

“Teología Popular en Consenso”

DIPLOMADO: Teología Popular en Consenso

MODULO: TECNICAS DE ESTUDIO

POBLACIÓN OBJETO

**PASTORES, LAICOS, FELIGRESES, LÍDERES, TEOLOGOS, LICENCIADOS
EN TEOLOGIA, EDUCACION RELIGIOSO Y ACTORES INMERSOS EN LOS
PROCESOS EDUCATIVOS**

**DIRIGIDO A
FUNDACIÓN SOCIAL PEREA**

2017

CONTENIDO TEMATICO

INTRODUCCIÓN

OBJETIVOS

UNIDAD 1. El proceso del Aprendizaje

LECCIÓN 1. ¿Qué es el saber, que es estudiar, que es aprender?

LECCIÓN 2. ¿Cómo aprende el ser humano?

- a) Nivel formativo
- b) Nivel instructivo
- c) Nivel educativo

UNIDAD 2. Elementos del aprendizaje

LECCIÓN 2.1. Motivación

2.1.1. El Cuerpo =El decálogo de la eficacia

2.1.2. El Espíritu =La concepción del ideal

2.1.3. La Mente = El conocimiento del cerebro

LECCIÓN 2.2. Tipos de estudiantes

LECCIÓN 2.3. Planificar, Organizar, Controlar

UNIDAD 3. Educación de la Atención y la Concentración

LECCIÓN 3.1. La Atención

3.1.1. Condiciones para que haya Atención

3.1.2. Factores que impiden una buena Atención

LECCIÓN 3.2. La concentración

3.2. Porque es necesaria la concentración

3.3. Ejercicios para educar la Atención y la Concentración.

3.4. Imaginación y Creatividad

3.5. Programación Neurolingüística

“Teología Popular en Consenso”

UNIDAD 4. Método de Estudio

LECCIÓN 4.1. La importancia de tener un método de Estudio.

4.1.1. Método lógico

4.1.2. Método didáctico

4.1.3. Defectos más comunes de los Estudiantes

LECCIÓN 4.2. Método RALRAR

4.2.1. Cómo presentar un trabajo Escrito

“Teología Popular en Consenso”

Introducción General.

El presente material es una pilar y se constituye en una abre bocas; para que entre todos podamos construir conocimiento teológico (consenso), teniendo como base las ciencias bíblicas que encontramos al interior de la Palabra de Dios,

“Tenemos también la palabra profética más segura, a la cual hacéis bien en estar atentos como a una antorcha que alumbra en lugar oscuro, hasta que el día esclarezca y el lucero de la mañana salga en vuestros corazones; entendiendo primero esto, que ninguna profecía de la Escritura es de interpretación privada, porque nunca la profecía fue traída por voluntad humana, sino que los santos hombres de Dios hablaron siendo inspirados por el Espíritu Santo. 2 Pedro 1: 19, 20 y 21.

Por consiguiente la invitación es que cada alumno se apropie de los contenidos, indague, investigue, pregunte, cuestione, aporte de forma constructiva, pues todos contamos con unos conocimientos previos sobre el tema objeto de estudio; el cual es ampliado una vez analizamos con profundidad. Es oportuno reflexionar cómo ha evolucionado la forma de nuestra creencia; por eso la invitación a que revisemos entre todos estos conocimientos en Dios.

Animo, bienvenidos a este camino excelente donde aprendemos para servir mejor a Dios y nuestros Semejantes.

En Cristo Jesús.

Henry Yeferson Perea Ibarquen
Docente.

INTRODUCCIÓN

La verdadera educación significa más que la “prosecución” de un determinado curso de estudio. Abarca todo el ser. Es el desarrollo armonioso de las facultades físicas, mentales y espirituales; para lo cual se requiere tener constantemente claridad sobre las razones finales que motivan la tarea (estudio) y de esta manera el estudiante estará preparado para el GOZO DE SERVIR.

OBJETIVO GENERAL

Proporcionar herramientas para que el alumno tenga una mejor asimilación en el aprendizaje. Atendiendo a cuatro partes principales:

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Motivar en los estudiantes un espíritu emprendedor, voluntarioso y constante en la búsqueda del saber.
- ✓ Educar la capacidad de educación y concentración.
- ✓ Conseguir el desarrollo integral del estudiante en las facultades físicas, mentales y espirituales
- ✓ Identificar y utilizar las técnicas mas apropiadas para el desarrollo de aprendizaje.
- ✓ Modificar patrones de comportamiento a través del ejercicio y la experiencia.

UNIDAD 1

EL PROCESO DEL APRENDIZAJE

Aprender es un creciente enriquecimiento cognoscitivo que se da en la constante relación del sujeto con su ambiente, ya que siempre aprendemos de algo o de alguien.

Todo sujeto tiene la capacidad para descubrir, “inventar”, en sí mismo, en las cosas o en las personas, nuevos conocimientos. Es decir todo ser humano tiene la capacidad, en mayor o menor medida de aprender.



IMPORTANTE:

La autodidaxis, a saber, es el acto de aprender sin la ayuda de nadie. En sentido estricto, no puede darse, porque nadie da lo que no tiene, y nadie puede enseñarse lo que ignora. (Esto significa etimológicamente autodidaxis) hecho 8:31 ¿Y COMO PODRE SI ALGUNO NO ME ENSEÑARE?

EN ESTA UNIDAD PODRAS APRENDER:

- Qué es saber.
- Qué es aprender.
- Qué es estudiar.
- Cómo aprende el ser humano.

LECCIÓN 1

1.1 QUE ES SABER, QUE ES APRENDER, QUE ES ESTUDIAR

La necesidad de saber, la innata curiosidad humana, nunca se da por satisfecha; es mas bien una necesidad que crece indefinidamente, por cuanto el individuo que sabe desea saber mas, el estudiante bien motivado cuanto mas aprende mas desea estudiar para aumentar su aprendizaje, para lo cual el estudiante debe tener claridad sobre cada concepto pedagogico a tratar en esta unidad: Saber- aprender – estudiar.

