

## AUTOGESTIÓN DEL APRENDIZAJE Y HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS ALUMNOS DE LA LICENCIATURA EN DESARROLLO CULTURAL. SEGUIMIENTO DESDE EL PLAN DE ACCIÓN TUTORIAL.

Guadalupe Palmeros y  
Avila  
Universidad Juárez  
Autónoma de Tabasco  
[gpalmeros@hotmail.com](mailto:gpalmeros@hotmail.com)

Irma Alejandra Coeto  
Calcáneo  
Universidad Juárez  
Autónoma de Tabasco  
[irma.coeto@daea.ujat.mx](mailto:irma.coeto@daea.ujat.mx)

Judith Pérez Castro  
Universidad Juárez  
Autónoma de Tabasco  
[pkjudith33@yahoo.com.mx](mailto:pkjudith33@yahoo.com.mx)

### Resumen

El trabajo que aquí se presenta corresponde a una actividad programada en el plan de acción tutorial diseñado para los alumnos que cursan la Licenciatura en Desarrollo Cultural en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.

Los hábitos de estudio, específicamente los relacionados con el estudio independiente, son un elemento fundamental en la educación semipresencial. El alumno debe contar con herramientas para cumplir exitosamente con sus expectativas tanto académicas como personales, por ello es importante tomar en consideración las condiciones ambientales, la motivación, la planificación y la utilización de técnicas.

### Texto de la comunicación

La tutoría universitaria es una de las medidas académicas importantes para hacer frente a las dificultades de los estudiantes y dar respuestas a sus necesidades específicas. De acuerdo con la ANUIES (2000) en las instituciones de educación superior, el propósito de la tutoría es proveer orientación sistemática al estudiante, desplegado a lo largo del proceso formativo; gran capacidad para enriquecer la práctica educativa y estimular las potencialidades para el aprendizaje y el desempeño profesional de sus actores, profesores y demás agentes institucionales.

La función tutorial en sus diversas modalidades, se plantea como una ayuda ofrecida al estudiante, ya sea en lo académico, personal o profesional, pero para llevarla a cabo requiere que el tutor la asuma con compromiso, dedicación y planificación.

Una forma de lograrlo es mediante un plan de acción tutorial, cuyo diseño debe favorecer la integración y participación de los alumnos, así como concretar medidas que permitan mantener una comunicación fluida con los alumnos y la Comisión Institucional de Tutorías, esto con el fin de intercambiar informaciones sobre aquellos aspectos que puedan resultar relevantes para mejorar el proceso de aprendizaje de los alumnos.

Todo plan de acción debe contener al menos, una serie de elementos que lo definan, lo concreten y aporten suficiente información como para que éste sirva de referencia fundamental en la realización de acciones tutoriales a llevar a cabo. Generalmente contienen una justificación, objetivos, contenidos, organización de la tutoría, programa de acción y evaluación.

En el diseño del plan elaborado para los alumnos de la Licenciatura en Desarrollo Cultural se tomaron en consideración también las funciones del tutor, el tipo de tutorías a realizar, información previa para el tutor, el diagnóstico de necesidades generales y específicas de los alumnos. En relación a estas últimas y basándonos en las

entrevistas que de manera informal se tuvieron con profesores que imparten asignaturas en esta licenciatura encontramos:

- Bajo nivel relacional
- Bajo nivel de análisis.
- Bajo nivel de responsabilidad.
- Baja autoestima.
- Ausencia de hábitos de estudio.
- Alto nivel de dependencia.
- Desconocimiento de los fines de la carrera.
- Bajo rendimiento académico.

Como tutoras y profesoras tenemos la función de orientarlos en el desarrollo del programa curricular de acuerdo con su elección de formación pero también mantener un estrecho seguimiento de su desempeño académico a lo largo de sus estudios, de ahí la importancia de este trabajo, que tiene como objetivo identificar las formas de autogestión del aprendizaje y hábitos de estudio de los alumnos de la Licenciatura en Desarrollo Cultural en cuanto a las condiciones ambientales, la motivación, la planificación y la utilización de técnicas, para darle seguimiento desde la tutoría individual y personalizada.

