



Secretaría de Educación
GOBIERNO DEL ESTADO DE JALISCO

UNIDAD144

**ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA REPROBACIÓN EN LA
ESCUELA PREPARATORIA REGIONAL DE SAYULA**

**TERESA LARIOS ALMEJO
ALEJANDRA LÓPEZ AGUILAR**

DIRECTORA DE DOCUMENTO RECEPCIONAL
TERESA GÓMEZ CERVANTES

CD. GUZMÁN, MPIO. DE ZAPOTLÁN EL GRANDE, JAL. SEPTIEMBRE 2015



Secretaría de Educación
GOBIERNO DEL ESTADO DE JALISCO

UNIDAD144

ESTRATEGIAS PARA REDUCIR LA REPROBACIÓN EN LA ESCUELA PREPARATORIA REGIONAL DE SAYULA

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO QUE PRESENTAN

**TERESA LARIOS ALMEJO
ALEJANDRA LÓPEZ AGUILAR**

**PARA OBTENER EL GRADO DE
LICENCIADAS EN INTERVENCIÓN EDUCATIVA**

**DIRECTORA DE DOCUMENTO RECEPCIONAL
TERESA GÓMEZ CERVANTES**

CD. GUZMÁN, MPIO. DE ZAPOTLÁN EL GRANDE, JAL. SEPTIEMBRE 2015

DEDICATORIAS

Dedico este trabajo muy especial a mis papás Francisco Javier Larios Aldan y Teresa Almejo Acosta por su apoyo incondicional para cumplir este sueño, a mis hermanos Salvador, José Francisco y Missael, al igual a mis sobrinos por ser una gran motivación en esta etapa de mi vida, amigos y a toda mi familia porque siempre me estuvieron apoyando incondicionalmente.

Teresa Larios Almejo

Les dedico este trabajo con mucho cariño a mis padres José Martín López Hernández y Aurora Aguilar por su apoyo incondicional y por todos esos sabios consejos que me hicieron tomar las mejores decisiones de mi vida, en cada error que tuve me dieron la mano para salir adelante, al igual agradezco a mis hermanos Martín que a pesar de las peleas siempre está para ayudarme y Omar que aunque ya no se encuentre conmigo sé que está en un mejor lugar, a mi abuelita Reynalda Aguilar y a mi mascota Perry porque siempre me acompaña.

Alejandra López Aguilar

AGRADECIMIENTOS

Le agradecemos a la Mtra. Teresa Gómez Cervantes por apoyarnos a lo largo de nuestra educación transmitiéndonos sus conocimientos y valores profesionales y a su interés que mostró al asesorarnos para dar término a este proyecto que es trabajo de todos los que participamos en su realización.

Gracias a la Mtra. María del Rocío Rodríguez Benítez que nos dio la oportunidad de dar nuestras prácticas profesionales a su lado siendo orientadas y guiadas por ella para lograr nuestros objetivos.

Al igual le agradecemos a Dios por permitirnos llegar a formarnos como profesionales y lograr las metas que nos hemos propuesto para ser apoyo a la sociedad y guiar a los alumnos como en un momento nosotros hemos sido guiados en nuestro camino.

Gracias a todas esas personas que estuvieron presentes en nuestra vida a lo largo del camino, que con su ayuda, consejos y dirección nos llevaron a tomar las mejores decisiones y llegar a los que somos en este momento por estos motivos a todas las personas que hicieron posible nuestras metas les agradecemos con todo nuestro cariño y lo que hicieron por nosotros.

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
1. DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO	3
1.1. Contexto institucional	7
2. IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES	13
2.1 Objetivo general.....	13
2.2 Objetivos específicos	13
2.3 Descripción de la problemática	15
3. FUNDAMENTOS TEÓRICOS	18
4. DISEÑO DE ESTRATEGIAS	25
4.1 Justificación	25
4.2 Objetivo general.....	26
4.3 Objetivo específico.....	26
4.4 Metas.....	27
4.5 Fundamentación	27
4.6 Cronograma de actividades	29
4.7 Cronograma de aplicación	30
5. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA	31
5.1 Evaluación del programa de intervención	33
5.2 Diseño de evaluación.....	33
5.3 Metodología de la evaluación	35
6. RESULTADOS DEL PROGRAMA	37
6.1 Resultados del cuestionario	38
6.2 Resultados de la entrevista.....	38
6.3 Resultados del taller	38
6.4 Interpretación de resultados de la evaluación de la aplicación del programa ...	39
6.5 Resultados del cuestionario	43
6.6 Resultados del programa	44

7. CONCLUSIONES	47
REFERENCIAS	51
ANEXOS.....	54

INTRODUCCIÓN

El trabajo que se presenta a continuación, es un proyecto de intervención educativa llamado “Estrategias para reducir la reprobación en la Escuela Preparatoria Regional de Sayula U de G” enfocado al trabajo con jóvenes de 16 a 18 años con reprobación. Esta intervención se realizó durante las prácticas profesionales en el período de febrero de 2012 a junio de 2013.

La secuencia del trabajo empezó cotejando listas de alumnos reprobados, para aplicar algunos instrumentos de diagnóstico como cuestionario, entrevista cara a cara, los resultados de cada instrumento señalaron las necesidades de intervención, entre ellas talleres de ambientes de aprendizaje relacionados con la problemática identificada, que los alumnos tuvieran mejores herramientas para el aprendizaje y la permanencia en la preparatoria.

Las estrategias de enseñanza son la ayuda que se plantea por parte de la figura docente que proporciona al estudiante para facilitarle el procesamiento y sea más profundo en cuanto a la información, así mismos son todos los procedimientos o recursos que se utilizan por quien enseña para generar aprendizajes significativos a los alumnos.

La reprobación es un problema que se presenta en todos los niveles educativos, donde afecta no solo el desarrollo estudiantil sino de la sociedad y que puede llevar a la deserción escolar, este fenómeno se produce por varios factores, el principal es la falta de recursos económicos, además intervienen otras causas, por ejemplo: desintegración familiar, influencia negativa de los amigos (salirse de clases, consumo de bebidas alcohólicas, tabaco y marihuana), falta de motivación en la vida, el desagrado por la escuela o por algunas materias difíciles, por los maestros que imparten ciertas materias, las relaciones sentimentales, las redes sociales entre

ellas el FaceBook y aceptar responsabilidades a corta edad por ejemplo, ser madre soltera y/o cuida de hermanos menores ya que ambos padres trabajan.

La reprobación es no obtener una calificación aprobatoria, no alcanzar un nivel satisfactorio para considerar que una prueba determinada haya sido superada con resultados satisfactorios o de éxito. Por lo tanto impide continuar hacia otros niveles. Aprobación y acreditación en el medio escolar están estrechamente ligados.

Se realizó un programa en la Preparatoria Regional de Sayula Jalisco, ya que se detectó en 6 grupos la presencia de malos hábitos de sueño, tiene como finalidad trabajar con los alumnos que no cumplen las horas necesarias de sueño, siendo este un factor negativo para su rendimiento académico.

La intervención se llevó acabo en 3 grupos por la mañana 1A, 3A, 6A y 3 grupos por la tarde 1B, 1C, y 2B los cuales presentaron problemas en los hábitos del sueño lo cual fue motivo para la realización de un programa donde se trabajó con un taller el cual fue asesorado por la maestra Norma Lilia Chávez Figueroa en la materia de Diseño y evaluación de programas.

El taller estuvo basado en la teoría del constructivismo ya que se quiso trabajar con los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento de los alumnos como se relacionan, dándoles herramientas y material para trabajar y ver sus conocimientos previos y los que vallan construyendo mediante el proceso de intervención y en su relación con su medio ambiente.

Fuente: Piaget enfoques del constructivismo

1. DESCRIPCIÓN DEL CONTEXTO

Para toda intervención que se realice en cualquier localidad, es necesario conocer el contexto, los factores que coadyuvan o intervienen en el problema detectado y sus alrededores ya que da una idea clara de donde se encuentra geográficamente, conociendo sus usos y costumbres, dando una idea de cómo se desarrolla la población, los servicios con los que cuentan y las necesidades que tienen.

Sayula cuenta con una extensión territorial de 294.76 km². Sus delegaciones son, Usmajac, El Reparo y Tamaliahua. Primitivamente se llamó Tzaulan, degenerando el nombre al paso de los años en Zaulan, Soalán hasta tomar la actual denominación. Sayula es palabra castellanizada y tergiversada por los conquistadores, que se deriva de la voz mexicana Sotyólmet que significa: "lugar de moscas".

El municipio de Sayula se localiza al centro - sur del estado de Jalisco, en las coordenadas 103°27'56" a los 103°46'05" de longitud oeste y de los 19°47'55" a los 19°56'05" de latitud norte y, a una altura de 1,350 metros sobre el nivel del mar. (*Gobierno del Estado de Jalisco. 1988.*)

En 1824, por decreto del 27 de marzo, Sayula se convierte en cabecera de uno de los 26 departamentos en que se dividió el estado de Jalisco; comprendiendo los pueblos de Atoyac, Amacueca, Tepec, Usmajac, Cuyacapán y Tapalpa. En esa misma disposición se le otorgó a Sayula el título de ciudad.

Sayula posee personajes ilustres como, Severo Díaz astrónomo (1876-1956), Francisco Cárdenas Flores compositor, Lucio Montes músico y compositor, Francisco Cárdenas Larios músico y compositor, José Vázquez Shiaffino ingeniero y astrónomo, Jacinto Cortina Mera médico y liberal, José Guadalupe Montenegro (1800-1885) político y militar, (1918-1986).