1.1.2 QUE ES SABER:

Es la capacidad de hacer una cosa con soporte intelectual indispensable para el procedimiento y la acción.

1.1.3 QUE ES APRENDER:

Es el proceso mediante el cual el individuo modifica su conducta, como consecuencia de la experiencia o del ejercicio.

1.1.2 QUE ES ESTUDIAR:

Es el esfuerzo intelectual para conocer las cosas y las formas de cómo se pueden aprender.

COMPRUEBA LO QUE HAS APRENDIDO.

- | | |
|---|-------------|
| a) Modificar patrones de comportamiento
A través del ejercicio y la experiencia. | 1.Saber |
| b) Conocimiento y dominio de algo. | 2. Estudiar |
| C) Esfuerzo y utilización de técnicas. | 3. Aprender |

LECCIÓN 2

1.2 COMO APRENDE EL SER HUMANO.

El aprendizaje no se agota en la mera transmisión de conocimientos. En ese proceso de transmisión cultural que se da en la relación alumno – profesor – alumno; hemos de distinguir tres niveles:

a) Nivel Informativo:

Es recibir conocimientos a través de los sentidos lo que se ve, lo que se oye, lo que se huele, lo que se toca; este es el aprendizaje por modelamiento, es decir una experiencia exterior.



IMPORTANTE: Para que sepa de una verdadera asimilación se requiere de la utilización de la pedagogía y de la didáctica. Entendiéndose la pedagogía como el arte de enseñar y la didáctica como los sistemas, métodos y elementos utilizados para transmitir la información.

b) Nivel Instructivo:

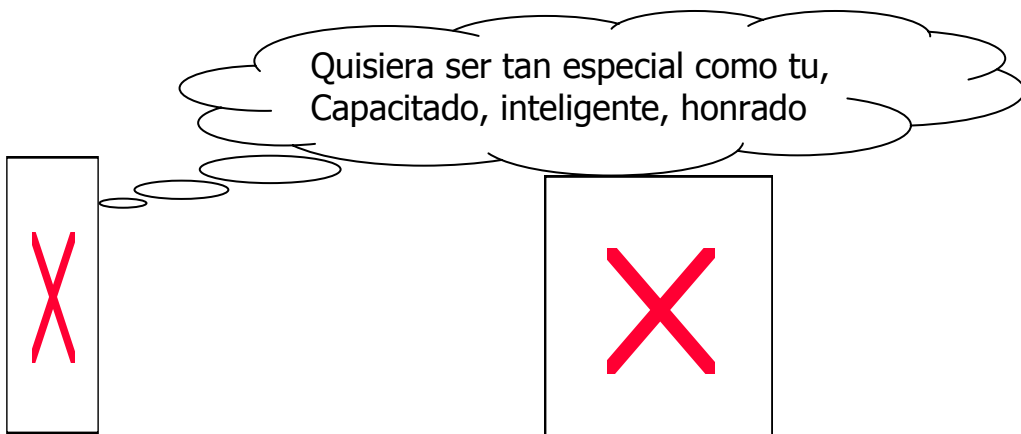
Del verbo latino “instruir” que significa construir por dentro. Es decir Habla de una formación mental, a través de la asimilación de al información adquirida.



IMPORTANTE: Lo importante no es tener la cabeza bien llena si no bien hecha”

C) Nivel Educación:

No se puede considerar bien formada la inteligencia si no contribuye al perfeccionamiento integral de la persona. Cada cosa esta en su sitio y luce, a esto se le llama acomodación y es esta quien ejercita la memoria.



COMPRUEBA LO QUE HAS APRENDIDO

1. ¿Que es aprendizaje por moldeamiento?

2. A través de que proceso se logra el nivel educativo en la persona?

¡YA APRENDI!

8. Adaptado por: Henry Perea

“Teología Popular en Consenso”

1.Cuál es el objetivo general de la materia técnica de estudio?

2. Para un mejor aprendizaje y asimilación del estudio, es necesario atender a cuatro partes principales que son: _____,

3. Escriba tres objetivos específicos de la materia: _____

4. Quien estudia y aprende estará preparado para: _____

5. Consulta en el diccionario las siguientes palabras:

- Prosección: _____
- Cognoscitivo: _____
- Asimilar: _____

6. Que es el aprendizaje cognoscitivo: _____

7. En realidad existe la autodidaxis? Sí ___ No ___ Por que

8. Responda si es falso o verdadero.

- En el estudio no se requiere esfuerzo intelectual ()

9. Defina que es saber _____

10. De un ejemplo practico de lo que es aprender.

11. Cuando un individuo modifica su conducta como consecuencia de la experiencia y del ejercicio a esto se le denomina _____

12. En el proceso de la transmisión de conocimiento ¿cuales son los tres niveles que se dan?

13. A través de que se obtiene el nivel informativo? _____

14. Que significa instruir? _____

15. Ambas se requieren para una buena asimilación: _____

16. Que lo que ejercita la memoria? _____

UNIDAD 2

ELEMENTOS DEL APRENDIZAJE

Aunque la enseñanza general básica tiene como objetivo fundamental la transmisión de unos conocimientos elementales; a través del dominio de las técnicas y habilidades intelectuales, se requiere de la utilización de unos elementos para el desarrollo de las estructuras mentales. La asimilación de dichos conocimientos estará siempre en función de los siguientes valores: Motivación, Tipos de estudiantes, tipos de profesores, planificación, organización y control.

