



**INSTITUTO  
MARILLAC**  
I.A.P.

**CCH - Marillac**

Incorporación UNAM / 2033

**GUIA DE ESTUDIO  
PARA EL EXAMEN EXTRAORDINARIO DE  
APRENDER A APRENDER I**

**Clave: E1AA**

**Actualización: [JULIO, 2025]**

Nombre de quien contesta la guía:

No. Cuenta:

Fecha:

**PRESENTACIÓN.**

La presente **guía tiene como finalidad** orientarte en tu estudio para presentar con éxito el examen extraordinario de Aprender a Aprender 1, conforme al Programa de Estudios correspondiente.

**La eficacia de esta guía** depende de la disposición, esfuerzo y dedicación para contestarla de una manera clara y completa. Recuerda que presentarse a un examen sin la preparación suficiente significa un fracaso muy probable, una pérdida de tiempo y un acto irresponsable que puedes evitar.

**En la guía encontrarás 3 apartados:**

1. Sobre la Asignatura. Datos generales: Propósitos, enfoques, unidades y objetivos;
2. Sobre la Guía. Instrucciones, materiales requeridos, bibliografía y páginas web que puedes consultar para contestarla.
3. Actividades de aprendizaje. Reactivos o ejercicios por realizar.
4. Anexo. Material complementario para responder esta guía.

Cada una de las actividades de aprendizaje que se plantean en esta guía no solo tienen la finalidad de prepararte para resolver un ejercicio o un examen, sino también **para reforzar aprendizajes** que te ayuden a desarrollar el gusto por aprender y descubrir a través de nuevas herramientas que trabajamos en clase, el valor, la emoción gratificante y el significado de cada aprendizaje.

## 1. SOBRE LA ASIGNATURA.

**1.1 PROPÓSITOS GENERALES Y ENFOQUES DE LA ASIGNATURA.** Propone apoyar y dinamizar a los estudiantes para que mejoren el desempeño en sus responsabilidades académicas y personales a través de la participación activa, estratégica y autónoma en su propio proceso de aprendizaje. Se pretende que los alumnos tengan un mayor gusto por la adquisición de nuevos aprendizajes, con base a las siguientes acciones específicas:

- Centrando la atención en lo que se aprende, a través de la observación y la conciencia.
- Propiciando emociones gratificantes sobre lo que se aprende, a través de la curiosidad y el interés.
- Descubriendo el significado y el valor de cada aprendizaje, a través de la motivación y la imaginación.

### 1.2 ESTRUCTURA Y CONTENIDO DE LA ASIGNATURA:

**Unidad I. Mis actitudes ante el estudio.** Será capaz de continuar aprendiendo de manera más eficaz y autónoma, de acuerdo con sus objetivos y necesidades, con base en el reconocimiento consciente de sus propias capacidades y trabajando en poseer una actitud activa ante el estudio.

**Unidad II. Ser estudiante: Aprendizaje activo.** Será capaz de continuar aprendiendo de manera más eficaz y autónoma, de acuerdo con sus objetivos y necesidades, con base en la optimización de su tiempo de estudio y conociendo y empleando diferentes técnicas de trabajo intelectual.

## 2. SOBRE LA GUÍA.

### 2.1 INSTRUCCIONES GENERALES (¿CÓMO USAR LA GUÍA?):

- **Lee con atención** las instrucciones y **realiza las actividades propuestas**, recuerda que esta guía solo es un apoyo de tu autoestudio.
- Esta guía no se contesta de un día para otro, **dedica al estudio y a contestar esta guía** por lo menos 3 horas diarias continuas, durante al menos 15 días antes del examen; si le dedicas el tiempo necesario, seguramente aprobarás el examen extraordinario.

- **Subraya las palabras claves o que no comprendas** con color y búscalas en el diccionario.
- En caso de dudas, **consulta la bibliografía** sugerida en la guía. Cuando termines de resolverla, revisa tus respuestas y si continúan las dudas solicita apoyo a algún docente.
- Para un mejor proceso de aprendizaje y facilitar tu estudio para acreditar tu examen extraordinario, te sugerimos: **Asistir a las asesorías (con la guía contestada)** que se programen donde podrás recibir orientación y aclaración de las dudas que te hayan surgido durante la resolución de la guía.
- **Investiga más información de los temas y actividades**, puedes elaborar por propia iniciativa un resumen, mapa conceptual, una red conceptual, más ejercicios o alguna otra actividad que enriquezca tu aprendizaje.
- **Resolver correctamente las autoevaluaciones** te permitirá constatar tus avances académicos, pero no garantiza que automáticamente apruebes tu examen, ya que los contenidos específicos y la forma de los reactivos varían en el examen.

## 2.2 MATERIALES PARA CONTESTAR LA GUÍA Y EL EXAMEN:

Lápiz, goma, plumas de colores, plumones, colores, pegamento.

## 2.3 PARA CONSULTAR:

### 2.3.1 Bibliografía:

1. Alonso, C., Gallego D. J., y Honey, P. Cuestionario de Honey- Alonso de Estilos de Aprendizaje. Madrid: Instituto de Ciencias de la Educación (ICE), 1994.
2. Argudin, Y. Aprende a pensar escribiendo bien. Trillas, México, 2005.
3. Colegio de Ciencias y Humanidades. Prontuario del estudiante. Lo que todo ceceachero debe saber para iniciar con éxito sus estudios de bachillerato. Secretaría de Comunicación Institucional-DGCCH, UNAM, México, 2010.
4. Estévez, E. Enseñar a aprender. Estrategias cognitivas. Maestros y Enseñanza. Paidós, México, 2011.

### 2.3.2 Web:

**NOTA:** Las actividades de esta guía sólo son una referencia de los contenidos del examen: **NO SON IGUALES Y NO EQUIVALE A UN PORCENTAJE DE LA CALIFICACIÓN DEL EXAMEN.** Por lo tanto, es responsabilidad del alumno preparar la totalidad del temario de la materia.

### **3. ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE.**

#### **Unidad 1**

##### **Tema 1. Estilos de aprendizaje**

1.1 Realiza un cuadro sinóptico donde el tema central sea "Los estilos de aprendizajes". Dicho cuadro sinóptico deberá incluir la información referente al modelo de cuadrantes cerebrales, programación neurolingüística y hemisferios cerebrales. (Deberás utilizar la información del anexo 1 para elaborar dicho cuadro)

##### **Tema 2. ¿Qué me gustaría saber y cuáles son mis intereses?**

2.1 Deberás realizar una presentación de Power Point. El alumno debe investigar sobre algún tema que sea de su interés y le cause curiosidad. La presentación debería contener 1 diapositiva de portada y 4 diapositivas de información sobre el tema elegido.

