



**Diversidad, diferencia y sujetos contemporáneos**  
 Pensar la escuela y la universidad en tiempos de desigualdad, contra-conducta y nuevas subjetividades



El estado de “crisis” que se ha venido inventado en los tiempos actuales, por diversas razones, en especial por la reactualización del capitalismo en el siglo XXI, los movimientos sociales y la emergencia de nuevas dinámicas en relación con los sujetos y sus posibilidades de constitución, hace que la educación y la pedagogía tengan un juego de acciones y responsabilidades como nunca en la historia. La educación y su forma moderna escuela-universidad se ven obligadas a salir de su espacio conservador y transmisor de la cultura y las modelaciones de la sociedad para pensar, recrear y comprender a los sujetos en dinámicas atravesadas por escenarios de transformación acelerada: tecnológicos, identitarios, emocionales, económicos y sociales. Pero a su vez, la educación y pedagogía requieren volver a sus orígenes y raíces centradas en la formación y las posibilidades de multitudes de personas que no encajan en los circuitos mundiales del capital y son marginados, olvidados, excluidos y vulnerabilizados.

Estas consideraciones anteriores nos lleva como Área Disciplinar de Posgrados en Educación constituida por la proyección del Doctorado en Pedagogía y Didáctica DPD la Maestría en Educación y la Especialización en Necesidades de Aprendizaje en Lectura, Escritura y Matemáticas a convocar a investigadores, profesores, estudiantes, grupos de investigación, encargados de la orientación y diseño de políticas públicas en educación, redes académicas, al VII congreso de Investigación y Pedagogía con los ejes de discusión diversidad, diferencia y sujetos contemporáneos.

Como ha sido costumbre en las seis versiones anteriores del congreso los grupos que sostienen las líneas de investigación relacionadas con el área disciplinar de posgrados en educación coordinan las mesas temáticas ofertadas para la presentación de ponencias, conferencias, talleres, paneles y mini cursos (conferencistas invitados).



## **PERTINENCIA DEL DESARROLLO DE MÉTODOS, TÉCNICAS Y HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS CON MODALIDAD DE EDUCACIÓN A DISTANCIA Y VIRTUAL**

### **Autores:**

**Molina Rodríguez, Mónica Andrea**

Docentes Ocasionales Tiempo Completo - Área General-ECAE- FESAD UPTC

**Correo electrónico:** [monica.molina01@uptc.edu.co](mailto:monica.molina01@uptc.edu.co)

**Cucaita Suárez, Marcela**

Docentes Ocasionales Tiempo Completo - Área General-ECAE- FESAD UPTC

**Correo electrónico:** [marcela.cucaita@uptc.edu.co](mailto:marcela.cucaita@uptc.edu.co)

**Eje temático:** Educación Superior: diversidad y desafíos

**Resumen:** La transición de la educación media académica y técnica a la educación superior del estudiante, contribuye al desarrollo de nuevas experiencias y modelos de aprendizaje y, por tanto, las instituciones de educación superior a distancia y virtual, se encuentran inmersas en analizar los cambios que no solo enfrentan los estudiantes, sino el mismo entorno, ya que se requiere de la sostenibilidad en la capacidad de aprender a aprender, por lo tanto, se debe garantizar que el estudiante desarrolle competencias y habilidades de autorregulación y fortalecimiento de métodos, técnicas y hábitos de estudio que le garanticen su rendimiento académico y su permanencia en el sistema. El objetivo del estudio es el diseño y aplicación de un curso piloto virtual en

métodos, técnicas y hábitos de estudio para fortalecer el aprendizaje autónomo dirigido a estudiantes de primer semestre del Programa Técnica Profesional en Procesos Administrativos de Salud de la Facultad de Estudios a Distancia, con una modalidad de educación a distancia y virtual, empleando un tipo de investigación cualitativo en correspondencia con un enfoque de investigación – acción y una metodología constructivista, que se crea de una necesidad en una realidad educativa para que por medio de talleres y actividades de autorregulación en plataforma Moodle y encuentros presenciales remotos los estudiantes tomen conciencia de su proceso de formación y apliquen de manera sostenible durante todo su proceso académico estrategias de aprender a aprender. Se pretende hacer un seguimiento a esta población piloto para determinar avances y retrocesos dentro de su desempeño académico. Las principales conclusiones a las que se ha llegado es precisamente la necesidad de continuar ofertando el curso a otros semestres, a otros programas y permitir que los docentes de las demás actividades curriculares encuentren el beneficio, aplicabilidad y sostenibilidad de estos métodos, técnicas y hábitos en el desarrollo de sus actividades para motivar la estudiante a aprender a aprender, mejorar tanto su rendimiento académico como la permanencia y graduación de los estudiantes.

