
ENLAZAR USANDO NARRACIÓN	41	27

Fuente: Elaboración propia.

El quinto grupo de técnicas de estudio analizado son las ***técnicas que ayudan a favorecer las estrategias de aprendizaje para consolidar conocimientos.***

Al igual que en las otras técnicas analizadas en el presente estudio, tras la revisión de los resultados obtenidos a través de las respuestas de los alumnos de ESO, al cuestionario aplicado, se han obtenido una serie de valores para poder analizar cuál de todas las técnicas pertenecientes a este grupo, es la técnica más conocida, cuál es la técnica más aplicada y cuáles son las que menos se conocen y menos se aplican. (Para más detalle ver tabla 22).

En este grupo de técnicas nos encontramos con dos técnicas de estudio.

En primer lugar la técnica del “*Repaso*” que es conocida por un 92,7% del total de los alumnos encuestados y es puesta en práctica por un 86%, siendo esta técnica la que más conocen y aplican dentro de este grupo. En segundo lugar se analiza la técnica del “*Recuerdo*” que es conocida por un 54,8% y es aplicada por un 33,8%, siendo esta la que menos conocen y menos aplican los alumnos de la muestra de la investigación.

Tabla 22. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para consolidar conocimientos.*

Técnicas de estudio para consolidar conocimientos.	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
REPASO	115	107
RECUERDO	68	42

Fuente: Elaboración propia.

El sexto y último grupo de técnicas que se analizan en este estudio, son las **técnicas que se utilizan para transferir conocimientos.**

Dentro de este grupo de técnicas se encuentran “*El resumen*”, “*El mapa en blanco*” y “*El esquema mudo*”. Los valores obtenidos tras la revisión de los resultados, son los que dan la pauta para analizar los porcentajes de alumnos que conocen las técnicas señaladas y los porcentajes de los alumnos que las ponen en práctica. (Para más información ver tabla 23).

La técnica del “*Resumen*” es conocida por el 98,3% de los alumnos y es aplicada por el 93,5%. La técnica de “*Mapa en blanco*” es conocida por un 20,16% y puesta en práctica por un 8,8%. La tercera técnica, la de “*Esquema mudo*”, es conocida por un 33,8% y puesta en práctica por un 18,5%.

De las técnicas que se encuentran dentro de este sexto grupo, analizadas en el presente trabajo de investigación, se puede comprobar que la técnica más conocida por los alumnos de ESO es “*El resumen*” y también es ésta la más aplicada. La técnica menos conocida y la menos aplicada dentro de este grupo, es “*El mapa en blanco*”.

Tabla 23. *Conocimiento y aplicación de las técnicas de estudio para transferir conocimientos.*

Técnicas de estudio para transferir conocimientos.	Nº de alumnos que Conocen la técnica	Número de alumnos que aplican la técnica
RESUMEN	122	116
MAPA EN BLANCO	25	11
ESQUEMA MUDO	42	23

Fuente: Elaboración propia.

La **cuarta dimensión** que se analiza en el presente trabajo son los **agentes que han intervenido e influido para que los alumnos de ESO adquieran las técnicas de estudio.**

Para llevar a cabo el análisis, se ha cuestionado a los alumnos sobre a quién o a quienes consideran agentes de intervención, para que ellos adquieran las técnicas de estudio. (Para más detalle ver tabla 24).

El 90% del total de alumnos encuestados considera que los profesores han sido los que les han enseñado las técnicas de estudio, el 10% restante considera que han sido ellos mismos, a través de autoaprendizaje, los que han intervenido para su adquisición.

Por otro lado, también el 90% de los alumnos, considera que aunque el agente educativo les ha enseñado las técnicas, ellos han influido en su puesta en práctica.

En cuanto a la influencia de la familia en la adquisición de buenos hábitos de estudio, sólo el 84% considera que la familia le ha ayudado en este aspecto.

Tabla 24. *Agentes que intervienen en la adquisición de las técnicas de estudio.*

	SI	NO
ADQUISICIÓN A TRAVÉS DEL PROFESORADO	112	12
AUTOAPRENDIZAJE DE T. E.	12	112
INFLUENCIA DEL ALUMNO PARA LA PUESTA EN PRÁCTICA DE LAS T. E.	111	13
APOYO DE LA FAMILIA PARA ADQUIRIR HÁBITOS DE ESTUDIO	104	20

Fuente: Elaboración propia.

La quinta y última dimensión analizada con este estudio es la **valoración que hacen los alumnos de la ESO de las técnicas de estudio.**

Según los datos que se extraen de los valores obtenidos (para más detalle ver tabla 25) se puede observar cómo un 49% de los alumnos, asignan el valor medio (3 puntos) a la cuestión sobre cómo valoran que tienen ellos adquiridas las técnicas de estudio.

Respecto a la cuestión sobre cómo valoran que tienen el resto de alumnos de ESO adquiridas las técnicas de estudio, el 41% otorga el valor medio (3 puntos).

Por último, y en referencia a la cuestión sobre la valoración de la importancia de las técnicas para adquirir aprendizajes significativos, el 50% de los alumnos les da el valor máximo (5 puntos).

Tabla 25. *Valoración de las técnicas de estudio por parte de los alumnos de ESO.*

	1 PUNTO	2 PUNTOS	3 PUNTOS	4 PUNTOS	5 PUNTOS
AUTOVALORACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE T. E. POR EL ALUMNO	2	6	62	48	6
VALORACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE T. E. DE LOS OTROS ALUMNOS DE ESO	6	23	52	37	6
VALORACIÓN DE LA IMPORTANCIA DE LAS T. E PARA OBTENER APREND. SIGNIFICAT.	3	4	6	50	61

Fuente: Elaboración propia.

6.2. Resultados en relación con la hipótesis planteada en el presente trabajo.

En este apartado se recogen las cinco dimensiones analizadas mediante la prueba empírica, relacionando los resultados con el rendimiento escolar.

Para abordar esta cuestión se divide la muestra en dos grupos.

Un primer grupo formado por 95 alumnos, dónde se encontrarían los alumnos que han aprobado todas las asignaturas del curso anterior o que les ha quedado sólo una asignatura pendiente.

Un segundo grupo formado por 29 alumnos, dónde se englobarían los alumnos que tienen pendiente más de una asignatura.