##### **Tema 3. Diferencia entre estudio y aprendizaje**

3.1 Deberás realizar un cuadro comparativo entre estudio y aprendizaje. (Deberás utilizar la información del anexo 2 para realizar el cuadro comparativo)

#### **Unidad 2**

##### **Tema 4. Razones para estudiar el bachillerato**

4.1 Realiza un collage con imágenes de los motivos que te impulsan a continuar estudiando el nivel medio superior.

##### **Tema 5. Gusto por el aprendizaje activo**

5.1 Elaborar una infografía con 2 o 3 hojas tamaño carta, en la cual se deberán explicar las 10 actitudes activas en el estudio, para potencializar el aprendizaje. (Deberás utilizar la información del anexo 3 para realizar la infografía)

##### **Tema 6. Tipos de pensamiento**

6.1 Realiza un resumen de los tipos de pensamientos e integrar en cada tipo de pensamiento un ejemplo. (Deberás utilizar la información del anexo 4 para realizar el resumen)

## Tema 7. ¿Para qué estudio y para qué aprendo?

7.1 Realiza 10 tarjetas sobre razones para aprender y beneficios del por qué es importante estudiar. El alumno deberá cortar 10 tarjetas de 15 cm de largo por 10 cm de ancho, en 5 tarjetas deberá describir e ilustrar 5 diferentes razones para aprender, en las otras 5 tarjetas deberá describir e ilustrar, en cada tarjeta, un beneficio del por qué es importante estudiar. (Deberás utilizar la información del anexo 5 para realizar el las tarjetas)

## Tema 8. Logros y cualidades

8.1 Dibuja un árbol del tamaño de una hoja carta, dicho árbol deberá tener raíces, troco, hojas y flores o frutas. En las raíces deberá colocar al menos 5 cualidades que posee el alumno y en cada flor o fruto deberá colocar logros que ha vivido a lo largo de su vida. A continuación, hay una imagen con un ejemplo de árbol de logros.



## Tema 9. Responsabilidad

9.1 Realiza la actividad de responsabilidad. (Revisa el anexo 6)

## Tema 10. Autonomía

10.1 Realiza la actividad de autonomía. (Revisa el anexo 7)

---

*La educación no es preparación para la vida; la  
educación es la vida en sí misma.  
John Dewey*

**iiii Mucho éxito en tu estudio y en tu examen!!!!**

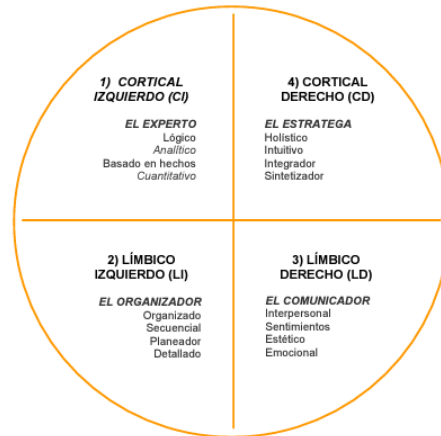
## 4. ANEXOS

### Anexo 1

## DOCUMENTO DE ESTILOS DE APRENDIZAJE

### 1) El Modelo de los Cuadrantes Cerebrales de Herrmann

Ned Herrmann elaboró un modelo que se inspira en los conocimientos del funcionamiento cerebral. Él lo describe como una metáfora y hace una analogía de nuestro cerebro con el globo terrestre con sus cuatro puntos cardinales. A partir de esta idea representa una esfera dividida en cuatro cuadrantes, que resultan del entrecruzamiento de los hemisferio izquierdo y derecho del modelo Sperry, y de los cerebros cortical y límbico del modelo McLean. Los cuatro cuadrantes representan cuatro formas distintas de operar, de pensar, de crear, de aprender y, en suma, de convivir con el mundo<sup>4</sup>. Las características de estos cuatro cuadrantes son:



#### 1) Cortical Izquierdo (CI)<sup>5</sup>

**Comportamientos:** Frío, distante; pocos gestos; voz elaborada; intelectualmente brillante; evalúa, critica; irónico; le gustan las citas; competitivo; individualista.

**Procesos:** Análisis; razonamiento; lógica;

Rigor, claridad; le gustan los modelos y las teorías; colecciona hechos; procede por hipótesis; le gusta la palabra precisa.

**Competencias:** Abstracción; matemático; cuantitativo; finanzas; técnico; resolución de problemas.

#### 2) Límbico Izquierdo (LI)

**Comportamientos:** Introverso; emotivo, controlado; minucioso, maniático; monólogo; le gustan las fórmulas; conservador, fiel; defiende su territorio; ligado a la experiencia, ama el poder.

**Procesos:** Planifica; formaliza; estructura; define los procedimientos; secuencial; verificador; ritualista; metódico.

**Competencias:** Administración; organización; realización, puesta en marcha; conductor de hombres; orador; trabajador consagrado.

#### 3) Límbico Derecho (LD)

**Comportamientos:** Extraverso; emotivo; espontáneo; gesticulador; lúdico; hablador; idealista, espiritual; busca aquiescencia; reacciona mal a las críticas.

**Procesos:** Integra por la experiencia; se mueve por el principio de placer; fuerte implicación afectiva; trabaja con sentimientos; escucha; pregunta; necesidad de compartir; necesidad de armonía; evalúa los comportamientos.

**Competencias:** Relacional; contactos humanos; diálogo; enseñanza; trabajo en equipo; expresión oral y escrita.

#### 4) Cortical Derecho (CD)

**Comportamientos:** Original; humor; gusto por el riesgo; espacial; simultáneo; le gustan las discusiones; futurista; salta de un tema a otro; discurso brillante; independiente.

**Procesos:** Conceptualización; síntesis; globalización; imaginación; intuición; visualización; actúa por asociaciones; integra por medio de imágenes y metáforas.

**Competencia:** Creación; innovación; espíritu de empresa; artista; investigación; visión de futuro.

## **Los 3 tipos de aprendizaje: Visual, auditivo o kinestésico.**

El aprendizaje es un proceso único para cada individuo, y existen diferentes formas en las que las personas adquieren y procesan información. En este artículo, exploraremos los tres tipos de aprendizaje más comunes: visual, auditivo y kinestésico. Descubriremos cómo cada uno de estos estilos de aprendizaje influye en la forma en que comprendemos, recordamos y aplicamos nuevos conocimientos. A lo largo del artículo, proporcionaremos ejemplos prácticos y consejos útiles para aprovechar al máximo cada tipo de aprendizaje.

