



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA
Guía de Información



Para mejorar el Rendimiento Académico



RENDIMIENTO ACADÉMICO

¿QUÉ ES?



Hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, aquel que obtiene calificaciones positivas en los exámenes, el rendimiento académico es una medida de las capacidades del alumno, que expresa lo que éste ha aprendido a lo largo del proceso formativo y supone la capacidad del alumno para responder a los estímulos educativos, es decir, vinculado a la aptitud.

La calificación **no refleja tu inteligencia**, ni eres mejor o peor como persona por tener malas notas, no debes caer en esta forma de pensar ya que terminarás desmotivado, lo cual cierra las posibilidades del aprendizaje, tu cerebro necesita tener una **ACTITUD POSITIVA** para poder aprender cosas nuevas.

Con tu rendimiento se determina la responsabilidad que tienes con las actividades educativas y cómo es tu desempeño en el aula.

**DATE UNA OPORTUNIDAD DE EMPEZAR A UTILIZAR NUEVOS MÉTODOS
PARA CONSEGUIR MEJORES RESULTADOS**

COMO MEJORAR TU RENDIMIENTO ACADÉMICO

PENSAR POSITIVO

MI RENDIMIENTO ESCOLAR
¿PUEDO MEJORARLO?



Para rendir al máximo debes retener las explicaciones de clase tomando buenos apuntes, tener estos y todos tus materiales de estudio ordenados y al día, establecer un horario y priorizar tu tiempo que ayudaran a cumplir tus objetivos de estudio.

FACTORES QUE INFLUYEN EN TU RENDIMIENTO ACADÉMICO

Factores personales: motivación, auto concepto, cansancio, fatiga, no dormir bien, redes sociales, círculo social (alcohol)

Factores familiares: influencia de los padres, situación económica y entorno.

Factores académicos: metodología de los maestros y preparación de los profesores.



NO PERMITAS QUE LOS PROBLEMAS ABSORBAN

TU AUTOESTIMA Y TU ENERGÍA TODO TIENE SOLUCIÓN



PASOS PARA MEJORAR TU RENDIMIENTO ACADÉMICO



1. Organízate antes de empezar, prepara todo lo que vayas a necesitar para tu estudio y tener claro qué es lo que
2. Mantén hábitos de estudio, respeta los horarios de estudio y de descanso de 15 o 20 minutos, esto favorecerá a tu concentración durante el estudio posterior.
3. Elige el método que más te ayude a recordar lo estudiado, puedes reescribir los contenidos, destacar lo tienes que estudiar para poder estructurarte el tiempo.
4. Gestiona tu tiempo, estudiar todo o mucha cantidad el día antes del examen es muy poco productivo, realizar un calendario con las fechas de los exámenes parciales y finales, priorizar la importancia de las asignaturas
5. principal por colores, hacer esquemas, leer algún libro sobre el tema, ver vídeos, reportajes.
6. Mejora tu concentración estudiando en un entorno adecuado, un espacio fijo, silencioso, iluminado con música relajante y que esté exento de distracciones.
7. Amplía tus conocimientos con ayuda de otros compañeros para completar tus apuntes, escuchar también beneficia tu comprensión.
8. Ten claras tus metas, no olvides lo que quieres conseguir al finalizar tus estudios.

¿PARA QUÉ ESTUDIAR?

Quiero prepararme para cumplir mis metas y aspiraciones a futuro y ser útil a los demás.

VENTAJAS

- Máximo aprovechamiento del tiempo
- Mejora los resultados académicos
- Mejora la memoria y comprensión
- Fomentan tu motivación
- Favorece tu interés por la materia
- Facilitan tu cooperación en los proyectos
- Permite una mayor autonomía, buscar información y seleccionar
- Desarrolla la iniciativa y creatividad

DESVENTAJAS

- Necesita más tiempo para estudiar, comprender y memorizar
- Necesita trabajar más en casa
- Necesita de un mayor interés y esfuerzo
- Te sientes presionados si no logran un buen rendimiento académico
- Tiene riesgo de repetir el año
- Presenta problemas de conducta o estrés relacionado con el ambiente del salón de clase.

**Guarda siempre esta
frase en tu mente...**

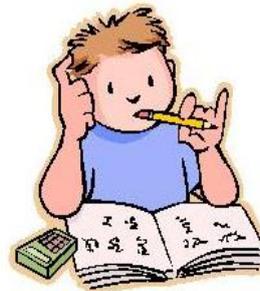
**Yo Quiero,
Yo Puedo y
yo soy Capaz!!**

¿Qué son los hábitos de estudio ?