Entre estos dos grupos, se comparan las dimensiones analizadas y de esta forma se comprueba si es cierto que el poseer hábitos de estudio correctos y tener adquiridas diferentes técnicas de estudio, mejora el rendimiento escolar.

En la primera dimensión, **el lugar de estudio**, se obtienen resultados que son muy interesantes. (Para más detalle ver tabla 26)

Se señala como algo llamativo que el 75,70% de los alumnos pertenecientes al primer grupo (los de ninguna o sólo una asignatura pendiente) tienen habitación propia para estudiar y que dentro del segundo grupo (alumnos con más de una asignatura pendiente) sólo el 68,90% de los alumnos tiene habitación propia, demostrando que hay una diferencia entre uno y otro grupo.

Otro resultado significativo para favorecer el aprendizaje, es el hecho de que en la habitación haya luz natural. El 93,60% de los alumnos del primer grupo afirma que tienen luz natural en su habitación y sólo el 82,75 % del segundo grupo la tiene.

Tabla 26. *Porcentajes de alumnos, en función de las asignaturas pendientes, y relacionado con el lugar de estudio.*

	HABITA. PROPIA	ESTUDIA EN EL MISMO LUGAR	MESA CÓMODA	SILLA CÓMODA	LUZ NATURAL
PORCENTAJE DE ALUMNOS CON 0 O CON 1 ASIG. PEND.	75,70%	93,60%	92,60%	90,50%	93,60%
PORCENTAJE DE ALUMNOS CON +DE 1 ASIG. PENDIENTES	68,90%	93,10%	89,60%	82,75%	82,75%

Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, y dentro de los objetos que pueden desconcentrar al alumno, nos hemos centrado en los que aportaban los datos más relevantes y también se observa que aquellos alumnos que más número de objetos tienen, son los que más asignaturas tienen pendientes del año anterior. (Ver tabla 27)

Nos parece significativo el porcentaje de alumnos del segundo grupo, que tienen televisión en su cuarto, un 55,10% frente al 45,20% de alumnos del primer grupo.

De la misma manera el segundo grupo de alumnos afirma en un 82,75% que tiene el móvil mientras estudia, frente al 77,80% del primer grupo.

Tabla 27. *Porcentajes de alumnos, en función de las asignaturas pendientes, y relacionado con objetos que causan distracción en el lugar de estudio.*

	TV	CONSOLA	EQUIPO DE MUSICA	ORDENADOR	MOVIL
PORCENTAJE DE ALUMNOS CON 0 O CON 1 ASIG. PEND.	45,20%	30,50%	51,50%	56,80%	77,80%
PORCENTAJE DE ALUMNOS CON +DE 1 ASIG. PENDIENTES	55,10%	37,90%	62,06%	51,72%	82,75%

Fuente: Elaboración propia.

Todos estos resultados evidencian, que el tener un lugar de estudio adecuado y confortable, sin muchos elementos que distraigan al alumno, mejora el rendimiento académico.

La segunda dimensión, **tiempo de estudio**, relacionada con el rendimiento académico, también nos aporta resultados interesantes.

El porcentaje de alumnos del primer grupo, que prepara previamente el material es un 81%, algo significativo comparado con el porcentaje de alumnos del segundo grupo, que prepara previamente el material, sólo un 68,9%.

Por otro lado el primer grupo de alumnos, es decir, los que no tienen nada pendiente o sólo una asignatura, estudian una media de 6,6 días antes de la realización de un examen, frente al segundo grupo que estudia para preparar un futuro examen, con una media de 4,6 días de antelación.

En cuanto a las horas que estudian diariamente, a través de los resultados obtenidos podemos comprobar que los alumnos que pertenecen al primer grupo estudian una media de 1,9 horas diarias, frente a los que tienen más de una asignatura pendiente, que estudian una media de 1,5 horas al día. (Para más detalle ver tabla 28).

La última variable investigada dentro de la dimensión del tiempo de estudio, es los períodos de descanso que realizan los alumnos entre hora y hora de estudio. Se puede afirmar que los alumnos del primer grupo descansan una media de 8,6 minutos, frente a los del segundo grupo que descansan una media de 7,9 minutos.

Tabla 28. *Porcentajes de alumnos, en función de las asignaturas pendientes, y relacionado con las horas diarias de estudio.*

	EST. 0 H.	EST. 1 H.	EST. 2H	EST. 3 H.	EST. 4 H.
PORCENTAJE DE ALUMNOS QUE TIENEN 0 O 1 ASIG PENDIENTE	7,30%	25,26%	41,05%	16,80%	9,40%
PORCENTAJE DE ALUMNOS QUE TIENEN + DE 1 ASIGNAT. PENDIENTE	17,20%	34,40%	34,40%	6,80%	6,80%

Fuente: Elaboración propia.

A través de los resultados obtenidos se evidencia que el grupo que no tiene asignaturas pendientes o sólo una, es el que prepara previamente el material de estudio, que organiza mejor su tiempo para preparar los exámenes, estudia más horas diarias y realiza un descanso más adecuado entre las horas de estudio.

La tercera dimensión analizada en el presente trabajo, **aplicación de las técnicas de estudio**, relacionada con el rendimiento académico, es clarificadora

para demostrar que los alumnos que conocen y aplican un mayor número de técnicas de estudio, son a la vez los que mejores resultados académicos tienen.

Dentro del grupo de técnicas de estudio que activan conocimientos previos, la más conocida y aplicada por los alumnos pertenecientes al primer grupo es el “*Scanning*”, conocida por un 69,47% de ellos y aplicada por un 57,89%. En el segundo grupo de alumnos, es decir los que tienen más de una asignatura pendiente del año anterior la técnica de estudio más conocida (por un 55,17%) y más aplicada (por un 48,27%) es “*La lectura de títulos y subtítulos*”.

Dentro de los otros cinco grupos de técnicas estudiadas las más conocidas y las más aplicadas, tanto por un grupo como por otro son, “*El Subrayado*”, “*El esquema*”, “*La repetición*”, “*El Repaso*” y “*El resumen*”. (Para más información ver tabla 29).