Esta licenciatura se crea en el año 2007 con la finalidad atender a la formación de profesionales que investiguen y analicen los fenómenos culturales; que administren y gestionen proyectos culturales para promover, preservar y difundir la cultura regional, considerando la biodiversidad del entorno, en un contexto intercultural.

Su misión es formar profesionistas altamente competentes, con actitud crítica, creativa, emprendedora y gestora en el ámbito cultural, capaz de incidir con sentido de liderazgo ético y trabajo colaborativo en el desarrollo cultural, en un ambiente regional y nacional. Asimismo, tiene como visión convertirse en un espacio de formación académica de calidad, con capacidad de formar profesionistas altamente competitivos y reconocida como una licenciatura de vanguardia en el contexto cultural.

El plan de estudios lo conforman 43 asignaturas distribuidas en cuatro áreas de formación como son la General, Sustantiva profesional, Integral profesional y Transversal. El área general orientada a la adquisición de la comprensión del entorno, la construcción y las habilidades que propician la integración de la formación del licenciado en Desarrollo Cultural, sirve de fundamento para todo conocimiento profesional. La conforman las asignaturas de Lectura y redacción, pensamiento matemático, herramientas de computación, lengua extranjera, derechos humanos, ética, filosofía, metodología, cultural ambiental, comprensión de textos en inglés, y cultura y sociedad.

El área de formación integral profesional orientada a la profundización de una disciplina determinada; se ofrecen competencias profesionales y créditos vinculados al campo laboral. Comprende las asignaturas de procuración de fondos, gestión de la calidad, elaboración y evaluación de proyectos, creación de públicos y organización de eventos culturales, teorías y técnicas de promoción cultural, desarrollo de proyectos culturales y taller de investigación.

El área de formación sustantiva profesional proporciona la identidad a una profesión determinada. Orientada a la adquisición de conocimientos y experiencia práctica de una disciplina. La conforman las asignaturas de Cultura de las organizaciones,

administración cultural, planeación estratégica, desarrollo del factor humano, psicología organizacional, políticas educativas y culturales, estética e identidad, semiótica de la cultura, Tabasco y su cultura, patrimonio intangible e identidad, mercadotecnia cultural, diseño de programas, publicidad y productos culturales, educación artística, patrimonio, turismo y desarrollo y electivas 1 y 2.

Por último, el área de formación transversal dirigida a la integración de la profesión con otras de la misma área. La conforman las asignaturas de Investigación cultural y diseño de proyectos.

La modalidad educativa en la que se imparte es abierta con apoyo de actividades presenciales, y se enmarca en el modelo de Educación Abierta y a Distancia de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, por lo tanto, corresponde a un sistema semipresencial, que algunos lo consideran como parte de la educación a distancia o en otros casos que es lo mismo. Estos sistemas pretenden estructurar procesos autónomos de indagación, reflexión y aprendizaje, que permitan recuperar y explorar las capacidades de cada persona para apropiarse del conocimiento, promoviendo la libertad en la consulta así como la indagación por la pregunta, de tal manera que el estudiante asume un rol distinto, es decir se convierte en el eje dinamizador de su propio proceso formativo, con una actitud permanente de búsqueda, capaz de involucrar la vivencia diaria a su proceso de formación.

Para el Sistema de Educación Abierta y Distancia de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (SEAD-UJAT), se reconoce a la educación abierta como una estrategia de la institución que permite el estudio independiente, implicando el aprendizaje de cada estudiante a su propio paso, sin permanencia en un lugar específico, con un profesor y sin la obligación de cumplir objetivos en un tiempo límite. Es una modalidad educativa donde el alumno avanza según sus propias necesidades y a la Educación a distancia como una modalidad de la educación abierta y de la Educación no formal, aquí el proceso de enseñanza- aprendizaje se llevará a cabo en forma no presencial, donde alumnos y tutores separados físicamente hacen uso de un sistema de medios múltiples.