**Palabras clave:** Aprendizaje autónomo, Educación superior, Educación a distancia y virtual, Métodos de estudio.

## **Introducción**

Estudiar es un proceso intelectual que implica la adquisición y comprensión de nuevos conocimientos a través de la lectura, la observación, la reflexión y la práctica; según Fernández (2005) reflexiona sobre el concepto de estudiar desde una perspectiva educativa, analizando los procesos cognitivos y emocionales que intervienen en la actividad de aprender, en tanto que, Niemeier (1998, como se

citó en Castellaro, 2012) sugiere que independientemente de si la enseñanza es presencial o a distancia, los planteamientos de esta corriente que se inicia con el aprendizaje abierto atribuyen al alumno la posibilidad de participar activamente en la toma de decisiones sobre el aprendizaje y supone una nueva concepción tanto en la organización administrativa, como de los materiales y sistemas de comunicación y mediación, sobre todo, de las metodologías a implementar.

Según el informe de la UNESCO de 2020, se establece la necesidad de implementar estrategias en las instituciones educativas para reducir la deserción estudiantil (UNESCO, 2021). De manera similar, el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) advierte sobre cifras alarmantes, donde millones de jóvenes están dejando sus estudios, con una disminución de la matrícula del 25% en países latinoamericanos, a pesar de los esfuerzos de muchos gobiernos por mantener la continuidad del proceso de enseñanza-aprendizaje universitario (OCDE, 2016).

La deserción académica universitaria representa uno de los mayores desafíos para los estudiantes y las instituciones de educación superior (IES) (MEN, 2009). En Colombia, aproximadamente 2,2 millones de estudiantes se matriculan anualmente, lo que equivale al 50% de los jóvenes que terminan su educación secundaria cada año en el país. Sin embargo, la mitad de esos estudiantes abandonan sus carreras antes de completarlas.

Es por esto que la siguiente ponencia surge desde el Programa Técnica Profesional en Procesos Administrativos en Salud, el cual pertenece a la Facultad de Estudios a Distancia de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, en cuanto a la creación de un curso acerca de Métodos, Técnicas y Hábitos de estudio, para fortalecer la permanencia y graduación enfocado principalmente en la adaptación de los estudiantes al modelo de aprendizaje autónomo; es importante tener en cuenta que no solo deben acomodarse al nivel de educación

superior, sino al método de aprendizaje de educación a distancia y virtual, lo que implica que algunos estudiantes fácilmente se acomoden al proceso de “aprender a aprender” y otros no, generando cifras significativas en cuanto al fenómeno de deserción en Instituciones de Educación Superior. El curso diseñado cumple con características propias del modelo de aprendizaje autónomo y de las políticas del Centro de Investigación de Educación a Distancia- CIDEA, dentro de la convocatoria 02 – 2023.

### **Metodología**

El tipo de investigación es cualitativo en correspondencia con un enfoque de investigación – acción, a partir del rol de las investigadoras y metodología constructivista desde la experiencia de los estudiantes del proceso de estudio. En este sentido, la investigación acción (IA) se entiende como el proceso de comprensión y resolución de problemáticas específicas de un grupo vinculado a un contexto específico, en este caso estudiantes que cursan primer semestre del Programa Técnica Profesional en Procesos Administrativos en Salud, el cual se centra en brindar información que lleve a la toma o determinación de decisiones, que permitan fortalecer el desarrollo de competencias y habilidades de autorregulación de manera estructural; de esta manera, este tipo de investigación busca propiciar el cambio social y transformación de las realidades de los estudiantes que ingresan al nivel de educación superior, con un único fin, concientizar a los estudiantes de su rol en este proceso de transformación (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

El objetivo de la IA, consiste en la mejora de la práctica educativa y en comprender esas realidades en este ámbito; es un proceso complejo debido a que los procesos de enseñanza son dinámicos ya que existen diversas perspectivas en la manera de enseñar y, por lo tanto, nuevas formas de pensar (Elliot, 2005). Frente al papel de los docentes la IA es una estrategia o



herramienta didáctica pedagógica innovadora que implica el desarrollo de habilidades de orden superior por parte del docente para interpretar realidades en el contexto de la enseñanza, reflexionar sobre la propia acción pedagógica para implementar cambios en el quehacer pedagógico (Contreras, 2016). La IA es una nueva forma de interactuar con las labores cotidianas del docente, es adoptar un hábito que genere disposición para responder desde una estructura mental a las necesidades de las realidades educativas, es un espacio de conexión, de compromiso y responsabilidad desde la racionalidad práctica de la labor docente (Barron, 2005).