Tabla 29. . *Porcentajes de alumnos, en función de las asignaturas pendientes, y relacionado con las técnicas de estudio más conocidas y más aplicadas.*

	AULMNOS SIN ASIGNATURAS PENDIENTES O SÓLO CON 1	ALUMNOS CON ASIGNATURAS PENDIENTES (2-10)
Conocen Subrayado	94,70%	82,75%
Aplican Subrayado	88,42%	72,41%
Conocen Esquema	92,60%	96,50%
Aplican Esquema	88,42%	89,65%
Conocen Repetición	97,80%	100%
Aplican Repetición	95,70%	96,50%
Conocen Repaso	93,60%	89,65%
Aplican Repaso	89,40%	75,86%
Conocen Resumen	98,90%	96,50%
Aplican Resumen	93,60%	93,10%

Fuente: Elaboración propia.

De las 23 técnicas de estudio analizadas la más conocida por los alumnos del primer grupo es “*El resumen*” (98,90% de los alumnos) y la más aplicada es “*La repetición*” (95,70% de los alumnos) y en el segundo grupo la técnica más conocida es “*La repetición*” (100% de los alumnos) y siendo ésta también la más aplicada (96,50% de los alumnos).

Para finalizar podemos observar que de todas las técnicas de estudio que han sido objeto de esta investigación, el grupo de alumnos que no tiene asignaturas pendientes o sólo tiene una, aplica una media 10,4 técnicas de estudio a la hora de enfrentarse al proceso de aprendizaje, frente al segundo grupo de alumnos, que tienen más de una asignatura pendiente y que sólo aplica una media de 8,2 técnicas de estudio.

Este resultado refleja que la aplicación de técnicas de estudio mejora el rendimiento escolar.

La cuarta dimensión que se analiza son los **agentes que han intervenido e influido para que los alumnos de ESO adquieran las técnicas de estudio.**

Tras analizar los resultados obtenidos podemos observar que los alumnos que pertenecen tanto al primer grupo, es decir los que tienen todo aprobado o sólo una asignatura pendiente, como al segundo consideran de forma mayoritaria que los profesores han sido los agentes que les han enseñado las técnicas de estudio. (Para más detalle ver tabla 30).

Llama la atención que dentro de los alumnos que consideran que han adquirido las técnicas de estudio a través del autoaprendizaje, los alumnos del segundo grupo tienen un porcentaje de 13,7% frente al 8,4% de los que lo consideran en el primer grupo.

Esto demuestra que el adquirir las técnicas de estudio por un agente educativo mejora el rendimiento escolar.

Por otro lado, la diferencia entre los dos grupos de alumnos analizados es significativa en el porcentaje de alumnos que consideran que sus padres les han ayudado y han favorecido para que ellos tengan unos buenos hábitos de estudio. El primer grupo considera esta cuestión en un 89,40%, frente a sólo un 65,50% del segundo grupo.

Esto demuestra que la familia es muy importante a la hora de adquirir buenos hábitos de estudio, pues si ésta apoya al alumno, su rendimiento escolar mejora.

Tabla 30. . *Porcentajes de alumnos, en función de las asignaturas pendientes, y relacionado con los agentes que intervienen en la adquisición de técnicas de estudio.*

	ALUMNOS QUE TIENEN 0 O 1 ASIG PENDIENTE	ALUMNOS QUE TIENEN + DE 1 ASIGNAT. PENDIENTE
T. E. ADQUIRIDAS A TRAVÉS DE PROFES	91,50%	86,20%
AUTOAPRENDIZAJE DE T. E.	8,40%	13,70%
INFLUENCIA PROPIA PARA ADQUISIC. Y PUESTA EN PRÁCTICA	94,70%	72,41%
AYUDA DE LOS PADRES PARA ADQUIRIR H. E.	89,40%	65,50%

Fuente: Elaboración propia.

La última dimensión que se analiza es la **valoración que hacen los alumnos de la ESO de las técnicas de estudio** y los alumnos la realizaron a través de una escala de valoración de cinco puntos, siendo 1 el mínimo y 5 el máximo.

Para realizar la comparación entre el primer grupo de alumnos, es decir, los que tienen todo aprobado o sólo una asignatura pendiente y el segundo grupo de alumnos, con más de una asignatura pendiente, se han tomados los porcentajes mayores que se han dado, en función de la valoración que han hecho a cada ítem.

En primer lugar y en relación con la valoración de cómo tienen ellos mismos de interiorizadas las técnicas de estudio, el primer grupo de alumnos, en un 50,5% otorga una valoración de 4 puntos y el segundo grupo, en un 89,65% otorga una valoración de 3 puntos y ninguno de los alumnos de este grupo se valoró por encima de este nivel.

En segundo lugar y en relación con la valoración de cómo creen que las tienen adquiridas el resto de alumnos de ESO, el primer grupo de alumnos, en un 45,2% otorga una valoración media de tres puntos y el segundo grupo, en un 44,82% otorga una valoración de 4 puntos a este respecto.

En último lugar y en relación con la valoración de la importancia de las técnicas de estudio para adquirir aprendizajes significativos, el primer grupo de alumnos, en un 50,6% otorga una valoración máxima de cinco puntos y el segundo grupo, en un 41,7%, otorga una valoración de 4 puntos.

Estos resultados, demuestran que los alumnos que tienen peores resultados académicos se auto-valoran por debajo de los alumnos que tienen mejores resultados, además con esto se observa la sinceridad con la que han sido contestados los cuestionarios, pues los alumnos del segundo grupo y según los resultados obtenidos en la tercera dimensión analizada, tienen adquiridas menos técnicas de estudio que los alumnos pertenecientes al primer grupo.

Otro resultado significativo es que los alumnos del primer grupo, que tienen mejores resultados académicos consideran que las técnicas de estudio son importantes con el valor máximo, frente a los alumnos del segundo grupo que consideran que son importantes, otorgándoles 4 puntos, pero no le dan la máxima valoración.

Con el análisis de esta última dimensión, finalizan los resultados obtenidos mediante la prueba empírica del presente trabajo de investigación, con los que podemos llegar a las conclusiones.

7. PROPUESTA PRÁCTICA

En el presente trabajo se comprueba, tras la realización de la prueba empírica, que los alumnos de secundaria que conocen y aplican las técnicas de estudio, tienen mejores resultados académicos.

Después de haber consultado la diferente bibliografía que aconseja sobre la necesidad de elaborar programas de técnicas de estudio (Sobrado, Cauce y Rial, 2002) y de tener que integrarlos dentro del currículo y no considerarlos como una actividad marginal, dentro del proceso de enseñanza (Cabeza Leiva, 2011), se propone, como aportación, la elaboración de un **“PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA EL FOMENTO DEL HÁBITO DE ESTUDIO EN LA ESO Y PARA EL APRENDIZAJE DE TÉCNICAS DE ESTUDIO”**.