- Es el conjunto de actividades que realiza cada persona cuando estudia.
- Estos deben ser una práctica que se realice con frecuencia frente al estudio y al aprendizaje.

"Los hábitos enriquecen o empobrecen la naturaleza del hombre".

- Establecer un horario de estudios diario.
- Establecer un lugar de estudio tranquilo y sin distracciones



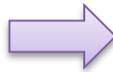
ERRORES COMUNES AL MOMENTO DE ESTUDIAR



- Intentar memorizar el contenido de los libros, sin comprender.
- Intentar aprender todo un día antes del examen.
- Estudiar escuchando música o viendo TV.
- Estudiar acostado en la cama, sillón etc.

COMO HACER UN HORARIO DE ESTUDIO:

- Debe ser realista
- Debe ser fijo y diario
- Debe incluir todas las materias durante toda la semana y tiempo dedicado a cada uno debe ser proporcional a su importancia y dificultad
- Se debe intercambiar descansos breves de 5 o 10 minutos (no mas) porque se pierde la concentración y habría que empezar desde el principio
- Conviene dedicar un día a la semana de descanso
- El horario no debe quitar horas de sueño.



No debes llenar todas las casillas del horario, deja algunas en blanco para sucesos imprevistos o actividades que no necesitan planearse
Un horario economiza tiempo, enseña a ser puntual, sobre todo obliga ser organizado, luego de escribir tu horario, fíjalo en un lugar visible y debe cumplirlo.



ÉXITO EN EL ESTUDIO

1. ESCOGER UN SITIO ADECUADO DE ESTUDIO
2. ELABORAR UN HORARIO PERSONAL.
3. MOTIVARSE, CONCENTRARSE, ACTITUD POSITIVA, ANALIZAR, COMPRENDER, REPETIR.
4. TENER UN BUEN MÉTODO DE ESTUDIO
5. ESCUCHAR, LEER, ANOTAR, SUBRAYAR, RESUMIR.
6. SEGUIR INSTRUCCIONES.
7. EMPLEAR LA MEMORIA.
8. LEER RAPIDAMENTE.

ESTE ES EL SITIO ADECUADO DE ESTUDIO

porque reúne los siguientes requisitos:

1. Suficiente espacio.
2. Luz natural.
3. Silla y mesa cómoda.
4. Buena ventilación .
5. Sin distracciones
6. Orden y limpieza
7. Objetos de estudio a la mano

ELABORE UN HORARIO DE ESTUDIO

Llene cada casilla con la actividad que va a realizar y la hora correspondiente, tenga en cuenta las siguientes actividades:

- Descanso
- Relación familiar
- Deporte
- Horas para comer y dormir
- Estudio
- Otras actividades

HORARIO DE ESTUDIO EN CASA

HORAS	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO
3:00	ALMUERZO					
4:00 a 4:30						
4:45 a 5:15						
5:30 a 6:00						
6:15 a 6:45						
7:00 a 7:30						
7:30	CENA					

Derechos y obligaciones de los alumnos

Derechos

- A una educación integral e igualitaria, gratuita.
- Ser evaluados en su desempeño.
- Tener acceso a todo tipo de información pública libre y gratuita para el desempeño de sus tareas.
- A ser respetado en su libertad de conciencia .
- A concurrir a la escuela y ser protegidos.
- A participar de proyectos curriculares.
- A recibir apoyo económico , social , cultural y pedagógico



Obligaciones

- Concurrir a la escuela hasta completar la educación obligatoria.
- A estudiar y esforzarse
- A participar en las actividades institucionales.
- Asistir a clases regularmente y con puntualidad
- Respetar a todos los miembros de la comunidad educativa y las normas de convivencia.
- A cuidar el material y equipamiento de la escuela.

www.fppt.info



fppt.com



La familia es la primera escuela de virtudes de los niños y su relación debe ser estrecha y unida ya que es un elemento natural, fundamental y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado. La educación de los hijos es responsabilidad principalmente de los padres, los primeros educadores, que son agentes primordiales del aprendizaje, siendo el hogar donde el niño comienza a conocer sus primeras palabras y a relacionarse con otras personas, por lo que del tipo de familia y el entorno en el que ellos vivan dependerá su formación y progreso en su educación.