El escritor Juan Rulfo, ha tenido gran controversia en los pueblos de Sayula y San Gabriel ya que los dos poblados aseguran que el ilustre literato es originario de estos

respectivos municipios. En Sayula se nombró a la Casa de la cultura Juan Rulfo en honor a este escritor.

La riqueza natural que goza el municipio está representada por 2,300 hectáreas de bosque donde predominan especies de encino, pino, oyamel, huizache, granjeno, sauce, fresno y nogal, principalmente. Sus recursos minerales son yacimientos de plomo, cantera, cal y barro.

Sayula en los sectores de producción y servicios, la mayor parte del suelo tiene un uso agrícola de riego y temporal, y la región poniente está cubierta de bosques. De los cultivos locales destaca el maíz, sorgo, alfalfa, pasto, y jitomate.

Se cría ganado bovino de carne y leche caprino, ovino, aves de carne y postura y colmenas.

Las principales ramas de la industria son la manufacturera y la de la construcción, predominan los giros dedicados a la venta de productos de primera necesidad y los comercios mixtos que venden artículos diversos. Se prestan servicios financieros, profesionales, técnicos, comunales, sociales, turísticos, personales y de mantenimiento.

Fuente: *INEGI. Censo de Población y Vivienda 2010*

Fig. 1 Localización del municipio de Sayula



Fuente: SEIJAL. *Sistema Estatal de Información Jalisco 2011*, en www.seijal.gob.mx

En el aspecto educativo está conformado por 20 escuelas primarias de las cuales 13 son federales, 7 estatales, 4 escuelas vespertinas y 16 matutinas, en el nivel de secundarias una, 1 es vespertina y 5 son en el turno matutino, centros de bachillerato 5, de las cuales 2 tienen el turno matutino, 2 vespertino y 1 nocturno y 4 escuela de educación especial de las cuales 2 son federal y manejan el turno matutino y las otras 2 son estatales con turno vespertino.

NOTA: Esta cuantificación está expresada en los distintos turnos que presenta el mismo plantel y no en término de una planta física.

Existen varias religiones o sectas por ejemplo: Cristianos, Testigos de Jehová, Mormones, La luz del Mundo, Iglesia Apostólica de la Fe en Cristo Jesús, Masones, Protestantes etc. predomina la religión católica, tiene varios lugares de culto: templo de la Inmaculada Concepción que data del siglo XVIII, el Santuario de la Virgen de Guadalupe, la primera capilla se encuentra semidestruida que data del año 1646; en la capilla actual se celebra la fiesta de la virgen de Guadalupe donde participa la mayoría de la población, siendo estas las más destacadas.

En los corredores del Convento Franciscano se exponen aproximadamente 50 cuadros al óleo sobre tela, con temas religiosos. Además, en el museo anexo se exhiben varios objetos de uso ceremonial como cálices, vestiduras, imágenes, etc. También destacan, por su aportación a la vida cultural del municipio, los edificios que ocupan el Museo Regional de Arqueología y la Casa de la Cultura Juan Rulfo.

En literatura destaca la obra de Juan Rulfo, que aunque muy breve le ha ganado justificada fama mundial. Autor de dos únicos libros: "El Llano en Llamas" un volumen de cuentos, y "Pedro Páramo" su extraordinaria novela.

A nivel popular son muy celebrados los versos de El Ánima de Sayula, incluso en administración del presidente Samuel Rivas Peña, construyó un monumento con este personaje que se encuentra ubicado en la Avenida Independencia Oriente a un lado de la unidad deportiva Gustavo Díaz Ordaz

El vals titulado "Viva mi desgracia", fue compuesto en 1901 por Francisco Cárdenas Larios.

En Sayula se fabrican cuchillos, en acero inoxidable; algunos grabados con paisajes o animales, machetes, sillas de montar y aperos de montura; cestos de vara de sauz y petacas de carrizo, tejidos de *Tachihual* (telar de cintura) y costura de punto de cruz, pintura al óleo, mecapales de ixtle, pinturas de animales y de paisajes sobre terciopelo, huaraches de cuero de res, ceniceros y macetas de barro, objetos de flor de encino y equipales de vara de cedro forrada con vaqueta de cuero.

En el municipio de Sayula los principales platillos son los sopitos de carne deshebrada y las tostadas de lomo, para el postre cajeta de leche quemada en recipientes de madera. Bebidas: Ponche de granada, de tamarindo y tequila envasada en la fábrica local.

Del 1° al 8 de abril se celebra la Feria Municipal de Ramos, la cual tiene carácter comercial y artesanal. Los festejos del Carnaval se celebran durante cinco días anteriores al martes de carnaval, se realizan jaripeos, carreras de caballos, concurso de disfraces, elección de reina, bailes populares, comparsas, exposición y venta de artesanías.

Se pueden admirar vestigios de centros ceremoniales e indígenas de Santa Inés y la Tepalcatera (Cerrillos), y obras arquitectónicas como el templo de La Inmaculada Concepción, El Santuario de Guadalupe, el Convento Franciscano, la Capilla de San Roque y el Convento de Nuestra Señora de Guadalupe.

Fuente: Gobierno del estado de Jalisco 2010

1.1. Contexto institucional

La intervención se realizó en la Preparatoria Regional de Sayula UDG, con jóvenes de 16 a 18 años con problemas de reprobación. Esta escuela fue fundada en 1957 como escuela incorporada a la Universidad de Guadalajara, situada en el domicilio que actualmente ocupa la Casa de la cultura "Juan Rulfo" de esta ciudad. Se sostuvo durante 20 años gracias a las aportaciones de los padres de familia y el director.

El fundador fue el Lic. Raúl Navarro Meza. El 18 de agosto de 1977 el Consejo General Universitario determinó la transformación de la escuela en un módulo de la preparatoria regional de Cd. Guzmán, en ese tiempo el Sr. Jorge Eguiarte González había donado un terreno ubicado en Ávila Camacho esquina con Nicolás Bravo, donde fue construido un edificio con 10 aulas en las cuales se albergó la escuela Preparatoria Regional, y el primer encargado del módulo fue el Ing. Salvador Paz Robles, con nombramiento de oficial mayor, después de 14 años, en 1991, debido a

la gran población de estudiantes con los que contaba se autoriza como escuela Preparatoria Regional y su primer director fue el Lic. José Luis Paz Robles.

El Sistema de educación media superior (SEMS) de la Universidad de Guadalajara, está integrado por una dirección general y 121 escuelas, entre preparatorias, módulos y politécnicos distribuidos en todo el estado de Jalisco pasó de ofrecer bachillerato general a bachillerato general por competencias.

El (BGC) Bachillerato General por Competencias es un programa educativo medio superior, formativo y propedéutico con un alto sentido humanista centrado en el aprendizaje enfocado por competencias y orientado hacia el constructivismo.

Planes de estudio

La universidad de Guadalajara tiene como propósito fundamental apoyar a los maestros con el material que necesiten para la formación de los alumnos siendo congruente con el perfil de egreso del Bachillerato General de (1992).

Los programas de la Universidad de Guadalajara a nivel medio se pueden observar en los anexos (ANEXO 7)

Como ya se dijo, la preparatoria está integrada al sistema de educación media superior, ofrece orientación educativa, concebida como un proceso de apoyo a la formación integral de los estudiantes, como personas comprometidas consigo mismas y con la sociedad, con mente científica y con habilidades para conseguir la auto-orientación y que trabajen por adquirir y difundir los valores humanos, a través de acciones promovidas por los orientadores educativos en los niveles preventivos, de desarrollo y remedial las áreas vocacionales, psico-afectivas, cognitivas y sociales.

Las actividades de orientación educativa en las escuelas SEMS, están a cargo de un profesional con formación en las áreas, social, humanística, y pedagógica (psicólogo, pedagogo, trabajador social, licenciado en educación). Ofrece orientación académica, orientación vocacional, orientación para el desarrollo humano y personal del alumno, orientación familiar y tutorías.

