Fundación Progresa

CONVENIO 112007-004-2021 ALCADIA DE RIONEGRO-SEM-FUNDACION PROGRESA

TALLERES DE FORMACION

MUNICIPIO	Rionegro	**NOMBRE PROFESIONAL**	Paola Andrea Toro marisol lopera
NOMBRE INSTITUCIÓN	Santa Barbara sede Principal	**FECHA**	Día 21 Mes 04 Año 2023
TEMA:	Habitos de estudio	**POBLACIÓN**	Docentes___ Estudiantes___ Padres X

PARTICIPANTES/NOMBRE-INSTITUCION EDUCATIVA	PARTICIPANTES/NOMBRE-INSTITUCION EDUCATIVA
1 IE Santa Barbara Lina Marcela Rendón G.	18 Santa Barbara Luz Edilma López cardona
2	19 Juleth lopez S.
3 I.E. Santa Barbara Elizabeth Espinosa G.	20 JESUS A FLOREZ B.
4 Leidy Adriana I.E. Santa Barbara	21
5 JORGE BARRERA	22
6 Marta Patiño Rendón	23
7 Alba Gómez Agudelo	24
8 Diana Patricia Henao.	25
9 Lined Montoya Sanchez	26
10 Leidy Montoya Sanchez	27
11 Liliana Maria Ocampo Rios	28
12 Amada Rivillas Ramirez	29
13 BIBIANA AGUEDO.	30
14 Albany Henao M	31
15 Maria Nelci Arango	32
16	33

Powered by CamScanner

CONVENIO 112007-004-2021 ALCADIA DE RIONEGRO-SEM-
FUNDACION PROGRESA

TALLERES DE FORMACION

OBJETIVO
Identificar los hábitos de estudio en el proceso de enseñanza aprendizaje de los niños y niñas pertenecientes al SAP.

LOGROS	DIFICULTADES
- Reconocer la corresponsabilidad familiar en el proceso de los estudiantes. - Generar reflexiones frente a la manera de acompañamiento a los estudiantes. - Articular experiencias significativas por parte de los padres para el acompañamiento adecuado.	

FUENTE DE VERIFICACION (Indicar el soporte virtual de la actividad)

Para iniciar se presenta el video : https://www.youtube.com/watch?v=lf-wu8mhy3s

Permitiendo así la reflexión frente al acompañamiento, siguiente a esto se propone como actividad central realizar a los hijos una carta donde puedan expresar eso que en palabras cuesta decir.

Y Siguiente se les reparte a algunos padres diferentes hábitos de estudio que se pueden implementar en casa y a partir de estos se construye un organizador gráfico.

¿Cómo ayudar a su hijo(a) para que su tarea sea más efectiva?

1. Análisis de las instrucciones de la tarea:
- ¿Entiendes bien lo que te pido que hagas?
- ¿Me puedes explicar lo que debes hacer?

Powered by CamScanner

2. Revisión de la tarea
3. Indagar:
   - ¿Qué aprendiste hoy?
   - ¿Para qué te sirve lo que aprendiste hoy?
   - ¿Qué puedes agregar para ampliar ese aprendizaje?
   - ¿En dónde puedes aplicar lo que aprendiste?

1. Organiza tiempos

Entre los hábitos de estudiantes exitosos, sin duda alguna el más importante es organizar tiempos. Esto quiere decir que debes escoger el momento del día en el que te sientes con más energía y más animado para estudiar, y también debes organizar cuánto tiempo vas a estudiar por materia (en caso de que tengas varias). Por ejemplo, puedes crear un calendario semanal de las cosas que tienes que hacer y verás que con la práctica podrás llegarte a organizar mensualmente.

2. Establece metas realistas, medibles y comprobables

Para lograr métodos de estudio efectivos procura definir metas a corto, mediano y largo plazo al estudiar. Además, debes plantearte objetivos claros, es decir, que sean realistas, medibles y comprobables. De nada sirve un objetivo del tipo *Conocer más de Inglés*, esto no te ayuda como estudiante a avanzar en tus conocimientos. Al contrario, un objetivo como *Aprender las conjugaciones de 10 verbos irregulares nuevos para el próximo día 15* te permiten medir cuánto avanzas, dónde fallas y qué debes mejorar.

