



Universidad Veracruzana  
Dirección General de Desarrollo Académico e Innovación Educativa  
Dirección de Innovación Educativa / Departamento de Desarrollo Curricular

**Programa de experiencia educativa**  
**Área de Formación de Elección Libre**

**1. Área Académica**

**Todas las áreas académicas**

**2. Programa Educativo**

**Todos los programas educativos**

3. Entidad(es) Académica(s)	4. Región(es)
Instituto de Psicología y Educación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orizaba-Córdoba</li> <li>• Xalapa</li> <li>• Veracruz</li> <li>• Coatzacoalcos- Minatitlán</li> <li>• Poza Rica-Tuxpan</li> </ul>

5. Código	6. Nombre de la Experiencia Educativa
PSIE80010	Como mejorar mis calificaciones.

7. Área de Formación del Modelo Educativo Institucional	8. Carácter
Área de Formación de Elección Libre	N/A

9. Agrupación curricular distintiva
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ciencia abierta y conocimiento con responsabilidad social</li> </ul>

**10. Valores**

Horas Teóricas	Horas Prácticas	Horas Otras	Total de horas	Créditos	Equivalencia (s)
2	2	No Aplica	60	6	No Aplica

**11. Modalidad y ambiente de aprendizaje**

**12. Espacio**

**13. Relación disciplinaria**

**14. Oportunidades de evaluación**

M: Curso-taller	A: Presencial. • Virtual. • En Línea	Múltiples	Multidisciplinaria	Ordinario
-----------------	--	-----------	--------------------	-----------

### 15.EE prerrequisito(s)

**No Aplica**

### 16. Organización de los estudiantes en el proceso de aprendizaje

Máximo	Mínimo
<b>30</b>	<b>5</b>

### 17. Justificación

En esta época de grandes adelantos y cambios muy rápidos, hay un aspecto de la vida que se mantiene casi igual que hace cien años: la educación. En una sociedad de la información como la nuestra, el gran desafío de la educación es transformar gran cantidad de información en conocimiento personal para desenvolverse con eficacia en la vida. Existen diversos factores que intervienen en el rendimiento académico y que son de gran importancia ya que influyen directamente en el nivel de aprendizaje y conocimiento que los alumnos logran, desarrollando hábitos de estudio de manera adecuada. Sin embargo, existen estudiantes que desconocen como estudiar, qué estrategias o métodos utilizar para obtener buenas calificaciones. Una calificación es una valoración numérica o descriptiva que refleja el rendimiento académico y la comprensión de los estudiantes sobre los contenidos educativos evaluados. La obtención de bajas calificaciones conlleva que los estudiantes muestren miedo a fallar ante las exigencias de sus padres; a solo memorizar y no lograr un aprendizaje significativo; a tener baja autoestima y motivación lo cual puede ocasionar que el alumno se sienta menos, incapaz, que dude de sus habilidades y que se desmotive de continuar esforzándose, llegando incluso a abandonar sus estudios. La Universidad Veracruzana plantea la formación integral del estudiante en los aspectos intelectual, humano, social y profesional a través de procesos formativos e informativos. De esta forma, la experiencia educativa se encamina a ofrecer a los estudiantes estrategias de aprendizaje claramente desarrolladas que les permitan mejorar su quehacer académico, además de proporcionarles herramientas para favorecer su desarrollo personal y lograr dar cuenta de sus procesos en la adquisición de sus aprendizajes en los diversos espacios educativos en los que se desenvuelven, coadyuvando así en su formación integral.

### 18.Unidad de competencia (UC)

El/la estudiante analiza y reflexiona acerca de sus hábitos de estudio y estrategias de aprendizaje utilizadas durante su proceso de aprendizaje a partir de la lectura y análisis de la información, la realización de tests e inventarios a realizar, factores que intervienen en el aprendizaje, las estrategias metacognoscitivas, la administración del tiempo, los métodos de estudio, en un ambiente de responsabilidad, compromiso, respeto y honestidad, a fin de favorecer su desempeño académico.