En cuanto a la metodología de investigación constructivista, definida como una construcción desde la experiencia y acción del sujeto, en este caso los estudiantes, el modelo se enfoca en el proceso de construcción de conocimientos a través de la experiencia y el trabajo en equipo; en este ambiente de aprendizaje estos son vistos como participantes activos en la construcción de su propio conocimiento, y se enfatiza en la importancia de la reflexión y el cuestionamiento de su proceso (Rodríguez, 2015).

A continuación, se describe en la tabla 1, la articulación que existe entre las fases de investigación acción, los objetivos planificados y las actividades que diseñadas en el desarrollo del proceso.

**Tabla N°1.**

*Relación de la fase de investigación acción y actividades*

FASE	OBJETIVO	ACTIVIDAD
<b>DIAGNÓSTICO</b>	Evidenciar los elementos que inciden en el bajo rendimiento académico de los estudiantes que cursan primer semestre del Programa Técnica Profesional en Procesos Administrativos en Salud de la FESAD.	- Observación directa desde la experiencia del desarrollo de las asignaturas de área general.

<b>PLANIFICACIÓN</b>	Participar en la convocatoria 02 - 2023 del Centro de Investigación de Educación a Distancia-CIDEA.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Postulación</li> <li>- Aprobación por parte de comité de currículo y el CIDEA.</li> <li>- Realización de procesos pertinentes relacionados con la ejecución del curso.</li> <li>- Creación de un cronograma de inscripciones dirigido a los estudiantes del programa objeto de estudio.</li> <li>- Diseño y montaje del curso en el aula virtual y ficha publicitaria.</li> <li>- Inscripción de estudiantes.</li> </ul>
<b>ACCIÓN</b>	Implementación del curso a través de tres módulos en el aula virtual. Conformados por un espacio de presentación general, dentro de cada módulo se encontraban los siguientes apartados: Foro de presentación (en el primer módulo), actividades a entregar (una por módulo), recursos (un cuestionario por módulo, videos y documentos relacionados con cada temática).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Módulo I- Métodos de estudio.</li> <li>- Módulo II- Técnicas de estudio.</li> <li>- Módulo III- Hábitos de estudio.</li> </ul>
<b>METODOLOGÍA</b>	Metodología Virtual Encuentros sincrónicos y asincrónicos	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desarrollo de Talleres individuales y colaborativos</li> <li>- 20 horas encuentros sincrónicos</li> <li>- 20 horas trabajo asincrónico</li> <li>- 10 horas trabajo colaborativo</li> </ul>
<b>EVALUACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seguimiento de las actividades de entrega de cada módulo.</li> <li>- Encuesta de satisfacción en cuanto a los docentes y el aula virtual, dirigida a estudiantes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuestionario de hábitos de estudio.</li> <li>- Actividad de Mapa mental</li> <li>- Cuestionario de hábitos y técnicas de estudio.</li> <li>- Aplicación de una técnica de estudio.</li> </ul>

**Fuente:** Elaboración propia 2023.

## Desarrollo

El desarrollo del curso de métodos, técnicas y hábitos de estudio para fortalecer el aprendizaje autónomo en educación a distancia y virtual, se ofertó como un curso de extensión en la convocatoria 02 - 2023 del CIDEA, el cual contiene tres

módulos, el primer módulo denominado: métodos de estudio, el cual determina los cambios significativos en el proceso de estudio, la necesidad de aprender y estudiar, los procesos que estimulan el aprendizaje y los estilos de aprendizaje, el segundo módulo, llamado: Técnicas de estudio, permite la aplicación de diversas técnicas que se requieren en el modelo de "aprender a aprender", elementos que lo conforman, beneficios de seguir instrucciones y técnicas científicamente comprobadas para estudiar de manera efectiva; por último, el módulo de hábitos de estudio, indica los tipos de rutinas que todos los aprendientes deben adoptar para aprovechar al máximo los tiempos, espacios y conocimientos para evitar caer en la procrastinación, como técnicas de relajación para la reducción del estrés.