Este programa tendría el objetivo general de “promover y afianzar el hábito de estudio en ESO y adquirir técnicas de estudio que permitan mejorar el rendimiento del alumno en cada etapa”.

Como objetivos específicos veríamos, “conocer el hábito de estudio de los alumnos de ESO y detectar al alumnado carente del mismo” y “dar una respuesta global y consensuada al alumnado con problemas de hábito de estudio”.

Este programa de Intervención tendría como destinatarios a los alumnos de los dos ciclos de ESO y como agentes para ponerlo en práctica, intervendrían los tutores, en coordinación con el Departamento de Orientación, más concretamente con el Orientador.

El programa se realizaría a través de nueve sesiones, de una hora de duración cada una, teniendo lugar una sesión al mes desde el inicio del curso escolar, es decir, desde septiembre hasta mayo. (Para más detalle ver tabla 31).

La primera sesión se realizaría al comienzo del curso escolar y consistiría en la aplicación del cuestionario recogido en el Anexo 2, para ver cómo son los hábitos de estudio de los alumnos y cuáles técnicas conocen y cuáles aplican.

La segunda sesión consistiría en la realización de una sesión informativa sobre cómo deben ser las condiciones idóneas del lugar de estudio y cómo se debe

planificar el tiempo de estudio. En esta sesión se podría realizar una actividad, que podría ser una dinámica de grupo, para que los alumnos tomaran conciencia de cuál es su realidad a la hora de estudiar y conocer qué elementos deben cambiar para mejorar sus hábitos de estudio relacionados con el lugar y tiempo de estudio.

En la tercera sesión se explicarían de forma detallada cuáles son las técnicas de estudio que favorecen la estrategia de aprendizaje para activar conocimientos previos. En esta sesión se podría realizar una actividad práctica sobre un texto determinado, para enseñarles cómo se aplicarían este tipo de técnicas, incidiendo en las que menos conocen como el “*Scanning*” o el “*Skimming*”. De esta forma también toman conciencia de cuál es el nivel de adquisición real que tienen de dichas técnicas.

En la cuarta sesión se explicarían qué técnicas de estudio mejoran la estrategia de aprendizaje de recogida y selección de información. De la misma forma que en la sesión anterior, se podría realizar una actividad práctica sobre un texto para que aprendiesen a usar este tipo de técnicas de forma correcta, por ejemplo realizando “Parafraseos” o “Conexiones entre las partes del texto”, siendo algunas de las técnicas que menos conocen los alumnos de ESO. Mediante esta actividad los alumnos pueden tomar conciencia de cuál es su nivel de adquisición de dichas técnicas.

La quinta sesión consistiría en una explicación detallada de las técnicas de estudio, que mejoran las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión. Al igual que en las otras sesiones se realizaría una actividad relacionada con dichas técnicas, para que los alumnos aprendiesen a utilizarlas sobre un texto y fuesen conscientes de cómo tienen adquiridas dichas técnicas en la realidad. Se podría incidir en técnicas como el “Mapa Mental”, la cual y según los resultados de este estudio, es una de las que menos conocen los alumnos de ESO.

La sexta sesión se realizaría mediante una explicación de las técnicas de estudio que ayudan a fortalecer la memoria. Como en las anteriores sesiones se podría realizar una actividad práctica sobre un texto para que puedan poner en práctica los conocimientos adquiridos sobre dichas técnicas, intentando que utilicen técnicas poco conocidas y aplicadas por ellos, como el uso de “Acrósticos” o de las reglas de “Asociación” y no sólo la “Repetición”, que es una de las técnicas más utilizadas por los alumnos de ESO, según los resultados del estudio.

En la séptima sesión se analizarían las técnicas de estudio para consolidar los conocimientos adquiridos. Habría que incidir en el “Recuerdo”, que es la técnica menos utilizada por los alumnos y mantener el “Repaso”. Se podría realizar con ellos una actividad para que aprendiesen a utilizarlas de forma correcta para su aprendizaje, además de ser conscientes de esta forma de cuál es su nivel de adquisición de dichas técnicas.

La octava sesión, consistiría en una explicación de las técnicas de estudio para transferir conocimientos. Como en el resto de sesiones se podría realizar una actividad práctica sobre un texto para que aprendan a usar de forma adecuada este tipo de técnicas de estudio, elaborando en esta actividad “Esquemas mudos” y “Mapas en blanco” en mayor medida, pues según reflejan los datos del estudio, son las técnicas menos utilizadas por los alumnos de ESO. Realizando esta actividad además de adquirir una formación práctica, toman conciencia de cómo las tienen adquiridas realmente.

En la novena y última sesión, que se realizaría en mayo, antes de terminar el curso escolar, se volvería a aplicar el cuestionario del Anexo 2 a los alumnos y se analizaría si los resultados han mejorado o se mantienen en la misma línea, después de haber dado formación sobre hábitos y técnicas de estudio a los alumnos de secundaria.

Por otro lado, no podemos olvidar que la familia es muy importante en el proceso educativo de un alumno y debe estar totalmente integrada en este. De hecho y según los resultados del presente estudio, los alumnos con peores resultados académicos afirman, en un porcentaje significativo, que sus familias no les apoyan a la hora de adquirir buenos hábitos de estudio.

Por ello se propone que paralelamente, el programa contenga otras sesiones de formación para las familias, para que todos los agentes educativos, no sólo los docentes, tuviesen las pautas necesarias para poder apoyar al alumno en la adquisición de buenos hábitos de trabajo y de técnicas de estudio, que favorezcan su aprendizaje, siendo capaz finalmente de “aprender a aprender”.

Tabla N° 31. “Programa de intervención para el fomento del hábito de estudio en la ESO y para el aprendizaje de técnicas de estudio programa de intervención para el fomento del hábito de estudio en la eso y para el aprendizaje de técnicas de estudio”.