EN ESTA UNIDAD PODRAS APRENDER

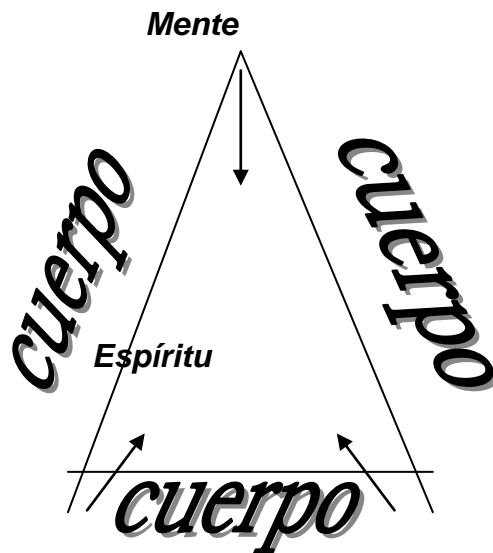
- ❖ Que es la motivación y para que sirve.
- ❖ Que es el ideal y las clases de ideal
- ❖ Los diversos tipos de estudiantes y los diversos tipos de profesores.
- ❖ Como administrar su tiempo a través de planificarlo, organizarlo y controlarlo.

LECCIÓN 2.1

2.1 MOTIVACIÓN

La motivación debe todo el ser generalmente se ha descargado la responsabilidad del estudio y el aprendizaje sobre la mente; pero para un estudio y aprendizaje eficaz debe llevarse a cabo la interacción de todo nuestro ser.

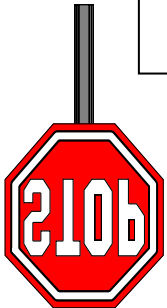
GRAFICA 11 La motivación



2.1.1 EL CUERPO: La disposición corporal facilita un mayor rendimiento intelectual; te recomendamos tener en cuenta los siguientes consejos a los que denominamos el decálogo de la eficacia.

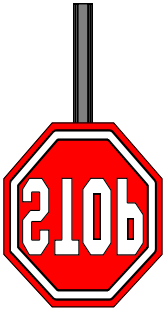
DECALOGO DE LA EFICACIA

1. Dispón un lugar, posición y momento adecuado para el estudio.
2. Cuida de recibir la luz mas apropiada.
3. Combate el exceso de conversación.
4. Deja las preocupaciones en el momento de estudiar.
5. No modifiques el tiempo destinado para el estudio.
6. Aléjate del teléfono.
7. Evita al máximo las interrupciones.
8. Sobre la mesa no tengas textos, elementos, y materiales que no vayas a utilizar.
9. Descarga la memoria. Usa una agenda para anotar todos los asuntos que deberías recordar.
10. Descansa por periodos de 10 a 15 minutos, después de periodos de 1 hora de estudio.



IMPORTANTE: LA CONCEPCIÓN DEL IDEAL. Es un acto fundamental para organizar la vida del ser humano. El ideal es vernos en nuestro destino realizando y aplicando lo que estamos aprendiendo.
El ideal puede ser:

- a) **INMEDIATO:** Aprender, para hacer extensivo el conocimiento al mayor numero de personas, de acuerdo a una necesidad.
- b) **ELEVADO:** Aprender, para el servicio a los demás, en el momento que se lo requiera.
- c) **LEJANO:** Aprender, para un logro personal “conocimiento” mirando en el futuro, la aplicación de lo aprendido.



IMPORTANTE: En todos los casos, lo importante es ponerse en marcha e ir concretando y realizando el ideal en la gestión de cada día.

¿HACIA QUE BLANCO APUNTA TU MOTIVACIÓN?

2.1.2.1 BALANZA DE FAVORABLES Y CONTRARIOS: La balanza de favorables y contrarios consiste en equilibrar los ideales (favorables), con reconocimiento del sacrificio, trabajando y pasos necesarios para lograr la meta.

Ejercicio de Aplicación

Escribe a lado y lado de la balanza los aspectos favorables y contrarios de estudiar en el Instituto Bíblico.

2.1.3 EL CEREBRO PARTE FUNDAMENTAL EN EL APRENDIZAJE HUMANO

El cerebro es el órgano en el que se elaboran las facultades intelectuales que diferencian al hombre del resto de los seres vivos, el pensamiento creador, la memoria, la capacidad de análisis y síntesis además de los sentimientos, las emociones y la voluntad.

El cerebro forma parte del sistema nervioso central junto con los pedúnculos cerebrales, el bulbo raquídeo, el cerebro y la médula ósea, conjunto de órganos extraordinariamente delicados, la naturaleza le brinda especial protección resguardándolo por medio de los huesos del cráneo que forma una resistente coraza por 3 membranas llamadas meninges, que lo envuelven delicadamente entre las que existe un líquido, el cefaloraquídeo, que le presta un excelente medio para su funcionamiento, ya que lo aísla de toda influencia peligrosa del exterior, y le sirve también para amortiguar golpes y sacudidas.

Un cerebro nunca descansa pues se mantiene en permanente comunicación con todo el cuerpo mediante un sistema compuesto por más de 13 mil millones de células nerviosas.

CENTROS DEL LENGUAJE

EL CEREBRO

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

Llamadas neuronas unidad elemental del tejido nervioso, las dendritas que sirven para comunicarse con un grupo de células y muy prolongadas llamadas axiones que le ponen en contacto con un grupo de células alejadas.

De estas células las más perfeccionadas, en los que se elabora la comprensión del mundo exterior y de sí mismo, una de las 10 mil millones se encuentra en el cerebro.

Hasta en el sueño recibe y transmite unos 50 millones de mensajes nerviosos por segundo, asegurando, por ejemplo el mantenimiento de la oxigenación pulmonar o el funcionamiento del corazón. Como trabaja permanentemente, es un órgano que necesita mucho alimento y consume un 25% del oxígeno de la sangre que le es provista por una vasta red de vasos sanguíneos.

Pequeña máquina de maravillosa operación que corre a asociarse con todos los confines del cuerpo, constituyen la membrana blanca del interior del cerebro, al que podemos considerar como la estación terminal de su insuperable sistema de comunicaciones y como la base de operaciones de todas las funciones del cuerpo y de él parten los mensajes a los que se ajustan nuestras actividades (abrir una caja, manejar una máquina, escribir una carta, etc.)