El modelo favorece el régimen independiente de estudio reconociendo que cada estudiante aprende de diferente manera y con un ritmo distinto, está fundamentado en que la efectividad del aprendizaje radica en que sea experimental, cercano a su vida cotidiana y laboral y, está situado en un mundo globalizado de cambio continuo, donde el aprendizaje debe ser para toda la vida con saberes genéricos que permitan la reconversión para ubicarse y adaptarse a dichos cambios.

Para la puesta en operación del Modelo Académico SEAD-UJAT, se ha establecido como estrategia educativa, el propiciar en el alumno su autoimagen como alumno independiente, y autogestivo; esto sustentado en la llamada Pedagogía del Estudio Independiente.

De acuerdo con Cortés (2009) el estudio independiente es un proceso dirigido a la formación de un estudiante autónomo capaz de aprender a aprender; consiste en desarrollar habilidades para el estudio, establecer metas y objetivos basados en el reconocimiento de las debilidades y fortalezas del individuo, mismas que responderán a las necesidades y expectativas de cada uno. Implica la posibilidad de que cada alumno tome sus propias decisiones con relación a la organización de su tiempo y a su ritmo de aprendizaje, por ello requiere un alto grado de responsabilidad para aprovechar al máximo.

Este estudiante que ha creado su imagen de alumno independiente va fortaleciendo sus propias formas pedagógicas, sus estrategias de aprendizaje, sus instrumentos y métodos.

Es importante destacar que los alumnos son responsables de sus comentarios, sus participaciones y del compromiso con quienes los realizan. El perfil del estudiante es el de:

- Una persona activa
- Que explora,
- Que reflexiona,
- Manifiesta sus ideas,
- Descubre, inventa y
- Debate con los otros participantes que comparten su programa académico.

Lo anterior nos lleva a que los alumnos deben autogestionar su aprendizaje, entendido a éste como: el proceso mediante el cual los estudiantes activan y sostienen cogniciones, conductas y afectos que están orientados hacia el cumplimiento de objetivos académicos. Es decir se refiere al grado al cual los estudiantes participan activamente de manera meta-cognitiva, motivacional y conductual en su propio proceso de aprendizaje (Zimmerman citado por Góngora s/f).

Esto significa que el mismo alumno, como persona y como estudiante, será responsable de realizar todas las acciones, actividades o tareas académicas y personales de manera individual e independiente, en función de su propio ritmo, espacio, recursos y tiempo. Las principales características que presentan los estudiantes que llevan a cabo la autogestión del aprendizaje son:

- Dominan una serie de estrategias cognitivas.
- Saben cómo planear, controlar y dirigir sus procesos mentales.
- Tienen un alto sentido de la auto-eficacia académica.
- Controlan el tiempo y esfuerzo.
- Participan en el control y regulación de las actividades académicas.

Para lograr lo anterior requiere de una disciplina y hábitos de estudio adecuados, ya que estos serán el mejor y más potente predictor del éxito académico, sin olvidar que lo que determina su desempeño académico es el tiempo que le dedica y el ritmo de trabajo que se le imprime, sin dejar de lado la motivación y el uso de técnicas.

García-Huidobro, Gutiérrez y Condemarín (2005:15) definen los hábitos de estudio como la repetición del acto de estudiar realizado bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales. El hábito de estudio es el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender en los alumnos.

De acuerdo con Pérez (1995) el alumno que desea que su estudio sea eficaz y agradable debe:

- Valorar la importancia del estudio.
- Reflexionar sobre los motivos que tiene para estudiar.
- Saber fijarse metas u objetivos a conseguir.
- Recapacitar sobre las posibles dificultades a la hora de concentrarse.
- Saber fijarse metas u objetivos a conseguir.

- Recapacitar sobre las posibles dificultades a la hora de concentrarse.
- Reflexionar y valorar a partir de diversas pruebas cuál es su velocidad y comprensión lectora.
- Saber cómo realizar el subrayado, los esquemas y los resúmenes.
- Conocer cómo tomar apuntes.
- Saber cómo preparar los exámenes.

Metodología:

En este estudio participaron 35 alumnos que cursan la Licenciatura en Desarrollo Cultural, y que pertenecen a la segunda, tercera y cuarta generación.