La educación familiar es un deber tan importante que cuando falta, difícilmente puede suplirse. Por lo tanto, es deber de los padres formar un ambiente familiar animado por el amor que favorezca la educación integral y social de los hijos.

DIFERENCIAS DE HOGARES

FUNCIONALES

DISFUNCIONALES



DIALOGÓ



GRITOS



AMOR



VIOLENCIA



ASEO PERSONAL



DESCUIDO PERSONAL

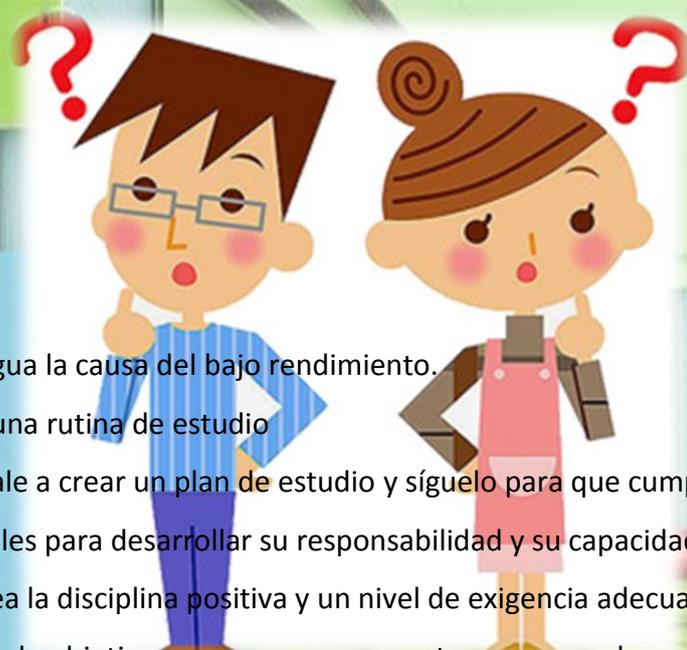


PADRES RESPONSABLES



PADRES IRRESPONSABLES

COMO AYUDAR A TUS HIJOS

- 
- Averigua la causa del bajo rendimiento.
 - Crea una rutina de estudio
 - Ayúdale a crear un plan de estudio y síguelo para que cumpla sus objetivos.
 - Edúcales para desarrollar su responsabilidad y su capacidad de esfuerzo.
 - Emplea la disciplina positiva y un nivel de exigencia adecuado.
 - Proponle objetivos que supongan un reto y que sea alcanzable.
 - Enséñale diferentes técnicas de estudio: subrayado, resumen, etc.
 - Ayúdale a desarrollar su capacidad de demostrar lo que aprendido.
 - Averigua que puede estar provocando una desmotivación y falta de interés.
 - Reconocer el esfuerzo y premiar el deseo de aprender
 - Refuerza sus buenas notas y ayúdale a darse cuenta de lo que ha hecho para obtener buenas calificaciones

10 frases positivas para los niños

- 
- Has sido capaz de hacerlo
 - Si necesitas algo, pídemelo
 - Estoy muy orgulloso de ti
 - Sabes que te quiero mucho
 - Puedes llegar donde tú quieras
 - Yo sé que eres bueno
 - Sé que lo has hecho sin querer
 - Creo lo que me dices
 - Noto que cada día eres mejor
 - ¡Qué sorpresa más buena!

10 frases negativas que tu hijo no debería escuchar

- 
1. Siempre estás fastidiando
 2. Deberías aprender de...
 3. Estoy harta de ti
 4. Cada día te portas peor
 5. Ya no te quiero
 6. Siempre estás peleando
 7. Como sigas así te castigo
 8. Se lo voy a contar a...
 9. Así no tendrás amigos
 10. No sé cuándo aprenderás