Las informaciones recibidas se fijan, codificadas, en una molécula de proteína y así se conserva en el cerebro. Por eso, posteriormente puede ser evocada y reconocida,

La computadora tiene también un “cerebro” con válvula electrónica condensadora, y cable que comunica los circuitos entre sí, se componen de un alimentador, es decir, una serie de serie de fibras perforadas que proveen información en forma de código especial; de una serie de unidades de memoria donde se acumulan las informaciones que se han de usar; una computadora puede tener 8.000 circuitos impresos y necesita más de 120 kilómetros de cables para conectar 2.000.000 de células de memoria.

Así como el cerebro recibe las informaciones y los datos auditivos visuales, gustativos.

Como pueden ser las cintas perforadas o magnéticas para reconocer y utilizar la información, el hombre recurre a la memoria y la computadora, es decir los elementos

Así como el cerebro recibe las informaciones y los datos auditivos visuales, gustativos. Como pueden ser las cintas perforadas o magnéticas para reconocer y utilizar la información, el hombre recurre a la memoria y a la

“Teología Popular en Consenso”

computadora, es decir los elementos del registro que constituyen una suerte de memoria artificial. Con esos materiales acumulados, tanto el cerebro como la computadora.

▪ PERO EL CEREBRO GANA

Son capaces de recoger y preparar los datos que reciben y escogen lo que corresponde a una situación correcta de la que no lo es, y además la computadora es fantásticamente más rápida que el cerebro, pues en 1 minuto puede realizar cálculos lo que a un equipo de hombre le demandaría años.

COMPRUEBO LO QUE APRENDI

1. Que partes de nuestro ser intervienen en el aprendizaje?

2. Con cual idea se identifica usted y por que?

3. Porque es importante el conocimiento del cerebro para el Aprendizaje?

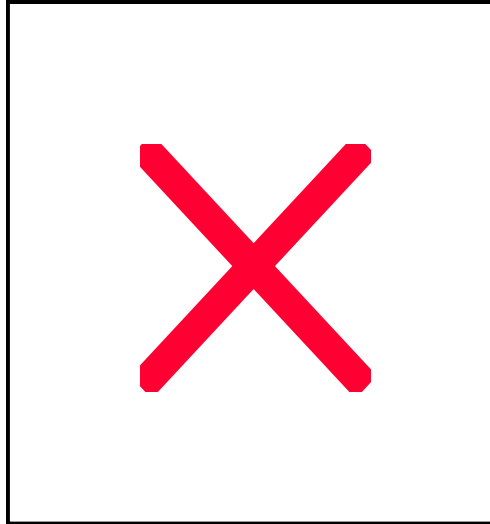
LECCIÓN 2.2

TIPOS DE ESTUDIANTES Y DE PROFESORES

Aprender a conocer es muy importante, tanto como cuidar de no compararte con nadie. Cada ser tiene una dotación de aptitudes y cualidades básicas, que le hacen apto para el estudio. Existen tres tendencias claramente definidas.

MODELO1

MEMORISTÍCOS O VISUALES: tienen gran facilidad para aprender las cosas de memoria, captan con facilidad el mensaje transmitido. Estos sobresalen por sus buenas notas. Toman decisiones que siempre les fortalecen y estadísticamente se ubican en este modelo el 15% de la población.



MODELO 2

SEMÁNTICOS O CINESTÉSICOS: aprenden de acuerdo al estado de ánimo.

- Se sienten cómodos razonando.
- No les basta con una explicación.
- Necesitan tiempo, método y esfuerzo para aprovechar sus estudios.
- Dependen de los demás para poder funcionar.
- Estadísticamente en este modelo se ubica el 70% de la población.

MODELO 3

AUDITIVOS O IMAGINATIVOS: suelen ser rápidos con sus singulares “salidas”. No obstante sé “chispa”, les cuesta estudiar y asimilar, teniendo que luchar constantemente con una imaginación muy activa que con lleva a la desconcentración. Cuestiona sus funciones. A este modelo pertenece el 25% de la población.

GRAFICAS AUDITIVAS

2.2.1 TIPOS DE PROFESORES

El profesor es un líder, la persona que orienta y guía al grupo. Y al respecto es oportuno considerar algunos tipos de profesores.

LIDER AUTORITARIO: toma las decisiones; da órdenes, impone su criterio. Es el único responsable; da pocas explicaciones de actitudes o ninguna; solo él conoce el curso posterior de la actividad que se desarrolla en el grupo; señala los objetivos, distribuye las tareas; designa a los miembros de cada equipo.

LIDER PATERNALISTA: Es amable, cordial, paterno; deja discutir pero al final expone sus opiniones de peso y terminantes que deben ser acatadas “para el bien de todos”. Es como un buen papá que cuida de su “querido rebaño”. El líder paternalista influye por su aire de protector y de experto. Se reciente si le hacen observaciones o si se discuten sus decisiones. En lenguaje popular podría decirse que maneja al grupo por “las buenas”

LIDER DEMOCRATICO: Confía en la capacidad del grupo, favorece las discusiones; pide y toma en cuenta las opiniones del grupo antes de tomar decisiones; la responsabilidad es compartida con el grupo; Da explicaciones y permite críticas aceptándolas; Deja libertad a los miembros para trabajar a su gusto y elegir sus equipos.

LIDER PASIVO: Actúa poco, deja hacer a los miembros por su cuenta; no toma decisiones ni orienta; las discusiones son incontroladas; la estructura del grupo es débil t de carácter individualista. El grupo carece de incentivos. Hay tendencias a discutir por discutir sin llegar a tomar decisiones.

CONCLUSIONES

El grupo dirigidos autocráticamente soporta mayor hostilidad, descontento, competición, los miembros son menos creadores y más dependientes; las reacciones suelen ser agresivas en unos, y apáticas en otros.

Los grupos de estructura democrática están más motivados para la tarea, las relaciones personales son más estrechas y cordiales; hay más comunicación, menos hostilidad y mayor desarrollo personal de los miembros.

En los grupos dirigidos por un líder pasivo hay escaso espíritu cooperativo y los miembros se desarrollan poco.