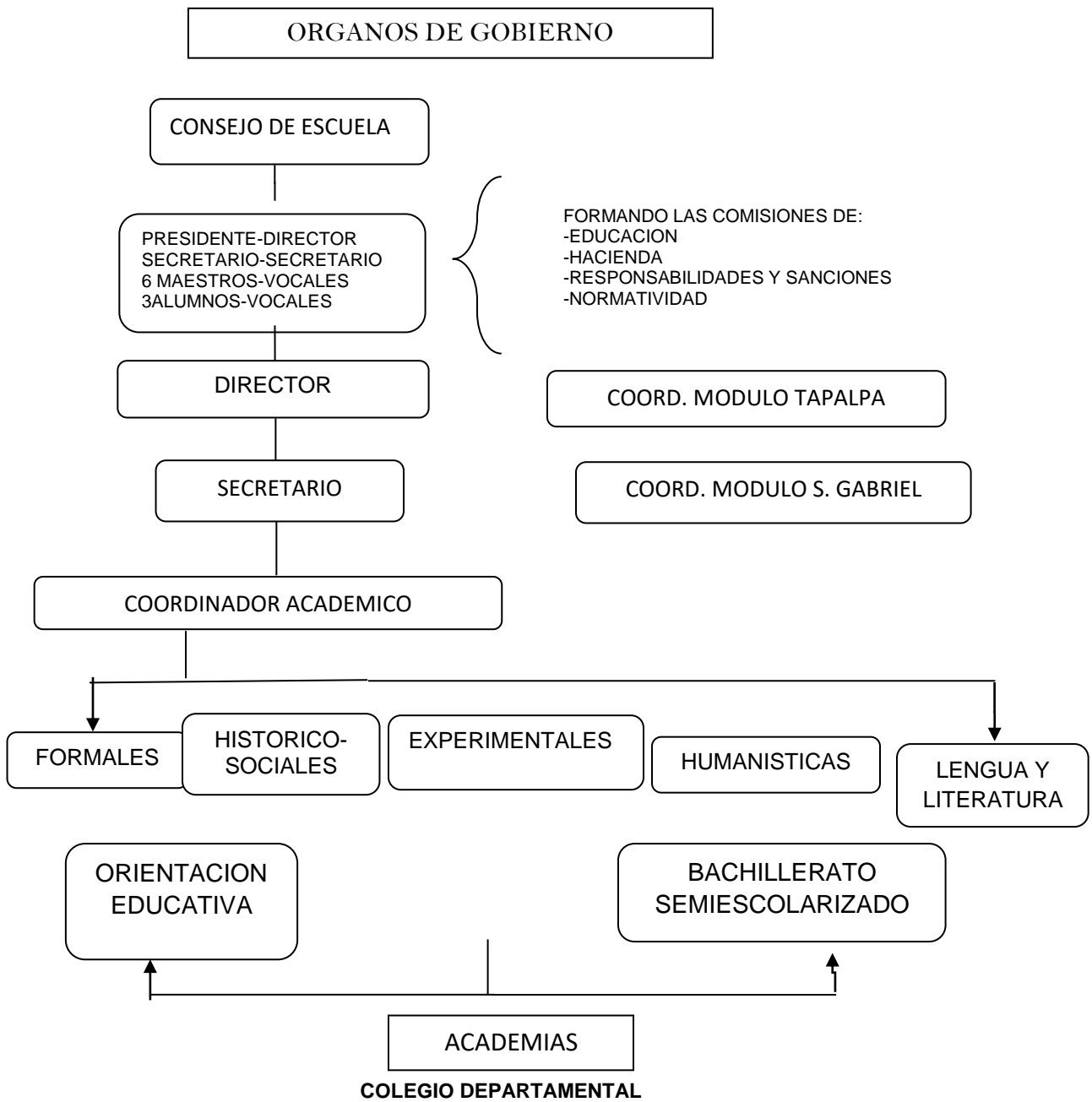
Dentro de la preparatoria se observó que los alumnos permanecen la mayor parte de tiempo fuera de las aulas, eso indica que no entran a clases, la relación entre alumnos maestros es buena, ellos les brindan apoyo a los alumnos en dudas que surjan en la realización de trabajos.

La institución proporciona material de apoyo para que se lleven a cabo las actividades que se plantean al inicio de cada curso, como información concreta de los temas que se verán y actividades de apoyo para reafirmar conocimientos y la disponibilidad de los maestros fuera de clase para resolver cualquier duda, pero los alumnos no muestran mucho interés ya que algunos de los trabajos son copiados o no responden a lo indicado.

La institución tiene un amplio departamento de orientación educativa donde los profesionistas están capacitados para apoyar a los alumnos, docentes y padres de familia y personal que labora con la finalidad de cubrir sus necesidades.

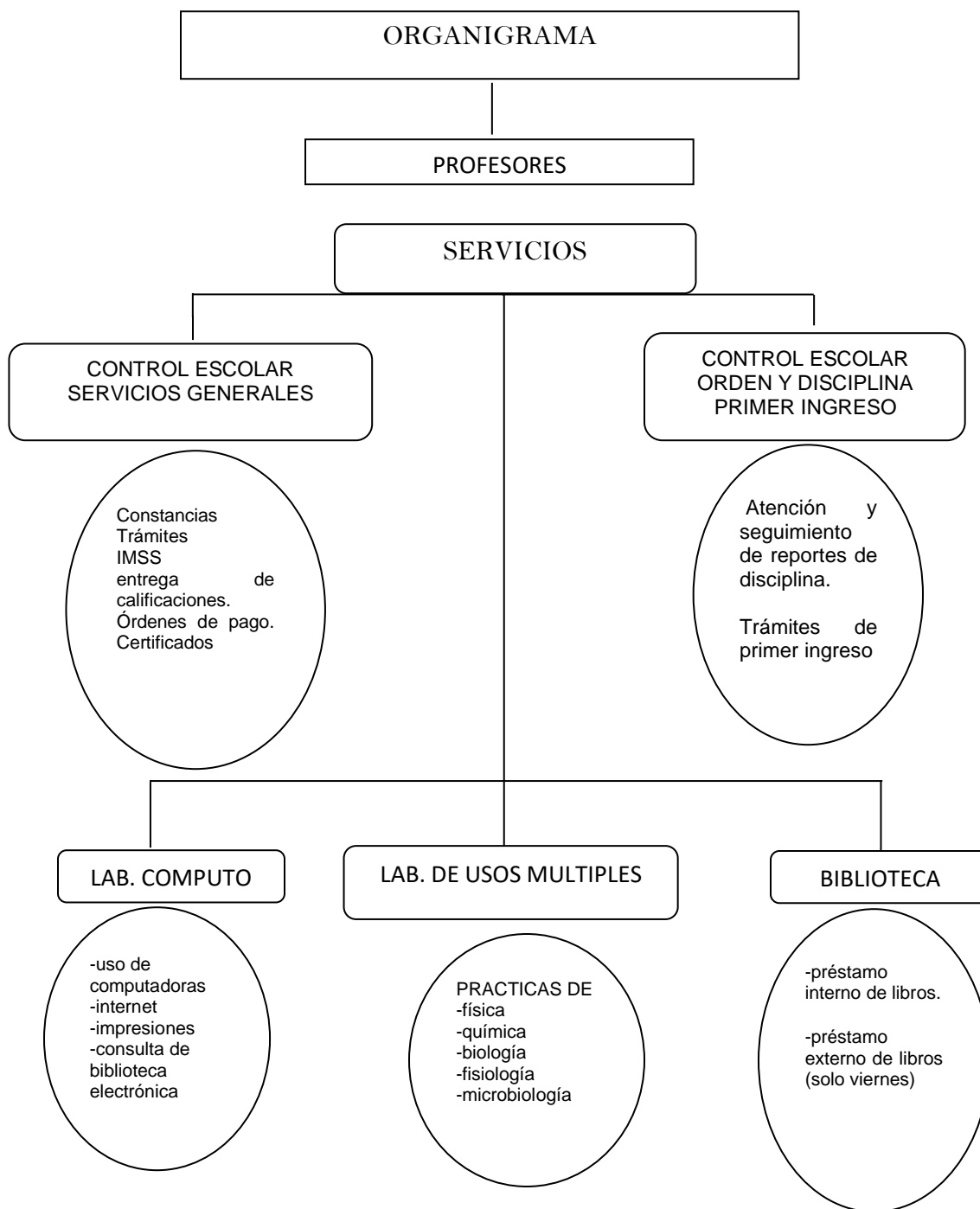
En este esquema se muestra los órganos de gobierno con los que se rige la UDG donde se muestra el cuerpo del personal administrativo de la escuela y de sus módulos que tiene en la región

Fig. 2 Organigrama



Este organigrama muestra la distribución de los departamentos y servicios con los que cuenta la Preparatoria Regional UDG complementado el organigrama anterior de la figura 2.

Fig. 3 Organigrama de la Preparatoria Regional UDG



Para toda institución es importante tener una misión y visión ya que lo identifica y da el rumbo que quiere llevar la institución teniendo un compromiso con la sociedad ya que éstas van de la mano complementando su dirección de la institución.

MISIÓN

La Universidad de Guadalajara es un organismo público descentralizado del gobierno del estado de Jalisco, goza de autonomía, personalidad jurídica y patrimonios propios, cuyos fines son formar y actualizar los técnicos, bachilleres, técnicos profesionales, graduados y demás recursos humanos que requiere el desarrollo socioeconómico; organizar, realizar, fomentar y difundir la investigación científica, tecnológica y humanística; rescatar, conservar, acrecentar y difundir la cultura, la ciencia y la tecnología.

La educación que se imparte tiende a la formación integral de los alumnos, al desenvolvimiento pleno de sus capacidades y su personalidad; fomenta en ellos la tolerancia, el amor a la patria y a la humanidad, así como la conciencia de la solidaridad en la democracia, en la justicia y en la libertad.

VISIÓN

Se distingue por su alto nivel de producción científica, cumple con estándares internacionales de calidad y contribuye a la solución de problemas de las disciplinas y al desarrollo social.

-Es reconocida en el país entre las universidades públicas líderes en la investigación científica, humanística y tecnológica.

-Desempeña la docencia conforme a un modelo de enseñanza innovador, flexible y multimodal, centrado en el estudiante.

-Aprovecha las nuevas tecnologías de información, comunicación y aprendizaje.

-Desarrolla currícula de calidad internacional y fomenta la movilidad de sus alumnos y profesores mediante intercambios.

-Incorpora tempranamente a los estudiantes a tareas de análisis y solución de problemas teóricos y prácticos.

2. IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES

2.1 Objetivo general

-Identificación de alumnos irregulares y con artículo 34

2.2 Objetivos específicos

-Informe cuantitativo de análisis en Irregulares y de Art. 34

-Seguimiento y acompañamiento pedagógico a los alumnos.

-Vinculación con padres de familia de alumnos en situación de riesgo

-Identificación de factores que intervienen en la reprobación desde el punto de vista de los alumnos y de los docentes.

Al llegar a la Preparatoria Regional de Sayula (UDG) no fue necesario detectar el problema ya que este se había hecho antes por otra practicante, el problema es la reprobación en los alumnos de la Preparatoria Regional de Sayula así que la encargada la Lic. María del Rocío Rodríguez Benítez solicitó que se le diera seguimiento ya que el 52% de la población estudiantil presenta una o más materias reprobadas y es una cifra muy alta. Se cuantificaron 534 alumnos en la preparatoria de los cuales 448 alumnos son regulares, 65 irregulares 20 alumnos son artículo 34 esto significa que un alumno que curso la materia con cuatro oportunidades en ordinario y extraordinario, hay 1 alumno repetidor. Planteando, entre otros objetivos identificar a los alumnos reprobados para conocer los factores que intervienen la reprobación.

