ESTUDIOS

Técnicas de estudio y rendimiento académico

*Efraín Choque
Marcelo Zanga*

RESUMEN

La investigación relaciona las técnicas de estudio que los estudiantes utilizan con el rendimiento académico. El estudio determinó que existe una relación estrecha entre las variables debido a que los estudiantes utilizan las técnicas de estudio; sin embargo, aquellos con rendimiento sobresaliente lo hacen de manera más efectiva. Además se identificó que los hábitos adquiridos en la familia, y sus primeros años de formación repercuten significativamente en el rendimiento.

Palabras clave: técnicas de estudio – rendimiento académico

1. Técnicas de estudio y rendimiento académico

Las definiciones para las técnicas de estudio varían de acuerdo a las presuposiciones de cada autor. En verdad son dos palabras que hay que definir por separado. Primero lo que significa técnica y segundo lo que significa estudio. A partir de estas conceptualizaciones se pueden comprender concretamente su significado.

La técnica

Según Feliciano Gutiérrez (2002:181) la técnica está definida como: “la habilidad para hacer uso de procedimientos y recursos. Significa como hacer algo. Es el procedimiento que adoptan el docente y los alumnos durante el proceso de enseñanza y aprendizaje”. Esta definición incluye habilidad, uso de procedimientos, dos elementos importantes que se relacionan directamente con una técnica.

En cambio, Pauk (2002: 17) dice que “la técnica es la pericia o habilidad en el uso de procedimientos que nos ayudan a dominar

cualquier actividad humana”. A su vez, Molina (1998:17) argumenta diciendo que es “un conjunto de reglas prácticas y se aprende con el ejercicio”. A esto hay que notar que Copaja (1999: 19) proyecta la técnica como “un trabajo intelectual pues tienen relación con el estudio”. Así, para aprender se necesita alguna técnica que mejor se adapte al estudiante. Además las técnicas son recursos para el aprendizaje y el aprovechamiento académico.

El estudio

Estudio está definido por Grajales (2004: 97) “como el proceso mediante el cual el estudiante trata de incorporar nuevos conocimientos a su intelecto. Es el proceso que realiza el estudiante para aprender y adquirir conocimientos, destrezas y habilidades para el ejercicio profesional competente”. De hecho el estudio es una actividad personal consciente y voluntaria, en la que se pone en funcionamiento todas las capacidades. Una definición más clara la hace Bouvet (2005: 45) al definir el estudio como:

...un proceso consciente y deliberado, donde se requiere tiempo y esfuerzo. Es una actividad individual. Nadie presta el entendimiento a otros. Estudiar involucra conectarse con un contenido, implica la adquisición de conceptos, hechos, principios, relaciones, procedimientos. Estudiar depende del contexto, lo cual quiere decir que la incidencia o la efectividad de una estrategia o de un proceso difieren en la medida en que existan variaciones en las condiciones de las tareas de aprendizaje. Por ejemplo, no estudiamos de la misma manera para un examen parcial o final que para una prueba escrita o para una presentación oral. Por tanto, estudiar es un proceso orientado hacia metas, lo cual quiere decir que cuando se estudia, se lo hace en función de objetivos o metas pre-establecidas que se pretende alcanzar de un determinado periodo de tiempo.

De modo tal que el estudio está definido como una fase del aprendizaje formal por medio del cual el individuo trata de incorporar nuevos conocimientos, establecer nuevos hábitos y perfeccionar nuevas habilidades en forma eficiente para que le sea útil en la vida.

Las técnicas de estudio

De la conjunción de las dos palabras definidas con anterioridad, se desprende lo que viene a ser la “técnicas de estudio”. En realidad no solo existe una sola técnica sino varias. Sin embargo, las técnicas de estudio están definidas como procedimientos (conjunto de pasos y habilidades) que un estudiante adquiere y emplea de manera intencional como instrumento flexible para aprender y solucionar problemas y exigencias académicas.

Castillo (1998:17) expresa una definición del siguiente modo: “La técnica de estudio es la pericia o habilidad en el uso de estos procedimientos que ayuda en el funcionamiento de todas las capacidades físicas e intelectuales”. El fin debe ser conocer, comprender, analizar y sintetizar aquellos datos, conceptos y principios que contribuyen a la formación y desarrollo personal, que ayuden el dominio de los conocimientos adquiridos.

Las técnicas de estudio también incluyen orientaciones prácticas para sistematizar y optimizar creativamente el proceso del aprendizaje. Supone técnicas, reglas, prácticas y se aprende con el ejercicio. En el campo educativo, las técnicas de estudio, junto con los hábitos de trabajo intelectual son para el estudiante, recursos necesarios para proceder y realizar el estudio con seguridad, dominio y mayor garantía de éxito.

Así, técnicas de estudio no solo son un medio, sino maneras, formas y una mentalidad de estudio. Para todo estudiante de cualquier nivel, las técnicas de estudio se han convertido en uno de elementos clave para el éxito de su rendimiento académico. Para revertir el fracaso en materia de rendimiento académico en los centros educativos, es necesario mejorar su técnica de estudio como herramientas lógicas. Por ello, las “técnicas de estudio, ayudan a mejorar el rendimiento y facilitan el proceso de memorización y estudio”. (www.psicopedagogia.com/articulo#2.html).