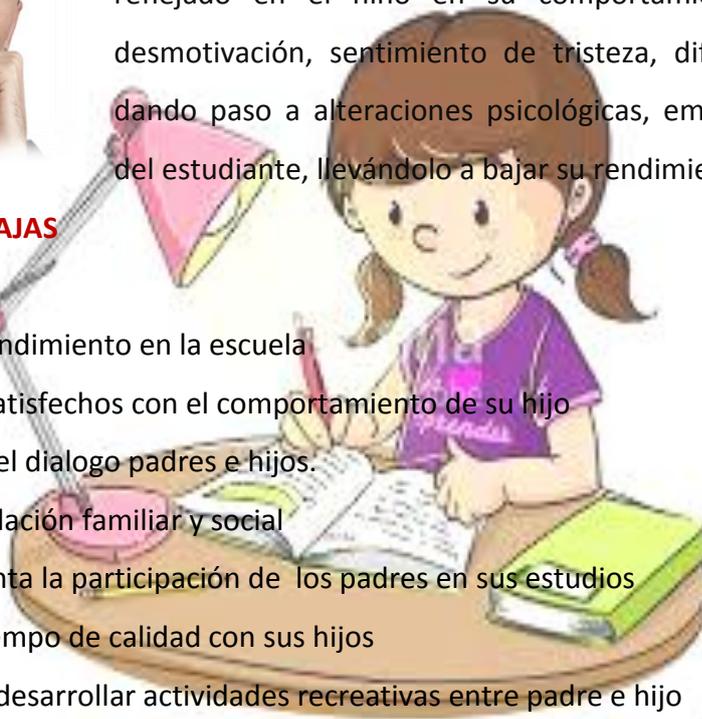
A MAYOR MOTIVACIÓN, MAYOR ÉXITO ACADÉMICO OBTENDRÁN



La relación familiar está directamente ligada al rendimiento académico, de modo que los conflictos que presente la familia se verá reflejado en el niño en su comportamiento, falta de interés, desmotivación, sentimiento de tristeza, dificultad de aprendizaje, dando paso a alteraciones psicológicas, emocionales, conductuales del estudiante, llevándolo a bajar su rendimiento académico.

VENTAJAS

- Mejor rendimiento en la escuela
- Padres satisfechos con el comportamiento de su hijo
- Permite el dialogo padres e hijos.
- Mejor relación familiar y social
- Incrementa la participación de los padres en sus estudios
- Pasan tiempo de calidad con sus hijos
- Permite desarrollar actividades recreativas entre padre e hijo



DESVENTAJAS

- Toman decisiones incorrectas como la drogadicción y consumo de alcohol.
- Bajan su rendimiento escolar
- Deseo de desertar de la escuela
- Se muestra apático, con falta de energía.
- No tiene iniciativa
- Parece no disfrutar con lo que hace
- Parece ser vago o perezoso
- Conflictos en su comportamiento
- Pobre comunicación con sus padres



Estilos de crianza

Probables consecuencias



Autoritario:
Mucho control, poca calidez,
estricto, inflexible, rígido,
castigador,



Timidez
Inseguridad
Dependencia
Frustración
Rebeldía, infelicidad



Permisivo.
Sólo imponen algunas reglas y de
modo inconstante, no les exigen,
no imponen castigos



Impulsividad
Abuso de sustancias
Baja autoestima
Desinterés
Ansiedad



Indiferente:
No se preocupan por sus hijos,
priorizan el trabajo, socializar, la
pareja, no tienen tiempo para sus
hijos



Baja autoestima
Sentimientos de soledad
Depresión infantil
Bajo rendimiento
académico



Democrático: Se ejerce control
sobre los hijos y se les da confianza
de poder expresarse e implantar
reglas en el hogar.
La comunicación es importante.