N° SESIÓN	CONTENIDO	MES DE REALIZACIÓN
1º	Aplicación del cuestionario a los alumnos y revisión de resultados.	Septiembre
2º	Cómo deben ser las condiciones idóneas del lugar de estudio y cómo se debe planificar el tiempo de estudio.	Octubre
3º	Las técnicas de estudio que favorecen la estrategia de aprendizaje para activar conocimientos previos.	Noviembre
4º	Las técnicas de estudio mejoran la estrategia de aprendizaje de recogida y selección de información	Diciembre
5º	Las técnicas de estudio, que mejoran las estrategias de aprendizaje de síntesis y comprensión.	Enero
6º	Las técnicas de estudio que ayudan a fortalecer la memoria.	Febrero
7º	Las técnicas de estudio para consolidar los conocimientos adquiridos.	Marzo
8º	Las técnicas de estudio para transferir conocimientos adquiridos en un momento posterior.	Abril
9º	Aplicación del cuestionario a los alumnos y revisión de resultados, comparando con el del mes de septiembre.	Mayo

Fuente: Elaboración propia.

8. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

A lo largo del presente estudio, a través de las dos líneas metodológicas de investigación utilizadas, se pone de manifiesto la relevancia que tienen las técnicas de estudio para conseguir aprendizajes significativos en secundaria.

Las técnicas de estudio son muy útiles y necesarias para “aprender a aprender” tal y cómo dicen Sobrado, Cauce y Rial (2002), según estos autores las técnicas sirven para que el alumno aprenda a gestionar y procesar la información, creando de esta manera un puente entre la información que ya conoce y la nueva información que debe aprender.

Como objetivo general del trabajo se planteaba "*analizar cómo se adquieren y se aplican las técnicas de estudio en un grupo de alumnos de la ESO y su relación con el rendimiento escolar*".

Consideramos que este objetivo general se ha cumplido, pues tras la investigación bibliográfica para obtener una fundamentación teórica que apoyase nuestra investigación empírico-analítica-cuantitativa, se puede afirmar que se ha analizado la adquisición y aplicación de las técnicas de estudio por los alumnos de ESO y además se ha puesto en relación con los resultados académicos de los alumnos, para observar la influencia que tienen estas técnicas y hábitos de estudio, en el rendimiento escolar.

Los objetivos específicos que se establecían también se han conseguido.

En primer lugar, nos hemos situado teóricamente, mediante la revisión de diferente bibliografía, en el campo de las técnicas de estudio y la relación que tienen éstas con las estrategias de aprendizaje y con la competencia de “aprender a aprender”. Además se han podido analizar las técnicas de estudio desde diferentes clasificaciones y recoger las definiciones de cada una, para tener un conocimiento detallado de todas ellas antes de comenzar con el trabajo de campo.

En segundo lugar, hemos conocido los hábitos de estudio de los alumnos de secundaria en la actualidad, a través de una prueba empírica se han obtenido resultados muy interesantes relacionados con su lugar de estudio y con cómo se planifican su tiempo de estudio.

Como resultados positivos en cuanto al lugar de estudio, se ha podido observar cómo un 74% de los alumnos de secundaria, tienen habitación propia para estudiar y que el 78,12% de los que no la tienen, estudian habitualmente en el mismo lugar. Este dato es relevante, pues el mantener siempre un mismo lugar de estudio favorece el aprendizaje.

Por el contrario y como resultado negativo, de cara a favorecer el aprendizaje, se ha comprobado, que el objeto que más tienen los alumnos mientras estudian es el teléfono móvil, un 79% de los alumnos lo tienen, siendo el 37,7 % de éstos, los que lo tienen conectado. El tener objetos que distraigan la atención del alumno no es recomendable a la hora de conseguir un buen hábito de estudio.

En cuanto al tiempo de estudio, se observa como positivo que los alumnos de secundaria estudian una media de 6,16 días antes de la realización del examen, algo que es favorable para poder obtener unos buenos resultados, también se ha comprobado que realizan un período de descanso adecuado, lo recomendado por los autores entre hora y hora de estudio son diez minutos, y los alumnos de secundaria descansan una media de 8,46 minutos entre hora y hora de estudio.

En general podemos afirmar que los hábitos de estudio de los alumnos de secundaria, por lo que respecta al tiempo y lugar, son bastante favorables.

En tercer lugar se ha podido conocer la forma de adquisición y aplicación de las técnicas de estudio.

La mayoría de los alumnos de secundaria, un 90%, considera que las técnicas de estudio las han adquirido mediante los agentes educativos, es decir, profesores y tutores frente a sólo un 10% que considera que las han adquirido mediante el autoaprendizaje.

Este dato es positivo, pues se comprueba que los docentes están en el buen camino y que deben seguir trabajando en esta línea, es decir, a través de diferentes estrategias de enseñanza, transmitir a los alumnos estrategias de aprendizaje con sus respectivas técnicas de estudio. De esta forma, el alumno en un momento posterior, podrá poner en marcha de forma autónoma todo lo aprendido para seguir aprendiendo.

En cuanto a la aplicación de las técnicas de estudio, los alumnos de secundaria aplican una media de 9,9 técnicas de estudio durante su proceso de aprendizaje.

De los resultados obtenidos en el estudio de campo se observan cuáles son las técnicas más conocidas y aplicadas y por otro lado cuáles las que menos conocen y aplican los alumnos de ESO.

En el grupo de técnicas para activar conocimientos previos, la más conocida es “*El Scanning*” y “*La prelectura de títulos y subtítulos*” es la técnica más aplicada. Por otra parte el “*Skimming*” es la menos conocida y a la vez la menos aplicada.

Dentro de las técnicas para recoger y seleccionar la información la más conocida por los alumnos de la ESO es el “*Subrayado*” y también es la más aplicada, la técnica menos conocida y menos aplicada dentro de este grupo de técnicas es “*El parafraseo*”.

En cuanto a las técnicas que se usan para favorecer la síntesis y comprensión, “*El esquema*” es la más conocida y también la más aplicada. Por otro lado la técnica menos conocida es “*El mapa mental*” y la menos aplicada es “*El cuadro comparativo*”.

En el grupo de técnicas utilizadas para fortalecer la memoria la más conocida y más aplicada por los alumnos de ESO es “*La repetición*”. La menos conocida es la de “*Enlazar usando la narración*” y la menos aplicada es la de “*Musicar nombres*”.

Dentro de las técnicas para consolidar conocimientos, el “*Repaso*”, es la técnica que más conocen y aplican, siendo el “*Recuerdo*” la que menos conocen y menos aplican los alumnos de la muestra de la investigación.

