

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIAPAS  
LICENCIATURA EN SISTEMAS COMPUTACIONALES**

**Área de formación:** Básica  
**Unidad académica:** Aprender a Aprender  
**Ubicación:** Primer Semestre  
**Clave:** 1965  
**Horas semana-mes:** 3  
**Horas teoría:** 1  
**Horas práctica:** 2  
**Unidades CONAIC:** 26.67  
**Prerrequisitos:** Ninguno  
**Horas de infraestructura:** 0  
**Créditos:** 4

### **PRESENTACIÓN**

Aprender es la actividad fundamental de todo estudiante. Sin embargo y a pesar de los largos años de educación escolar que ha acumulado, no todos lo hacen de manera significativa y eficaz. Aprender a aprender constituye un auténtico reto para los alumnos que desean tener un rol protagónico en su propia formación y no depender sólo de lo que un profesor pueda brindarle. Para lograrlo es necesario que conozca sus fortalezas y debilidades en el estudio y, a partir de ello, adquiera un nuevo repertorio de estrategias y actitudes que le ayuden a potenciar al máximo sus capacidades.

Aprender a aprender significa llegar a ser un alumno estratégico, reflexivo, capaz de autorregular su propio aprendizaje y de automotivarse constantemente para mantener el esfuerzo orientado por metas cada vez más altas. Implica también una actitud mental abierta siempre dispuesta a explorar nuevos conocimientos y experiencias, lo que sin duda lo faculta para responder exitosamente a las exigencias del siglo XXI, caracterizado por los rápidos cambios científicos y tecnológicos, la creciente competitividad y la exigencia de profesionales con una alta flexibilidad para saber actuar en situaciones de gran complejidad e incertidumbre, como son las del mundo actual.

Este curso pretende brindarte estas herramientas intelectuales para que aprender sea para ti una experiencia enriquecedora y gratificante no sólo en la calidad de tu formación profesional, sino principalmente en tu vida personal.

### **UNIDAD I: APRENDER A APRENDER**

**TIEMPO APROXIMADO: 10 horas**

**OBJETIVO PARTICULAR:** Reflexionar sobre la importancia de “aprender a aprender” para llegar a ser un alumno estratégico y un profesional de calidad en el contexto del mundo actual.

### **CONTENIDO.**

- 1.1. ¿Por qué aprender a aprender en la Universidad?
  - 1.1.1. Formación profesional y calidad del aprendizaje
  - 1.1.2. Competencias que debe desarrollar el profesional del siglo XXI
- 1.2. Ser un alumno estratégico
  - 1.2.1. ¿Qué significa aprender a aprender?
  - 1.2.2. Los pilares del aprendizaje:

- 1.2.2.1. Aprender a conocer
- 1.2.2.2. Aprender a hacer
- 1.2.2.3. Aprender a vivir juntos
- 1.2.2.4. Aprender a ser
- 1.2.3. Características de alumno estratégico
- 1.2.4. Aprender y comprender; dos caras de la misma moneda

## **UNIDAD II: ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE**

**TIEMPO APROXIMADO: 12 horas**

### **OBJETIVO PARTICULAR**

Identificar y autoevaluar las propias estrategias de aprendizaje y su eficacia. A partir de ello, conocer e integrar nuevas estrategias al repertorio personal en función a los conocimientos y habilidades específicas que exige la formación profesional particular.

### **CONTENIDO.**

- 1.3 ¿Qué son y para qué sirven las estrategias de aprendizaje?
  - 1.3.1 Conociendo mis capacidades y habilidades para el estudio
  - 1.3.2 Mis estrategias de aprendizaje y su efectividad
  - 1.3.3 Factores que intervienen en el uso de estrategias de aprendizaje
- 1.4 Tipos de estrategias de aprendizaje
- 1.5 Estrategias cognitivas para *saber conocer*
  - 1.5.1 Estrategias de adquisición de información
  - 1.5.2 Estrategias para elaborar información
  - 1.5.3 Estrategias para retener información
  - 1.5.4 Estrategias para transferir información
- 1.6 Estrategias metacognitivas
  - 1.6.1 ¿Qué significa aprender metacognitivamente?
  - 1.6.2 Fases y variables de la metacognición
  - 1.6.3 Estrategias metacognitivas
- 1.7 Estrategias para la mejorar la comprensión lectora
  - 1.7.1 Diagnóstico de mi competencia lectora
  - 1.7.2 Niveles de comprensión lectora
  - 1.7.3 Estrategias para la comprensión de textos universitarios

## **UNIDAD III. ESTILOS DE APRENDIZAJE**

**TIEMPO APROXIMADO: 8 horas**

### **Objetivos particulares**

Conocer cuál es el estilo de aprendizaje propio y cómo influye en los procesos de aprendizaje, intereses y motivación.