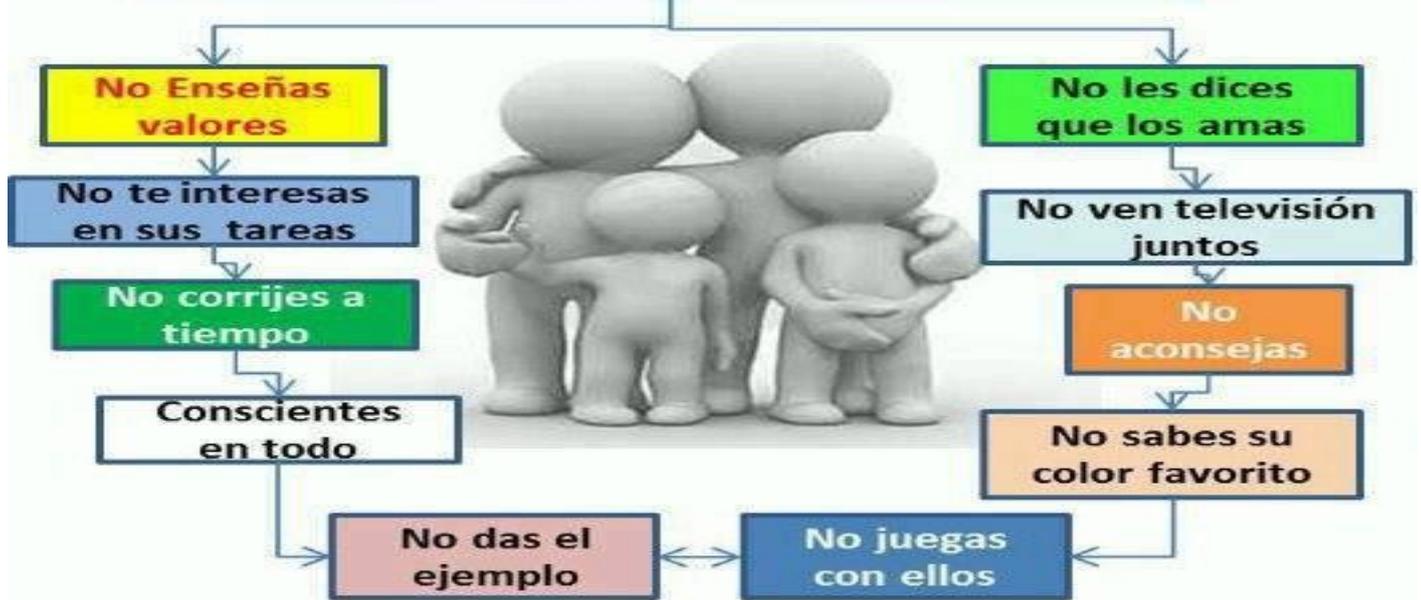


Alta autoestima
Seguridad,
Estabilidad
Liderazgo
Asertividad
Expresividad





A nuestros hijos, no los perdemos en la calle..... Los perdemos DENTRO DE CASA, cuando ::::



Cualquier día es perfecto para corregir nuestros errores.... EMPIEZA HOY MISMO



FACTORES ACADÉMICOS

La calidad del sistema educativo, la metodología empleada y la competencia de los profesores, tienen gran influencia en el fracaso escolar, aunque obviamente está influenciada por el entorno social cultural del alumno y sus aptitudes previas. La comunicación en el salón de clases entre el profesor, el alumno y compañeros, lleva a cabo dos objetivos: la relación personal y el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo que permitirá al alumno un adecuado desempeño escolar.

COMO MEJORAR EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES

- Evaluar el progreso de los alumnos
- Convocar a reuniones y acercamiento con los estudiantes
- Implementar métodos de enseñanza más prácticos
- Promover grupos de estudio
- Presentar un entorno educativo, ordenado y agradable para trabajar.
- Los profesores deben estar bien organizados y las clases, bien estructuradas, adaptadas a las necesidades de los alumnos.
- Poner énfasis en lo académico; el tiempo de enseñanza se aprovecha al máximo y se dirige a lograr buenos resultados.
- Estimular la inteligencia de los alumnos.
- Reforzar y reconocer públicamente el éxito académico y el buen comportamiento.
- La unión entre la familia y la escuela estimula a los padres a colaborar en la enseñanza de sus hijos.
- Actualizar sus materias y adoptar métodos que mejoren la comprensión por parte de los alumnos.



VENTAJAS

- Alumnos más motivados y con mayor autoestima
- Curiosidad e interés en la materia
- Constancia e implicación en clases
- Espíritu de competición
- Satisfacción en el trabajo
- Éxito en la resolución de problemas
- Dominio del trabajo escolar: autonomía
- Realización escolar

DESVENTAJAS

- No les gusta estudiar.
- Cuando tienen que estudiar, se sienten cansados.
- Piensan que no tienen capacidad suficiente.
- No les ayudan en casa.
- No tienen objetivos para el futuro.

Las actitudes se transmiten de unas personas a otras

1. Cuando el profesor está motivado

2. Transmite su motivación a sus alumnos

3. Capaz de transmitir esa energía, esa fuerza que necesitan para implicarse con su proceso de

4. La motivación es una cualidad que debe acompañar al profesor

5. Le permitirá aprender, renovarse, no dejarse vencer por los desafíos, ni rendirse ante las adversidades y conflictos.



Diez consejos para convertirte en un@ profesor@ inolvidable

Conseguir ese efecto en tus alumnos no es sencillo, pero hay algunas claves que pueden ayudarte a marcar la diferencia, despertar su motivación y ayudarles a amar el conocimiento y disfrutar con el aprendizaje. Te damos diez consejos para conseguirlo.