El instrumento aplicado fue un cuestionario de administración colectiva que consta de 41 ítems organizado en cuatro categorías: Condiciones ambientales, motivación, planificación y utilización de técnicas.

Las condiciones ambientales inciden directamente sobre el rendimiento psicofísico al actuar sobre la concentración de los estudiantes y crear un ambiente adecuado o inadecuado para la tarea de estudiar. Aquí se toma en cuenta el lugar de estudio, el cual debe reunir buenas condiciones de iluminación, silencio, temperatura, ventilación, etc., además de contar con el mobiliario y postura adecuados.

La motivación es uno de los principales factores que explican el éxito o fracaso en los estudios. Está constituida por aquellos factores que otorgan la energía necesaria para iniciar el estudio y la fuerza de voluntad para mantenerse en él hasta conseguir los fines pretendidos.

La planificación adecuada para el estudio es muy importante para el ahorro de tiempo y energía ya que permitirá crear un hábito y racionalizar la cantidad de tiempo que se dedica al estudio y al esparcimiento personal.

Las técnicas de estudio son aquellas actividades específicas que pueden ser utilizadas de forma mecánica, que se aprenden mediante la práctica, como releer, hacer esquemas, subrayar con diferentes colores

Cabe destacar que el instrumento aplicado fue una adaptación de un cuestionario de hábitos de estudio. En un principio se realizó únicamente como una función de la actividad tutorial a los alumnos y darle seguimiento académico e intervención formativa, es decir, seguir de cerca su rendimiento, colaborar en la mejora de los procesos de enseñanza aprendizaje, estimular su rendimiento y participación en actividades relacionadas con su formación, orientarle en la metodología de estudio y en las técnicas de trabajo intelectual así como estimular la motivación para el estudio.

Al ser ese el objetivo no se utilizó un cuestionario cuya validez y confiabilidad estuvieran demostrados ni tampoco se realizó un análisis pormenorizado del mismo, pero los resultados obtenidos nos permiten darle seguimiento al momento de realizar la tutoría académica ya que contamos con más elementos para su orientación.

Por último, las respuestas a los ítems se dan con base en tres opciones: SIEMPRE, A VECES, NUNCA que los estudiantes marcan en función de las afirmaciones expresadas en cada uno de ellas.

**Conclusiones**

La modalidad a distancia requiere que el estudiante planifique de manera organizada y objetiva, estrategias para el desarrollo del comportamiento de estudio independiente, lo cual se logrará conociendo las condiciones y dimensiones del aprendizaje así como las variables que interactúan en la autogestión del aprendizaje.

Es deseable que los estudiantes mantengan unos hábitos de estudio adecuados para un aprendizaje exitoso. En el caso de los estudiantes de educación a distancia, los rasgos y características que requieren son principalmente un buen manejo de las condiciones ambientales, la motivación, la planificación y el uso de técnicas.

En relación a lo anterior, los alumnos de la Licenciatura en Desarrollo Cultural de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, presentan las siguientes características.

| Condiciones ambientales  | Respuestas                  | %  |
|--|-----------------------------|----|
| 1. Estudias en una habitación tranquila, sin ruidos                                  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 46 |
| 2. Tu silla de estudio está proporcionada a la mesa                                  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60 |
| 3. El estudio lo realizas siempre en el mismo lugar                                  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 54 |
| 4. Tu lugar de estudio tiene una buena iluminación                                   | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63 |
| 5. La silla de estudio te permite apoyar los pies sobre el suelo.                    | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 66 |
| 6. Estudias en un lugar tranquilo, donde nadie te molesta.                           | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57 |
| 7. En tu mesa de estudio cabe todo el material que necesitas                         | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60 |
| 8. El lugar donde estudias tiene una buena ventilación.                              | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 74 |
| 9. La temperatura de tu lugar de estudio es adecuada (ni frío ni calor).             | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57 |
| 10. Estudias sin que nada te interfiera (tv, computadora messenger, redes sociales). | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 74 |
| 11. Utilizas una silla con respaldo y asientos duros.                                | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 49 |

En las condiciones ambientales la mayoría de los alumnos encuestados consideran que cuentan con un espacio equipado, con el mobiliario necesario y las condiciones de iluminación y ventilación adecuadas, pero contrasta con lo manifestado en relación con la tranquilidad y la ausencia de distractores ya que un 66% menciona que el espacio no es aislado y los interrumpen constantemente; además de que para un 77% es

común estudiar con distractores como la televisión, radio, los teléfonos móviles y el uso de internet donde todos sabemos que en muchas ocasiones la navegación es ajena a cuestiones académicas al ser usada para el chat y las redes sociales.