### **¿Qué es el aprendizaje visual?**

El aprendizaje visual se refiere a la capacidad de absorber y procesar información a través de imágenes, gráficos y otros elementos visuales. Las personas que tienen un estilo de aprendizaje visual tienden a recordar mejor la información cuando la pueden ver representada de alguna manera. Esto puede incluir la lectura de textos, la visualización de diagramas, la observación de imágenes y el uso de colores y formas para organizar ideas.

### **Características del aprendizaje visual**

Las personas con un estilo de aprendizaje visual suelen tener algunas características comunes. Por ejemplo, pueden:

- Tener una buena memoria visual.
- Recordar mejor la información cuando la ven escrita o ilustrada.
- Tener facilidad para recordar caras, lugares y detalles visuales.
- Disfrutar de la lectura y el uso de imágenes para comprender conceptos.

### **Estrategias de estudio para los estudiantes visuales**

Si eres un estudiante visual, puedes utilizar diversas estrategias de estudio para optimizar tu aprendizaje. Algunas de estas estrategias incluyen:

1. Utilizar esquemas y mapas mentales para organizar la información.
2. Tomar notas durante las clases utilizando colores y destacando los aspectos visuales clave.
3. Utilizar tarjetas de memoria con imágenes y palabras clave para repasar conceptos.
4. Buscar material de estudio que contenga gráficos, diagramas e ilustraciones.
5. Crear visualizaciones mentales para recordar información importante.

### **¿Qué es el aprendizaje auditivo?**

El aprendizaje auditivo se basa en la capacidad de absorber y procesar información a través del sentido del oído. Las personas con un estilo de aprendizaje auditivo suelen recordar mejor la información cuando la escuchan en lugar de leerla o verla visualmente. Esto puede incluir la escucha de conferencias, la participación en discusiones grupales y el uso de grabaciones de audio.



## **Características del aprendizaje auditivo**

Las personas con un estilo de aprendizaje auditivo presentan algunas características comunes. Algunas de ellas son:

- Tener buena memoria auditiva.
- Recordar mejor la información cuando la escuchan en lugar de leerla.
- Disfrutar de la participación en discusiones y debates.
- Tener facilidad para recordar canciones y melodías.

## **Técnicas de estudio para los estudiantes auditivos**

Si eres un estudiante auditivo, puedes aprovechar diversas técnicas de estudio para mejorar tu aprendizaje. Aquí hay algunas sugerencias:

1. Grabar las clases o conferencias para poder escucharlas nuevamente.
2. Leer en voz alta los materiales de estudio para escuchar la información.
3. Explicar los conceptos en voz alta a alguien más.
4. Utilizar técnicas de aprendizaje basadas en la música, como crear canciones o ritmos para recordar información.
5. Participar activamente en discusiones y debates para procesar la información a través del oído.

## **¿Qué es el aprendizaje kinestésico?**

El aprendizaje kinestésico se basa en la capacidad de absorber y procesar información a través del movimiento y la experiencia física. Las personas con un estilo de aprendizaje kinestésico aprenden mejor cuando pueden realizar actividades prácticas, manipular objetos y experimentar de forma táctil.

## **Características del aprendizaje kinestésico**

Las personas con un estilo de aprendizaje kinestésico suelen presentar algunas características comunes. Algunas de ellas son:

- Tener buena coordinación motora y habilidades físicas.
- Aprender mejor a través de la práctica y la experimentación.
- Disfrutar de actividades que implican movimiento y acción física.
- Tener facilidad para recordar información cuando la asocian con experiencias táctiles.

## **Aprendizaje bajo el modelo de los hemisferios cerebrales**

Este modelo se centra en identificar el hemisferio cerebral predominante, interpretando que aquel que tiende al hemisferio izquierdo “está más especializado en el manejo de los símbolos de cualquier tipo: lenguaje, álgebra, símbolos químicos, partituras musicales. Es analítico y lineal, procede de forma lógica, mientras que aquel que tiende al hemisferio derecho “es efectivo en la percepción del espacio, es global, emocional, imaginativo, sintético e intuitivo”.

La idea de que cada hemisferio está especializado en una modalidad distinta de pensamiento ha llevado al concepto de uso diferencial de hemisferios. Esto significa que existen personas que son dominantes en su hemisferio derecho y otras dominantes en su hemisferio izquierdo.

Mientras el hemisferio izquierdo puede describirse como analítico, lineal y secuencial, eficiente para procesar información verbal, y para codificar y decodificar el habla, el hemisferio derecho combina las partes para crear un todo, es sintético, relaciona las partes separadas, procesa en paralelo.

El hemisferio lógico (izquierdo) analiza los detalles, se concentra en las palabras y los números, tiene capacidad matemática, de lectura y escritura. El hemisferio holístico (derecho) procesa la información de tal modo que parte de todo a lo específico, más que lógico es intuitivo, piensa en sentimientos e imágenes, estas diferencias vienen acompañadas de habilidades asociadas.

Por otra parte, la predominancia de cada hemisferio cerebral permite contemplar un determinado comportamiento del alumno en el aula, lo que logra diferenciar más puntualmente el estilo de aprendizaje.

Es importante mencionar que el hecho de tener inclinación a un hemisferio cerebral no es determinante en su forma de conocer, concebir el mundo ni actuar frente a distintas situaciones, es así que “un hemisferio no es más importante que el otro: para poder realizar cualquier tarea necesitamos usar los dos hemisferios... pero la mayoría de nosotros tendemos a usar uno más que el otro, o preferimos pensar de una manera o de otra. Cada manera de pensar está asociada con distintas habilidades”. Siendo este modelo que se ha abordado para la presente investigación.

A lo largo del tiempo diversos centros de estudio han emprendido investigaciones en base a diferentes modelos que les permitan identificar los estilos de aprendizaje acuñados por los estudiantes. Esta información es de vital importancia cuando de mejorar los procesos de entendimiento y enseñanza se trata.

## Anexo 2

## DOCUMENTO DIFERENCIA ENTRE ESTUDIAR, APRENDER Y ENSEÑAR

---

*Luís M. Sobrado Fernández, Ana I. Cauce Santallu y Raquel Rial Sánchez*

---

## INTRODUCCIÓN

El saber estudiar y la metodología de estudio siempre fue una constante preocupación en el sistema educativo. El no saber como enfrentarse al trabajo intelectual, o hacerlo de una forma inapropiada, resulta una tarea improductiva y muy proclive al abandono, desaliento y frustración. El saber estudiar y la utilización de las técnicas de estudio es algo fundamental para el alumno, lo que hace pensar que esta cuestión tiene importancia y trascendencia para estimarla en su justa medida, evitando su infravaloración.

Si observamos los contenidos del currículo escolar tradicional, enseguida se constata que estuvo centrado en la adquisición del conocimiento útil y de habilidades básicas e instrumentales o de conocimientos recientes; pero aprender a resolver problemas, tomar decisiones, utilizar eficazmente los recursos de aprendizaje y aprender a pensar o aprender a aprender son estrategias de aprendizaje que surgen con menos periodicidad.