Por último, dentro de las técnicas que se usan para transferir conocimientos la técnica más conocida por los alumnos de ESO es “*El resumen*” y también es ésta la más aplicada. La técnica menos conocida y la menos aplicada dentro de este grupo, es “*El mapa en blanco*”.

No podemos olvidar que al comenzar este trabajo de investigación se planteaba la siguiente hipótesis, “*el conocimiento y el uso de técnicas de estudio por*

los alumnos de la ESO mejora el rendimiento escolar, evitando en muchas ocasiones situaciones de fracaso académico”.

Como se desprende de los resultados obtenidos en el trabajo de campo, los alumnos que tenían todas las asignaturas aprobadas del curso anterior o que sólo tenían una asignatura pendiente, utilizaban más técnicas que los que tenían más de una asignatura pendiente. El primer grupo de alumnos, utilizaba 10,4 técnicas de media, frente al uso de 8,2 técnicas de media por el segundo grupo.

Se puede afirmar que si el alumno ha conseguido a lo largo de su proceso educativo, interiorizar diferentes técnicas de estudio, podrá posteriormente aplicarlas de forma correcta a su proceso de aprendizaje, mejorando con ellas sus resultados académicos y evitando en cierta medida el fracaso escolar.

Se observa de igual forma y a través de estos resultados, que los alumnos que tenían todas las asignaturas aprobadas del curso anterior o que sólo tenían una asignatura pendiente, tenían mejores condiciones espaciales, es decir, un mejor lugar de estudio, que los alumnos que tenían más de una asignatura pendiente.

Como ejemplos significativos se observa, por un lado, que los alumnos pertenecientes al primer grupo tenían habitación propia en un 75,70%, porcentaje mayor que los del segundo grupo, donde sólo un 68,90% disponían de una habitación propia para estudiar y por otro lado, que los alumnos del primer grupo disponían de menos elementos audiovisuales en su lugar de estudio que los alumnos con más de una asignatura pendiente, sirva como ejemplo que los que tienen más de una asignatura pendiente tienen televisión en su cuarto en un 55,10%, frente al 45,20% del otro grupo.

Por otro lado y analizando los datos extraídos de los resultados del trabajo de campo, también se comprueba cómo los alumnos que tenían todas las asignaturas aprobadas del curso anterior o que sólo tenían una asignatura pendiente, planificaban mejor su tiempo de estudio que los alumnos que los que tenían más de una asignatura pendiente.

Podemos señalar como datos relevantes para afirmar esto, que los alumnos del primer grupo estudian una media de 6,6 días antes de la realización de un examen para prepararlo, frente al segundo grupo que estudia un futuro examen, con

una media de 4,6 días de antelación y que los alumnos del primer grupo, estudian una media de 1,9 horas diarias y los del segundo grupo, una media de 1,5 horas diarias.

Todos estos resultados que se han obtenido a lo largo de la realización del estudio de campo, avalan la hipótesis planteada en el presente trabajo.

Como conclusión final se quiere dejar constancia de lo interesante que ha resultado realizar este trabajo de investigación para un futuro docente, pues se ha podido constatar en la práctica cómo utilizan las técnicas de estudio los alumnos y se ha visto la necesidad de elaborar programas de intervención y de formación sobre hábitos y técnicas de estudio.

Sería interesante poder aplicar la prueba empírica a los alumnos de primero de la ESO, ya que aportarían información sobre la etapa de primaria, etapa en la que se considera que podría comenzarse a enseñar este tipo de técnicas a los alumnos. Si en la etapa de primaria ya se realizasen con ellos programas de intervención y formación de técnicas de estudio, adaptadas a su nivel, los resultados académicos que obtendrían estos alumnos en secundaria, serían mejores.

9.1. Bibliografía.

- Acevedo Pierat, C. G., Chiang Salgado, M. T., Madrid Valdebenito, V., Montecinos Palma, H., Reinicke Seiffert, K., Rocha Pavés, F. (2009). Estrategias de aprendizaje en alumnos universitarios y de enseñanza media. *Revista Estilos de Aprendizaje*. N° 4. Vol 4. Universidad de Concepción, Chile. Pp 1-18.
- Álvarez Domínguez, Pablo. (2004). Técnicas de estudio para alumnos de ESO. *Investigación y educación*. N° 9. 1-24.
- Cabeza Leiva, A. (2011). Las técnicas de estudio y trabajo intelectual en educación secundaria. *Pedagogía Magna*. N°11. 20-25.
- Cárdenas Marrero C. Belkis, Del Risco Machado, R., Díaz Magdalena, M., Acosta Moré, I., Davis Blanco, D., Arrocha Rodríguez, O., Gómez Casola, K., Del Pozo Gutiérrez, E., & Morales Socorro, E. (2009). Las estrategias de aprendizaje y el desarrollo de la habilidad de escritura durante el proceso de enseñanza aprendizaje del idioma Español como segunda lengua. *Revista Iberoamericana de Educación*, N°48(3), 1-9. Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura.
- Díaz Barriga Arceo, F. & Hernández Rojas, G. (1999). *Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista*, 5 y 6. McGraw Hill. México.
- Gómez Gómez, M. (2006). *Técnicas de Estudio y Estrategias de Aprendizaje*. Consultado el 9 de Julio de 2012, recuperado de:
http://www.ismontessori.edu.pe/pedagogico/educacionn/tecnicas_de_estudio_y_estrategias_de_aprendizaje.pdf
- López López-Menchero, J.L.. (2010). *Estrategias de Aprendizaje. Incorporación de las nuevas Tecnologías*. Facultad de Educación de Castilla La Mancha. Consultado el 12 de Julio de 2012, recuperado de:
<http://www.educaweb.com/noticia/2010/01/25/estrategias-aprendizaje-incorporacion-nntt-14047.html>
- Mateos Claros, F. (2001) Estudio sobre las técnicas de estudio en los adultos. *Eúphoros*. N° 3. Pp. 133-146. Consultado el 18 de septiembre de 2012, recuperado de:
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/oaiart?codigo=1183071>