Sólo quienes tengan una apropiada técnica de estudio, dice Gutiérrez (2002:181), pueden “llegar a los contenidos que se ansía poseer”. Así, las técnicas de estudio sirven para optimizar el aprendizaje. Son las formas concretas de trabajo, el uso de determinados recursos, instrumentos o materiales. Las técnicas siempre se realizan en el marco de un evento pedagógico. En consecuencia las técnicas de estudio pueden definirse como “un conjunto de estrategias que permiten hacer un trabajo de la manera

más rápida y eficaz” García – Huidobro (2000: 31). Las técnicas favorecen la asimilación y desarrollan la capacidad de los estudiantes que afectan considerablemente en el rendimiento académico de los mismos.

Rendimiento académico

Generalmente se define como rendimiento académico a la evaluación del conocimiento adquirido por los estudiantes. O tal vez a la expresión de una calificación cuantitativa que obtiene el estudiante en un curso de estudios. Sin embargo, definir el rendimiento académico es complejo. En ocasiones se denomina como aptitud del estudiante, otras al desempeño académico ó rendimiento académico, pero generalmente las diferencias de concepto sólo se explican por cuestiones semánticas ya que se utilizan como sinónimos. La definición de Pizarro (1985:43) parece ser la más acertada. Él refiere que “el rendimiento académico es como una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiestan, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación”.

Por otro lado, desde un punto de vista operativo, el rendimiento académico está definido como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en el programa o asignatura que está cursando el estudiante. Así, en el presente documento, el rendimiento académico está definido como el logro de las capacidades obtenidas como consecuencia del proceso enseñanza aprendizaje en las diferentes materias de estudio, mismas que deben ser una cualificación de competencia para el desempeño de los futuros profesionales.

2. Problema

Siendo que estudiar es un arte entendido como el dominio de una serie de destrezas, habilidades y técnicas, que se aprenden con el ejercicio continuo y perseverante. Razón tiene Saa Portillo (2006: 17) al decir: “estudiar es ejecutar voluntariamente nuestra mente para investigar, comprender o aprender algo”, esto requiere ejercitar, supone esfuerzo, hábitos de aprendizaje que se traducen en técnicas de estudio.

La competencia del futuro profesional en gran medida depende de las técnicas de estudio que siga en la etapa estudiantil. Y precisamente un número limitado de universitarios posee

herramientas y hábitos de estudio para un aprendizaje significativo. En contraste, la mayoría de los estudiantes universitarios siguen modelos convencionales que les aportan precaria adquisición de conocimientos, poca reflexión crítica y deficiente aprendizaje y el riesgo de un profesional incompetente.

En este sentido, se ha observado diferentes tipos de rendimiento académico, los más, con notas promedios en el nivel regular y, los menos, con notas sobresalientes en la escala de lo cuantitativo. Posiblemente el tipo de rendimiento es afectado por los hábitos diferenciados de cada uno de los alumnos en relación al estudio, quizá al tipo de docentes con quienes pasan los cursos o el tipo de materia que cursa el alumno. La realidad es que existen diferentes tipos de rendimiento por diversos factores, esos factores pueden influir de manera profunda.

Los estudiantes utilizan diferentes técnicas como formas y hábitos de estudio. Estas técnicas son utilizadas según la necesidad y demanda de estudios de cada uno de ellos. De hecho las técnicas que utilicen los estudiantes tienen efectos preponderantes en el resultado final que es el rendimiento académico. Es por esta razón se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Qué relación existe entre los tipos de técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes sobresalientes y los estudiantes regulares de la Universidad Adventista de Bolivia?

Para la presente investigación se presentan un objetivo general y tres objetivos específicos. El objetivo general tiene como fin determinar la relación que existe entre los tipos de técnicas de estudio y el rendimiento académico de los estudiantes sobresalientes y los estudiantes regulares de la Universidad Adventista de Bolivia. En cambio los objetivos específicos describen el cómo se determinará dicha relación en los siguientes términos:

- Establecer los tipos de técnicas de estudio que utilizan los estudiantes de la Universidad Adventista de Bolivia.
- Identificar el rendimiento académico de los estudiantes sobresalientes.
- Determinar el nivel de uso de técnicas de estudio de los estudiantes sobresalientes y los estudiantes regulares.

Además, el estudio presupone la siguiente declaración de hipótesis: la práctica regular de las técnicas de estudio por parte de los

estudiantes influye positivamente en el rendimiento académico de los mismos.

3. Metodología

Porque el tema de esta investigación describe la relación que existe entre el tipo de técnicas de estudio utilizados por los estudiantes y el rendimiento académico alcanzado por los mismos, se trata de una investigación descriptivo – correlacional. Sin embargo, es posible concluir que como en toda investigación, al perseguir una explicación y análisis del grado de relación de las variables, también es un estudio explicativo analítico.