### **CONTENIDO.**

- 3.1 ¿Qué son los estilos de aprendizaje?
- 3.2 Identificando mi estilo de aprendizaje
- 3.3 Relaciones entre el estilo de aprendizaje y desempeño académico

## **UNIDAD IV. MOTIVACIÓN Y AUTORREGULACIÓN DEL APRENDIZAJE**

## **TIEMPO APROXIMADO: 10 horas**

**OBJETIVO PARTICULAR:** Analizar la relación entre motivación y las creencias sobre uno mismo y cómo han influido en el comportamiento y rendimiento académico. Experimentar la posibilidad de autorregular el aprendizaje como esencia de aprender a aprender.

### **CONTENIDO.**

- 4.1 ¿Qué sé sobre mis motivaciones?
- 4.2 Motivación y metas académicas
- 4.3 Creencias y autopercepción de la eficacia
  - 4.3.1 ¿Puedo hacerlo?: liberándose de bloqueos
  - 4.3.2 ¿Cuál es el autoconcepto que tengo de mi mismo y cómo afecta mi autoestima?
- 4.4 Reconociendo mis emociones
  - 4.4.1 Estrategias para incrementar la inteligencia emocional
  - 4.4.2 Control de la ansiedad y estrés
- 4.5 Estrategias para la autorregulación del aprendizaje: hacia la autogestión académica.

### **METODOLOGÍA DIDÁCTICA Y EVALUACIÓN**

Las clases serán esencialmente prácticas. Se partirá de que los alumnos asistentes han leído y trabajado un material previamente especificado para cada sesión, que se dedicará a desarrollar, ejemplificar o aplicar ese material en su propio avance. Las horas de clase estarán dedicadas sobre todo a trabajo individual o en pequeños grupos tutorizados más que a exposiciones por parte del profesor. Además, los alumnos deberán desarrollar y presentar en clase evidencias de aplicar en sus otras asignaturas las estrategias y recursos revisados en el curso. Se favorecerá el aprendizaje colaborativo junto con el apoyo de las tutorías para apoyar individualmente a aquellos alumnos que lo necesiten.

### **CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

Participación	50%
Demostración de Estrategias	30%
Reportes de lectura	<u>20%</u>
Total	100%

### **RECURSOS NECESARIOS**

Recursos didácticos:  
Pizarrón, aula, gis.

### **PRÁCTICAS SUGERIDAS.**

- Elaborar un control de lectura del concepto aprender a aprender.
- Elaborar un mapa conceptual sobre los pilares de la educación.
- Investigación por parte del alumno sobre las competencias profesionales del Licenciado en Sistema Computacionales.
- Realizar entrevistas a los alumnos de semestres avanzados sobre las estrategias de aprendizaje.

- Investigación sobre las estrategias de aprendizaje cognitivas y meta cognitivas.
- Realizar actividades relacionadas con los diferentes estilos de aprendizaje (trípticos, folletos).
- Realizar una investigación sobre temas como motivación en el aula, autorregulación del aprendizaje, estrés en el aula, concepto de autoeficacia.
- Organizar una campaña con temas alusivos a la materia de aprender a aprender.

### **BIBLIOGRAFÍA BÁSICA**

MONEREO, C. (2002). Estrategias de aprendizaje. Madrid: Aprendizaje Visor.

POZO, J. I. Y MONEREO, C. (2001) El aprendizaje estratégico: enseñar a aprender desde el currículo. Madrid: Santillana/Aula XXI.

POZO, J. I., Y POSTIGO, Y. (2000) Los procedimientos como contenidos escolares: uso estratégico de la información. Barcelona: Edebé.

### **BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA**

JORBA, J., Y CASELLAS, E. (1998). La regulación y la autorregulación de los aprendizajes. Barcelona: UAB-Editorial Síntesis.

STERNBERG, J. R. (1997). Inteligencia Exitosa. Madrid: Paidós.