Despierta su curiosidad

Anima a tus alumnos a abrir los ojos, hacerse preguntas y descubrir algo nuevo cada día para compartirlo en clase.



Enséñales a aprender

Ofréceles herramientas y estrategias para construir su propio aprendizaje y profundizar en los temas que les interesen.



Acostúmbrales a pensar

Anímalos a analizar lo que ocurre a su alrededor, a cuestionar y argumentar, y a decidir por ellos mismos. Las noticias pueden ser de ayuda.



Muestra el lado práctico del conocimiento

Acerca la teoría a su realidad cotidiana, con experimentos, excursiones, anécdotas, o problemas que les afectan directamente.



Sorpréndeles

No te acomodes en una rutina o forma de trabajar. Busca nuevas ideas para que tus clases les resulten diferentes e inesperadas.



Descúbdeles un libro

Lee con ellos fragmentos de un cuento que te guste, haz una biblioteca de aula o anímalos a traer a clase sus libros favoritos.



Transmíteles valores

Fomenta la tolerancia, el respeto y la conciencia social, y plantéales proyectos que les animen a cambiar el mundo.



Dales voz y escúchales

Practica la empatía, trata de entenderles y presta atención a sus necesidades. Establece unos minutos de diálogo y conversación semanal.



Mantén una actitud positiva

El humor o la diversión son herramientas indispensables en el aula. Ríete con ellos y transmíteles el entusiasmo por aprender.



Actúa con justicia

Habrán momentos en los que tendrás que exigir, poner un examen, castigar o regañar. Mantén la calma, deja claros los motivos y actúa con justicia.





LOS NIÑOS SON
NUESTRO PRESENTE, SERAN NUESTRO FUTURO.
CUIDEMOS DE ELLOS LO MEJOR POSIBLE

Derechos y obligaciones de los docentes

Derechos

- A la libertad de enseñanza.
- Al desempeño en cualquier jurisdicción
- A la capacitación integral y gratuita.
- A la participación activa institucional
- A los beneficios de la seguridad social, jubilación, seguro y obra social.
- Un salario digno
- Al mantenimiento de su cargo, categoría, jerarquía, ubicación y destino



Obligaciones

- A ser responsables y desempeñar digno y eficaz su cargo.
- Respetar los principios constitucionales
- A cumplir con los diseños curriculares
- Actualizarse y capacitarse en forma permanente
- A proteger y garantizar el derecho de los niños y adolescentes
- A respetar la libertad de conciencia, la dignidad, integridad e intimidad de todos los miembros de la comunidad educativa.

www.fppt.info

UNA BUENA ENSEÑANZA

se obtiene mediante

EL PROFESOR

que utiliza

LA MOTIVACIÓN

REGLAS

TUTORÍAS PERSONALIZADAS

JUEGOS DE SIMULACIÓN

ED. REFLEXIVA

CONOCER A LOS ALUMNOS

que debe ser

SABIO

y

GUÍA

LO QUE LOS MAESTROS NO SE ATREVEN A DECIR A LOS PADRES

"A su hijo le faltan más límites en casa".

"En su casa no hay suficiente diálogo. Sólo 15 min. por día marcarían la diferencia".

"No deje tantas horas a su hijo frente al televisor".

"Disfruto mucho de sus trabajos, pero es su hijo es quien debe realizar la tarea".

"No se queje de que su hijo está sobrecargado. Si no estudia ahora ¿cuándo lo hará?".

"Cuando yo era chico y hacía algo mal, mis padres me retaban a mí. No se ponían a criticar al maestro".

"¿Por qué tengo que hacer reuniones de padres en mi tiempo libre si usted no se molesta en venir?"

"¿Usted quiere a su hijo? Déle más cariño en la familia".

Aunque su hijo parezca grande, todavía los necesita. Uds. son los primeros educadores y no pueden delegar esa responsabilidad en terceros.