Además se hace resaltar que el presente trabajo se ha utilizado instrumentos estadísticos científicos para su análisis, en este sentido no está fuera de lugar que el trabajo es también del tipo estadístico. Finalmente, será hipotética, pues se toma en cuenta una hipótesis que en el transcurso de la investigación será respondida.

Para esta investigación, se tiene como población, a 726 estudiantes distribuidos en las facultades con el siguiente detalle:

Facultad de Ciencias Económicas y Administrativas:	176
Facultad de Ingeniería de Sistemas:	135
Facultad de Ciencias de la Salud:	172
Facultad de Teología:	106
Facultad de Ciencias de la Educación y Humanidades:	137
Total:	726

De los 726 estudiantes que conforman la población de estudio se ha tomado como muestra a 396 estudiantes. Según la recomendación de Hernández (2003:309-310) se toma como muestra probabilística cuando la población sujeta a investigación supera las 500 personas. Tomando en cuenta esta recomendación se ha utilizado la fórmula de dicho autor, que toma en cuenta un 95 % de confiabilidad y 5% de error. El resultado de la fórmula pide la aplicación del instrumento a 257 estudiantes, sin embargo se ha tomado el instrumento a 396 elevando así el nivel de confiabilidad para este estudio. Para fines de la explicación, la muestra se ha dividido en dos grupos. El primero de estudiantes de rendimiento regular que suman 332 y el segundo que son los estudiantes de rendimiento sobresaliente que son un total de 64.

Variables y operacionalización

Variables	Conceptualización	Indicadores	Instrumentos
Técnicas de Estudio.	Es la utilización de diversas técnicas ordenadas como medio para el aprendizaje de conceptos y otros elementos del conocimiento	Hábitos Motivación Subrayado Esquemas Apuntes Preparación para Exámenes Atención	Cuestionario
Rendimiento académico.	Promedio de notas alcanzado por el estudiantes durante una gestión académica	Rendimiento regular Rendimiento sobresaliente	Datos de registros académicos

Los instrumentos utilizados fueron:

- a) Encuesta. Identifica el tipo de técnica y el nivel de uso del mismo conjuntamente con los hábitos de estudio según la escala de Likert en setenta preguntas.
- b) Los datos de los registros académicos han sido proporcionados por las secretarías académicas de facultad. Se ha tomado en cuenta a los cinco primeros estudiantes con promedios sobresalientes del semestre.

4. Resultados

En los siguientes cuadros, se muestra de forma gráfica los resultados de esta investigación. Los cuadros muestran comparativamente las técnicas utilizadas y el rendimiento académico de los estudiantes regulares y de los estudiantes sobresalientes. La tabla está seguida de su respectiva interpretación respondiendo de esta manera a la pregunta del problema de investigación. Los criterios de selección son:

1. Siempre
2. Casi siempre
3. A veces
4. Nunca
5. Sin respuesta

Cuadro Nº 1
Uso de horario

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Horario de estudio flexible	Rend. Regular	F	62	96	155	17	2	
		%	18,7	28,9	46,7	5,1	0,6	100
	Rend. Bueno	F	15	20	26	2	1	64
		%	23,4	31,3	40,6	3,1	1,6	100
Estudia a la misma hora todos los días	Rend. Regular	F	21	58	138	113	2	332
		%	6,3	17,5	41,6	34	0,6	100
	Rend. Bueno	F	6	13	31	14		64
		%	9,4	20,3	48,4	21,9		100
Pone intensidad en el estudio y aprovecha el tiempo	Rend. Regular	F	16	54	121	140	1	332
		%	4,8	16,3	36,4	42,2	0,3	100
	Rend. Bueno	F	17	24	18	4	1	64
		%	26,6	37,5	28,1	6,3	1,6	100
Estudia en las mañanas antes de ir a clases	Rend. Regular	F	50	59	153	65	5	332
		%	15,1	17,8	46,1	19,6	1,5	100
	Rend. Bueno	F	11	20	21	12		64
		%	17,2	31,3	32,8	18,8		100
Permanece una hora seguida estudiando sin levantarse de la silla	Rend. Regular	F	71	99	113	47	2	332
		%	21,4	29,8	34	14,2	0,6	100
	Rend. Bueno	F	15	18	27	4		64
		%	23,4	28,1	42,2	6,3		100
Estudia, al menos cinco días a la semana	Rend. Regular	F	68	106	126	29	3	332
		%	20,5	31,9	38	8,7	0,9	100
	Rend. Bueno	F	13	23	24	4		64
		%	20,3	35,9	37,5	6,3		100
Suele distribuir el tiempo disponible	Rend. Regular	F	74	113	112	32	1	332
		%	22,3	34	33,7	9,6	0,3	100
	Rend.	F	12	27	21	4		64
		%						

para las distintas asignaturas	Bueno		%	18,8	42,2	32,8	6,3		100
Suele intercalar breves descansos en el tiempo de estudio	Rend. Regular	F	79	126	104	21	2		332
		%	23,8	38	31,3	6,3	0,6		100
	Rend. Bueno	F	27	21	15	1			64
		%	42,2	32,8	23,4	1,6			100

La tabla muestra que los alumnos regulares en un 34 % suelen distribuir el tiempo para las distintas asignaturas, casi siempre. Intercalan breves descansos en el tiempo de estudio, casi siempre en un 38%. Entre tanto que los alumnos buenos manifiestan, en un 37 % ponen intensidad en el estudio, estudian por las mañanas antes de ir a clases. Estudian por lo menos cinco días a la semana y suelen distribuir adecuadamente su tiempo casi siempre. Y siempre en un 42% indican que suelen intercambiar breves descansos en el tiempo de estudio. Estos resultados demuestran que los alumnos con rendimiento bueno tienen hábitos adecuados, aunque no totalmente desarrollados en cuanto al uso del tiempo en su vida personal.