El primer módulo del curso, "Métodos de estudio", proporciona un enfoque esencial para los estudiantes en su camino hacia un aprendizaje efectivo, iniciando con la exploración de los conceptos fundamentales de "estudiar" y "aprender", el objetivo principal de este módulo es llevar a los estudiantes a una profunda reflexión sobre el funcionamiento de su mente durante el proceso educativo, el enfoque en la experiencia y la reflexión como pilares del aprendizaje es clave para que los estudiantes comprendan cómo asimilan y retienen la información; se les invita a analizar cómo su mente procesa la información y cómo pueden optimizar su capacidad para aprender de manera más significativa.

La cuestión de qué es estudiar abre la puerta a una reflexión filosófica sobre la naturaleza de la actividad humana, el estudio infiere que es un proceso que involucra la exploración, el cuestionamiento y la comprensión de nuestra realidad. Desde esta óptica, estudiar se convierte en una actividad enriquecedora que no solo nos permite conocer el mundo, sino también transformarlo y construir nuevos significados y valores que guíen nuestras acciones (Salamanca, 2019). En su artículo titulado "¿Qué significa estudiar?" Villarroel (2012), examina minuciosamente el concepto de estudiar desde una perspectiva psicológica,



centrándose en la teoría del aprendizaje, la autora defiende que el acto de estudiar conlleva un proceso activo y consciente de construcción de conocimientos, donde el estudiante juega un rol activo y participativo en su propio aprendizaje.

Así mismo, Villarroel subraya la relevancia de considerar los aspectos emocionales y motivacionales en el proceso de aprendizaje, ya que estos influyen en la percepción y en la forma en que el estudiante se enfrenta al estudio, para ella, el estudio no se reduce a la simple memorización de información, sino que implica una comprensión profunda y significativa de los conceptos, y su aplicación en situaciones del mundo real. En este contexto, el acto de estudiar se erige como una actividad intrínsecamente humana, que nos lleva a descubrir nuestra propia identidad y a definir nuestro lugar en el mundo; la búsqueda de conocimiento se vuelve un medio para comprendernos a nosotros mismos y al entorno que nos rodea, y nos brinda la posibilidad de forjar una sociedad más informada, crítica y consciente de su papel en la construcción de un futuro prometedor.

De igual forma, el módulo recalca la importancia de tres elementos interconectados: los aspectos cognitivos, emocionales y sociales, identificados por Illeris (2004) como fundamentales en el proceso de adquirir conocimiento y en lo que respecta a la cognición implica cómo comprendemos, organizamos y almacenamos la información; las emociones juegan un papel relevante en el aprendizaje, ya que pueden influir en nuestra motivación, enfoque y memoria, además, el aspecto social se destaca como un componente esencial, pues el aprendizaje a menudo se enriquece y consolida mediante la interacción con otros. Por último, este módulo aborda la temática de estrategias de aprendizaje, pues según Monereo, Castelló, Clariana, & Pérez (1999) definen de manera completa y esclarecedora el concepto; según estos autores, las estrategias de aprendizaje se refieren a la toma de decisiones conscientes e intencionales que realiza un estudiante para seleccionar los conocimientos y habilidades necesarios con el fin

de alcanzar un objetivo específico dentro de una situación educativa particular; por lo que este enfoque resalta la naturaleza activa y reflexiva del proceso de aprender, dado que los estudiantes no son meros receptores pasivos de información, sino que asumen un papel activo al identificar y elegir las herramientas cognitivas más adecuadas para abordar una tarea académica específica. Estas decisiones pueden implicar seleccionar las mejores técnicas de estudio, utilizar recursos adecuados, establecer conexiones con conocimientos previos o adaptar el enfoque de aprendizaje según las características de la tarea y el contexto.

Además, la definición enfatiza el componente intencional de las estrategias de aprendizaje, puesto que los estudiantes no aplican estas estrategias de manera aleatoria, sino que lo hacen con un propósito claro y determinado: alcanzar un objetivo educativo específico. Esto significa que los estudiantes son conscientes de sus acciones y seleccionan las estrategias en función de sus metas académicas; por tanto, las estrategias de aprendizaje son herramientas poderosas para mejorar el proceso de adquisición de conocimiento y el rendimiento académico, al ser conscientes de sus propias estrategias, los estudiantes pueden mejorar su eficacia y eficiencia en el aprendizaje, lo que les permitirá enfrentar con éxito diversas situaciones educativas.