Los escolares no mejoran espontáneamente su forma de estudiar. El alumnado emplea de forma asistemática el método "ensayo-error", sin una reflexión posterior explícita sobre la conveniencia de los procedimientos del trabajo intelectual. Por otra parte, un elevado número de estudiantes, creen que estudiar es sinónimo de leer, repetir y memorizar. Lo importante del proceso educativo no es recordar mecánicamente una serie de contenidos presentados por el profesor a través de una clase convencional, sino capacitar para que el alumno aprenda significativamente.

Parece evidente que el objetivo básico de todo estudiante debiera ser "aprender a aprender". Las técnicas de aprendizaje son útiles y necesarias para esto, ya que permiten gestionar y procesar la información que debe alcanzarse y establecer un puente entre esa nueva información y lo que el alumnado ya conoce. Pero las técnicas por sí solas no garantizan el dominio de las estrategias de estudio.

Las situaciones de enseñanza-aprendizaje deben favorecer el análisis sobre cuándo, cómo y porqué se utiliza una determinada técnica, para que se pueda considerar formalmente que se están realizando estrategias de estudio. El factor relevante que permitirá al alumnado adquirir estrategias de aprendizaje será la forma en que se desarrollen las suyas propias, y no sólo las técnicas concretas que se enseñan.

Tradicionalmente los profesores se preocuparon demasiado por el *qué* se aprende y se enseña, descuidando el *como* aprenden los escolares y un elevado porcentaje de docentes incluso mantiene la creencia de que las habilidades de estudio no hay que enseñarlas sino que se desarrollarán independientemente al madurar aquellos.

Si el profesor quiere que el alumnado alcance con éxito el objetivo básico formulado anteriormente, no puede limitarse a expresar desagrado por que éste no aprenda, sino que deberá introducir en su metodología de clase unas prácticas que favorezcan el desarrollo de técnicas y hábitos de estudio adecuados y eficaces. Posible-

mente esta idea lleve implícita un cambio de actitud en los docentes y en los estudiantes.

Según Monereo (1997) enseñar una estrategia supone cuándo y por qué se debe emplear un procedimiento, una actitud o un concepto determinados, etc. El interés de la enseñanza de estrategias reside en la potencialidad que se le da al sujeto para controlar y regular sus procesos mentales de aprendizaje, lo que le permitirá mejorar su rendimiento y sobre todo su capacidad de aprender autónomamente a partir de sus propios recursos. La finalidad del desarrollo de habilidades de estudio y de aprendizaje escolar es lograr el éxito académico a través del dominio de técnicas y alcanzar recursos e instrumentos por los estudiantes.

## 1. ESTUDIAR, APRENDER Y ENSEÑAR

El objetivo primordial de la educación, como se recoge en la Ley de Ordenación General del Sistema Educativo (LOGSE), es el de proporcionar al alumnado una formación plena que les permita conformar su propia identidad. Directamente relacionados con el concepto de educar están los conceptos de *estudiar*, *aprender* y *enseñar*, que habitualmente se manejan con la suposición de que serán empleados en una única dirección; sin embargo, la experiencia muestra que no son conceptos unívocos y que deben definirse para su utilización. Aunque se encuentren numerosos autores que prefieren eludir el compromiso de una definición, intentaremos acercarnos a una posición que describa la perspectiva desde la que se va a abordar esta temática.

☞ *Estudiar*. La representación mental del constructo estudiar que hace el profesorado y el alumnado es habitualmente divergente. Revisando la literatura científica sobre el tema, encontramos múltiples y variadas ideas que subyacen de las diferentes definiciones, así como una muy difusa que se extrae de aproximaciones conceptuales al hecho de estudiar.

Revisadas y analizadas diferentes definiciones del término, se sostiene que estudiar es un trabajo personal, en el que está activamente implicado la capacidad del sujeto, su afectividad y voluntad. No se entiende el estudiar como un proceso mecánico de yuxtaposición de conocimientos que reproducen contenidos, sino como una construcción del pensamiento, producir ideas y pensar activamente, que exige un esfuerzo personal y unas técnicas apropiadas como señalan Hemández Pina (1990) y De la Torre (1994).

De esta conceptualización se extrae una interesante consecuencia para la cuestión que nos ocupa, que es la dificultad de mejorar las habilidades de estudio del escolar que no quiere estudiar o no está interesado en hacerlo.

☞ *Aprender*. El concepto de aprendizaje es muy complejo, por lo que las delimitaciones se hacen más necesarias. Aquí intentaremos aproximarnos a una

definición válida para todo tipo de situaciones que incluyan la mayoría de los elementos implicados en el proceso.

Se entiende el aprendizaje como un proceso que tiene lugar dentro de la persona y que no puede ser observado directamente, sino únicamente a través de las estrategias que activan los procesos implicados. Esta aproximación al aprendizaje incluye la presencia de pensamiento, sentimiento y acción, y de aquellas habilidades que los ponen en marcha, cuestión que será de gran importancia al verificar si el aprendizaje se ha producido o no y si permanece en el tiempo.

☞ *Enseñar.* El concepto de enseñar recibe también múltiples enfoques e íntimamente relacionado con él aparecen las teorías de la enseñanza, que se entienden como un conjunto de normas y procedimientos que son eficaces para facilitar la adquisición de conocimientos, actitudes y destrezas en el alumnado.

A modo de síntesis, y con intención de clarificar la relación entre estos términos, se puede afirmar que la educación es entendida como un proceso de comunicación y transformación interior que está facilitado por la instrucción que, según De la Torre (1994), se sustenta en las teorías de la enseñanza y guía el proceso de aprendizaje a través de la enseñanza personal.

Hernández Pina (1990), establece de forma simple la diferenciación entre los tres conceptos, señalando que:

- 1.º Aprender es una actividad que realiza el alumnado en la búsqueda del conocimiento y comprensión de lo que hace.
- 2.º Enseñar es una tarea receptiva para el alumnado en la que se les comunica o muestra algo que puede aprender o no. Implícitamente hace al profesorado responsable de esta tarea.
- 3.º Estudiar es un proceso activo en el que se asimilan los contenidos y se construye su propio conocimiento mediante el uso de las técnicas apropiadas. El responsable de este proceso es el alumno como sujeto activo e implicado en su propia educación.

## 2. ESTILOS DE APRENDIZAJE y ESTRATEGIA DE "APRENDER A APRENDER"

El estudio sobre estilos de aprendizaje se enmarca en los enfoques pedagógicos que insisten en la creatividad. Las teorías sobre éstos dan una respuesta a la necesidad de "*aprender a aprender*", entendiendo esto como: "El conocimiento y destreza necesarios para aprender con efectividad en cualquier situación que uno se encuentre". (Alonso y otros, 1995: 54).