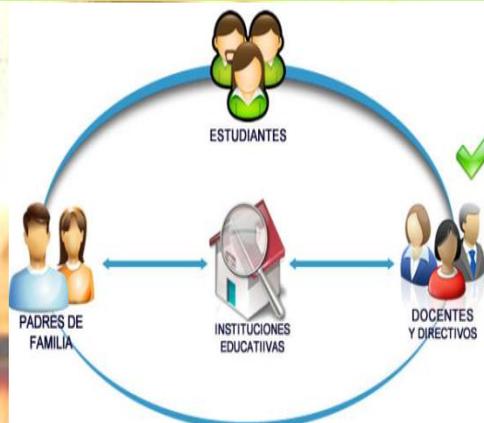
Compromiso entre la escuela y los padres

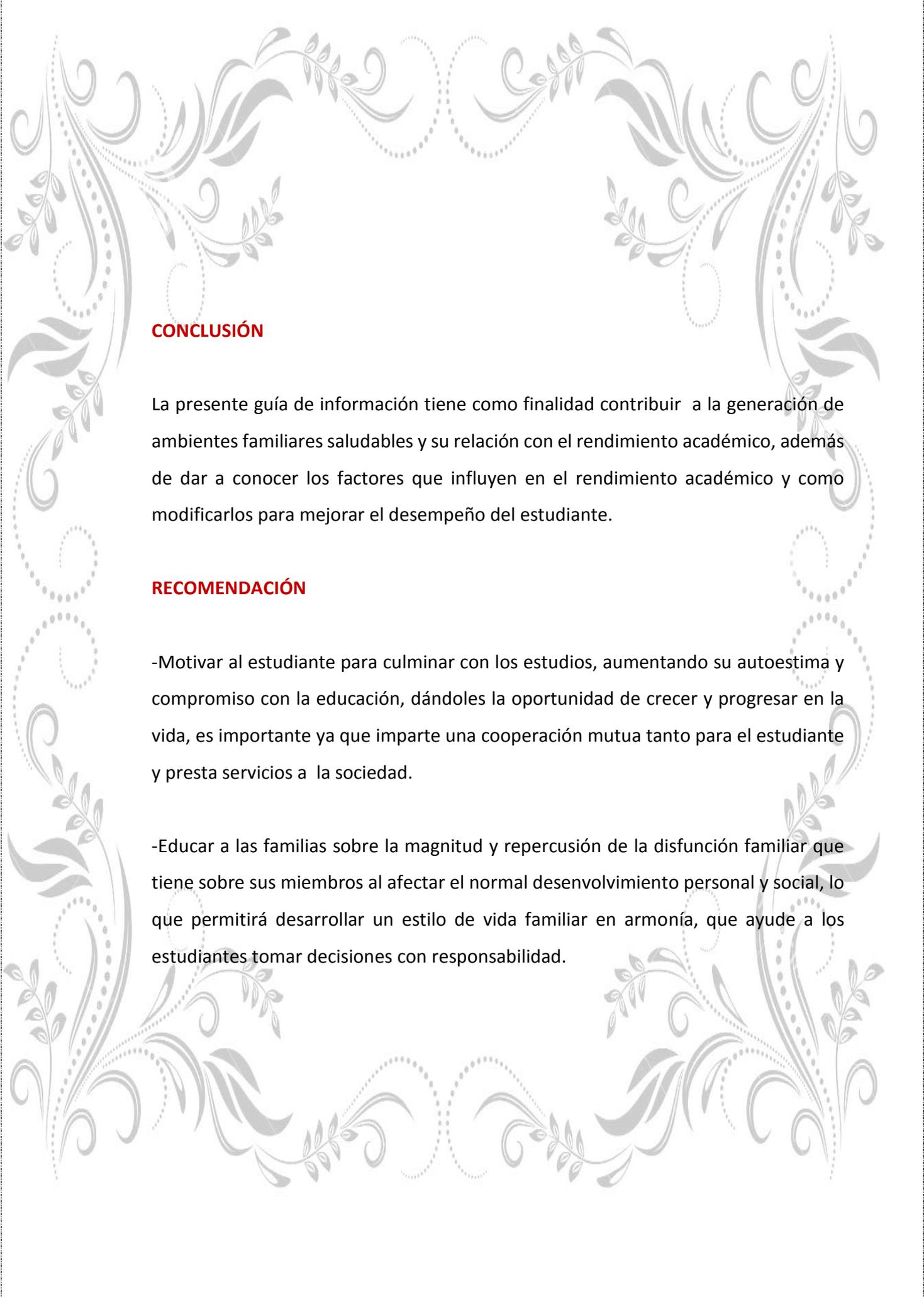
- Es un acuerdo por escrito indicando como todos los miembros de la comunidad escolar (padres, maestros, directores, estudiantes y miembros de la comunidad) se comprometen a compartir la responsabilidad para mejorar el rendimiento estudiantil.
- El acuerdo establece las responsabilidades del estudiante, los padres y el personal de la escuela en un esfuerzo por incrementar el rendimiento del estudiante.
- Cada año el acuerdo debe ser revisado y firmado por la familia, el estudiante y el profesor.