Igualmente, este enfoque introduce una visión innovadora en el proceso de aprendizaje, al orientar en una actitud intencional y propositiva hacia el mismo, en cuanto que el aprendizaje se concibe como flexible, lo que permite su transferencia a diversas situaciones y contextos socioeducativos, involucrando tanto a los alumnos como a los profesores en una interacción eficaz y cohesionada (Morales & Díaz). Este comportamiento resalta la importancia de la anticipación, planificación y autorregulación durante la actividad intelectual, por lo que estas capacidades se consideran fundamentales y no se desarrollan de

forma aislada, sino en conjunción con otros factores que determinan el funcionamiento excepcional.

Ahora bien, en la actualidad, la educación a distancia y virtual se ha convertido en una modalidad cada vez más relevante y accesible para millones de estudiantes en todo el mundo y en este contexto, las estrategias de aprendizaje desempeñan un papel fundamental para optimizar y enriquecer la experiencia educativa, es así, que en el libro "El manual de Cambridge de aprendizaje multimedia" Mayer (2014), brinda una perspectiva innovadora al abordar cómo los diferentes medios y formatos de enseñanza pueden impactar positivamente el proceso de aprendizaje. La teoría del aprendizaje multimedia propuesta por Mayer destaca la importancia de utilizar de manera efectiva herramientas como el texto, las imágenes y el sonido para potenciar la comprensión y retención de la información.

En el ámbito de la educación a distancia y virtual, estas estrategias se vuelven aún más cruciales, la ausencia de un entorno físico de aprendizaje requiere una cuidadosa planificación y diseño de los materiales educativos, por lo que incorporar elementos multimedia adecuados puede ayudar a mantener el interés y la motivación de los estudiantes, promoviendo una mayor retención de los conceptos clave. Asimismo, el aprendizaje a distancia y virtual suele demandar un mayor grado de autonomía por parte del estudiante; las estrategias de aprendizaje bien implementadas pueden empoderar a los alumnos para que gestionen su tiempo de estudio de manera efectiva y se involucren activamente en su proceso de formación.

El segundo módulo del curso "Técnicas de estudio" se fundamenta en que desarrollar una técnica de efectiva representa un desafío considerable, esta habilidad puede surgir de diversas maneras en cada individuo, resultado tanto de una búsqueda consciente durante años en algunos casos, como de un proceso



de ensayo y error en otros; pues en el proceso de perfeccionar una técnica de estudio, intervienen habilidades lingüísticas, procesos de comprensión, capacidades organizativas y estrategias memorísticas; todas estas herramientas son esenciales y se adaptan para responder a las distintas asignaturas a las que el alumno se enfrenta. Según la investigación de Swanson & Hoskyn (2001), el desarrollo de habilidades de estudio se relaciona con la forma en que los estudiantes procesan la información y la retienen a través de su estudio sobre estrategias de aprendizaje, así mismo, encontraron que algunos estudiantes adoptan enfoques más reflexivos y analíticos, mientras que otros confían más en la memorización y la repetición; teniendo en cuenta que estos enfoques pueden variar dependiendo del contexto educativo y las exigencias de cada asignatura.

Por otro lado, según Vermunt & Vermetten (2004) el desarrollo de estrategias de estudio efectivas también se ve influenciado por factores motivacionales y emocionales, en cuanto a que los estudiantes pueden sentirse más motivados y comprometidos con el proceso de aprendizaje cuando sienten una conexión personal con el tema, lo que facilita la adopción de estrategias de estudio más eficientes y profundas. Estos investigadores encontraron que los estudiantes pueden sentirse más motivados y comprometidos con el proceso de aprendizaje cuando sienten una conexión personal con el tema que están estudiando; es así, que cuando los estudiantes perciben que el contenido tiene relevancia e importancia para su vida o intereses, se incrementa su nivel de motivación intrínseca; esta motivación impulsa a los estudiantes a adoptar un enfoque más profundo hacia el aprendizaje, lo que les lleva a buscar una comprensión más significativa y aplicable del conocimiento, facilitando la adopción de estrategias de estudio más eficientes y profundas, ya que los estudiantes se esfuerzan por comprender y retener la información de manera más duradera.