3. Descansa y aliméntate

De nada sirve estudiar durante 10 horas seguidas una noche antes del examen. El cuerpo y el cerebro se cansan y llega el momento en que el estudio no es significativo. Por eso es importante que en tus técnicas de estudio establezcas tiempos de descanso. Por ejemplo, por cada 25 minutos de estudio, puedes descansar 5 minutos. Esto ayuda a que tu cerebro *recargue la pila* y se le conoce como la técnica Pomodoro para estudiar. También es importante que te alimentes bien.

4. Subraya la información más importante

Este es otro clásico de los hábitos de estudio exitosos. Subrayar textos y realizar apuntes te permite resaltar visualmente la información más valiosa o que te es más útil de un texto. También es de gran ayuda gracias a que si días, semanas o incluso años después regresas a esos textos, el subrayado te señala dónde está la información más importante, sin necesidad de volver a leer todo.

Powered by CamScanner

5. **Realiza mapas conceptuales, diagramas, dibujos o canciones**

Como se mencionó antes, el éxito de todas las técnicas de estudio depende del tipo de personalidad de cada estudiante, no son universales. Hay personas a las que se les facilita realizar mapas conceptuales para estudiar semejanzas y diferencias de los temas vistos, otros prefieren realizar diagramas o dibujos para estudiar visualmente, y también hay personas más musicales a las que se les facilita adquirir información mediante melodías. Si aún no conoces qué técnica va mejor contigo prueba con todas estas y las demás que te encuentres hasta llegar a la que más te ayuda a ti.

6. **Prepara tu área de estudio**

Tu área de trabajo debe estar preparada de acuerdo a tus gustos para estudiar, por eso el primer paso es quitar toda tu ropa sucia del escritorio y pasarla a la cama (o mejor aún, al bote de la ropa sucia).

Si a ti se te facilita aprender cosas nuevas mientras estás en contacto con la naturaleza, tal vez lo mejor para ti sea estar en un parque o en un bosque tranquilo. Pero si necesitas silencio absoluto, lo mejor sería una biblioteca o acondicionar tu cuarto para evitar que los ruidos de la calle o de los vecinos te interrumpan.

7. **Reduce distracciones**

Para mejorar tus técnicas de estudio, el primer paso es identificar qué es lo que te distrae y el segundo paso es tratar de eliminar dichas distracciones. Por ejemplo, si constantemente checas las notificaciones de tu teléfono, apágalo, siléncialo o déjalo en otro cuarto. Lo mismo pasa si revisas a cada rato tus redes sociales, ignóralas.

8. **Evita memorizar, prioriza el entendimiento**

Antes de memorizar la información, es necesario entenderla. Si solo se memoriza para repetirla en el examen, no se logra un aprendizaje claro. Por ejemplo, en lugar de memorizar listas de verbos irregulares en inglés y sus conjugaciones, es importante comprender cuáles son sus características, diferenciar entre verbos de uso diario con otros que casi no se usan en contextos informales, etc.

9. **Pregunta**

Ante cualquier duda, pregunta, ya sea a tu maestro o a tus compañeros si estás en una escuela o curso con otras personas, o pregunta en foros y redes sociales si estudias por tu cuenta. Evita quedarte con dudas y quítate el miedo a quedar en ridículo "por no saber", pues todo conocimiento nace por una pregunta. También es recomendable que además de

Powered by CamScanner

preguntar, discutas tus nuevos conocimientos con otras personas para que los pongas en práctica.

10. Diseña un horario diario y semanal

La planificación es aquello que permitirá a cualquier estudiante y profesional cumplir con los objetivos y metas propuestas para él. **Los niños reconocerán así los espacios y momentos de estudio y aquellos en los que pueden realizar otras actividades.**

De esta manera se mejora **la concentración y** la organización del tiempo. Los procesos serán más eficientes y productivos.

Fuente de verificación



Powered by CamScanner