- Ramírez Salguero, M. I. (2001) Las Estrategias de Aprendizaje. *Eúphoros*. N°3. Pp. 113-132. Consultado el 24 de Julio de 2012, recuperado de:
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1183069>
- Real Decreto 1631/2006 de 29 de Diciembre del Ministerio de Educación por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Educación Secundaria Obligatoria, publicado en el BOE n° 5 el 5 de Enero de 2007.
- Salazar Bondy, A. & Cossio Retamozo, A. (2004). *Estrategias de Aprendizaje*. Arequipa. Perú. Consultado el 12 de Julio de 2012, recuperado de:
<http://www.monografias.com/trabajos19/estrategias-aprendizaje/estrategias-aprendizaje.shtml>
- Segura Moreno, C. I. (2002). Aprender a aprender, claves para su enseñanza. *Educación y educadores*. Vol N°5. Universidad de la Sabana. Cundinamarca Colombia. Pp. 145-149. Consultado el 23 de Julio de 2012, recuperado de:
<http://bv.unir.net:2076/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=83400512>
- Sobrado Fernández, L. M., Cauce Santalla, A. I. y Rial Sánchez, R. (2002) Las habilidades de aprendizaje y estudio en la educación secundaria: estrategias orientadoras de mejora. *Tendencias Pedagógicas* N° 7. Universidad de Santiago de Compostela. Pp. 155-177.

9.2. Bibliografía complementaria.

- Curso Técnicas de Estudio, Lección 3. “Planificación del estudio”. Consultado el 9 de Julio de 2012, recuperado de:
<http://www.aulafacil.com/Tecestud/Lecciones/Lecc3.htm>
- Curso de Técnicas de Estudio, Lección 6. “Lugar de estudio”. Consultado el 9 de Julio de 2012 recuperado de:
<http://www.aulafacil.com/Tecestud/Lecciones/Lecc6.htm>
- Curso de Técnicas de Estudio, Lección 7. “Tiempo de estudio”. Consultado el 9 de Julio de 2012 recuperado de:
<http://www.aulafacil.com/Tecestud/Lecciones/Lecc7.htm>

10. ANEXOS

10.1 – ANEXO 1 Resultados sociodemográficos obtenidos de la muestra.

	CURSO	EDAD	NACIONALIDAD	SEXO	A. PEND.
ALUMNO 1	2º ESO	14	ECUATORIANA	H	1
ALUMNO 2	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 3	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 4	2º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 5	2º ESO	14	ESPAÑOLA	H	2
ALUMNO 6	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 7	2º ESO	15	ESPAÑOLA	M	3
ALUMNO 8	2º ESO	14	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 9	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 10	2º ESO	15	ECUATORIANA	M	8
ALUMNO 11	2º ESO	14	ECUATORIANA	H	5
ALUMNO 12	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 13	2º ESO	14	ESPAÑOLA	M	10
ALUMNO 14	2º ESO	14	ECUATORIANA	H	1
ALUMNO 15	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	2
ALUMNO 16	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 17	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 18	2º ESO	14	ECUATORIANA	H	0
ALUMNO 19	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 20	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	1
ALUMNO 21	2º ESO	13	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 22	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 23	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 24	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 25	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	1
ALUMNO 26	2º ESO	14	BOLIVIANA	M	1
ALUMNO 27	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 28	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 29	2º ESO	14	PERUANA	M	0
ALUMNO 30	2º ESO	14	RUMANA	M	0
ALUMNO 31	2º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 32	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 33	2º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 34	2º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 35	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 36	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 37	2º ESO	13	ECUATORIANA	H	1
ALUMNO 38	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 39	2º ESO	15	ECUATORIANA	M	2
ALUMNO 40	2º ESO	15	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 41	2º ESO	14	ECUATORIANA	M	1
ALUMNO 42	2º ESO	13	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 43	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 44	2º ESO	13	ESPAÑOLA	M	0

	CURSO	EDAD	NACIONALIDAD	SEXO	A. PEND.
ALUMNO 45	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 46	3º ESO	15	COLOMBIANA	H	6
ALUMNO 47	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 48	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 49	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 50	3º ESO	16	DOMINICANA	M	10
ALUMNO 51	3º ESO	16	ECUATORIANA	M	10
ALUMNO 52	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 53	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 54	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 55	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 56	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 57	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 58	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 59	3º ESO	15	ECUATORIANA	M	1
ALUMNO 60	3º ESO	15	DOMINICANA	M	9
ALUMNO 61	3º ESO	15	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 62	3º ESO	16	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 63	3º ESO	15	ECUATORIANA	M	3
ALUMNO 64	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 65	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 66	3º ESO	16	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 67	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 68	3º ESO	16	ECUATORIANA	M	9
ALUMNO 69	3º ESO	16	ESPAÑOLA	M	3
ALUMNO 70	3º ESO	16	ECUATORIANA	H	2
ALUMNO 71	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 72	3º ESO	16	ESPAÑOLA	M	2
ALUMNO 73	3º ESO	16	ECUATORIANA	M	3
ALUMNO 74	3º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 75	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 76	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 77	3º ESO	15	ESPAÑOLA	H	5
ALUMNO 78	3º ESO	15	COLOMBIANA	H	7
ALUMNO 79	3º ESO	15	CHINA	M	0
ALUMNO 80	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	1
ALUMNO 81	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 82	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 83	3º ESO	14	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 84	3º ESO	14	ECUATORIANA	H	0
ALUMNO 85	3º ESO	14	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 86	3º ESO	16	ESPAÑOLA	H	1
ALUMNO 87	3º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 88	4º ESO	17	ECUATORIANA	H	7

	CURSO	EDAD	NACIONALIDAD	SEXO	A. PEND.
ALUMNO 89	4º ESO	16	PERUANA	M	5
ALUMNO 90	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 91	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 92	4º ESO	17	DOMINICANA	M	7
ALUMNO 93	4º ESO	16	ECUATORIANA	H	6
ALUMNO 94	4º ESO	17	ECUATORIANA	M	1
ALUMNO 95	4º ESO	16	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 96	4º ESO	16	DOMINICANA	M	0
ALUMNO 97	4º ESO	16	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 98	4º ESO	16	ECUATORIANA	H	8
ALUMNO 99	4º ESO	16	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 100	4º ESO	15	ESPAÑOLA	H	2
ALUMNO 101	4º ESO	16	ESPAÑOLA	M	6
ALUMNO 102	4º ESO	17	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 103	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 104	4º ESO	17	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 105	4º ESO	15	ESPAÑOLA	H	1
ALUMNO 106	4º ESO	15	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 107	4º ESO	15	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 108	4º ESO	16	PERUANA	H	2
ALUMNO 109	4º ESO	16	ECUATORIANA	H	3
ALUMNO 110	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 111	4º ESO	15	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 112	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 113	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 114	4º ESO	16	PERUANA	M	0
ALUMNO 115	4º ESO	15	ESPAÑOLA	H	0
ALUMNO 116	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 117	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 118	4º ESO	15	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 119	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 120	4º ESO	16	ESPAÑOLA	H	3
ALUMNO 121	4º ESO	17	ECUATORIANA	M	0
ALUMNO 122	4º ESO	16	COLOMBIANA	H	1
ALUMNO 123	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0
ALUMNO 124	4º ESO	15	ESPAÑOLA	M	0

Fuente: Elaboración propia.