En contraste, cuando los estudiantes perciben el contenido como irrelevante o poco interesante, su motivación intrínseca disminuye, lo que puede llevar a la

adopción de estrategias de estudio más superficiales, por lo que pueden estar enfocadas en memorizar información sin buscar una comprensión profunda, lo que resulta en un aprendizaje menos duradero y menos significativo; por lo tanto, los educadores desempeñan un papel clave al fomentar la motivación intrínseca en los estudiantes, presentando el contenido de manera relevante y vinculándolo con sus intereses y experiencias personales; al hacerlo, se promueve la adopción de estrategias de estudio más efectivas y una mayor implicación en el proceso de aprendizaje, lo que resulta en un aprendizaje más significativo y satisfactorio para los estudiantes. Por lo anterior, las técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje son fundamentales para el desarrollo académico y el éxito de los estudiantes; la motivación y la automotivación son pilares clave para el logro educativo, en cuanto que los estudiantes que se sienten motivados y tienen un propósito claro tienden a comprometerse más con su aprendizaje y alcanzar mejores resultados (Pintrich & Schunk, 2002).

En lo que respecta a la planificación del tiempo y el lugar de estudio también son aspectos cruciales, la gestión del tiempo y la creación de rutinas efectivas pueden mejorar significativamente la productividad y el rendimiento académico (Hattie, *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*, 2009); asimismo, tanto la atención y concentración son habilidades esenciales para el estudio, pues se destaca que factores externos, como un ambiente tranquilo, y factores internos, como la autoconciencia y la autodisciplina, influyen en la capacidad de concentrarse (Swanson, 1999); en cuanto a la recogida y selección de información, el subrayado y la parafraseación son técnicas efectivas, puesto que Pardo & Aleixandre (2007) señalan que estas estrategias facilitan la comprensión y el repaso posterior; también, la síntesis y comprensión se pueden lograr mediante la creación de esquemas, mapas mentales y conceptuales, pues estas herramientas visuales ayudan a organizar el conocimiento y establecer conexiones significativas entre los conceptos (Novak & Gowin, 1988); en lo que

respecta a la memoria, es clave para el recuerdo a largo plazo y sugieren estrategias como la repetición, la asociación y el uso de acrónimos para mejorar la retención de la información y en lo que respecta al repaso y el recuerdo también son fundamentales para el aprendizaje duradero (Bjork & Bjork, 2011); adicional, se sugiere practicar la recuperación de la información a través de resúmenes y mapas en blanco mejora la transferencia de conocimientos a largo plazo (Roediger & Karpicke, 2006).

Por otro lado, en este módulo también se aborda el tema de las condiciones básicas para el estudio, pues son fundamentales para los estudiantes universitarios, ya que influyen directamente en su desempeño académico y bienestar general (Pascarella & Terenzini, 2005), asimismo un ambiente de estudio propicio que incluya espacios cómodos y libres de distracciones favorece la concentración y facilita el aprendizaje significativo; además Tinto (1997) destaca que el acceso a recursos educativos actualizados y una infraestructura adecuada son cruciales para promover la motivación y el compromiso de los estudiantes con su formación académica. En el contexto de la educación a distancia y virtual, las condiciones de estudio adquieren una importancia aún mayor debido a la naturaleza remota y flexible de esta modalidad; para que los estudiantes universitarios tengan éxito en este entorno, es fundamental contar con un ambiente de estudio adecuado en el que puedan concentrarse sin interrupciones (Moore & Kearsley, 2011). Adicional a lo anterior, un espacio físico tranquilo y bien iluminado, junto con una silla ergonómica y una mesa cómoda, contribuyen a crear un ambiente propicio para el estudio; además, contar con una conexión a internet estable y rápida es esencial para acceder a los recursos y plataformas de aprendizaje en línea.

En el tercer y último módulo se abordan los hábitos de estudio, pues junto a la planificación son elementos esenciales para el éxito académico, por lo que la adquisición de conocimientos y habilidades requiere una planificación adecuada



y una gestión efectiva del tiempo, en este sentido, es fundamental seguir algunos pasos clave para optimizar el proceso de estudio; el primer paso es establecer metas claras y realistas (Bloom, 1980), por lo que las metas específicas y desafiantes aumentan la motivación y el rendimiento, es importante identificar qué se desea lograr con el estudio y definir objetivos concretos (Locke & Latham, 2006). Una vez establecidas las metas, es necesario elaborar un plan de estudio el cual debe incluir un horario de estudio regular y equilibrado que permita distribuir el tiempo de manera eficiente para cada materia o tarea, asimismo, se debe tener en cuenta la programación de descansos para evitar el agotamiento y favorecer la concentración (Mayer, 2014). A su vez, el uso de recordatorios y técnicas de automotivación también es valioso; fomentar una mentalidad de crecimiento y la autoeficacia puede mejorar el desempeño académico, así como los recordatorios visuales como carteles con mensajes motivadores, pueden mantener a los estudiantes enfocados en sus metas y reforzar la confianza en sus habilidades (Dweck, 2006).