COMPRUEBO LO QUE APRENDÍ

1. Que tipo de estudiante considero que soy y porque?

2. De los tipos de profesores cual puede ser más eficaz en la enseñanza y por que? _____

LECCIÓN 2.3

PLANIFICAR, ORGANIZAR Y CONTROLAR

La vida del hombre y de la mujer de nuestro tiempo, esta señalada por la obligación de “mantenerse al día”. Esto significa que habrá que estudiar permanentemente, y que el estudio llevara una parte importante de su tiempo. Con este panorama, no hay más remedio que administrar prudente y convenientemente este tesoro del que todos recibimos la misma cantidad: El tiempo. El problema nos conduce directamente a la necesidad de planificar, organizar y controlar nuestras actividades.

PLANIFICAR: es prever y distribuir, de forma ordenada, cuando hay que hacer cada día, asignando a cada actividad su tiempo. El estudiante por las obligaciones de asistencia a clase, cuidara de planificar el resto del día que quede bajo su directo control.

ORGANIZAR: Equivale a disponer lo necesario para cada tarea y en su respectivo lugar icuántos dolores de cabeza evita una buena organización!

CONTROL: Revisión del cumplimiento de las actividades asignadas. Cuando se presenta el desaliento es necesario tener en cuenta el ideal debe volver a impulsarnos.

COMPRUEBO LO QUE APRENDI

1. Distribuir, de forma ordenada, cuanto hay que hacer cada día es parte de _____

2. A través de que cosas se pueden administrar mejor nuestro tiempo?

¡YA APRENDI!

1. Cuales elementos en le aprendizaje permiten el desarrollo de las estructuras mentales personales?

2. Cuándo termina el ciclo de la motivación? _____

3. Cómo se descarga la responsabilidad que del estudio y el aprendizaje recae sobre la mente?

4. Seleccione la definición que pertenece al decálogo de la eficacia.
_ Estudie acostado
_ Dispón de un lugar, posición y momento adecuado para el estudio.
_ No utilice agendas para anotar los asuntos que debería recordar.
5. Que es un ideal. _____
6. Aprender para el servicio de los demás apunta hacia un ideal.

7. Un ideal lejano es suficiente motivación para el estudio? Sí ___ No ___
Porque? _____
8. Escriba dos aspectos favorables y dos contrarios del estudio.

9. Cual hemisferio del cerebro determina las funciones lógicas, analíticas y exactas del comportamiento humano?

10. Que relación hay entre el cerebro y una computadora?

11. Según los tipos de estudiantes, estadísticamente, cual es el modelo que predomina en la población?

12. Porque generalmente el estudiante de tipo memorístico o visual obtiene mejores notas en el estudio?

“Teología Popular en Consenso”

13.Cuál es la función básica de un profesor?

14. De los tipos de profesores cual es el menos eficaz en la enseñanza?

15. Que es lo que a todos se nos ha dado en la misma cantidad?

16. Que cosa nos evita muchos dolores de cabeza y porque?

17. Que se debe hacer cuando se presenta el desaliento en el estudio?

UNIDAD 3

EDUCACIÓN DE LA ATENCIÓN Y LA CONCENTRACIÓN

INTRODUCCIÓN

Nuestra atención es, por naturaleza, fugaz. Requiere de un entorno especial que contribuya a sostenerla convenientemente a través de descubrir el interés de todo objeto de estudio y relacionarlo con el ideal. Atender sin pensar en el “trabajo” que representara el estudio, sino en el entusiasmo de crecer y edificarse, para llevar a cabo, en su día los objetivos propuestos.



- Atención.
- Condiciones para que haya atención.
- Los factores que impiden una buena atención.
- Concentración.
- Ejercicios para educar la atención y la concentración.
- Imaginación y creatividad.
- Programación Neurologüística.

LECCIÓN 3.1

LA ATENCIÓN

LA ATENCIÓN: es la canalización de la actividad mental, a través de los sentidos, sobre un objeto que deseamos conocer.

ES ESPONTANEA: Cuando adheridos al objeto de nuestro conocimiento no exige ningún esfuerzo.

3.1.1 CONDICIONES PARA QUE HALLA ATENCIÓN

“Teología Popular en Consenso”

- Capacidad de los objetos para generar atención espontanea.
- Intensidad, fuerza o impacto de estimulación, de tal manera que por si misma motive o al menos no produce rechazo ej. La publicidad.
- La novedad y el contraste con los objetos habituales.
- El interés; atendemos mejor a todo aquello que responde a nuestros deseos, expectativas y necesidades sentidas.

3.1.2 FACTORES QUE IMPIDEN UNA BUENA ATENCIÓN

1. Falta de un ideal y unos objetivos bien definidos.
2. Metas cambiantes, sin el orden de un plan que las divida a corto, medio y largo plazo.
3. Falta de organización diaria del trabajo.
4. Asuntos urgentes acumulados.
5. Bloqueo mental por los detalles de dispersión.
6. Información insuficiente.
7. Interrupciones.
8. Fatiga nerviosa o mental.
9. Cansancio físico real.



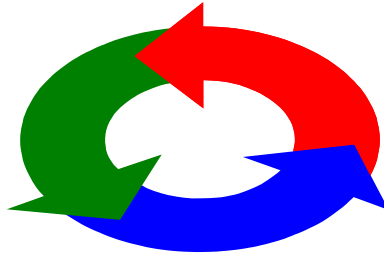
IMPORTANTE: en el orden fisiológico se lleva a cabo un trabajo que exige gasto de energía corporal, mediante la adaptación muscular para armonizar la mente y los sentidos con el objeto atendido. Lo anterior exige intervención de la respiración y de la circulación; la sangre fluye en mayor cantidad hacia el cerebro con disminución de la misma hacia los órganos digestivos. En consecuencia se recomienda no desarrollar trabajo intelectual después de las comidas.

COMPRUEBA LO QUE HAS APRENDIDO

1. Que es la atención? _____
2. Porque la atención es espontanea? _____
3. Escriba dos factores que impiden una buena atención

3.2 CONCENTRACIÓN

LA CONCENTRACIÓN:



Es la aplicación de la a mente, a un objeto de manera exclusiva y durante un tiempo determinado.