10. 2 - ANEXO 2

CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO
DIRIGIDO A LOS ALUMNOS DE ESO

DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS:

Curso que estás estudiando:

Fecha de nacimiento:

Lugar de nacimiento:

Sexo: H M

Número de asignaturas pendientes del año anterior:

PREGUNTAS RELACIONADAS CON EL OBJETO DE ESTUDIO

1. ¿Dispones de una habitación propia para estudiar?

Si No

2. En caso negativo, ¿Estudias de forma habitual el mismo lugar?

Si No

3. En tu lugar de estudio ¿dispones de una mesa de estudio amplia?

Si No

4. En tu lugar de estudio ¿dispones de una silla cómoda?

Si No

5. En tu lugar de estudio ¿hay una ventana por donde entra la luz natural?

Si No

6. Marca con una X si tienes en tu habitación alguno de los siguientes objetos

TV Vídeo Videoconsola Equipo de música
Ordenador Teléfono fijo Teléfono móvil

7. ¿Conectas alguno de los elementos anteriores cuándo estudias?

Si No

8. En caso de ser afirmativa la respuesta a la pregunta anterior, señala con una X los que tienes conectados.

TV Vídeo Videoconsola Equipo de música
Ordenador Teléfono fijo Teléfono móvil

9. ¿Preparas previamente tu material de estudio?

Si No

10. Numera del 1 al 6 el orden que sigues al estudiar

Comprobar el horario
Hacer los deberes
Estudiar
Repasar
Recordar
Adelantar próximo trabajo

11. Marca con una X cuándo empiezas a estudiar un examen.

15 días antes 10 días antes 8 días antes 6 días antes
4 días antes 2 días antes El día anterior

12. ¿Cuántas horas diarias dedicas al estudio?

Ninguna hora 1 hora 2 horas 3 horas 4 horas

13. ¿Cuántos minutos descansas entre hora y hora de estudio?

Ningún minuto 5 minutos 10 minutos 15 minutos

14. Señala con una X las técnicas para activar los conocimientos previos que conoces.

Plectura de títulos y subtítulos
Skimming
(lectura rápida que nos permite comprender lo esencial del texto)
Scanning
(lectura veloz para la extracción de información específica, más lenta que la anterior)
Formulación de preguntas y respuestas

15. Señala con una X las técnicas para activar los conocimientos previos que utilizas a la hora de estudiar.

Plectura de títulos y subtítulos
Skimming
(lectura rápida que nos permite comprender lo esencial del texto)
Scanning
(lectura veloz para la extracción de información específica, más lenta que la anterior)
Formulación de preguntas y respuestas

16. Señala con una X las técnicas para recoger y seleccionar la información que conoces.

Toma de apuntes
Lectura comprensiva
Subrayado
Parafrasear en los márgenes
Conectar partes del texto

17. Señala con una X las técnicas para recoger y seleccionar la información que utilizas a la hora de estudiar.

- Toma de apuntes
- Lectura comprensiva
- Subrayado
- Parafrasear en los márgenes
- Conectar partes del texto

18. Señala con una X las técnicas de síntesis y comprensión que conoces.

- Esquema
- Mapa mental
- Mapa conceptual
- Cuadro comparativo

19. Señala con una X las técnicas de síntesis y comprensión que pones en funcionamiento cuando estudias.

- Esquema
- Mapa mental
- Mapa conceptual
- Cuadro comparativo

20. Señala con una X las técnicas para fortalecer la memoria que conoces.

- Repetición
- Reglas de asociación
- Acrósticos (crear palabra con las iniciales de lo que queremos memorizar)
- Musicalizar nombres
- Enlazar usando la narración

21. Señala con una X las técnicas para fortalecer la memoria que utilizas a la hora de estudiar.

- Repetición
- Reglas de asociación
- Acrósticos (crear palabra con las iniciales de lo que queremos memorizar)
- Musicalizar nombres
- Enlazar usando la narración

22. Señala con una X las técnicas para consolidar conocimientos que conoces.

- Repaso
- Recuerdo

23. Señala con una X las técnicas para consolidar conocimientos que utilizas a la hora de estudiar.

- Repaso
- Recuerdo

24. Señala con una X las técnicas para transferir conocimientos que conoces

- Resumen
- Mapas en blanco
- Esquemas mudos

25. Señala con una X las técnicas para transferir conocimientos que utilizas para comprobar lo que has aprendido.

Resumen

Mapas en blanco

Esquemas mudos

26. ¿Consideras que a lo largo de tu formación los profesores que has tenido te han enseñado técnicas de estudio?

Si No

27. En caso negativo, ¿consideras que has adquirido las técnicas de estudio tu mismo a través del autoaprendizaje?

Si No

28. Además de los profesores que te han enseñado las técnicas de estudio, ¿crees que tú has influido en la adquisición y puesta en práctica?

Si No

29. ¿Consideras que tu familia te ha ayudado para la adquisición de buenos hábitos de estudio?

Si No

30. Realiza una autovaloración con respecto a cómo consideras que tienes adquiridas las técnicas de estudio siendo el 1 la puntuación mínima y 5 la máxima.

1 2 3 4 5

31. Realiza una valoración con respecto a cómo consideras que tienen los alumnos de la ESO adquiridas las técnicas de estudio siendo el 1 la puntuación mínima y 5 la máxima

1 2 3 4 5

32. Realiza una valoración con respecto a cómo consideras de importantes las técnicas de estudio para llegar a adquirir aprendizajes significativos siendo el 1 la puntuación mínima y 5 la máxima.

1 2 3 4 5