Se ha comprobado que el uso de la internet por parte de los jóvenes universitarios provoca desconcentración, debido a que estos dedican mayor parte de sus pensamientos a las actividades que han realizado o que esperan realizar. Cuando están en clase o estudiando desean estar junto a su computadora entrando a las redes sociales, o estando en las salas de conversación (chats). Lo anterior lleva a otro factor que es el mal entendimiento, que según estudios, los educandos son los más afectados pues sus calificaciones bajan y disminuye su calidad de entendimiento y comprensión.

| Motivación  | Respuestas                  | %  |
|---|-----------------------------|----|
| 1. Te esfuerzas todo lo que puedes para obtener buenos resultados.  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63 |
| 2. Te gusta estudiar para ampliar tus conocimientos.                | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 74 |
| 3. El estudio te resulta muy gratificante.                          | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 77 |
| 4. En casa dedico todo el tiempo posible al estudio.                | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 83 |
| 5. Me resulta fácil estar un buen rato estudiando.                  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 51 |
| 6. El estudio me resulta agradable y entretenido.                   | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60 |
| 7. El esfuerzo que realizo me servirá para mi futuro profesional.   | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 97 |
| 8. Me interesa mucho lo que los profesores/as exponen en clase.     | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 86 |
| 9. Me ilusiona aprobar el curso y pasar al siguiente.               | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 91 |
| 10. Cuando una tarea me sale bien me elogio por haberlo conseguido. | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 74 |

En lo referente a la motivación, los resultados obtenidos reflejan que existe una alta motivación ya que además de que el estudio les resulta gratificante, están conscientes de que éste les servirá para su futuro profesional, pero el 57% reconoce que no les resulta fácil estudiar durante un largo periodo de tiempo, sino que lo hacen en lapsos cortos e interrumpidos, además de que el 83% manifiesta que no realiza el estudio en casa.

La motivación en cada individuo depende de sus expectativas de éxito o fracaso y del valor de incentivo de la meta, es decir, del grado de afecto positivo (satisfacción, orgullo, etc) o negativo (insatisfacción, vergüenza, etc.)

| <b>Planificación</b>   | <b>Respuestas</b>           | <b>%</b> |
|--|-----------------------------|----------|
| 1. Tienes establecido un horario fijo para el trabajo en casa.               | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60%      |
| 2. Combinas tiempo de estudio y de descanso.                                 | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57%      |
| 3. Distribuyes el tiempo de cada asignatura en función de su dificultad.     | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57%      |
| 4. Preparas los exámenes con suficiente tiempo de antelación.                | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63       |
| 5. Tienes en cuenta en tu horario el tiempo que dedicas a otras actividades. | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 46       |
| 6. Cumples el horario de estudios que has establecido.                       | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57       |
| 7. Terminas las tareas que te propones en una sesión de estudio.             | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63       |
| 8. Tienes preparada una planificación semanal y mensual.                     | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57       |
| 9. antes de iniciar la sesión de estudios planificas las tareas a realizas.  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60       |
| 10. Entregas los trabajos en su fecha.                                       | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 69       |

Es interesante el contraste existente entre las categorías anteriores y la de planificación, ya que aquí en 9 de los 10 ítems, el 70% de los alumnos señalaron que no tienen un horario fijo para el estudio en casa, no distribuyen el tiempo en función de la dificultad de las asignaturas ni se preparan con antelación para los exámenes. Además, tampoco tienen una planificación semanal ni mensual en la que consideren el tiempo que dedicarán al estudio y a otras actividades. A pesar de lo anterior, el 69% manifiesta que entrega a tiempo sus trabajos.