### Anexo 3

## DOCUMENTO ACTITUD ACTIVA ANTE EL ESTUDIO

¿Qué es una actitud positiva? Tiene que ver con la manera en la que actuamos, pensamos y sentimos ante una situación. Este comportamiento nos habla de una predisposición favorable ante determinado ambiente de estudio.

Estas son las 10 actitudes positivas en el estudio para potenciar el aprendizaje:

Las actitudes positivas se vuelven muy importantes a la hora de estudiar o aprender una información nueva. Estas pueden intervenir en la motivación y las ganas que tenga un estudiante para aprender y memorizar un tema. De modo que para estudiar mejor y más rápido es prudente gozar de ellas.

### 1. Recompénsate por el esfuerzo.

En la mayoría de las oportunidades que tenemos una mala actitud ante el aprendizaje, porque lo vemos como una obligación y luego de pasar largas horas estudiando, no tomamos tiempo para descansar o darnos una recompensa por el esfuerzo realizado. Por lo tanto, la próxima vez que estudies intenta lo siguiente:

- Descansa al menos 10 minutos por cada hora de estudio.
- Haz algo que te guste y te motive a continuar.
- Mantente enfocado en tus objetivos.

### 2. No estudies si tienes hambre o estás cansado.

Tener hambre y estar sin energía hará que pierdas la concentración continuamente, te tome más tiempo terminar de estudiar y al final de la jornada te sentirás agotado y frustrado. Como recomendación come algo antes de estudiar y asegúrate de tener las energías al 100%.

### 3. Piensa en positivo.

Muchas de las personas fracasan a la hora de estudiar o tomar un examen porque se enfocan demasiado en el resultado del mismo y por lo tanto se cargan de presión innecesaria.

De modo que al estudiar piensa que mientras mejor prepares tendrás mayores oportunidades de aprobar o aprender el tema y en caso contrario, lo habrás intentado y eso habrá valido la pena. De esta forma sentirás menos ansiedad y estarás más concentrado al estudiar.

### 4. Interésate por el estudio.

Es muy complicado aprender algo que ni siquiera te interesa o te gusta. Lo ideal es aprender sobre aquello que te gusta y de este modo sentirás que el esfuerzo es mucho menor. Puedes emplear métodos más interactivos que te hagan interesarte en ese tema, cómo relacionarlo con algo que te guste.



### 5. Deja de quejarte y comienza a estudiar.

Si tienes un gran material por aprender y muy poco tiempo, no vale la pena desperdiciarlo lamentándose por eso. Mejor planifícate y mentaliza que puedes hacerlo. Plantéalo cómo un reto el cual tendrá una gran recompensa al finalizar.

### 6. No te distraigas de tus objetivos.

Continuamente solemos perder horas enteras viendo las redes sociales o pensando en cosas que no aportan demasiado. Para estudiar verdaderamente es necesario estar concentrados y si intentamos aprender algo nuevo en un lugar lleno de estímulos que nos roben la atención, el proceso será más difícil. Por lo tanto, debes eliminar las distracciones y enfocarte en tus objetivos.

### 7. Alterna los lugares de estudio.

Si continuamente estudias en un solo lugar puedes llegar a aburrirte y perder el interés. Una forma de mantener una actitud positiva en el estudio es buscando nuevos lugares para estudiar, de este modo te sentirás más cómodo y tendrás mayor retención de aprendizaje.

### 8. Ejercítate antes de estudiar.

Hacer ejercicio al menos 20 minutos antes de estudiar o tomar un examen puede ayudarte a tener mejores resultados, porque el ejercicio mejora eficazmente el funcionamiento cognitivo. El ejercicio además hace que te relajes, esto puede ayudarte a quemar endorfinas y al estudiar estarás más concentrado y sentirás menos presión.

### 9. Usa técnicas de estudio.

No todo siempre tiene que ser aburrido, usa técnicas para aprender incluso más rápido que solo mirando el libro y repitiendo lo mismo durante todo el día. A la hora de estudiar escucha tu música preferida, planifica el material con anticipación, usa mapas mentales o asocia el contenido con cosas que te gusten y sean difíciles de olvidar.

### 10. Descansa.

Estudiar una noche antes no hará que aprendas el contenido, sólo te desgastará. Si no tienes energía no podrás concentrarte y las horas que usaste no tendrán sentido. Mejor descansa y duerme bien, tu cuerpo te lo agradecerá.

## **GUÍA PARA MANTENER UNA BUENA ACTITUD FRENTE AL ESTUDIO**

- a. Se optimista
- b. Te confianza en ti: ¡Yo puedo!
- c. Pon ilusión y afrontar con energía todas tus tareas.
- d. Nunca te conformes con aprobar
- e. Ten fuerza de voluntad para hacer frente a los obstáculos
- f. Busca siempre el lado satisfactorio de cada tarea
- g. Ten interés por aprender, por ser mejor y descubrir el potencial que llevas dentro
- h. Date mensajes positivos de ánimo ¡Yo puedo! ¡Lo voy a conseguir!
- i. Nunca pierdas la confianza en ti mismo
- j. Busca un referente ¿Cómo te gustaría ser?

## Anexo 4

# DOCUMENTO TIPOS DE PENSAMIENTO

### El pensamiento reflexivo

Los valores el pensamiento reflexivo han sido reconocidos y expuestos por uno de sus grandes estudiosos: Jhon Dewey. Este pensador norteamericano, en un libro titulado *Cómo pensamos*, reconoció en el pensamiento reflexivo los siguientes valores:

- Orienta la acción hacia un objetivo consciente
- Facilita una acción sistemática
- Anima a buscar significado a las acciones y/o situaciones
- Facilita el control sobre el pensamiento y la acción
- No permite la distracción
- Nos acerca al mundo real
- Es un encadenamiento ordenado de ideas

El pensamiento reflexivo se vale de las diversas formas de representación y expresión de las ideas para hacerlas visibles y esta visibilidad contribuye a mejorar la conciencia sobre nuestro propio proceder, o sobre nuestras propias expectativas, o sobre nuestras esperanzas. Dicho brevemente, el pensamiento reflexivo anima el registro de nuestras ideas y su posterior revisión. Este registro y revisión produce un efecto de sistematización en todo nuestro quehacer.