### 19. Saberes:

Heurísticos	Teóricos	Axiológicos
<ul style="list-style-type: none"><li>Describe parte de su historia personal, familiar y escolar.</li><li>Analiza si sus hábitos de estudio son los adecuados.</li><li>Reconoce la importancia de identificar sus estrategias de aprendizaje.</li><li>Analiza la información proporcionada</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Autobiografía.</li><li>Consejos para estudiar mal</li><li>Test de estrategias de aprendizaje.</li><li>Algunas condiciones para</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Honestidad en la descripción de su historia personal.</li><li>Apertura a modificar sus hábitos de estudio.</li><li>Muestra interés, respeto y seguridad en la interpretación del Test de Estrategias de aprendizaje</li><li>Disposición para la interacción y el intercambio de información.</li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Evalúa sus estilos de aprendizaje.</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Analiza la información proporcionada</li> <li>• Reflexiona acerca de los temas revisados.</li> </ul>	<p>el aprendizaje: actitudes, motivación, costumbres, hábitos, habilidades atención, memoria,</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La voluntad</li> <li>• El aprendizaje</li> <li>• Estilos de aprendizaje</li> <li>• La atención</li> <li>• Habilidades básicas para el estudio</li> <li>• Manejo de estrategias metacognoscitivas</li> <li>• Factores que determinan un estudio de calidad</li> <li>• Administración del tiempo</li> <li>• Tipos de alumno</li> <li>• Principales métodos de estudio</li> <li>• Autorreflexión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respeto hacia la información revisada.</li> <li>• Muestra compromiso para analizar la información.</li> <li>• Muestra interés para realizar el Inventario de Estilos de aprendizaje.</li> <li>• Revisa la información con interés cognitivo.</li> <li>• Muestra disposición para revisar la información con interés cognitivo.</li> <li>• Muestra disposición para revisar la información con compromiso.</li> <li>• Muestra disposición para revisar la información con confianza.</li> <li>• Muestra disposición e interés para revisar la información.</li> <li>• Muestra disposición para revisar la información con respeto.</li> <li>• Muestra disposición e interés para revisar la información.</li> <li>• Muestra responsabilidad y compromiso para realizar su autorreflexión.</li> </ul>
---	---	--

## 20. Estrategias generales para el abordaje de los saberes y la generación de experiencia

Señale las actividades necesarias, puede indicar más de una.	( X ) Actividad presencial	( X ) Actividad virtual/ (X) En línea
De aprendizaje	Exposición de motivos y de metas Lectura, síntesis e interpretación del material Resolución de ejercicios Mapas conceptuales Elaboración de bitácoras Autorreflexión	Exposición de motivos y de metas Lectura, síntesis e interpretación del material Resolución de ejercicios Mapas conceptuales Elaboración de bitácoras Autorreflexión
De enseñanza	Encuadre Diagnóstico de estrategias de aprendizaje Lecturas comentadas Resúmenes Organización de grupos colaborativos	Encuadre Diagnóstico de estrategias de aprendizaje Lecturas comentadas Resúmenes Mapas conceptuales Exposición con apoyo

	Mapas conceptuales Exposición con apoyo tecnológico variado Plenaria	tecnológico variado
--	---	---------------------

## 21. Apoyos educativos.

Materiales didácticos Programa de la experiencia educativa Antología Fotocopias Videos educativos Recursos didácticos Aula Pintarrón y marcadores Papel bond Marcadores de agua Computadora portátil Proyector de video Internet
--

## 22. Evaluación integral del aprendizaje.

Evidencias de desempeño por productos	Indicadores generales de desempeño	Procedimiento de evaluación	Porcentaje
Reportes de lectura	Suficiencia Pertinencia Congruencia Estilo y redacción Ortografía Puntualidad	Técnica: Observación directa Instrumento: Registro de observación	30%
Resumen	Suficiencia Pertinencia Congruencia Estilo y redacción Ortografía Puntualidad	Técnica: Observación directa Instrumento: Registro de observación	20%
Bitácora	Suficiencia Pertinencia Congruencia Estilo y redacción Ortografía Puntualidad	Técnica: Observación directa Instrumento: Registro de observación	10%
Informe	Suficiencia Pertinencia Congruencia Estilo y redacción Ortografía Puntualidad	Técnica: Observación directa Instrumento: Registro de observación	20%

Guion de podcast	Suficiencia Pertinencia Congruencia Estilo y redacción Originalidad Creatividad Puntualidad	Técnica: Análisis de desempeño Instrumento: Registro de observación	20%
		Porcentaje total:	100%

### 23. Acreditación de la EE

Para la acreditación del curso-taller se requiere obtener como mínimo un 60% en cada una de las evidencias del desempeño de acuerdo con el Estatuto de Alumnos 2008.