Cuadro Nº 2
Manejo de estructura

Indicador			1	2	3	4	5	TOTAL
Facilidad para captar estructura del tema	Rend. Bueno	F	14	35	15			64
		%	21,9	54,7	23,4			100
	Rend. Regular	F	77	144	90	17	4	332
		%	23,2	43,4	27,1	5,1	1,2	100
Tiene facilidad para encontrar ideas principales de lo que estudia	Rend. Bueno	F	17	35	12			64
		%	26,6	54,7	18,8			100
	Rend. Regular	F	46	161	119	5	1	332
		%	13,9	48,5	35,8	1,5	0,3	100

En el manejo de la estructura, se observa que la mayoría de los estudiantes, de rendimiento regular como de buen rendimiento, dicen tener facilidad para captar la estructura del tema, ambos grupos, así como el hecho de encontrar las ideas principales de lo que estudian, todos ellos están ubicados en el nivel de casi siempre. La diferencia está en el hecho de que el mayor porcentaje de los alumnos con rendimiento académico bueno tienen un porcentaje mayor que los alumnos de rendimiento regular 54.7% en ambos casos. Esta diferencia se puede atribuir al desarrollo de razonamiento lógicos de cada uno de ellos y ese trabajo se puede atribuir a la formación en el hogar, y la formación del estudiante en los niveles primario y secundario de los estudios formales

Cuadro Nº 3
Manejo de esquema

Indicadores			1	2	3	4	5	TOTAL
Esquema después del subrayado	Rend. bueno	F	6	16	25	17		64
		%	9,4	25	39,1	26,6		100
	Rend. regular	F	24	57	144	103	1	329
		%	7,2	17,2	43,4	31	1,2	100
resulta fácil estudiar una lección después de haber hecho un esquema	Rend. bueno	F	26	10	21	7		64
		%	40,6	15,6	32,8	10,9		100
	Rend. regular	F	87	103	108	30	4	332
		%	26,2	31	32,5	9	1,2	100
Para hace un trabajo prepara un guión o esquema general antes de hacerlo	Rend. bueno	F	15	17	22	9	1	64
		%	23,4	26,6	34,4	14,1	1,6	100
	Rend. regular	F	52	102	125	49	4	332
		%	15,7	30,7	37,7	14,8	1,2	100
Suele hacer el esquema en pocas palabras	Rend. bueno	F	10	25	26	3		64
		%	15,6	39,1	40,6	4,7		100
	Rend. regular	F	57	101	129	42	3	332
		%	17,2	30,4	38,9	12,7	0,9	100
En los	Rend.	F	22	24	14	4		64

esquemas, destaca claramente lo importante	bueno	%	34,4	37,5	21,9	6,3		100
	Rend. regular	F	75	141	91	19	6	332
		%	22,6	42,5	27,4	5,7	1,8	100
Antes de contestar una pregunta, hace mentalmente o por escrito un esquema de los puntos principales	Rend. bueno	F	15	21	21	6	1	64
		%	23,4	32,8	32,8	9,4	1,6	100
	Rend. regular	F	52	94	130	52	4	332
		%	15,7	28,3	39,2	15,7	1,2	100
Ante una lección difícil, trata de organizarla con un esquema personal	Rend. bueno	F	16	23	18	7		64
		%	25		28,1	10,9		100
	Rend. regular	F	60	125	110	36	1	332
		%	18,1	37,7	33,1	10,8	0,3	100

En el manejo de esquemas, los estudiantes de rendimiento regular elaboran esquemas destacando lo importante en un 42%, y organizan un esquema en la memoria, un 37 %, cuando se presentan preguntas difíciles. En cambio el 34% de los estudiantes con buen rendimiento, utilizan esquemas que ayudan a destacar lo importante de los temas. Por otro lado, indican que les resulta fácil estudiar una lección utilizando esquemas, el hecho de utilizar un esquema llega a ser un elemento influyente en el rendimiento académico de los estudiantes.