| <b>Utilización de técnicas</b>                                 | <b>Respuestas</b>           | <b>%</b> |
|--|-----------------------------|----------|
| 1. Subrayas las ideas más importantes a medida que estudias.   | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 83       |
| 2. Haces esquemas cuando estudias.                             | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 60       |
| 3. Acudes al diccionario cuando no entiendes el significado de | Siempre<br>A veces          | 66       |

|  |                             |    |
|--|-----------------------------|----|
| una palabra.   | Nunca                       |    |
| 4. Haces resúmenes para fijar las ideas más importantes.                     | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 54 |
| 5. Te haces preguntas para recordar lo que acabas de estudiar.               | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63 |
| 6. Solo memorizas algo cuando lo has entendido.                              | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 57 |
| 7. Tomas en clase notas de lo explicado por los profesores.                  | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 63 |
| 8. Cuando algo no lo entiendes lo lees varias veces hasta conseguirlo.       | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 86 |
| 9. Suelen relacionar lo que estudias con lo que has aprendido anteriormente. | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 66 |
| 10. Acostumbras a mirar los gráficos y dibujos que acompañan al tema.        | Siempre<br>A veces<br>Nunca | 74 |

La última categoría es la correspondiente a las técnicas de estudio. Aquí encontramos que los alumnos subrayan las ideas importantes a medida que estudian al igual que leen varias veces un texto hasta lograr su comprensión. También toman notas en clase, hacen uso del diccionario pero prefieren hacer resúmenes que hacer esquemas cuando estudian. Lo que destaca es que un 66% no suelen hacer preguntas para recordar lo recién estudiado ni relacionan lo que estudian con lo aprendido anteriormente.

Con estos resultados se llega a la conclusión de que en la autogestión del aprendizaje, los alumnos de la Licenciatura en Desarrollo Cultural no tienen una planeación de actividades y tiempos de realización, lo que es un aspecto importante para los estudiantes de un sistema semipresencial.

La planeación es clave en el estudio independiente, sobre todo porque en la educación a distancia no se establecen horarios ni lugares fijos, lo que hace indispensable realizar una agenda para dejar claro en qué momentos, lugares y con qué recursos se va a trabajar.

Planear implica organizar, programar y administrar de modo eficaz los recursos, los materiales de estudio y el tiempo en el que se va a trabajar; en este sentido se recomienda a los estudiantes distribuir y registrar tareas, asignar recursos, jerarquizar lo importante y detectar las prioridades. Otras sugerencias a tomar en cuenta para realizar un plan de estudio independiente son:

- Identificar el tiempo libre y decidir cuánto de ese tiempo se va a dedicar al estudio.
- Identificar qué objetivos se han logrado y cuáles no, y tomar acciones de mejora.
- Reducir las interrupciones o distracciones.

- Revisar los objetivos de estudio y a partir de ellos orientar las actividades de aprendizaje.

El estudiante debe ser quien plantee sus propias metas por lo que debe tomar en cuenta también una serie de consideraciones como: la fecha en que deberá cumplirlas (esta puede ser a corto, mediano o largo plazo) los recursos con los que cuenta, cuál será la inversión en tiempo, dinero y esfuerzo, etc. Se recomienda registrarlas por escrito, de este modo puede realizarse un seguimiento y verificar que se van cumpliendo adecuadamente, de no ser así se podrán tomar acciones de mejora.

Otras recomendaciones que como estudiante se necesitan en relación al horario y tiempo de estudios es la planificación y para tener éxito se requiere:

1. Confeccionar el horario de estudio y tenerlo siempre a la vista.
2. Realizar el horario con el compromiso de cumplirlo, por lo tanto se requiere pensar bien cuántas horas se necesitan para tener éxito en cada asignatura.
3. Una vez ubicado el número de horas, se debe decidir en qué hora del día o de la noche resultará más provechoso hacerlo.
4. Observar los contenidos de las asignaturas a estudiar y ubicarlas dentro del horario planificado y programado. Según las competencias y naturaleza de cada asignatura habrá que dedicarle a cada una de ellas un mayor o menor número de horas.
5. Cuando se estudie, es recomendable no estar demasiado tiempo seguido en esa tarea. Resulta mucho mejor que después de una hora de estudio, se descansa un tiempo y luego continuar estudiando, de esta manera habrá un mayor rendimiento.
6. Es de vital importancia que se cumpla con el horario establecido.