-ES VOLUNTARIA: Necesita de un esfuerzo de previa motivación; de la focalización, convergencia y psicomotriz, hacia el objeto que se percibe y aprende.

¿PORQUE ES NECESARIA LA CONCENTRACIÓN?

- La concentración hace más claros y precisos los procesos del conocimiento humano; ya que permite a la mente identificar los rangos esenciales de las cosas y convertir la sensación en percepción y la percepción en concepto; para luego continuar los demás procesos de aprendizaje.
- La concentración desempeña una función indispensable en la vida intelectual. La inteligencia no puede llegar a su plenitud sino mediante el ejercicio sistemático de la concentración.
- Newton atribuye el éxito de su investigación, a la concentración paciente y constante, a lo que llamo “PACIENCIA DEL PENSAMIENTO”.



IMPORTANTE:
LA LEY DEL RITMO

1. La concentración prolongada produce disminución de los glóbulos rojos y hace más lenta la respiración, causando un empobrecimiento de sangre que produce fatiga, lo cual se manifiesta por el sueño, el bostezo, la necesidad de movimiento y de aire.
2. La concentración es un ritmo, no sigue una línea recta, sino ondulante y oscilante.
3. Estas oscilaciones se deben a factores físicos, fisiológicos y psicológicos; lo cual produce fatiga que obliga a la distracción y al descanso.

3.3 EJERCICIO PARA EDUCAR LA ATENCIÓN Y LA CONCENTRACIÓN

1. Hágase un propósito claro de dedicación.
2. Quítese todo posible vehículo de dispersión.
3. Subrayar, tomar notas marginales.
4. Hacer anotaciones verbales.
5. Desbloquear la mente de preocupaciones.
6. Prométase pequeñas satisfacciones para el final de ciertos trabajos.
7. No cambie de postura corporal al primer impulso.
8. Dedique un minuto para contar el ritmo de su respiración.
9. Adopte la práctica de conocer consciente.

COMPRUEBO LO APRENDIDO

- Que es concentración? _____
- Para Newton que es la concentración? _____
- Cuál es la razón por la cual la concentración prolongada produce fatiga física? _____

3.4 IMAGINACIÓN Y CREATIVIDAD

La creatividad consiste en combinar estructuras mentales previamente disociadas, de tal manera que se obtenga mas de la totalidad emergente que lo que se puso al principio.

La imaginación como ya se afirmo antes, no es fotográfica, esto es, no es positiva o repetitiva y memorística.

La imaginación tiende a generalizar las imágenes antes construidas y a totalizarlas, creando estructuras y sistemas. La imaginación nunca da una replica exacta de la vivencia original; procesa, combina y construye imágenes diferentes a la realidad sentida.

El ser humano puede imaginarse puede imaginarse cosas inexistentes con base en su caudal imaginativo, construido por imágenes anteriores, y a partir de contigüidad, de su contraste o de su analogía.

Para que la imaginación se eduque es indispensable aplicarle:

- Los procesos mentales; afectivos, volitivos y psicomotores.
- El análisis y la adopción de modelos y criterio científicos, estéticos, artísticos, literarios, de acuerdo con cada caso.
- El desarrollo del hábito de la observación y de la atención, junto con los demás procesos básicos para la información integral.
- El reconocimiento o estímulos para la persona creativa; no debe ser tanto que la condicione ni tampoco que se apague su creatividad.

FACTORES QUE GENERAN CREATIVIDAD:

- fluidez: Cantidad de respuestas a una sola pregunta o problema, en palabras, ideas, por asociación, por analogía o metáfora.
- flexibilidad: Variedad de respuestas o diferentes calidades de respuestas, clasificación o jerarquización de respuestas.
- originalidad: respuestas no comunes, sino únicas y auténticas propias del ingenio de quien las da.
- Elaboración: construcción terminada de cada respuesta.

CARACTERÍSTICAS PERSONALES DE LA CREATIVIDAD:

- La persona creativa es curiosa, hace muchas preguntas.
- Es independiente, no le interesa aparecer diferente ante los demás.
- No tiene complejo de inferioridad, desinhibida.

“Teología Popular en Consenso”

- Tiene variedad de interés, sin ser dispersa.
- Es inconforme sin ser rebelde.
- Presenta capacidad excelente de atención, de percepción y de síntesis.
- Presenta más interés por las relaciones, por los significados y por las implicaciones que por los hechos.
- Posee más interés por las relaciones, por los significados y por las implicaciones que por los hechos.
- En general con los centros educativos.
- Los centros dotados de proyectos con elevados índices de esfuerzo en la creatividad, obtiene los niveles de aspiración, debido al ambiente psicológico y a la presión que ejercen.
- La intencionalidad de los educadores se manifiesta en la formulación explícita de objetivos y en sus correspondientes estrategias de conducta.
- La personalidad de los profesores es una variable significativa.
- En los centros con programas creativos, los profesores estimuladores de la creatividad de los alumnos y la respuesta creativa de estos últimos.

CARACTERISTICAS DEL PROFESOR CREATIVO

- Permite y motiva el aprendizaje autosugestionado por sus alumnos.
- Crea un ambiente de aprendizaje antiautoritario.
- Alienta a sus alumnos a aprender más de lo exigido.
- Estimula los procesos intelectuales creativos.
- Postpone todo juicio de valor definitivo.
- Promueve la flexibilidad intelectual.
- Promueve y aplica la autoevaluación.
- Ayuda al alumno a ser una persona más sensible.
- Sabe utilizar preguntas creativas.
- Da oportunidad a sus alumnos para manipular materiales, herramientas, conceptos y estructuras.
- Ayuda al alumno a utilizar todo fracaso como una lección de superación y éxito.
- Induce a los alumnos a considerar los problemas como un todo.