### 24. Perfil académico del docente

Licenciado en Psicología o Pedagogía, preferentemente con estudios de posgrado en áreas afines, con cursos de formación sobre docencia, facilitación en línea, con experiencia docente en el nivel superior mínimo dos años, con experiencia profesional de dos años en hábitos y técnicas de estudio.

### 25. Fuentes de información

Aduna Mondragón, A. P. y Márquez Serrano, E. (1996) Curso de hábitos de estudio y autocontrol. México: Trillas.

Carter, C. y Lyman Kravits S. (1997) Orientación vocacional. Cómo alcanzar tus metas. México: Prentice-Hall.

Díaz Barriga A. F. y Hernández R. G. (2002) Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. Una interpretación constructivista. México: Mc Graw Hill.

Izquierdo Moreno, C. (2003) Metodología del estudio: guía para estudiantes y maestros. México: Trillas.

Landsberger, J. (2005) Estudio: Guías y Estrategias (Study Guides and Strategies). Obtenido de la red mundial el día el 30 de mayo de 2006, disponible en: <http://www.studygs.net/espanol/>

Lerma Jasso, H. (2001) ¿Qué tipo de alumno soy?: una guía para mejorar en el estudio. México: Trillas.

Mondragón Albarrán, Carmen Marlene, Cardoso Jiménez, Daniel, & Bobadilla Beltrán, Salvador. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Tejupilco, 2016. RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo, 8(15), 661-685. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>

Olcese Salvatecci, A. (2002) Como estudiar con éxito. Técnicas y Hábitos para aprender mejor. México: Alfaomega.

Pallo-Pilalumbo, S., Mayorga-Ases, M., Hernández-Del Salto, S., & Melo-Fiallos, D., (2023). Hábitos de estudio y el desempeño académico de estudiantes. 593 Digital Publisher CEIT, 9(1-1), 187 - 198, <https://doi.org/10.33386/593dp.2024.1-1.2271>

Pansza, M. (1997) Hábitos y técnicas de estudio. Aprender es cosa fácil. México: Gernika.

Pansza, M. y Hernández, S. (2003) El estudiante. Técnicas de estudio y aprendizaje. México: Trillas.

Quintero Márquez, L. (1995) Hábitos de estudio. Guía práctica de aprendizaje. México: Trillas.

Trotter, M. (2002) Aprendizaje inteligente. Optimice su potencial intelectual. México: Alfaomega.

Van Sant, G. y Bender, L. (1997). Mente indomable (Película). Estados Unidos: Miramax Films.

Velazco, M. (s/f) Mapas mentales. Obtenido de la red mundial el día 30 de mayo de 2006, disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos5/eductecnica/eductecnica.shtml#capIII7>

Weir, P. y Schulman, T. (1989). La sociedad de los poetas muertos (Película). Estados Unidos. <https://www.educaweb.com/contenidos/educativos/tecnicas-estudio/gestion-tiempo-clave-triunfar-estudios/> obtenido el 23 de julio de 2024

<https://www.redalyc.org/journal/3587/358758714003/html/> obtenido el 23 de julio de 2024.

[https://www.researchgate.net/publication/313864438\\_Importancia\\_de\\_los\\_habitos\\_de\\_estudio\\_en\\_el\\_rendimiento\\_academico\\_del\\_adolescente\\_diferencias\\_por\\_genero/link/58ba227fa6fdcc2d14de4771/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InBIYmV9Y2F0aWV9ulwiwGFnZSI6InBIYmV9Y2F0aWV9u](https://www.researchgate.net/publication/313864438_Importancia_de_los_habitos_de_estudio_en_el_rendimiento_academico_del_adolescente_diferencias_por_genero/link/58ba227fa6fdcc2d14de4771/download?tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InBIYmV9Y2F0aWV9ulwiwGFnZSI6InBIYmV9Y2F0aWV9u)

[InI9](#) obtenido el 23 de julio de 2024.

## 26. Formalización de la EE

Fecha de elaboración	Fecha de modificación	Cuerpo colegiado de aprobación
21/05/2003	05/08/2024	Consejo Técnico del Instituto de Psicología y Educación.

## 27. Nombre de los académicos que elaboraron/modificaron

Mtra. Coral Melgarejo Nassar.  
Mtra. Graciela Patricia Mendoza Pérez.