Para identificar los alumnos reprobados, cotejamos varias listas las cuales fueron: listas de reprobados, lista de irregulares, listas de artículos 34 y deserción, estas listas no eran confiables, porque en su resultado se encontraba el 52 % de la población con reprobación.

Esto es un alto porcentaje para la población en la Preparatoria así que acudimos a la base de datos de la UDG (SIIAU) para la realización de una nueva lista donde ya aparecieron los reprobados, al revisar esta lista encontramos que el porcentaje de los alumnos era menor, y nos dimos a la tarea de identificar a los alumnos, no sólo por porcentaje, sino que realizamos una encuesta cerrada, con 27 ítems, fue aplicada a 86 alumnos para tener el conocimiento de los factores que influyen en rendimiento académico.

Pensamos que los alumnos no contestaron con toda sinceridad, por eso diseñamos una entrevista a los 86 alumnos y así obtener un resultado confiable y tener el conocimiento de cuáles son los factores que influyen en el rendimiento académico.

El diagnóstico lo llevamos a cabo mediante la observación, encuestas y entrevistas.

Se abordaron los objetivos específicos y generales que se diseñaron teniendo en claro lo que se quiere lograr, el conocer el índice de reprobación y los factores que influyen en el rendimiento académico y fundamentando la teoría, sobre la problemática ya identificada por la practicante anterior de la UPN donde se le dio seguimiento en cuanto al índice de reprobación.

El rendimiento académico en los alumnos de la preparatoria es muy bajo ya que la mayoría no pone interés y sólo asisten porque sus papás lo ordenan.

El desinterés de los alumnos se muestra en que se salen de clases para irse a dar la vuelta con sus amigos o realizan convivencias fuera de la institución.

Otra causa que se presenta en el bajo rendimiento en los alumnos son: el alcoholismo, redes sociales, tecnología, amigos y relaciones sentimentales.

2.3 Descripción de la problemática

En la población estudiantil de la preparatoria existen 534 alumnos, 448 alumnos son regulares, 65 irregulares 20 son artículo 34, esto significa que cursó la materia con cuatro oportunidades en ordinario y extraordinario, hay 1 alumno repetidor, con esta información recabada vemos que hay 86 alumnos con reprobación,

A continuación diseñamos un cuestionario junto con una guía de entrevista para conocer los factores que influyen negativamente en su rendimiento académico (ANEXO 1,2). En los resultados del cuestionario cerrado se llegó a la conclusión de que no fue factible ya que los alumnos no contestaron con total sinceridad y los resultados no fueron los esperados, pero nos fue de gran ayuda ya que con ella identificamos a los alumnos individualmente.

Con la entrevista nos dimos cuenta de que los factores que influyen más en su rendimiento académico fueron la familia, amigos, maestros son muy tradicionalistas en su clase haciendo que sea tediosa y las relaciones sentimentales.

Una vez aplicado el cuestionario y la entrevista, encontramos que hace falta trabajar con los estudiantes por lo tanto propusimos un plan de intervención:

- Llevar un acompañamiento con el alumno para su mejora en el rendimiento escolar.
- Implementar estrategias en la creación de ambientes de aprendizaje aplicando talleres con un enfoque tecnológico realizando técnicas siendo didáctico donde a los alumnos se les permita desarrollar diferentes habilidades académicas obteniendo mejores resultados en la enseñanza- aprendizaje.
- Trabajar con padres de familia en talleres para la integración familiar y apoyo mutuo tanto en la escuela como en su vida personal.
- Diseñar un plan estratégico donde los alumnos reconozcan los factores que influyen en su rendimiento escolar y sean capaces de encontrar una solución y no afecte en su rendimiento escolar.

Con base en estas necesidades se realizó un cronograma de actividades donde los objetivos son:

- Trabajar en conjunto con tutores: donde las actividades a realizar serian la revisión de las fichas de evaluación, realización de listado de alumnos para la aplicación de talleres.
- Acompañamiento con los alumnos irregulares y en artículo 34: Aplicación de talleres para la mejora del rendimiento en la materia adeudada, entrevistas individuales en caso de que el alumno no esté cumpliendo en la materia, obtención de resultados de los talleres y entrevistas individuales.
- Trabajar con los padres de familia la integración familiar: Aplicación de talleres con padres de familia. Los temas a abordar son, paternidad y maternidad en los hijos, amenazas en la familia, violencia indiferencia en adicciones y como mejorar el dialogo en la familia.

Para evaluar el grado de la problemática que tienen los alumnos de la Preparatoria Regional de Sayula se diseñó una ficha de evaluación que consto de 15 ítems valorada en una escala del 0 a 10 según su nivel donde del 0 al 6 se considera bajo y de 7 al 10 alto.

Los resultados fueron los siguientes: 3 grupos por la mañana 1A, 3A y 6A semestre y 3 grupos por la tarde 1B, 1C, y 2B presentaron problemas con los hábitos del sueño lo cual fue motivo para la realización de un programa

Se diseñó un programa en la Preparatoria Regional de Sayula, Jalisco, ya que en 6 grupos existe la problemática de malos hábitos de sueño; siendo este un factor negativo para su rendimiento académico, se llevó a cabo el programa implementando conferencias para dar el conocimiento de los principales motivos que causa el trastorno del sueño, donde se dieron recomendaciones para que los alumnos tengan mayor tiempo para dormir y lleguen a la escuela con más animo de trabajar y sin cansancio.

Este plan contiene una explicación general del propósito, sus metas y una mención de la participación de los miembros de la comunidad educativa de nuestra institución, su elaboración; señalando las metas definidas en el proceso de planificación, refiriéndose a la cantidad y tipo de bienes, servicios y obras que requiere la comunidad universitaria para así lograr el objetivo propuesto en el plan.

Esta intervención se realizó con jóvenes que se encuentran en artículo 34, además con alumnos que tengan materias reprobadas esto se trabajara en ambos turnos que ofrece la preparatoria.

3. FUNDAMENTOS TEÓRICOS

El rendimiento académico expresa en forma estimativa lo que una persona ha aprendido como resultado de un proceso de instrucción o formación. En este sentido, existen diferentes factores que influyen en el rendimiento escolar como, el maltrato físico y emocional que en ocasiones son infligidos por los padres y a veces por los amigos o compañeros de clases.

Acompañamiento pedagógico. Estrategia central que consiste en brindar soporte técnico y afectivo (emocional -ético y efectivo) para impulsar el proceso de cambio en las prácticas de los principales actores de la comunidad educativa.

El acompañamiento está centrado en el desarrollo de las capacidades de los docentes a partir de la asistencia técnica, el diálogo y la promoción de la reflexión del maestro sobre su práctica pedagógica y de gestión de la escuela.

La orientación es un proceso. La noción de proceso implica que el asesoramiento “no es un acontecimiento único si no que supone acciones y prácticas que se dan en una secuencia que progresan en dirección a una materia” la orientación es para todos los alumnos y no solo para los alumnos que tengan problemas. Así mismo se suele destacar el carácter preventivo de la orientación frente a una versión más tradicional de ella que enfatiza la faceta terapeuta o correctiva (Alonso, 2006).

La orientación educativa, es la transmisión de ideas que permitan al ser humano elegir entre varias opciones durante su desarrollo como persona y toma de decisiones. Es la transmisión de criterios de valor que ofrezcan alguna guía a las personas en una cuestión esencial; que hacer de su vida.

Cross (1984) dice que el aprendizaje se produce con base en la experiencia teniendo como resultado un cambio definitivo en el conocimiento, ya que muchos jóvenes que han egresado de la escuela han tenido la costumbre de repasar y memorizar la información para la realización de pruebas. Siendo que desde el nacimiento y su desarrollo a lo largo de la vida se aprende diariamente con las experiencias vividas. En ese proceso se van desarrollando las capacidades y

habilidades para formar ciertas competencias necesarias en su medio, la memoria es importante pero es más productiva la acción sobre el mundo real que recordar hechos de memoria y repasos de información.

El aprendizaje es un cambio permanente en la conducta como resultado de la experiencia. Esto es porque la gente joven salida recientemente de la escuela, se ha acostumbrado a equiparar el aprendizaje con la memorización, como por ejemplo, el repaso para un examen. Desde el nacimiento y a lo largo de la vida, se aprende mucho más que recordar hechos de memoria y que adquirir habilidades y competencias en ciertas actividades sociales. (Cross, 1984)

La fatiga impide concentrarse en una tarea, puede haber sucesos familiares o interpersonales que impidan al estudiante un buen desempeño académico, puede ser física por trabajo, ejercicio o deporte pero es más perjudicial cuando es mental, ya que ocasiona falta de reposo o sueño nocturno, es decir originada por el trabajo psíquico o nervioso, es un peculiar estado individual, y se caracteriza por fenómenos conscientes y por fenómenos objetivos. Los primeros constituyen la sensación de fatiga, cansancio o agotamiento, que unida a diversas molestias, integra la llamada fatiga subjetiva; los segundos consisten en una disminución del rendimiento (en cantidad, en calidad, o en ambas formas).

Cuando alguien afirma que se está fatigando, generalmente lo hace porque siente que el esfuerzo que realiza para lograr el trabajo le resulta progresivamente más penoso, y va acompañado de malestares tales como sensaciones dolorosas de tensión, congestión, vacío, etc., en diversas partes del cuerpo.

