

Técnicas para mejorar el aprendizaje

Ciencias de la Educación | Educación general

Descripción del Curso

Este curso de Educación General está diseñado para estudiantes a partir de 17 años y busca fortalecer la autonomía, la metacognición y la capacidad de aplicar técnicas de estudio de forma eficaz en contextos reales. Su estructura se apoya en cinco unidades que conectan el autoconocimiento con la implementación práctica de un plan de estudio personalizado, orientado a resultados y a la mejora continua. Unidad 1: Autoconocimiento y definición de metas. El curso inicia con un cuestionario de estilo de aprendizaje y la definición de metas SMART para el periodo académico. Propósito: alinear técnicas de estudio con las necesidades individuales para una dirección clara. Puntos clave: reconocimiento de estilos de aprendizaje, establecimiento de indicadores de progreso y elaboración de metas alcanzables. Aprendizajes esperados: claridad de dirección y compromiso con un rumbo académico definido. Unidad 2: Selección de técnicas para memoria y comprensión. Se formulan criterios para elegir 3-4 técnicas de estudio y justificar su uso en función de las metas determinadas. Puntos clave: compatibilidad entre técnicas, capacidad de complementación y evidencia de respaldo. Aprendizajes esperados: criterio riguroso para la selección de estrategias y su relación con los objetivos. Unidad 3: Diseño del plan semanal. Se diseña un plan de estudio semanal que incorpora las técnicas elegidas, con bloques de tiempo definidos y recursos necesarios. Puntos clave: distribución del tiempo, secuenciación de tareas y previsión de contingencias. Aprendizajes esperados: organización eficiente y capacidad de planificar a corto y mediano plazo. Unidad 4: Simulación y aplicación de técnicas. Se realiza una simulación de estudio aplicando las técnicas en un tema real, registrando resultados y sensaciones de aprendizaje. Puntos clave: ejecución disciplinada y recopilación de evidencia de progreso. Aprendizajes esperados: impacto práctico de las técnicas y capacidad de obtener datos para la mejora. Unidad 5: Seguimiento y ajuste. Se mantiene un diario de progreso, se revisan resultados al cierre de la semana y se proponen ajustes para la siguiente. Puntos clave: retroalimentación y mejora continua. Aprendizajes esperados: adaptabilidad del plan ante cambios y desafíos. Objetivo general. La evaluación está orientada a la construcción y defensa de un plan de estudio personalizado, acompañado de evidencias de seguimiento y justificación de ajustes. Evaluación: Plan de estudio personalizado entregado con explicación de selección de técnicas y cronograma (60%), Presentación y defensa ante pares o docente (20%), Diario de seguimiento y evidencia de progreso (20%). Duración: 3 semanas. El curso favorece el desarrollo de habilidades como reflexión crítica, comunicación, trabajo autónomo y capacidad para transferir lo aprendido a situaciones reales de aprendizaje y trabajo.

Competencias

- Autogestión del aprendizaje y autoevaluación para identificar necesidades y ajustar estrategias. - Capacidad de diseñar y defender un plan de estudio personalizado basado en evidencias y metas SMART. - Aplicación crítica de técnicas de memoria y comprensión y capacidad de justificar su uso frente a pares y docentes. - Organización del tiempo y gestión de tareas, con secuencias lógicas y distribución adecuada de recursos. - Recopilación, análisis y uso

de evidencias de aprendizaje para justificar mejoras y ajustes. - Comunicación efectiva y defensa argumentada de decisiones sobre el plan de estudio. - Adaptabilidad y respuesta a retroalimentación para optimizar el rendimiento académico. - Trabajo colaborativo en presentaciones y en la construcción de planes junto a pares y docentes. - Pensamiento metacognitivo aplicado a la planificación, ejecución y revisión de estrategias de estudio. - Transferencia de habilidades de aprendizaje a diferentes contextos académicos y de la vida diaria.

Requerimientos

- Acceso a dispositivos y conectividad para realizar actividades y entregar evidencias (documentos, presentaciones, diarios). - Disponibilidad para el periodo de 3 semanas y compromiso para asistir a sesiones de retroalimentación. - Completar el cuestionario de estilo de aprendizaje y redactar metas SMART en la Unidad 1. - Elaborar y entregar el plan de estudio personalizado con explicación de la selección de técnicas y cronograma (entrega central, 60% de la nota). - Realizar la defensa breve del plan ante pares o docente (20% de la nota). - Mantener el diario de seguimiento y entregar evidencia de progreso (20% de la nota). - Participación activa en actividades de simulación y revisión de resultados. - Preparación para aplicar las técnicas en contextos académicos reales y documentar resultados.

Unidades del Curso

Unidad 1: UNIDAD 1: Técnicas de aprendizaje efectivas: identificación y aplicación

Objetivos de Aprendizaje

- Describir cinco técnicas de aprendizaje y su propósito, incluyendo situaciones de aplicación específicas.
- Analizar criterios para seleccionar técnicas según el objetivo de aprendizaje y el estilo de aprendizaje del estudiantado.
- Demostrar la capacidad de aplicar al menos dos técnicas en un ejemplo práctico de estudio.

Contenidos Temáticos

TEMA 1: Repetición espaciada y memoria a largo plazo

1. Descripción corta: La repetición espaciada mejora la retención a largo plazo mediante repaso progresivo de la información en intervalos cada vez mayores.

Unidad 2: UNIDAD 2: Diseño de un plan de estudio personal que integre técnicas de memoria y comprensión

Objetivos de Aprendizaje

- Definir su estilo de aprendizaje y metas académicas, y seleccionar técnicas adecuadas para memoria y comprensión.

- Elaborar un plan de estudio semanal que integre las técnicas de memoria y comprensión, con cronogramas, recursos y indicadores de progreso.
- Establecer un plan de seguimiento y ajustes basado en evidencia de progreso y retroalimentación.

Contenidos Temáticos

TEMA 1: Autoconocimiento y metas de aprendizaje

1. Descripción corta: Identificar el estilo de aprendizaje predominante, las metas académicas y los criterios de éxito personal para orientar la selección de técnicas.