### El pensamiento crítico

El pensamiento crítico actúa de un modo muy singular: pone de manifiesto las diferentes realidades que se ocultan detrás de la realidad tal y como la pensamos. El pensamiento crítico nos enfrenta, como si de un juego de espejos se tratara, a la realidad en todas sus dimensiones: la realidad como decimos que es, la realidad como deseamos que sea, la realidad vista por todos y cada uno de sus protagonistas, la realidad actual, la realidad pasada, etc. El pensamiento crítico no nos permite afirmar como es la realidad, pero nos permite afirmar que estará situada en algún punto en el que se cruzan todas las realidades posibles. **Implica analizar la realidad separada de nuestros sentimientos y prejuicios. También nos permitirá abrir la mente**, cambiar como personas y hacer que nuestro cerebro crezca.

Le permitirá al sujeto tomar las decisiones correctas y resolver problemas en situaciones que se consideren extremas, así como lo ayuda a reflexionar sobre lo ya hecho y a ver si, socialmente, es un beneficio o no.

### El pensamiento analítico

El pensamiento analítico nos ayuda a “encuadrar”, o “cuadricular” la realidad para poder llegar a pensarla mejor. Así pues, el pensador analítico crea una forma de representación de la realidad basada en “casillas” claramente diferenciadas y homogéneas. Conviene recordar esto porque con frecuencia la familiaridad con algunas representaciones llega a provocar que olvidemos que son representaciones y no la realidad. Justo lo que le ocurre a



los niños cuando están aprendiendo y tienen dificultades para reconocer que las líneas trazadas sobre el mapa son líneas imaginarias. Así pues, la claridad y precisión de las ideas, tan del gusto del pensamiento analítico, se obtiene mediante la utilización de algunos recursos sencillos como las “coordenadas cartesianas”. Ahora bien, el “encasillamiento” de la realidad sólo marca el “lugar” en el que habrá que profundizar, esto es, el lugar cuyas “variaciones” conviene recoger, por eso a las “casillas” que marcan ese lugar se les denomina “variables”. Una vez identificadas las “variables” el pensamiento analítico nos permite obtener “datos”.

Es un pensamiento razonable y reflexivo acerca de un problema, que se centra en decidir qué hacer o en qué creer y la relación existente entre ese problema y el mundo en general. Este tipo de conocimiento divide el objeto de estudio o problema en partes más pequeñas que son identificadas, categorizadas y analizadas por separado para obtener una respuesta o solución, trasladándola o aplicándola al todo.

El pensamiento analítico se fundamenta en evidencias y no en emociones. Por defecto, es cuestionador: la pregunta «¿Qué?» está siempre presente en el análisis.

Es detallista y metódico, desarrolla la habilidad de investigar y permite organizar los pensamientos con precisión y claridad e implica poder descomponer las partes de un problema para entender su estructura y cómo se interrelacionan, pudiendo identificar lo relevante y lo irrelevante.

### El pensamiento lógico

El pensamiento lógico es, ante todo, una forma ordenada de expresar nuestras ideas y es, precisamente, esa expresión ordenada la que puede llevarnos al convencimiento de que tenemos razón. Cuando se usan expresiones como “parece lógico” o “no es lógico”, o “carece de toda lógica”, nuestro deseo es comunicar a otras personas que, en nuestra opinión, lo que ha ocurrido se corresponde (o no) con nuestras expectativas sobre lo que se podía esperar: lo ocurrido sigue (o no sigue) un orden. Pensar lógicamente es, ante todo, obtener nuevas ideas, a partir de ideas existentes, siguiendo unas reglas precisas. Esto es: razonar. Razonar es conducir el flujo de nuestras ideas siguiendo un orden preciso, fijado por las reglas que configuran el sistema lógico adoptado. En consonancia con lo anterior, el razonamiento o inferencia, es un producto del pensamiento lógico.

El pensamiento lógico puede combinarse con otros, dando pie así al pensamiento lógico-matemático, lógico-abstracto, lógico-espacial, entre otros. Este tipo de pensamiento es preciso, justificado y evidente, por lo que representa el ideal para la argumentación, y esta última es clave para toda forma de debate, deducción o comprobación de pensamiento.

### El pensamiento sistémico

El pensamiento sistémico es la vía por la que accedemos a las realidades complejas, a las realidades que son irreducibles a sus partes, a las realidades que desaparecen cuando las fragmentamos. El pensamiento sistémico es el puente hacia otra realidad, que forma parte de la realidad real, pero que resulta ininteligible para los otros modos de pensamiento. Una realidad cualquiera puede ser considerada como un sistema cuando sólo es posible comprenderla como unidad y a partir de las interacciones que se producen entre sus componentes y de la forma en que esas interacciones llegan a estar organizadas. Un sistema, según Russel Ackoff, no es la suma de sus partes, sino el producto de sus interacciones.

Posee una visión global, es decir, propone la construcción de un modelo global donde se observen de manera general el comportamiento del sistema. Construye un modelo capaz de mostrar el comportamiento que lleva al éxito en el corto plazo y si tiene implicaciones negativas o positivas en el largo plazo que ayuda a balancear ambos para obtener el mejor resultado.

Este tipo de conocimiento fomenta el correcto uso de indicadores cualitativos y cuantitativos por medio de los análisis de situación y su integración en el comportamiento global.

El pensamiento sistemático sirve para que se tenga capacidad de crear información, para alentar interdependencia y para impulsar un cambio. Es un antídoto a todo lo que representa impotencia en todos los sentidos. Modela sistemas complejos, observa el todo, reduce problemas y situaciones complejas, abre nuestra mente y es un modelo que tiene un lenguaje circular.

### El pensamiento analógico

El pensamiento analógico busca permanentemente similitudes entre cosas y situaciones que aparentemente son diferentes, y busca diferencias entre cosas y/o situaciones que aparentemente son similares. El pensamiento analógico es un componente esencial en muchas actividades humanas, especialmente en las actividades relacionadas con el aprendizaje académico y/o profesional. El pensamiento analógico es el modo de pensamiento que hace de la búsqueda permanente de analogías, de comparaciones, su razón de ser. Pensar analógicamente es ordenar nuestras ideas de tal modo que podemos establecer comparaciones entre ellas y, de este modo, lograr que una parte de la realidad actúe como metáfora o como modelo de otra.

Su uso no siempre se da conscientemente, se ponen en marcha razonamientos ya aprendidos e anteriores situaciones.

Este tipo de pensamiento utiliza métodos, estrategias, procedimientos y comportamientos ya conocidos, para abordar nuevos problemas, nuevas decisiones o nuevas situaciones. También procesa y plantea el nuevo problema.