Algunos de los problemas para lograr el aprendizaje pueden ser físicos causados por trabajo extenuante, deportes, trabajo laboral, psicológicos donde el alumno con cierto estrés o presión fuera de la escuela no pueda concentrarse, preocupaciones familiares, responsabilidades que no les correspondan y embarazos precoces, y neuronales como daño cerebral, hiperactividad, algún retraso mental desajustes, falta de desarrollo del lenguaje, leve pérdida de oído, dificultades de percepción, falta de motricidad, vista y dificultades para la lectura y comprensión, siendo esta la base de todo ya que si el alumno no tiene una lectura fluida no comprenderá las indicaciones

que se le estén dando ni podrá resolver problemas ya que no comprende lo que está leyendo.

Dificultades del aprendizaje el campo corrientemente denominado, este puede incluir nociones de daño cerebral, hiperactividad, formas leves de retraso, ajuste socioemocional, dificultades de lenguaje, sutiles formas de sordera, problemas perceptivos, torpeza motora y, sobre todo, dificultades en la lectura.(S. Farnham-Diggory, 1983)

Piaget (1970) parte del presupuesto de que: “el conocimiento no se descubre, se construye”. Para Piaget, enseñar y aprender, es trabajar con esquemas, en base a la idea anterior, los niños aprenden nuevos esquema teniendo que afianzar los esquemas que los niños ya tienen. Los mecanismos básicos para el funcionamiento de la inteligencia son la asimilación y la acomodación. La asimilación ocurre cuando las experiencias de los individuos se alinean con su representación interna del mundo, en cambio, cuando habla de acomodación, se refiere a acomodar nuevas experiencias y rehacer nuevas ideas de cómo funciona el mundo, la construcción se produce cuando el sujeto interactúa con el objeto de conocimiento.

Fuente: Piaget (1970) factores que favorecen el aprendizaje del constructivismo.

Según Ausubel (1968), en el constructivismo disciplinario, expone las siguientes ideas, sostiene que lo que aprendemos es lo que nos parece significativo de las experiencias que realizamos; además, hace énfasis en la disciplina siendo indispensable para la construcción del aprendizaje ya que la construcción se produce cuando es significativo para el sujeto.

Fuente: Ausubel (1968) factores que favorecen el aprendizaje del constructivismo.

Vygotsky (1934) expone varias ideas: en primer lugar nos dice que el ser humano aprende a la luz de la situación social y la comunidad de quien aprenden en segundo lugar el ambiente de aprendizaje más óptimo es aquel donde existe una interacción dinámica entre los instructores, los alumnos y las actividades finalizando con otra de

las ideas sobre este modelo de aprendizaje es que, las actividades proveen a los alumnos oportunidades de crear su propia verdad, gracias a la interacción con otros.

Fuente: Vygotsky (1934) factores que favorecen el aprendizaje del constructivismo.

Los médicos aportan unas recomendaciones para evitar el bajo rendimiento escolar animando a los adolescentes a adoptar cambios en su estilo de vida para promover buenos hábitos de sueño. Por ejemplo, desaconsejan beber café por las tardes o noches porque la cafeína los mantiene despiertos, así como jugar con videojuegos o ver televisión antes de irse a dormir.

Los numerosos estímulos que bombardean las mentes adolescentes durante el día (como la tv, los videojuegos, internet, etc.) y las crecientes exigencias extraescolares mantienen a los jóvenes despiertos hasta la medianoche. Para el doctor Germán Castellano, presidente de la Sociedad Española de Medicina del Adolescente, los cambios producidos en los últimos años en el uso del tiempo libre de forma inadecuada, con un consumo excesivo de televisión y videojuegos, son los responsables directos de ese desajuste. "Sólo hay dos caminos: o retrasar el horario escolar matinal o que la familia y la sociedad cambien los hábitos de los jóvenes".

Encontramos en la intervención, que la mayoría de los alumnos que presentan bajo rendimiento académico es principalmente por los malos hábitos del sueño, al aplicar encuestas y técnicas los resultados fueron que los alumnos no duermen lo suficiente ya que se desvelan por estar navegando en internet y revisando redes sociales como el Facebook, charlando con sus amigos, videojuegos, esto no solo les quita el sueño si no que por la misma razón preferían platicar con los amigos que realizar las tareas que se les dejan en clase, esto ocasiona que su rendimiento al día siguiente no será favorable ya que al no llevar las tareas no irán al corriente y al no dormir las horas necesarias para el descanso no podrán rendir en clase, no pondrán atención ni concentración durante el transcurso del día.

En general se considera que las personas que sufren de insomnio no son capaces de mantenerse activas y vigiles con normalidad durante el día ya que no descansan

el tiempo suficiente durante la noche, ocasionando que su rendimiento sea escaso en todas las actividades del día tanto dentro como fuera de clase.

El insomnio puede estar causado por múltiples circunstancias, algunas de las cuales requieren de tratamiento médico o psicológico. A menudo la aparición del insomnio coincide con una circunstancia vital determinada, pero en muchas ocasiones el factor desencadenante permanece sin detectarse o es la suma de varios factores que no llegan a ser dilucidados con seguridad.

Sin embargo, algunas circunstancias hábitos adquiridos en relación con el sueño pueden ayudar o entorpecer el desarrollo de un descanso nocturno satisfactorio. Así, se consideran algunas prácticas o costumbres que pueden ayudar o

El sueño es uno de los factores más importantes para la obtener vitalidad y frecuentemente no le damos mucha atención. El sueño inadecuado puede tener efectos desastrosos en los estados de ánimo... nuestro cerebro resiente también cuando dejamos de cerrar los ojos por tiempo suficiente, haciendo que exista desorientación en el trabajo, fatiga al manejar, o irritación en casa y baje el rendimiento académico. Al descenso del rendimiento académico se añaden otros problemas: hiperactividad, cambios en el estado de ánimo (tristeza, irritabilidad y cólera), dificultad para controlar las emociones, aumento de la impulsividad e incremento de los accidentes de tráfico. Estos cambios de humor pueden afectar las relaciones con los demás, e incluso conducir a la depresión.

El término sueño designa al acto de reposo de un organismo vivo y se contrapone a lo que se denomina como estado de vigilia o estar despierto. El sueño se caracteriza por ser un estado en el cual hay muy poca actividad fisiológica (presión sanguínea, respiración y latidos del corazón) y muy baja respuesta a los estímulos externos.

Fuente: Enciclopedia definición abc.

Entre otras consecuencias de no dormir lo suficiente o tener problemas con el sueño es el que limitan la capacidad de aprendizaje, escuchar, concentrarse, olvidar información importante, favoreciendo conductas agresivas e inapropiadas como enfrentamientos con sus compañeros y tensiones con sus profesores y familiares como llevarte a comer demasiado o comer de manera poco saludable, exceso de dulces y comida chatarra que contribuyen al aumento de peso, potencian los efectos del alcohol e incrementar el consumo de cafeína y/o tabaco. Contribuir con el desarrollo de enfermedades.

La siesta es un momento corto que, de acuerdo a los expertos, no debe durar más de veinte minutos para no interrumpir las acciones cotidianas y también para que el sueño sea realmente reparador. Sin embargo, muchas veces las situaciones de stress actuales hacen que tomar una siesta no sea algo tan corto si no que dure por horas. De todas maneras, cuando eso sucede las personas suelen despertarse más fatigadas que antes o con el sueño alterado y no pudiendo desarrollar sus actividades de manera normal (haciendo por lo general que la persona que durmió una siesta muy larga no pueda dormir luego a la noche con normalidad por no tener sueño).

Fuente: Enciclopedia definición abc.

De todo lo anterior se desprende que un estudiante que todavía está en proceso de desarrollo y de construcción de su personalidad vive una etapa donde es necesario orientarlo en aspectos importantes que serán imprescindibles para el futuro, sin una orientación adecuada en este proceso no tendrá claras sus metas y puede desviarse de sus objetivos, perdiendo el rumbo de su vida.

En cambio, si lleva una orientación y acompañamiento podrá elegir o tomar las decisiones más adecuadas en cuanto a valores y criterios, guiándolo hacia mejores derroteros. Si el alumno es capaz de ir construyendo su aprendizaje será más significativo y mediante las experiencias vividas tendrá más herramientas que puede

utilizar para resolver las situaciones difíciles que se le presenten en la trayectoria de su existencia.

Pero esto se puede ver opacado si el alumno está distraído o cansado ya que no será capaz de desempeñarse a un 100 % en su atención en horario escolar o fuera de este, impidiéndole concentrarse en sus tareas, actividades escolares, puede ser que el alumno presente fatiga por varias razones ya sean físicas o mentales, como consecuencia de la falta de reposo o sueño nocturno, llevando como resultado desorientación en el trabajo, irritación en casa, escuela, amigos, limitando sus capacidades en el aprendizaje, escuchar, concentrarse, olvidar información importante, favoreciendo conductas inapropiadas con los maestros y compañeros, llevando al final un bajo rendimiento académico. No dormir el tiempo necesario tiene como consecuencia comer en exceso comida chatarra provocando un aumento de sobrepeso y el consumo de alcohol, cafeína y tabaco.

Durante esta intervención nos dimos cuenta que los alumnos no duermen adecuadamente ya que su horario se ve alterado por navegar en internet y redes sociales, jugar video juegos ocasionando que no duerman las horas adecuadas y al día siguiente no pueda poner atención durante la clase y no tengan la concentración necesaria para lograr un aprendizaje e impidan la construcción de nuevos conocimientos, bloqueando su desarrollo y poniendo en riesgo su futuro académico.