Como se puede apreciar a través de un ejercicio pequeño del plan de acción tutorial se detectan las fortalezas y debilidades de los alumnos, lo que permitirá diseñar las estrategias más adecuadas para apoyarles y no quedarse sólo con la tutoría burocrática, sino hacer algo más por los alumnos para que alcancen sus objetivos y metas. He ahí la verdadera labor del tutor.

La investigación realizada se halla en su primera fase, ya que se orienta a conocer los hábitos de estudio de los alumnos. Tras esta recogida de información y una vez identificado el problema, nos proponemos diseñar un plan de acción que permita corregir la situación de partida. El programa se encamina a que los alumnos adquieran y consoliden hábitos de estudio que les ayuden a mejorar su rendimiento académico.

## **Bibliografía**

ANUIES (2000). *Programas Institucionales de Tutorías, Una propuesta de la ANUIES para su organización y funcionamiento en las Instituciones de Educación Superior*, México, ANUIES.

Cortes, M.R. (2009). La educación a distancia y el estudio independiente. En revista e-FORMADORES. Red Escolar ILCE en [http://e-formadores.redescolar.ilce.edu.mx/revista\\_e-formadores\\_oto\\_09/articulos](http://e-formadores.redescolar.ilce.edu.mx/revista_e-formadores_oto_09/articulos)

Góngora, J. (2005) La autogestión del aprendizaje en ambientes educativos centrados en el alumno. Boletín 9 del Modelo Educativo del ITESM. <http://www.itesm.mx/va/dide2/documentos/autogestion.pdf>

Pérez, S. (1995) *Técnicas de estudio*. Lima, Editorial San Marcos.

UJAT *¿Qué es el SEADS-UJAT?* Recuperado 30 marzo, desde [http://www.sead.ujat.mx/quees\\_sead.html](http://www.sead.ujat.mx/quees_sead.html)

UJAT (2007) Plan de Estudios de la Licenciatura en Desarrollo Cultural.

Pujol, J.M., i Solà, J. (1995). *Ortotipografia: Manual de l'autor, l'autoeditor i el dissenyador gràfic* (3a ed.). Barcelona: Columna.

### **Cuestiones y/o consideraciones para el debate**

Con respecto a las condiciones ambientales y de acuerdo con los resultados, comprobamos que los alumnos generalmente trabajan con el ordenador pero si a la hora de hacerlo tienen acceso a internet, esta herramienta se convierte en el principal distractor, ya que es común que tengan activos servicios como el Messenger, facebook u otras redes sociales. Por lo que cabría preguntarse ¿De qué manera están considerando los alumnos la interferencia? ¿Acaso ellos pueden estudiar y estar haciendo dos, tres o más actividades al mismo tiempo?

Asimismo, sabemos que nuestros alumnos se encuentran motivados para la realización de sus estudios y que ellos están ahí por el deseo de aprender, no por obligación, entonces nos preguntamos ¿Qué diferencias existen entre los alumnos que cursan sus estudios de manera presencial con los de educación a distancia en la manera de autogestionar su aprendizaje?

De igual forma, quienes estudian bajo la modalidad semipresencial, tienen tiempos justos, ya sea por la responsabilidad familiar o por la del trabajo, por lo tanto el tiempo para el estudio se reduce y la autogestión del mismo tiene que ser mejor planeada, por lo tanto ¿qué tan útil les puede ser el diseño de un plan por día y semanal intentando con fuerza cumplir con lo trazado?

En cuanto a la utilización de técnicas, aspecto que los alumnos valoran de manera positiva, habría que analizar cuál de ellas es la más adecuada para la autogestión del aprendizaje en el sistema semipresencial.