ELEMENTOS GENERALES DE CREATIVIDAD:

- La actitud consigo mismo: autoestima.
- La correcta percepción y conceptualización de la realidad.
- La integración, el equilibrio y la visión real de la vida.
- La autonomía y la dependencia.

“Teología Popular en Consenso”

- El crecimiento y la realización de una vida rica y variada.

FACTORES QUE INHIBEN LA CREATIVIDAD:

- Hostilidad inconsciente: resultado de la frustración de la inseguridad y del desarraigo.
- Ansiedad: Producto de la tensión, del cansancio o de la debilidad física o mental.
- Sentimiento de culpabilidad: lo cual conduce al sufrimiento, al temor y a la autodestrucción.
- La crítica negativa que desanima y destruye la iniciativa y el entusiasmo por el trabajo y la creatividad.
- El exceso de análisis hecho solamente desde el punto de vista de quien analiza, en este caso, el profesor
- La preocupación por realizar diagnósticos con base en interpretaciones personales o unilaterales.

3.5 PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

La programación neurolingüística es aprender a través de mapas o esquemas mentales, es decir, el proceso de representación de conceptos a través de imágenes o modelos.

GRAFICA Programación neurolingüística
GRAFICA Sistema neuronal fotocopia

3.5.1 EJERCICIO DE PNL



1. conteste falso o verdadero
 - Nuestra atención es por naturaleza fugaz ()
 - La atención es espontanea cuando requiere de esfuerzo ()
 - Pensar en el trabajo que representara el estudio ayuda a una buena atención ()
2. Selección múltiple: uno de los siguientes enunciados no corresponde a las condiciones para que haya una buena atención.
 - Intensidad, fuerza o impacto de estimulación ()
 - Falta de un ideal y objetivos bien definidos ()
 - La novedad y el contraste con los objetos habituales ()
3. Porque no es recomendable desarrollar trabajo después de las comidas?

“Teología Popular en Consenso”

4. Complete:

_____ Es la aplicación de la mente a un objeto de manera exclusiva.

5. Porque se dice que la concentración es voluntaria? _____

6. Escriba dos razones por las cuales es necesarias la concentración. _____

7. Que factores en el ser humano influyen en la ley del ritmo.

8. Hacerse un propósito claro de dedicación es:

9. Desbloquear la mente la mente de preocupaciones favores y/o desfavorece la atención y concentración? _____

Y porque? _____

10. En que consiste la creatividad? _____

11. Mencione algunas características de la persona creativa. _____

12. De que partes se componen la programación neurolingüística?

13. Que es la programación neurolingüística? _____

UNIDAD 4

MÉTODO DE ESTUDIO

Estudiar con método es indispensable; No es cuanto se estudia, sino como se estudia; lo que realmente importa y cuenta, a la hora de valorar la eficiencia en el estudio.



EN ESTA UNIDAD PODRAS APRENDER

- La importancia de tener un método de estudio.
- Método lógico y método didáctico.
- El método RALRAR.
- Defectos más comunes de los estudiantes.
- Desarrollo de aptitudes y actitudes.

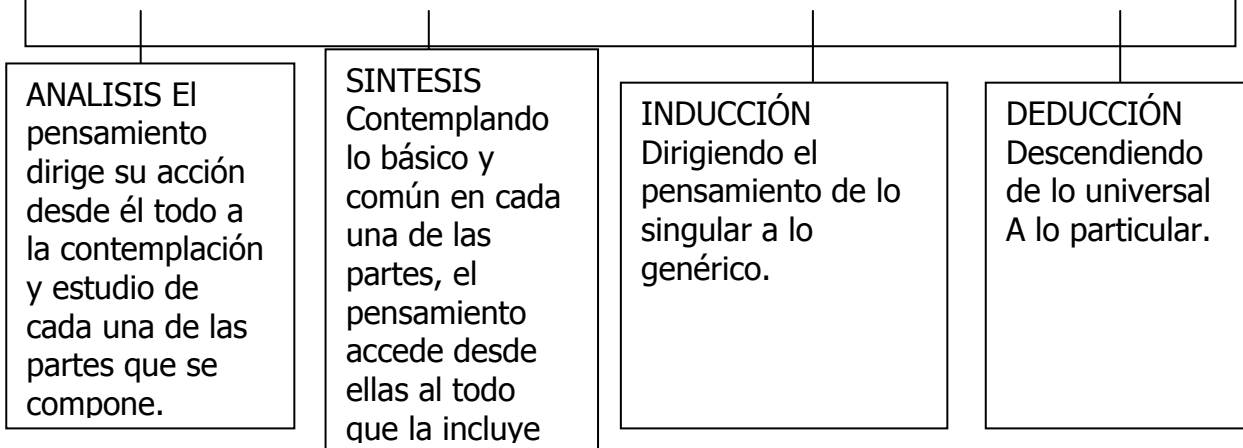
LECCIÓN 4.1

LA IMPORTANCIA DE TENER UN METODO DE ESTUDIO

El método empleado tiene una importancia decisiva en cualquier actividad. Es mejor adquirir menos conocimientos, pero de una manera firme, sistematizada y ordenada, que muchos de forma superficial e inconexa y desordenada, ya que en este último caso no solo no servirá para utilizarlos en su momento oportuno por no estar perfectamente asimilados y aprendidos, pasarán rápidamente al olvido.

La palabra método viene de dos vocablos griegos: “META” que significa “más allá”, y “THODOS”, que significa “camino”. El método en el estudio incluirá por tanto, los pasos a recorrer, el camino que lleva a ese más allá o fin del estudio, que es un perfecto aprendizaje de la materia o contenidos propuestos. La didáctica distingue dos tipos de métodos: Los clásicos o lógicos; que consideran el proceso del aprendizaje como una función estrictamente intelectual, y los métodos modernos empleados en la escuela activa, basados en funciones motrices, cognoscitivas, del lenguaje, afectivas, de integración social.