4. DISEÑO DE ESTRATEGIAS

Este programa se realizó en la Preparatoria Regional de Sayula Jalisco, ya que se detectó en 6 grupos la problemática de malos hábitos de sueño tiene como fin trabajar con los alumnos cuyo desempeño es insatisfactorio, siendo el sueño un factor negativo para su rendimiento, se realizó implementando talleres para analizar el conocimiento de las principales causas del trastorno del sueño, dando recomendaciones para que los alumnos tengan mayor tiempo para dormir y lleguen a la escuela con más ánimo de trabajar.

Para implementar este taller nos basamos en la teoría Constructivismo, se aplicaron diferentes técnicas para que los alumnos se den cuenta de los factores que intervienen en los trastornos del sueño y con ellos saber cómo tomar nuevos hábitos en su vida cotidiana y así asistan a la escuela más activos, descansados y serán capaces de realizar las actividades que se les presenten.

Las actividades se trabajaron, reuniéndose en equipos donde abordaron el tema y lo llevaron a plenaria, formar equipos para realizar una representación tomando un juego de roles sobre los efectos que ocasiona los trastornos del sueño esto con la finalidad de que los alumnos se informen de los trastornos del sueño y sus efectos, tuvieron una duración de 60 minutos cada sesión, los materiales fueron: cartulinas, recortes marcadores etc., tecnológicos, computadora y cañón. Para realizar la evaluación de estas actividades se tomaron en cuenta criterios como puntualidad, asistencia, los contenidos y la participación activa en las sesiones.

4.1 Justificación

De acuerdo con el informe realizado anteriormente se cuantificaron 534 alumnos en la preparatoria de los cuales 448 alumnos son regulares, 65 irregulares 20 alumnos son artículo 34 esto significa que es un alumno que curso la materia con cuatro oportunidades en ordinario y extraordinario, hay 1 alumno repetidor. Se elaboró un cuestionario para aplicarlo a todo el alumnado en problemas de reprobación el cual no fue válido ya que no hubo seriedad por parte del alumnado al contestarlo.

Al no obtener el resultado esperado se diseñó una entrevista, en ella si se obtuvieron buenos resultados ya que como fue personal hubo confianza, en esta entrevista nos dimos cuenta de que los factores que influyen más en su rendimiento académico fueron, sueño, la familia, amigos, relaciones sentimentales, y la forma en que el maestro imparte la clase.

Al ver estos resultados se diseñó un taller donde se aplicó la técnica del collage en este tenían que ilustrar los factores que influían en su rendimiento académico expresando con recortes todos los factores que influyen en su rendimiento académico, los cuales fueron más resaltados el sueño, alcoholismo, uso de redes sociales, tecnología, amigos y relaciones sentimentales.

Para evaluar el grado de la problemática que tienen los alumnos de la Preparatoria Regional de Sayula se diseñó una ficha de evaluación que constó de 15 ítems, valorada en una escala del 0 a 10 según su nivel donde del 0 al 6 se considera bajo y de 7 al 10 alto. Los resultados arrojados en esta ficha de evaluación fueron los siguientes 3 grupos por la mañana 1A, 3A y 6A semestre y 3 grupos por la tarde 1B, 1C, y 2B presentaron problemas con los hábitos del sueño lo cual fue motivo para la realización de un programa donde se trabajó en talleres, fue asesorado por la maestra Norma Lilia Chávez Figueroa en la materia de Diseño y evaluación de programas en conjunto con la maestra María Del Rocío Rodríguez Benítez.

Los objetivos de evaluación de este programa son:

4.2 Objetivo general

Promover hábitos adecuados para dormir mejor y en consecuencia mejorar su desempeño como alumnos.

4.3 Objetivo específico

Que los alumnos conozcan los factores que influyen su mal hábito del sueño

Informar a los alumnos sobre los trastornos del sueño y sus efectos.

Lograr buenos hábitos de dormir para mejorar su rendimiento académico.

4.4 Metas

Que el 50% de los alumnos con problemas de sueño asistan al taller.

Que el 40 % de los alumnos adopten buenos hábitos del sueño.

Que el 60% de los alumnos obtengan información de los trastornos del sueño y sus consecuencias.

4.5 Fundamentación

Para el diseño del programa de trastornos del sueño se realizó un método cualitativo y cuantitativo realizando un taller donde se aplicaran distintas técnicas para que el alumno obtenga información de llevar buenos hábitos de dormir para que con esto él sea capaz de conocer los factores que influyen para que no duerma sus horas y así tenga la capacidad de llevar un descanso adecuado y mejorar su rendimiento académico.

Este método es cualitativo y cuantitativo ya que por medio de la observación se podrá detectar si los alumnos están participando en las diferentes técnicas y como es que están llevándolas acabó. Y cuantitativo se les aplico una encuesta para ver que tanto les sirvió el taller implementado.

Este curso taller es utilizado para forma parte de la educación formal aun sin estar escrito en los currículos oficiales, ya que pueden ser realizados de manera temporal según sus intereses personales.

En el taller de ambientes de aprendizaje que se realizó con la finalidad de conocer los factores que influyen en el rendimiento académico, fue favorable porque se llegó al objetivo. Donde todos los alumnos participaron realizaron la técnica implementada llamada "collage" expresando con recortes todos los factores que influyen en su rendimiento académico, los cuales fueron más resaltados el alcoholismo, redes sociales, tecnología, amigos y relaciones sentimentales.

Este taller tiene como propósito que los alumnos obtengan buenos hábitos para dormir, y mejoren su rendimiento académico.

Descripción de las actividades (propósito, actividad, materiales y recursos de apoyo)

Técnicas a aplicar:

- Trabajo en equipo
- Sociodrama

4.6 Cronograma de actividades

Estas actividades se llevaron a cabo en 3 sesiones con una duración de 1 horas.

No. De sesiones	Objetivo	Actividades	Evidencias	Material	Evaluación	Tiempo
Sesión 1	Que los alumnos se conozcan los hábitos del sueño	HABITOS DEL SUEÑO	Reunirse en equipos donde aborden el tema y llevarlo a plenario.	Folletos con información	Se evaluara la participación de todos los equipos y la comprensión del tema.	1 hora
Sesión 2	Que el alumno tenga el conocimiento de cómo recuperar el sueño	CONSEJOS PARA RECUPERAR EL SUEÑO	Trabajo en equipo	Lápiz Hojas blancas	Se evaluara la participación de todo el equipo y el contenido.	1 hora
Sesión 3	Que los alumnos tengan el conocimiento de cómo evitar los trastornos del sueño	CONSEJOS PARA EVITAR TRASTORNOS DE SUEÑO EN ADOLESCENTES.	Formar equipos para realizar una representación tomando un juego de roles sobre los efectos que ocasiona los trastornos del sueño.	Folletos con información	Creatividad, guion de la representación Que sea coherente con el tema visto	1 hora

Materiales:

- Lápiz.
- Folletos informativos.
- Hojas blancas
- Computadora
- Cañón

4.7 Cronograma de aplicación

Objetivos	Actividades	Septiembre				Octubre					Noviembre				Diciembre		
		4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	13	20	27	4	11	18
*trabajar en conjunto con tutores.	*Revisión de fichas de evaluación.	X	X	X	X												
	*Entrega de resultados a tutores.					X	X	X									
	*Dar seguimiento a las actividades realizadas por el tutor.								X	X							
*Acompañamiento con los alumnos irregulares y artículo 34.	*Aplicación de talleres para la mejora del rendimiento en la materia adecuada.										X	X					
	*entrevistas individuales en caso de que el alumno no <u>este</u> cumpliendo en la materia adecuada.											X					

5. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

La evaluación se realizó en la preparatoria Regional de Sayula en los 6 grupos afectados por los malos hábitos del sueño, donde se elaboró el programa de los hábitos del sueño para que los alumnos conozcan los hábitos del sueño, los efectos y consecuencias que deja el no dormir bien y como este les afecta en su persona y su rendimiento académico. Este programa se aplicó a base de talleres en los 6 grupos más afectados.

Es importante la evaluación ya que de esa manera nos damos cuenta si el programa tuvo éxito o fracaso y así mejorar o renovar al mismo programa, se utilizó para recabar la información de la evolución la bitácora de col. (ANEXO 5)

Los talleres se realizaron en los 6 grupos afectados de los diferentes turnos matutino y vespertino, el lugar donde se impartieron fue en las instalaciones de la preparatoria para ahorrar tiempo y tener más control sobre los alumnos, las intervenciones tuvieron una duración de 1 hora aproximadamente por cada grupo.

Los materiales que se utilizaron para la aplicación del taller fueron computadora, cañón y folletos, para que cada alumno tuviera en físico la información dada en los cañones y al tener alguna duda poder reforzarla con los folletos, al final de la aplicación del taller se hizo un pequeño cuestionario para evaluar si les quedó en claro el tema abordado y si los alumnos fueron capaces de construir su propio aprendizaje en el transcurso de la intervención.

En el diseño y aplicación del programa se tomó en cuenta que el tema fuera lo menos tedioso y más atractivo permitiendo a los alumnos tener participación activa en los temas dados y conocimiento siendo capaces de crear sus aprendizajes a base de experiencias.

Los talleres se realizaron en el transcurso de su horario de clases, con sesiones de 1 hora debido que eran varios grupos y no alcanzaba el tiempo para la aplicación, ya que no en todas las materias se podía interrumpir las clases y además para que a los alumnos no se les hiciera cansado y pudieran participar más, lo que fue notorio

es que la mayoría de los alumnos asistió al taller con una buena participación y disposición de trabajo.