Derechos y obligaciones de los actores institucionales

	DERECHOS	OBLIGACIONES
ALUMNOS	Educación integral Evaluación Participación Orientación vocacional Protección	Completar educación obligatoria Estudiar y esforzarse Participar Respetar el PEI
PADRES	Participar Elegir Ser reconocidos Ser informados	Hacer cumplir la obligatoriedad Seguir y apoyar el proceso de aprendizaje Respetar y hacer respetar la autoridad Respetar el PEI
DOCENTES	Capacitación permanente Acceso a cargos por concurso Estabilidad en el cargo titular Condiciones dignas de trabajo Participar	Capacitación permanente Ser idóneo y responsable Proteger y garantizar los derechos de sus alumnos Enseñar saberes y promover valores



A decorative border with a repeating floral and vine pattern in shades of gray, framing the central text area.

CONCLUSIÓN

La presente guía de información tiene como finalidad contribuir a la generación de ambientes familiares saludables y su relación con el rendimiento académico, además de dar a conocer los factores que influyen en el rendimiento académico y como modificarlos para mejorar el desempeño del estudiante.

RECOMENDACIÓN

-Motivar al estudiante para culminar con los estudios, aumentando su autoestima y compromiso con la educación, dándoles la oportunidad de crecer y progresar en la vida, es importante ya que imparte una cooperación mutua tanto para el estudiante y presta servicios a la sociedad.

-Educar a las familias sobre la magnitud y repercusión de la disfunción familiar que tiene sobre sus miembros al afectar el normal desenvolvimiento personal y social, lo que permitirá desarrollar un estilo de vida familiar en armonía, que ayude a los estudiantes tomar decisiones con responsabilidad.

Bibliografía

1. Ibáñez. Pasos para mejorar el rendimiento académico. [Online].; 2013 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://aranzazu5.blogspot.com/2012/08/pasos-para-mejorar-el-rendimiento.html>.
2. Verme. LAS DISFUNCION FAMILIAR: CAUSAS Y CONSECUENCIAS. [Online].; 2016 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://fvpsicologiacomunitaria.blogspot.com/>.
3. Laidis Y. Rendimiento académico. [Online].; 2011 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: https://www.ecured.cu/Rendimiento_acad%C3%A9mico.
4. Sanz Ibañez. Las ventajas de aprender técnicas de estudio. [Online].; 2015 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://streamline.es/blog/Las-ventajas-de-aprender-tecnicas-de-estudio>.
5. Morin. Repetir un grado: ventajas y desventajas. [Online].; 2015 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <https://www.understood.org/es-mx/school-learning/choosing-starting-school/moving-up/repeating-a-grade-pros-and-cons>.
6. Mendez. Familia Disfuncional. [Online].; 2014 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://www.innatia.com/s/c-organizacion-familiar/a-una-familia-disfuncional.html>.
7. Rodríguez Ruiz. Cómo mejorar el rendimiento escolar de los niños. [Online].; 2015 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://www.hacerfamilia.com/educacion/noticia-mejorar-rendimiento-escolar-ninos-20150107135256.html>.
8. Arroyo. APRENDER A APRENDER. TÉCNICAS DE ESTUDIO "HARVARD". [Online].; 2012 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <http://tecnicasdeestudioenmadrid.blogspot.com/2012/11/caracteristicas-del-alumno-motivado.html>.
9. Psicología en Chile. Tener buenas calificaciones ¿significa ser más inteligente? [Online].; 2016 [cited 2017 Septiembre 26. Available from: <https://elmitsui.wordpress.com/2007/02/08/tener-buenas-calificaciones-significa-ser-mas-inteligente/>.



AUTORA: Diana Lucía Anrango Santillán
DIRECTORA DE TESIS: Msc. Sara Rosales Rivadeneira