Cuadro Nº 4
Uso del subrayado

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Leer antes de subrayar	Rend. Bueno	F	13	18	24	8	1	64
		%	20,3	28,1	37,5	12,5	1,6	100
	Rend. regular	F	64	79	125	60	4	332
		%	19,3	23,8	37,7	18,1	1,2	100
Estudiar con libro subrayado por otro	Rend. Bueno	F		7	22	35		64
		%		10,9	34,4	54,7		100
	Rend. regular	F	11	43	112	162	4	332
		%	3,3	13	33,7	48,8	1,2	100
Subraya los libros	Rend. Bueno	F	29	17	11	7		64
		%	45,3	26,6	17,2	10,9		100
	Rend. regular	F	109	84	103	34	2	332
		%	32,8	25,3	31	10,2	0,6	100
Utiliza colores para subrayar	Rend. Bueno	F	20	8	16	20		64
		%	31,3	12,5	25	31,3		100
	Rend. regular	F	81	56	91	101	3	332
		%	24,4	16,9	27,4	30,4	0,9	100
Además de subrayar, suele escribir las palabras difíciles	Rend. Bueno	F	16	25	14	9		64
		%	25	39,1	21,9	14,1		100
	Rend. regular	F	62	101	113	52	4	332
		%	18,7	30,4	34	15,7	1,2	100
Después de subrayar, trata de memorizar las ideas subrayadas	Rend. Bueno	F	19	21	17	6	1	64
		%	29,7	32,8	26,6	9,4	1,6	100
	Rend. regular	F	72	145	91	23	1	332
		%	21,7	43,7	27,4	6,9	0,3	100

El subrayado, como técnica de estudio, es utilizado con mayor frecuencia por los estudiantes de buen rendimiento. Ellos subrayan los libros con colores siempre y suelen escribir las palabras difíciles

y tratan de memorizar las ideas subrayadas casi siempre. En cambio, los estudiantes de rendimiento regular subrayan libros siempre, aunque en menor porcentaje y casi siempre tratan de memorizar las ideas. El hecho del uso de esta técnica implica facilidad para el estudio, por lo tanto el éxito de los estudiantes de buen rendimiento se puede deber al hecho de que usan esta técnica pero con mayor frecuencia y mejor aplicabilidad del mismo.

Cuadro Nº 5
Hábitos propios de estudio

Indicadores		1	2	3	4	5	Total	
Satisfecho con la forma de estudiar	Rend. Bueno	F	14	20	14	14	2	64
		%	21,9	31,3	21,9	21,9	3,1	100
	Rend. regular	F	59	98	116	54	5	332
		%	17,8	29,5	34,9	16,3	1,5	100
Utiliza algún tipo de sistema de simplificación de la escritura	Rend. Bueno	F	11	19	22	10	2	64
		%	17,2	29,7	34,4	15,6	3,1	100
	Rend. regular	F	59	72	128	67	6	332
		%	17,8	21,7	38,6	20,2	1,8	100
Emplea algún sistema eficaz para recordar datos, nombres, etc	Rend. Bueno	F	16	20	20	8		64
		%	25	31,3	31,3	12,5		100
	Rend. regular	F	81	90	114	46	1	332
		%	24,4	27,1	34,3	13,9	0,3	100
Alterna las asignaturas fáciles con las difíciles	Rend. Bueno	F	20	21	16	6	1	64
		%	31,3	32,8	25	9,4	1,6	100
	Rend. regular	F	55	111	136	22	8	332
		%	16,6	33,4	41	6,6	2,4	100
Cuando estudia se formula preguntas a las que intentas responder	Rend. Bueno	F	18	24	13	9		64
		%	28,1	37,5	20,3	14,1		100
	Rend. regular	F	76	108	110	35	3	332
		%	22,9	32,5	33,1	10,5	0,9	100
Antes de	Rend.	F	14	19	22	9		64

empezar a escribir, distribuye el tiempo entre las preguntas	Bueno	%	21,9	29,7	34,4	14,1		100
	Rend. regular	F	43	93	125	68	3	332
		%	13	28	37,7	20,5	0,9	100
Suele contrastar los pensamientos nuevos con los que ya tenía	Rend. Bueno	F	20	28	12	4		64
		%	31,3	43,8	18,8	6,3		100
	Rend. regular	F	78	132	107	12	3	332
		%	23,5	39,8	32,2	3,6	0,9	100
Al escribir una idea, utiliza las mismas palabras que el profesor	Rend. bueno	F	7	15	34	8		64
		%	10,9	23,4	53,1	12,5		100
	Rend. Regular	F	36	79	154	61	2	332
		%	10,8	23,8	46,4	18,4	0,6	100

La utilización de hábitos propios de estudio de parte de los estudiantes indica que los estudiantes con rendimiento sobresaliente tienen hábitos más desarrollados para alternar el estudio de las materias fáciles con las difíciles. Además, utilizan la capacidad de pensamiento analítico reflexivo durante sus estudios porque se formulan preguntas que ellos mismo intentan responder para asegurar el aprendizaje de los temas, y suelen contrastar sus aprendizajes antiguos con los nuevos implicando así el trabajo dinámico de su aprendizaje y construcción de nuevas ideas y conocimientos.