Bitácora de col

Bitácora col (comprensión ordenada de lenguaje)	Categorías	
	Datos (Positivos)	Datos (Negativos)
¿Qué pasó?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Trabajo en equipo ❖ Aplicación del taller ❖ Brindaron información sobre el tema hábitos del sueño ❖ Reflexión sobre hábitos del sueño ❖ Aprender a cuidar los hábitos del sueño ❖ Consecuencias y beneficios del buen dormir ❖ Se conoció el proceso del sueño 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Aburrimiento ❖ Sueño ❖ Distracción ❖ Desinterés
¿Qué sentí?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bien conmigo misma ❖ Conformidad con el tema ❖ Emoción ❖ Necesidad de cambiar hábitos ❖ Interés del tema ❖ Confusión en sus hábitos del sueño ❖ Reflexión sobre sus hábitos del sueño ❖ Relajación ❖ Impacto sobre el tema ❖ Reconocimiento de mis malos hábitos ❖ Cambio en los hábitos del sueño ❖ Irresponsabilidad con las horas de dormir ❖ Satisfacción con la información ❖ Mas activación 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Ganas de dormir ❖ Nada ❖ Pena ❖ Aburrimiento ❖ Desinterés
¿Qué aprendí?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ A descansar más para un mejor rendimiento ❖ A manejar la situación de los factores que influyen en el sueño ❖ La importancia del dormir ❖ Las 5 fases del sueño en qué consisten y cuánto dura un ciclo ❖ Consecuencias del sueño ❖ Poner en práctica los consejos adquiridos ❖ El dormir es importante para el cerebro ❖ Mejorar hábitos del sueño ❖ Llevar una rutina en la hora de dormir 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Nada ❖ No asistió

5.1 Evaluación del programa de intervención

La evaluación que se realizó es sumativa y formativa debido a que se está evaluando el diseño, la aplicación y resultados del programa.

La evaluación del programa se realiza con el fin de saber si se cumplen con todos los acuerdos establecidos, con su aplicación oportuna, los objetivos a cumplir y los resultados obtenidos, para saber si el programa funcionó correctamente o si se rediseñará para cumplir las necesidades de la problemática.

La evaluación formativa: Sintetiza e interpreta información para facilitar la toma de decisiones orientada a ofrecer retroalimentación al individuo, modificar y mejorar el aprendizaje en el periodo de enseñanza.

5.2 Diseño de evaluación

Modelo de CIPP II – modelo Stufflebeam en el cual se toma en cuenta el contexto, entrada, proceso y producto.

A) Enfoque analítico racionalista.

B) Concepto de evaluación.

La evaluación es el proceso de identificar, obtener y proporcionar información útil y descriptiva acerca del valor y el mérito de las metas, la planificación, la realización y el impacto de un objeto determinado, con el fin de servir, de guía para la toma de decisiones, solucionar problemas y responsabilidad de promover la comprensión de los fenómenos.

C) Propósito

Proporcionar información útil, para tomar decisiones con respecto a un programa, ya sean estas de planeación como resultado de la evaluación de contexto; de estructuración como resultado de la evaluación de insumos, de implementación

como resultado de la evaluación de proceso o de reciclaje como resultado de la evaluación de producto.

El modelo en sus características establece cuatro tipos de evaluación que a continuación se presentan:

Evaluación del contexto: Definir el contexto institucional, identificar la población objeto del estudio y valorar sus necesidades, identificar las oportunidades de satisfacer las necesidades, diagnosticar los problemas que subyacen en las necesidades y juzgar si los objetivos propuestos son lo suficientemente coherentes con las necesidades valoradas.

En el contexto que se realizó el programa e implementado fue en la preparatoria regional de Sayula, se encuentra ubicada en Sayula, Jal., en la avenida Manuel Ávila Camacho #192 oriente, entre las calles Quintana Roo y Pedro Moreno.

El programa de estrategias de aprendizaje se implementó con 1o A matutino y 2o A y B vespertino ya que su rendimiento académico es bajo y el objetivo es que los alumnos conozcan estrategias de aprendizaje para mejorar su rendimiento, tenga las herramientas necesarias para resolver los temas impartidos por los profesores, construyendo nuevos aprendizajes que serán significativos para su desarrollo, logrando un nivel de competencias, con esto se reduce el riesgo de la reprobación.

Evaluación de insumos: Busca identificar y valorar la capacidad del sistema, las estrategias de programa y sus alternativas, la planificación de procedimientos para llevar a cabo las estrategias, los presupuestos y los programas.

Esta intervención fue realizada en la institución en conjunto con el gabinete de orientación, su equipo de colaboradores involucrando a psicólogo, profesores y personal administrativo que estuvieron en cooperación para trabajar en con nosotras cooperando en toda situación o problemática que se nos presentara brindado información necesitara a lo largo de la intervención, donde se logró tener una buena comunicación, confianza facilitándonos la realización del trabajo favorablemente.

Evaluación de procesos: Busca identificar o pronosticar, durante el procesos, los defectos de la planificación del procedimiento o de su realización, proporcionar información para las definiciones reprogramadas y descubrir y juzgar las actividades y aspectos del procedimiento.

Evaluación del proceso: En cuanto la intervención realizada, tuvimos completa disposición para trabajar y aplicar el programa, sus actividades y cooperar con el gabinete de orientación, asistiendo puntualmente a las sesiones de trabajo y teniendo la disponibilidad de hacer cambios de horario según eran necesarios ya que se maneja el horario matutino y vespertino a lo cual nos adaptamos según era conveniente para lograr la aplicación de taller. Los alumnos participaron en todas las actividades, demostrando interés en los temas vistos, desarrollándolos según se les fuera indicando.

Evaluación del producto: busca recopilar descripciones y juicios acerca de los resultados y relacionarlos con los objetivos y la información proporcionada por el contexto, los insumos y por los procesos e interpretar su valor y su mérito.

Esta sintetiza e interpreta información que se recabo durante la aplicación de la intervención mediante las actividades realizadas, para recabar esta información fue necesario realizar cuestionarios, entrevistas, bitácora de col entre otras para identificar el nivel de desarrollo que obtuvieron así como los aprendizajes adquiridos y competencias obtenidos a lo largo de la intervención, facilitando la toma de decisiones orientada a ofrecer retroalimentación al individuo, modificando, reforzando y/o mejorando el aprendizaje en el proceso que se realizó en el periodo de enseñanza.

5.3 Metodología de la evaluación

Propone el autor utilizar la evaluación formativa y sumativa para cada uno de estos tipos de evaluación, así como el empleo de una amplia gama de métodos y técnicas de recolección de información como el análisis de sistemas, la inspección (observación directa), la revisión de documentos, las audiciones, las entrevistas, los test diagnósticos y la técnica Delphi entre otras.

Esta metodología plantea cuatro niveles o etapas:

- 1) **Delineación:** en la que se definen los objetivos de la evaluación, se formulan preguntas, se delimitan las decisiones por tomar se identifican implementos.
- 2) **Obtención de información:** se diseñan o adaptan instrumentos, se determinan las muestras, se aplican los instrumentos y se realiza el procesamiento estadístico de los resultados.
- 3) **Análisis de la información:** se elabora un diseño de análisis que garantice la mayor efectividad en la interpretación de los datos obtenidos y se procede al análisis de la información.
- 4) **Aplicación de la información:** en la que se comunica la información a la audiencia y se le asesora para la utilización y aplicación de dicha información.

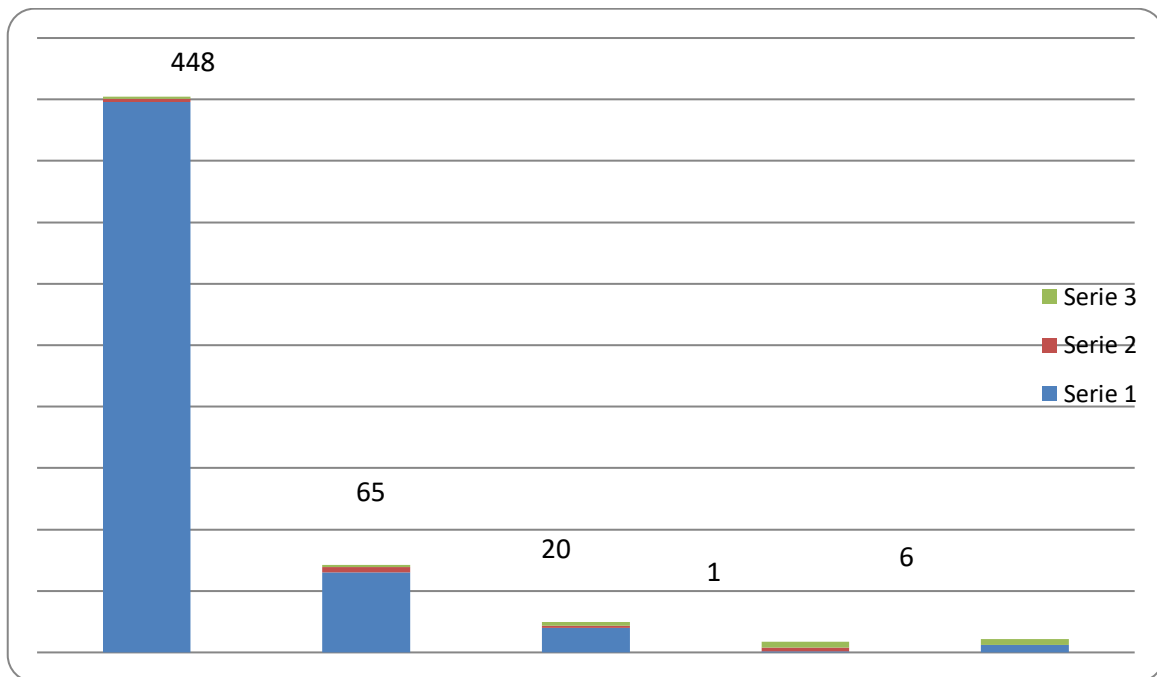
Propuestas de mejora:

- Dar un tiempo establecido para las intervenciones ya que en ocasiones no se podía intervenir por los horarios y materias.
- Dar un seguimiento a las estrategias de aprendizaje
- Involucrar a los maestros en el proceso del programa implementando las estrategias de aprendizaje en sus clases.