En el contexto de la educación a distancia y virtual, los estudiantes tienen un mayor grado de autonomía y flexibilidad en su aprendizaje, es aquí donde los hábitos de estudio se convierten en una herramienta esencial para mantener la disciplina, la organización y la constancia (Raby, Scott, & Goldrick, 2019) sumado a ello, los estudiantes que desarrollan rutinas de estudio efectivas tienden a tener un mejor desempeño y adaptarse más fácilmente a esta modalidad de aprendizaje, a su vez, la planificación y el establecimiento de metas claras son componentes clave de los hábitos de estudio; por lo que Dweck (2016) señala que una mentalidad de crecimiento, donde los estudiantes se ven a sí mismos como aprendices en evolución y establecen metas desafiantes, influye positivamente en la motivación y el logro académico. Adicional, estos también están vinculados a la autorregulación y la autodisciplina; en un estudio realizado por Zimmerman (2019) se encontró que los estudiantes que poseen habilidades

de autorregulación son más propensos a planificar su tiempo, seguir un horario regular de estudio y evitar la procrastinación y por último, en lo que respecta a la gestión del tiempo, es otra habilidad esencial para el aprendizaje a distancia, puesto que según Hattie (2017) una planificación efectiva del tiempo permite a los estudiantes dedicar suficiente atención a cada asignatura, evitar la sobrecarga de tareas y mejorar la productividad.

### **Conclusiones**

- Se concluye precisamente la necesidad de continuar ofertando el curso a otros semestres y a otros programas.
- El curso es pertinente como estrategia de ingreso a la universidad por parte de los estudiantes, no solo en el modelo de aprendizaje autónomo, pues, el manejo de créditos académicos implica un desafío para los estudiantes que inician estudios en educación superior, por el aumento de trabajo independiente y autónomo, aspecto que le implica enfrentarse al tema de aprender a aprender y justificar su rendimiento académico desde una cultura de autoaprendizaje, autorregulación y metacognición.
- Se debe facilitar a los estudiantes condiciones básicas de estudio, como refuerzo de conocimiento para el ingreso a la educación superior, al ser un componente de formación que profile a los estudiantes nuevos, para proveerlos de herramientas que le ayuden a sostenerse académicamente, tras la aplicación de prácticas de aprendizaje científicamente comprobadas que facilitan la capacidad de pensar y actuar por sí mismo con sentido crítico y tomar decisiones asertivas sobre su proceso de aprender independientemente.
- Los módulos desarrollados potencializaron habilidades, competencias y destrezas en los estudiantes, al aplicar cada una de los componentes y actividades diseñadas para que ellos las usaran paralelamente en su labor académica, el curso también, permitía encuentros de reflexión grupal

después de dichas acciones, para determinar avances y retrocesos en sus propios métodos y técnicas aplicadas, este desarrollo metacognitivo daba cuenta de un ejercicio de motivación intrínseca para seguir avanzando y comprender el rol del aprendiente autónomo.

## Referencias

- Ausubel, D. (1963). The psychology of meaningful verbal learning. *Journal of Verbal Learning and Verbal Behavior*, 2(4), 217-228.
- Barron, C. (2005). Competencias del docente tutor. Diálogo y acompañamiento en el aula. México.
- Bjork, R., & Bjork, E. (2011). Making things hard on yourself, but in a good way: Creating desirable difficulties to enhance learning. *In Psychology and the real world: Essays illustrating fundamental contributions to society*, pp. 56-64.
- Bloom, B. (1980). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. Longman.
- Contreras, J. (2016). Relatos de experiencia, en busca de un saber pedagógico. *Brasileira de Pesquisa Autobiográfica*, 14-30.
- Durán, Diana Marcela Ministerio de Educación Nacional . (s.f.). *Estadísticas e Indicadores de Deserción Estudiantil*. Bogotá.
- Dweck, C. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Elliot, J. (2005). *El cambio educativo desde la investigación acción*. Madrid: Morata.
- ESTUDIANTIL-SPADIES, S. P. (2022). *SPADIES*. Obtenido de <https://www.mineducacion.gov.co/sistemasinfo/spadies/>



- Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. Routledge.
- Hattie, J. (2017). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. Routledge.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: McGrawHill.
- Illeris, K. (2004). *The three dimensions of learning*. . Copenhagen, Denmark: Roskilde University Press/Leicester, UK: NIACE (American issue Malabar FL: Krieger Publishing.
- Locke, E., & Latham, G. (2006). New directions in goal-setting theory. *Current Directions in Psychological Science*, 15(5), 265-268.
- Mayer, R. (2014). *El manual de Cambridge de aprendizaje multimedia*. Cambridge: Prensa de la Universidad de Cambridge.
- MEN. (2009). *Deserción estudiantil en la educación superior colombiana*. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia.
- Monereo, C., Castelló, M., Clariana, M., & Pérez, M. (1999). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje*. Barcelona: Editorial Graó.
- Moore, M., & Kearsley, G. (2011). *Distance education: A systems view of online learning*. Cengage Learning.
- Morales, D., & Díaz, Y. (s.f.). La importancia de promover en el aula estrategias de aprendizaje para elevar el nivel académico en los estudiantes de psicología. *Revista Iberoamericana de Educación (ISSN: 1681-5653)*.
- NEILL, D. A. (2018). *Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica*. . Machala-Ecuador: Editorial de la UTMACH.
- Novak, J., & Gowin, D. (1988). *Aprendiendo a aprender*. Martínez Roca.

- OCDE, O. p. (2016). *Education in Colombia*. París: [www.oecdbookshop.org](http://www.oecdbookshop.org) - librería en línea de la OCDE.
- Pardo, A., & Aleixandre, M. (2007). La importancia de leer: Estrategias de comprensión de textos. *Revista Electrónica de Investigación Psicoeducativa*, 5(1), 95-122.
- Pascarella, E., & Terenzini, P. (2005). *How college affects students: A third decade of research*. Jossey-Bass.
- Pintrich, p., & Schunk, D. (2002). *Motivation in education: Theory, research, and applications*. Prentice Hall.
- Raby, M., Scott, C., & Goldrick, R. (2019). *Beyond the skills gap: Understanding the challenge of college affordability*. Boston: Harvard University Press.
- Rodríguez, S. (2015). *Modelos y estrategias de enseñanza para ambientes innovadores*. México: Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Monterrey.
- Roediger, H., & Karpicke, J. (2006). Test-enhanced learning: Taking memory tests improves long-term retention. *Psychological Science*, 17(3), 249-255.
- Salamanca, L. (2019). ¿Qué es estudiar? Una perspectiva filosófica. *Revista de Filosofía*, 45(2), 215-230.
- SUPERIOR, S. P. (2022). *SPADIES-MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL*. Obtenido de <https://www.mineduacion.gov.co/sistemasinfo/spadies/>
- Swanson, H. (1999). What develops in working memory? A life span perspective. *Developmental Psychology*, 35(4), 986-1000.
- Swanson, H., & Hoskyn, M. (2001). Cognitive processing during reading: Evidence from eye movement monitoring in normal and dyslexic readers. *Journal of Experimental Child Psychology*, 80(3), 285-309.

- Tinto, V. (1997). *Leaving college: Rethinking the causes and cures of student attrition*. Chicago: University of Chicago Press.
- UNESCO. (25 de 01 de 2021). <https://es.unesco.org/news/unesco-revela-perdida-aproximada-dos-tercios-ano-academico-todo-mundo-debido-cierres-covid-19>. Obtenido de WWW.UNESCO.ORG
- Vermunt, J., & Vermetten, Y. (2004). Patterns in student learning: Relationships between learning strategies, conceptions of learning, and learning orientations. *Educational Psychology Review*, 16(4), 359-384.
- Villartoel, V. (2012). ¿Qué significa estudiar? Una revisión de la literatura. *Revista de Psicología*, 20(1), 69-81.
- Zimmerman, B. (2019). Theories of Self-Regulated Learning and Academic Achievement: An Overview and Analysis. *n B. J. Zimmerman & D. H. Schunk (Eds.), Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance*, 2nd ed., pp. 1-13.