Cuadro Nº 6
Uso de apuntes

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Estudia apuntes sin pasarlos a limpio	Rend. regular	F	83	114	87	43	5	332
		%	25	34,3	26,2	13	1,5	100
	Rend. Bueno		16	17	19	12		64
			25	26,6	29,7	18,8		100
Escribes los datos importantes o difíciles de	Rend. regular	F	120	128	64	18	2	332
		%	36,1	38,6	19,3	5,4	0,6	100
	Rend.		35	20	6	3		64

recordar	Bueno		54,7	31,3	9,4	4,7		100
Anota datos importantes de la explicación como nombres, fechas, números	Rend. regular	F	119	106	84	20	3	332
		%	35,8	31,9	25,3	6	0,9	100
	Rend. Bueno		30	22	9	2	1	64
			46,9	34,4	14,1	3,1	1,6	100
Completa los apuntes inmediatamente después de tomarlos	Rend. regular	F	65	107	129	28	3	332
		%	19,6	32,2	38,9	8,4	0,9	100
	Rend. Bueno		15	28	16	5		64
			23,4	43,8	25	7,8		100
Toma apuntes de distintas materias en distintas hojas	Rend. regular	F	168	72	61	29	2	332
		%	50,6	21,7	18,4	8,7	0,6	100
	Rend. Bueno		28	17	8	11		64
			43,8	26,6	12,5	17,2		100
Al tomar apuntes, anota los datos importantes que dice el profesor	Rend. regular	F	135	130	56	11		332
		%	40,7	39,2	16,9	3,3		100
	Rend. Bueno		35	24	4	1		64
			54,7	37,5	6,3	1,6		100

En referencia a la técnica de apuntes se puede observar que en ambos grupos de estudiantes, el mayor porcentaje utiliza la técnica de apuntes siempre y casi siempre. Sin embargo, la diferencia está ubicada en la responsabilidad o el hábito de pasar los apuntes a limpio inmediatamente después de tomarlos. Este elemento hace la diferencia.

Cuadro Nº 7
Resúmenes

Indicador	Rendimiento regular		Rendimiento bueno	
	F	%	F	%
No respondieron	2	0,6	1	1,6
Siempre	62	18,7	17	26,6
Casi siempre	100	30,1	17	26,6
A veces	132	39,8	24	37,5

Nunca	36	10,8	5	7,8
TOTAL	332	100	64	100

El uso de los resúmenes, como técnica de estudio es utilizado por los estudiantes de buen rendimiento en los niveles de casi siempre y siempre. Entre tanto que los estudiantes del rendimiento regular lo hacen casi siempre o a veces. Lo que implica que el uso de esta técnica, no solamente es el hecho de hacer resúmenes, sino que los resúmenes sean utilizados adecuadamente por los estudiantes para lograr los objetivos académicos.

Cuadro Nº 8
Motivación

Indicador			1	2	3	4	5	Tota
			l					
Estudia poco porque no tiene ganas o se aburre	Rend. regular	F	25	61	173	72	1	332
		%	7,5	18,4	52,1	21,7	0,3	100
	Rend. Bueno		6	6	33	17	2	64
			9,4	9,4	51,6	26,6	3,1	100
Estudia porque lo mandan los padres y los profesores	Rend. regular	F	32	29	87	182	2	332
		%	9,6	8,7	26,2	54,8	0,6	100
	Rend. Bueno		4	1	15	44		64
			6,3	1,6	23,4	68,8		100
Estudia porque le gusta y quiere aprobar el curso	Rend. regular	F	179	87	44	21	1	332
		%	53,9	26,2	13,3	6,3	0,3	100
	Rend. Bueno		39	12	9	4		64
			60,9	18,8	14,1	6,3		100
Estudia porque le interesa ampliar los conocimientos de lo que estudia	Rend. regular	F	151	116	58	6	1	332
		%	45,5	34,9	17,5	1,8	0,3	100
	Rend. Bueno		35	21	8			64
			54,6	32,8	12,5			100
Desagrado que producen	Rend. regular	F	69	88	139	35	1	332
		%	20,8	26,5	41,9	10,5	0,3	100

temas impiden logras mayor éxito en los estudios	Rend. Bueno		9	17	27	11		64
			14,1	26,6	42,2	17,2		100
El carácter del profesor influye negativamente en los estudios	Rend. regular	F	91	58	133	48	2	332
		%	27,4	17,5	40,1	14,5	0,6	100
	Rend. Bueno		12	9	31	12		64
			18,8	14,1	48,4	18,8		100
Tiene ilusión por ser un buen profesional	Rend. regular	F	244	42	30	13	3	332
		%	73,5	12,7	9	3,9	0,9	100
	Rend. Bueno		52	4	5	3		64
			81,3	6,3	7,8	4,7		100

La motivación es un factor decisivo que ayuda al estudiante a lograr los objetivos personales propuestos. El cuadro muestra que ambos grupos de estudiantes identifican niveles similares de motivación. En todo caso, la diferencia puede ser atribuible al porcentaje mayor de los alumnos de rendimiento bueno, que siempre tienen una motivación intrínseca, como la ilusión de ser un buen profesional que aparece con el 81% contrastado con el 73.5 % de los regulares.