### El pensamiento creativo

El pensamiento creativo mantiene abierta nuestra mente a nuevas ideas, nuevos acontecimientos, nuevas realidades, porque el pensamiento creativo es ante todo el pensamiento de lo posible. El pensamiento creativo es el recurso que poseen todas las personas para ampliar las fronteras de lo real, ya sea lo real ideológico (las ideas realmente existentes) como lo real material (la realidad que se manifiesta en objetos, acciones o hechos). Así pues, la mejora en el uso y la comprensión del pensamiento creativo está estrechamente vinculada a la generación de nuevas ideas, nuevas realidades y nuevos sucesos. El pensamiento creativo abre siempre una nueva puerta a la realidad dado que permite ampliar el ámbito de lo posible, por eso siempre resulta un buen ejercicio de pensamiento reconocer cosas que se consideraban imposibles, pero que luego han sido posibles.

Implica salirse de lo establecido para llegar a soluciones alternativas genuinas. Conoce todos los hallazgos científicos sobre el pensamiento creativo que desvelan cómo somos capaces de dar con nuevas ideas.

El pensamiento creativo puede estar presente en todas las tareas que llevamos a cabo. El pensamiento creativo resulta muy útil y beneficioso en todo tipo de situaciones y tareas; desde las más importantes a las más triviales.

### El pensamiento deliberativo

El pensamiento deliberativo es el modo de pensar que conviene desarrollar en la adopción de decisiones, cuando estas decisiones, no sólo comportan problemas de racionalidad sino problemas de bondad, esto es, cuando las decisiones no pueden ser “calculadas” pero si “deliberadas”. Esto significa que el pensamiento deliberativo nos conduce hasta la adopción de una decisión, pero lo hace, habitualmente no con la forma de un “cálculo lógico”, o de un algoritmo, sino con la forma de un “cálculo de criterios y/o de valores”, esto es con una forma de proceder mucho más compleja que las anteriores. En el modo de pensar deliberativo, como en el resto de los modos de pensar, las ideas que alimentan nuestro pensamiento se ordenan de una forma singular. La singularidad de ese pensamiento reside, además de en ese ordenamiento, en la incorporación crucial de los valores, los criterios, los principios, las normas, etc.

Reúne información y tiene en cuenta diversos criterios para deliberar sobre una situación compleja, construye una propuesta fundada en su proceso deliberativo, Este tipo de pensamiento se genera al adoptar decisiones a partir de los valores y criterios propios.

### El pensamiento práctico

El pensamiento práctico ayuda a superar todas aquellas situaciones en las que parece necesario y/o conveniente desarrollar alguna acción, ya sea para resolver un problema, introducir una mejora, o evitar que la situación empeore. El pensamiento práctico persigue la creación de “rutinas útiles” es decir el encadenamiento de acciones cuyos resultados finales son deseables.

El pensamiento práctico es un tipo de razonamiento que se encarga de aplicar los conocimientos adquiridos de manera más simplificada y práctica para que conforme se van estableciendo y cumpliendo cada uno de los procesos a seguir, se vayan obteniendo los resultados deseados. El desarrollar este tipo de pensamiento es muy importante para desarrollar con una mayor eficacia nuestras actividades de la vida cotidiana y en el ámbito laboral.

Este tipo de pensamiento lo que persigue es el encadenamiento de diversas acciones cuyos resultados sean deseables para la persona. Se refiere a cómo te adaptas a tu ambiente, o cómo formas o cambias tu ambiente para adaptarlo a ti, con la finalidad de buscar metas importantes.

Este pensamiento se logra mediante el ejercicio diario de la mente, haciendo que la persona empiece a generar pensamientos continuos de posibles soluciones, para conflictos de cualquier tipo.

## Anexo 5

### DOCUMENTO PARA QUÉ APRENDO Y PARA QUÉ ESTUDIO

## ¿PARA QUÉ APRENDO?

1. Porque somos seres humanos: como seres humanos al igual que los animales tenemos sentidos y percibimos el mundo de diversas maneras, también tenemos necesidades.
2. Porque el aprendizaje es inevitable: es un proceso que no podemos controlar, un estímulo genera una respuesta y esa respuesta es recordada, si el estímulo fue positivo se puede buscar de nuevo, o si fue negativo, de e puede evitar.
3. Porque deseamos algo en la vida: buscamos siempre algo mejor, algún objeto, situación o persona que mejore nuestras condiciones de vida.
4. Porque el mundo nos asombra: el mundo nos presenta un sin fin de estímulos, por lo que es prácticamente imposible evitar querer saber más sobre la belleza del mundo.
5. Porque somos curiosos: la curiosidad es innata del ser humano. Desde pequeños experimentamos y constantemente nos preguntamos qué , por qué, para qué y cómo.
6. Porque queremos tener el control: porque tenemos el control de nuestras vidas, y lo que hacemos con ellas, y así poder decidir el rumbo de las mismas, y el papel que deseamos desempeñar en este planeta.
7. Porque queremos saber cosas: por la curiosidad que tenemos, podemos desarrollar un pensamiento científico -filosófico.
8. Porque queremos saber hacer cosas: saber algo significa tener las competencias necesarias para enfrentar a la vida, para comer, para relacionarnos, para vivir.
9. Porque queremos saber quiénes somos: porque al aprender de/con los otros, nos identificamos en ellos, y entendemos quiénes somos nosotros.
10. Porque estamos solos: las interrelaciones nos ayudan a aprender, a ser, a vivir con los demás, además de aprender conocimientos y saber hacer con los demás. Aprendemos de nuestros padres, profesores, amigos, animales, plantas.

## ¿Por qué es importante estudiar?

En general, hay un consenso sobre la importancia de estudiar para tener mejores oportunidades en el futuro, especialmente el laboral. No obstante, hay acciones sobre las cuales vale la pena que reflexiones, y el estudio es una de ellas.

De acuerdo con un estudio de la Universidad Autónoma de Nayarit, la motivación para que continúes tus estudios y les encuentres sentido en el presente no viene de los discursos al respecto que padres y maestros te han dado desde que tienes memoria.

Los jóvenes consultados por dicho estudio comentaron que ese tipo de discursos tienden a ser automáticos, por lo que no consideran las circunstancias de cada persona, el contexto socioeconómico ni los problemas familiares.

A propósito de los beneficios que trae consigo estudiar, la clave está no en manifestarlos de manera constante sino en vivirlos; es decir, apoyar la creación de espacios en los que los aprendizajes tengan relación con el mundo, puedan discutirse y replicarse.

En ese sentido, el principio de autoridad mediante el cual te quieren hacer entender por qué debes estudiar, únicamente tendría que ser la puerta de entrada al principio de evidencia: ser parte de un entorno escolar que mejore tus habilidades, amplíe tus capacidades y rete tus áreas de oportunidad.

¿Qué beneficios se obtienen al estudiar?

Para que los discursos acerca del estudio se conviertan en una realidad necesitan manifestarse en beneficios concretos, a partir de los cuales tú le encuentres un sentido real en tu vida diaria.