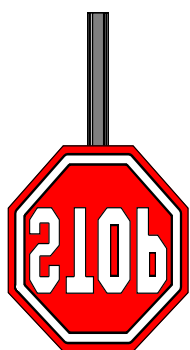
4.1.1 METODO LOGICO: Pretende crear en la mente del alumno el conocimiento de una manera ordenada mediante un sistema lógico; por lo tanto solo debe emplearse cuando el estudiante ha alcanzado un grado suficiente de madurez mental, es decir, en los últimos años de escolaridad. El método lógico utiliza cuatro guías:



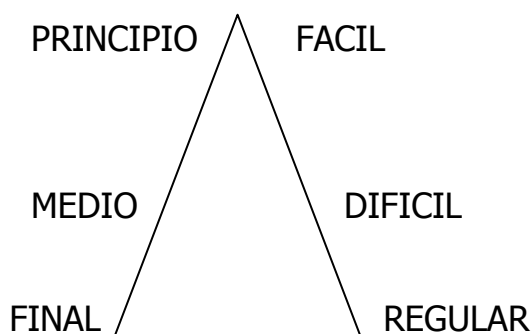
4.1 METODO DIDACTICO

Pone en juego la actividad total del alumno mediante técnicas adaptadas al sujeto y al grupo de aprendizaje a que es asignado, según su capacidad, edad cronológica y mental, nivel de conocimientos, aptitudes, intereses; Exige plena interacción entre el alumno y su profesor. Este método facilita el aprendizaje del alumno conduciéndole:

- De lo más fácil y asequible a lo más difícil
- De lo más simple a lo complicado.
- De lo más concreto a lo más abstracto.
- De lo más cercano e inmediato a lo más remoto.
- De lo mas conocido a lo menos conocido.



IMPORTANTE: Cada estudiante debe encontrar su método personal, para ello debe contar con una buena planificación del trabajo, en la que estén comprendidos los contenidos exigidos en las distintas asignaturas, repartidos racionalmente según el grado de dificultad, las exigencias del profesor, y el tiempo disponible; teniendo en cuenta el siguiente orden según el grado de dificultad en el aprendizaje:



periodos de una hora de Estudio por quince minutos De descanso.

DEFECTOS MÁS COMUNES DE LOS ESTUDIANTES

1. Estudiar de forma pasiva, desordenada y memorística.
2. Lectura lenta o bien precipitada, por lo tanto poco comprensiva.
3. No consultar otros libros que los de texto, ni contrastar más su opinión que la del profesor de la asignatura.
4. Dificultad para captar las ideas fundamentales de un texto.
5. Escaso nivel de participación en el aula.
6. Poca o nula concentración en el aula.
7. Falta de un buen método de estudio personal y de una adecuada planificación del trabajo.
8. Lagunas en conocimientos básicos.
9. Poco tiempo de dedicación al estudio y a las tareas asignadas.
10. Desconocimiento o deficiente aplicación en la práctica de técnicas como el subrayado, los esquemas, los apuntes, los resúmenes.
11. Falta de hábitos de estudio, capacidad de esfuerzo y constancia.

COMPRUEBO LO QUE APRENDÍ

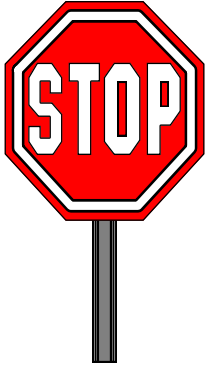
1. Cuál es el riesgo que se tiene al estudiar sin métodos?

2. Cuál es el método mas indicado para un estudiante que no este muy avanzado?

3. De los defectos más comunes de los estudiantes cual comete usted?

LECCIÓN 4.2

METODO RALRAR



R econocer

A anticiparse

L eer

R esumir

A similar

R epasar

IMPORTANTE:



RECONOCER:

1. Reconocimiento previo o topográfico.
2. Lectura parcial.
3. Activación por cambios de impresión.
4. Títulos, subtítulos, letras, itálicas, negritas, signos gráficos, enumeraciones, paréntesis.
5. Ganar una idea de conjunto de la materia.
(Se lee parcialmente y se selecciona lo que se va a estudiar)

ANTICIPARSE-COMPRENSIÓN

- Anticipación por interrogante, para dar nuestra propia partícula ordenación de los conocimientos adquiridos.

RESUMIR

- Disponer el contenido del texto en una síntesis clara, valida y manejable.
- Se Construye de lo principal a lo secundario; títulos y definiciones se transcriben.
- Utilizar el ideograma o diagrama arborescentes, traducir los conceptos a imágenes, frases a palabras claves utilizando un esquema o diagrama arborescente.

ASIMILAR

Grabar en la memoria conceptos esenciales y las partes necesarias para entenderlos y explicarlos a través de:

- Grabar en la memoria leyendo en voz alta, de forma expresiva y caminando.
- Clasificar mentalmente mediante una etapa de silencio.
- Repetir el texto exactamente.



REPASAR

Se repasa en tres etapas:

- Inmediatamente después de estudiar
- 24 horas después.
- 8 días después.

LECCIÓN 4.2.1

¿CÓMO PRESENTAR UN TRABAJO ESCRITO?

1. Un trabajo Escrito exige

* Organización de temas y subtemas

* Consulta bibliográfica

* Redacción

En su elaboración Debemos cuidar

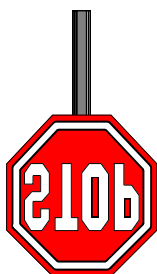
Su estructura La ortografía

La redacción

La presentación

IMPORTANTE:

Empleo de los Nomencladores,
Los Nomencladores nos permiten presentar Los trabajos escritos con una estructura



Lógica; ella ayuda a identificar los temas en Orden de importancia.

Como utilizar los Nomencladores

- ❖ Se utilizan números arábigos (1, 2,3, etc.)
- ❖ Las divisiones principales (llamadas de primer nivel) se encuentran a partir de 1, de manera continua.
- ❖ Cada división de primer nivel, podrá tener divisiones de segundo nivel, igual sucede con estas.
- ❖ Se debe colocar un punto entre los números de las subdivisiones.

COMPONENTES DE UN TRABAJO ESCRITO