Cuadro Nº 9
Preparación para exámenes

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Domina nervios en los exámenes	Rend. Bueno	F	33	17	8	6		64
		%	51,6	26,6	12,5	9,4		100
	Rend. regular	F	75	128	99	24	6	332
		%	22,6	38,6	29,8	7,2	1,8	100
Antes de ir al examen tiene dominio completo de la asignatura	Rend. Bueno	F	13	30	18	3		64
		%	20,3	46,9	28,1	4,7		100
	Rend. regular	F	29	145	146	11	1	332
		%	8,7	43,7	44	3,3	0,3	100
Estudia para los	Rend. Bueno	F	28	22	10	4		64
		%	43,8	34,4	15,6	6,3		100

exámenes estando descansado, tranquilo y en buenas condiciones mentales	Rend. regular	F	100	130	86	15	1	332
		%	30,1	39,2	25,9	4,5	0,3	100
Prepara los exámenes siguiendo los consejos del profesor	Rend. Bueno	F	15	23	20	6		64
		%	23,4	35,9	31,3	9,4		100
	Rend. regular	F	89	115	95	30	3	332
		%	26,8	34,6	28,6	9	0,9	100
Se prepara para su examen un día antes	Rend. Bueno	F	19	27	16	2		64
		%	29,7	42,2	25	3,1		100
	Rend. regular	F	80	115	104	28	5	332
		%	24,1	34,6	31,3	8,4	1,5	100
Suele terminar los exámenes antes de que acabe el tiempo	Rend. Bueno	F	10	25	25	3	1	64
		%	15,6	39,1	39,1	4,7	1,6	100
	Rend. regular	F	37	93	160	41	1	332
		%	11,1	28	48,2	12,3	0,3	100
La presentación de su examen es: con estructura, buena redacción, márgenes, título destacado, sin faltas de ortografía, buena letra, etc	Rend. Bueno	F	7	35	19	3		64
		%	10,9	54,7	29,7	4,7		100
	Rend. regular	F	44	111	144	32	1	332
		%	13,3	33,4	43,4	9,6	0,3	100

Considerando que los estudiantes se preparan generalmente cuando tienen exámenes, el cuadro identifica que los estudiantes de buen rendimiento académico se preparan con anticipación, tratan de dominar los temas y sobre todo dominan sus nervios en el momento del examen. En tanto que el mayor porcentaje de

estudiantes con rendimiento regular están ubicados en el nivel de casi siempre en este mismo rubro de preparación. Por lo tanto, la preparación y dominio de los nervios durante el examen son factores importantes para lograr concretar el rendimiento adecuado de los estudiantes.

Cuadro Nº 10
Hábitos de estudio

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Mira los tópicos mas importantes antes de empezar el estudio	Rend. regular	F	84	116	111	16	2	332
		%	25,3	34,9	33,4	4,8	3,1	100
	Rend. Bueno	F	18	26	14	4	5	64
		%	28,1	40,6	21,9	6,3	1,5	100
Vuelve atrás y repite lo que ha estudiado si tiene dudas	Rend. regular	F	154	109	59	9	2	332
		%	46,4	32,8	17,8	2,7	3,1	100
	Rend. Bueno	F	34	18	8	2	1	64
		%	53,1	28,1	12,5	3,1	0,3	100
Después de aprender la lección la repasa	Rend. regular	F	50	101	154	25		332
		%	15,1	30,4	46,4	7,5		100
	Rend. Bueno	F	16	22	21	5	2	64
		%	25	34,4	32,8	7,8	0,6	100
Repasa el examen antes de entregarlo	Rend. regular	F	118	114	83	14		332
		%	35,5	34,3	25	4,2		100
	Rend. Bueno	F	38	10	13	3	3	64
		%	59,4	15,6	20,3	4,7	0,9	100

Entre los hábitos de estudio, se puede indicar que los estudiantes de buen rendimiento, estudian los tópicos más importantes y repasan las lecciones después de aprenderlas, repiten el estudio de los temas en los cuales tiene dudas, en cambio los estudiantes de rendimiento regular lo hacen en menor porcentaje. La diferencia resaltante en que los estudiantes de rendimiento sobresaliente, repasan sus exámenes antes de entregarlos, esta situación permite comprender varios elementos, como el hecho de dominio de la materia por su

preparación previa, que le da tiempo para responder y repasar la validez de las respuestas de sus exámenes. Esa diferencia vuelve a redundar en la formación de los estudiantes en su casa y durante la formación de los niveles primario y secundario.

Cuadro Nº 11
La atención

Indicadores			1	2	3	4	5	Total
Suele estar atento a las cosas que se dicen en clase	Rend. regular	F	103	153	68	5	3	332
		%	31	46,1	20,5	1,5	0,9	100
	Rend. Bueno	F	29	30	4	1		64
		%	45,3	46,9	6,3	1,6		100
Le resulta fácil concentrarse en lo que está estudiando	Rend. regular	F	65	138	112	16	1	332
		%	19,6	41,6	33,7	4,8	0,3	100
	Rend. Bueno	F	19	30	14	1		64
		%	29,7	46,9	21,9	1,6		100
Se fija especialmente en los gráficos y tablas del texto	Rend. regular	F	60	124	123	20	5	332
		%	18,1	37,3	37	6	1,5	100
	Rend. Bueno	F	19	31	10	3	1	64
		%	29,7	48,4	15,6	4,7	1,6	100
Suele estar atento durante toda la explicación del profesor	Rend. regular	F	94	148	75	12	3	332
		%	28,3	44,6	22,6	3,6	0,9	100
	Rend. Bueno	F	20	29	15			64
		%	31,3	45,3	23,4			100