Por ello, enseguida te compartimos algunos beneficios que puedes obtener al estudiar la preparatoria en un entorno educativo sano como el del Colegio Indoamericano.

#### **Beneficios sociales**

Conocer más personas y lugares a través de los conocimientos geográficos, históricos y culturales, así como de los idiomas.

Conocer personas con intereses similares que pueden perdurar hasta la adultez, de modo que a partir de ello puedas emprender distintos proyectos laborales.

Crear relaciones personales que hagan más disfrutable este periodo.

Aprender habilidades para formar parte de distintos grupos y comunidades.

#### **Beneficios intelectuales**

Mayor capacidad cognitiva.

Activar y agilizar la memoria.

Desarrollar la creatividad y el pensamiento crítico.

Valorar cada aprendizaje por sí mismo y no por fines económicos.

#### **Beneficios físicos**

Mejorar la salud a través de las clases de educación física.

Activar y crear redes neuronales.

Conocer más y mejores técnicas de autocuidado.

Segregar más serotonina a partir de la satisfacción de aprender más, y de ese modo sentir mayor plenitud.

#### **Beneficios emocionales**

Profundizar en el autoconocimiento.

Adquirir templanza frente a los desafíos.

Trabajar en hábitos y rutinas para mantener activa la motivación por aprender.

Valorar los esfuerzos propios y colectivos.

**¿Dónde encontrarle sentido al estudio?**

En síntesis, es importante que hagas conciencia sobre por qué estudias, a fin de que amplíes tu visión al respecto y no pienses que todo conocimiento sólo es útil si te sirve para obtener algo más.

Al valorar el hecho de aprender y hacerlo con gusto podrás encontrarle más sentido a tus actividades diarias, especialmente las escolares, que ahora mismo son tu mayor responsabilidad.

## Anexo 6

## ACTIVIDAD DE RESPONSABILIDAD

Aprender a aprender 1	Desarrollo de la responsabilidad
Anota tu nombre completo: Anota tu grupo:	
Instrucciones: lee con atención el siguiente texto.	
<p>El concepto de responsabilidad puede sintetizar todo lo que se nos pide a la hora de vivir bien la vida humana, todo lo que nos pide nuestra conciencia, por eso conviene analizarlo con cierto detenimiento. La sociedad en que vivimos pareciera que en algunos aspectos se considera como deshumanizada por su exceso de egoísmo e individualismo, donde lo más importante en su quehacer cotidiano es el tener por encima del ser (Savater, 1991).</p> <p>Dice Savater vivir la vida humanamente es colocarse en el lugar del otro, es tratar a los demás como humanos, tratar de comprenderlos desde adentro; sin embargo, esto no significa adoptar el punto de vista de los demás, diluirme en ellos, dejar que decidan por mí. En otros términos, vivir bien la vida humanamente es abrir un campo comunicacional de reconocimiento y aceptación del otro (mutuo) en lo que nos identificamos y también en lo que discrepamos, es reconocer a las personas como personas. Todo ello solo es posible si somos seres libres, autónomos y responsables (1991).</p> <p>Es solo a partir de esa libertad como podemos reconocernos como sujetos racionales, es ella la que nos permite deliberar si una acción o elección es la que nos conviene o no, independientemente de la fuente de donde se nos compela a realizarla (costumbre, poder o capricho). No se trata de actuar o de vivir según como los demás quieran, sino de desarrollar aquellas acciones que surjan del propio juicio, como dice Savater, "No le preguntes a nadie qué es lo que debes hacer con tu vida: pregúntatelo a ti mismo" (Savater, 1991).</p>	

Responde la siguiente pregunta:

1. Describe la experiencia de tu equipo en la actividad de los 10 pases. Lograron encestar, todos los integrantes fueron responsables de los que les correspondía hacer. ¿Qué se hizo o qué faltó para que se lograra el objetivo de encestar?



## Anexo 7

## ACTIVIDAD DE AUTONOMÍA

Aprender a aprender 1	Autonomía
Anota tu nombre completo:	
Anota tu grupo:	
Instrucciones: lee con atención el siguiente texto.	
<p>¿Sabías que la autonomía forma parte de las dinámicas naturales de cómo aprenden los seres humanos? Esto se debe a que permite que el o la estudiante indague en lo que está trabajando y el docente se conciba a sí misma/o como un guía.</p> <p>La autonomía es una competencia que se desarrolla con el “aprender a aprender”, uno de los cuatro pilares del aprendizaje propuestos por Jacques Delors en 1996 para enfrentar los desafíos de la educación en el siglo XXI.</p> <p>De acuerdo al libro “Pedagogía de la autonomía” de Paulo Freire, pedagogo y filósofo brasileño, un educador como guía siempre requiere rigor para enseñar y esto no tiene relación con limitarse a la transmisión de conocimientos, que es algo obsoleto; sino que además debe considerar aspectos como la curiosidad, la autocrítica y el desarrollo de la investigación.</p> <p>“No hay enseñanza sin investigación ni investigación sin enseñanza”, remarca Freire, porque este proceso requiere indagar constantemente en lo que se intenta guiar para mantener la conciencia crítica de las y los estudiantes, además de tomar en cuenta múltiples factores como los contextos de estos últimos para usarlos a favor.</p> <p>La autonomía requiere que el estudiante pueda gestionar su educación. Por ello, es importante ayudar a generar estrategias para que las y los estudiantes manejen los contenidos desde puntos de vista o formas diferentes y que sean parte de su proceso de aprendizaje.</p> <p>Investigar también es reflexionar sobre lo que hacemos. Este proceso de metacognición permite poner el foco no sólo en aquello que se aprende sino en cómo se aprende, para que se encuentren la mejor manera de acercarse a los contenidos.</p> <p>¿Por qué es importante fomentar estudiantes autónomos?, tal como se mencionó anteriormente, investigar es reflexionar, pero también es acudir a la creatividad. Para fomentar la autonomía se requiere formar sujetos críticos porque Paulo Freire sostiene que esto es el comienzo de una serie de procesos. “No habría creatividad sin la curiosidad que nos mueve”. Por ello como estudiante debes indagar en lo que estás trabajando, transformando el proceso de aprendizaje en una experiencia.</p> <p style="text-align: center;">“Ayúdame a hacerlo por mí mismo”. María Montessori.</p>	

Responde las siguientes preguntas, ya que el autoconocimiento es esencial para la autonomía:

¿Me conozco bien?

¿Me gusta cómo soy, por qué?

¿Escondo algo de mí mismo/a a los demás por miedo a no gustar o por vergüenza? ¿Qué escondo?

¿Me considero cobarde o valiente? ¿Por qué?

¿Cómo me automotivo en días bajos?

¿Qué me gustaría mejorar de mí?

¿Soy un ser humano autónomo? ¿Por qué?