La diferencia considerable en el rubro de atención, indica que a los estudiantes sobresalientes les resulta más fácil concentrarse en lo que están estudiando y que además tienen un hábito de prestar atención a los detalles en los gráficos y tablas de los textos o presentaciones de los docentes. Por otro lado, se evidencia que en los demás rubros, estos mismos estudiantes, tienen un nivel elevado de atención en lo que se dice en clases y las explicaciones de los docentes.

Conclusiones

Luego de analizar, interpretar y evaluar los datos obtenidos en este estudio, se evidencia que existe una relación entre las técnicas de estudios que utilizan los estudiantes de la UAB.

- Se determinó que existe relación estrecha entre el uso de técnicas de estudio y el nivel de rendimiento académico debido a que ambos tipos de estudiantes utilizan las técnicas de estudio, sin embargo los estudiantes con rendimiento sobresaliente lo hacen de manera más efectiva. Además, se ha identificado que los hábitos de estudio en ambos grupos son diferentes, por lo tanto los hábitos adquiridos en la familia, y sus primeros años de formación repercuten significativamente en el rendimiento de ambos grupos.
- Se estableció que los tipos de técnicas de estudio más utilizados son: Los esquemas, el subrayado, resúmenes y los apuntes por ambos grupos. Pero los estudiantes sobresalientes las utilizan con mayor propiedad y frecuencia. Se llega a esta conclusión porque los cuadros 3, 4, 5, 7 y 8 demuestran esas diferencias.
- Se ha identificado que el promedio de rendimiento académico de los estudiantes sobresalientes está entre 75 y 95 en la escala centesimal. Mientras que los estudiantes de rendimiento regular están identificados con un promedio menor a 74 en la misma escala.
- Se determinó que el nivel de uso de técnicas de estudio de los estudiantes sobresalientes demuestra un mejor uso y de manera habitual. Entre tanto que los estudiantes con rendimiento regular, también los utilizan, pero no lo utilizan adecuadamente y sus hábitos en el uso de los mismos son menos frecuentes. Se arriba a esta conclusión debido a que en la mayoría de los casos más del 50 % de los estudiantes sobresalientes utilizan estas técnicas de estudio siempre o casi siempre, entre tanto la sumatoria de los estudiantes de rendimiento regular reflejan menor grado en el uso de las mismas técnicas, además que el mayor porcentaje de este grupo usan esas técnicas casi siempre o a veces.
- Se ha encontrado otros elementos que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, estos elementos

son: los hábitos de estudio, el nivel de motivación y los posibles problemas de aprendizaje individuales de los estudiantes.

- Por tanto, el estudio ha demostrado que la práctica regular de las técnicas de estudio por parte de los estudiantes, influye positivamente en el rendimiento académico de los mismos, por tanto, la hipótesis planteada en esta investigación ha sido aceptada.

Referencias bibliográficas

- Apaza Cossio, Felicidad (2000) *Técnicas de estudio y psicología del aprendizaje*. Cochabamba: Educación y Cultura.
- Barone, Luis Roberto (2003) *Técnicas y métodos de estudio. Para aprender por siempre*. Colombia: Cultural Librería Americana.
- Borda Avila, Elizabeth (1995). *Rendimiento académico: Técnicas para estudiar mejor*. Bogotá, Editorial Magisterio.
- Bouvet de Korniejczuk, Raquel Inés (2005). *Integración de la fe en la enseñanza y el aprendizaje*. Montemorelos, México. Editorial Montemorelos.
- Camacho Cuellar, Jairo (2003). *Métodos de estudio y lectura integral*. Bogota: Educar Cultural Recreativa S. A.
- Castillo Arredondo, Santiago (1998) *Técnicas de estudio*. La Paz, s/l.
- Copaja Maquera, Alfredo y Igor Cabrera Bustillos (2004) *Estrategias de aprendizaje y técnicas de estudio*. Cochabamba: Studio
- Gutiérrez Loza, Feliciano (2002) *Glosario Pedagógico*. La Paz, Gráfica Gonzáles.
- Hernandez Sampieri, Roberto (2003). *Metodología de la investigación*. Interamericana Editores México D.F.
- Itín, Rolando A. (2004) *Pedagogía Adventista*. Buenos Aires. Asociación Casa Editora Sudamericana.
- Pauk, Walter (2002) *Estrategias de estudio*. Madrid, Pearson Edición.
- Tierno, Bernabé (2003) *Cómo estudiar con éxito*. Bogotá, Intergráfica Ltda..
- Maesschalck, Mark D. (2001) *Técnicas de estudio*. Oruro: Latinas Editores.
- www.psicopedagogia.com/articulo#2.html consultado el 5 de enero de 2007.