6. RESULTADOS DEL PROGRAMA

En este cuadro de resultados se tomaron categorías las cuales fueron positivas y negativas dado que de 194 alumnos un 80 % sus respuestas fueron positivas y un 20% negativas.

Gráfica 1. Resultados del Índice De Reprobación



En esta imagen podemos observar que en la preparatoria regional de Sayula cuenta con un total de 534 alumnos de los cuales 448 son alumnos regulares, 65 alumnos son irregulares esto quiere decir que deben materias de un semestre anterior, 20 alumnos son artículo 34 esto significa que es un alumno que curso la materia con cuatro oportunidades en ordinario y extraordinario, hay 1 alumno repetidor lo cual nos indica que está cursando por segunda vez el semestre y por ultimo existe 6 desertores que se encontraban en artículo 34.

6.1 Resultados del cuestionario

En los resultados del cuestionario cerrado se llegó a la conclusión de que no fue factible ya que los alumnos no contestaron con total sinceridad y los resultados no fueron los esperados, pero nos fue de gran ayuda ya que con ella identificamos a los alumnos individualmente.

6.2 Resultados de la entrevista

Los resultados de la entrevista fueron positivos ya que los alumnos al sentirse en confianza estando en un lugar tranquilo, sin distracciones contestaron sin mayor dificultad las preguntas realizadas por los entrevistadores, con esto se tuvo un acercamiento al alumno y a su problemática más afondo. Con esta entrevista nos dimos cuenta de que los factores que influyen más en su rendimiento académico fueron en la familia, los amigos, los maestros son muy tradicionalistas en su clase haciendo que sea tediosa y las relaciones de noviazgo.

6.3 Resultados del taller

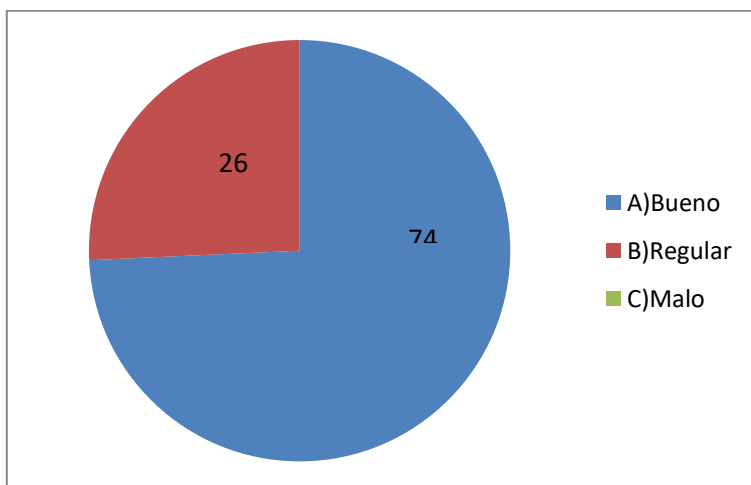
En el taller de ambientes de aprendizaje que se realizó con la finalidad de conocer los factores que influyen en el rendimiento académico, fue favorable porque se llegó al objetivo. Donde todos los alumnos participaron realizaron la técnica implementada llamada el collage expresando con recortes todos los factores que influyen en su rendimiento académico, los cuales fueron más resaltados el alcoholismo, redes sociales, tecnología, amigos y relaciones sentimentales.

La falta de atención de los maestros hacia los alumnos ya que en cada aula el número de estudiantes es mayor a las posibilidades de atención personal. La reprobación de los alumnos por factores que influyen en ellos como son las redes sociales, el noviazgo y los amigos

Falta de motivación de los maestros hacia los alumnos por lo cual esto genera que no entren a clases.

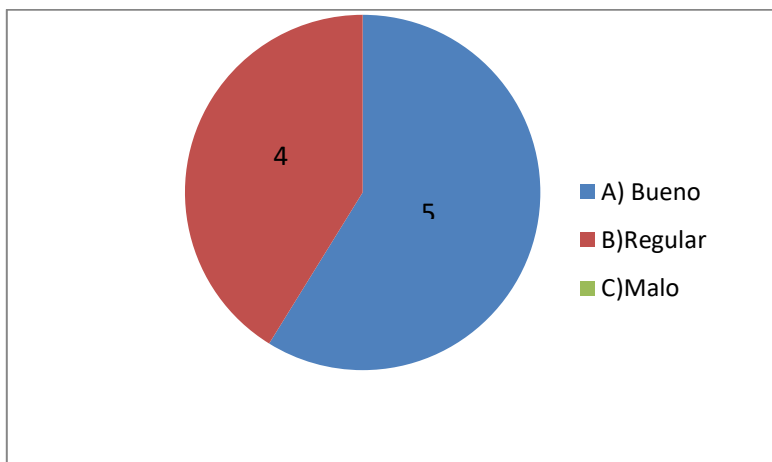
6.4 Interpretación de resultados de la evaluación de la aplicación del programa

Gráfica 2. Pregunta 1.- ¿Cómo consideras la temática del programa?



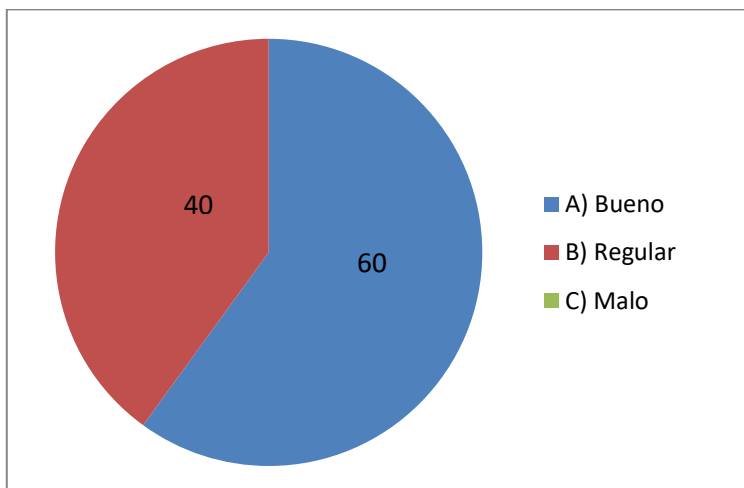
Como se puede ver en esta imagen muestra que de 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 74% de ellos consideraron bueno la temática del taller, y un 26 % de los alumnos consideraron regular la aplicación del taller.

Gráfica 3. Pregunta 2.- ¿Cómo te pareció la aplicación del taller?



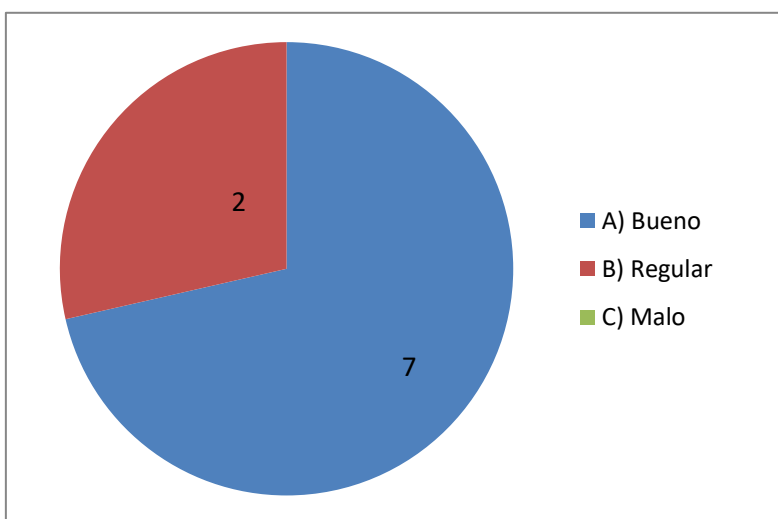
Observamos que en esta gráfica se tienen 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 59% de los alumnos consideraron bueno la aplicación del taller, y un 41% de los alumnos consideraron regular la aplicación del taller.

Gráfica 4. Pregunta 3.- ¿Cómo te pareció la presentación de las aplicadoras del taller?



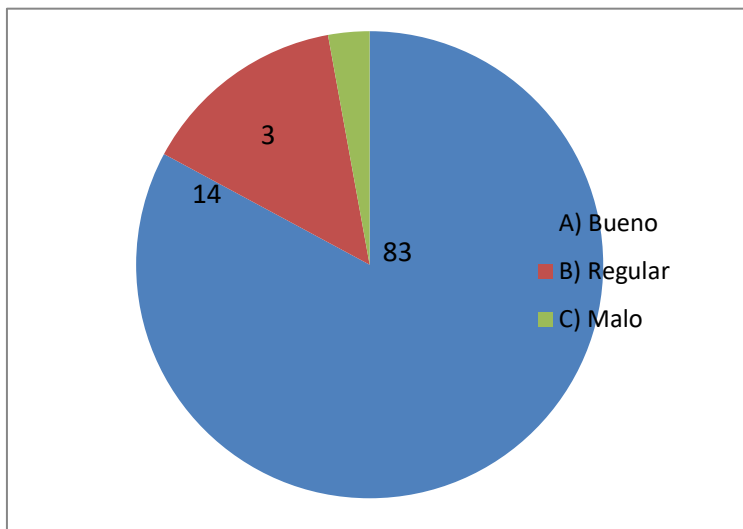
Podemos ver que en esta imagen 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 60% de los alumnos consideraron buena la presentación de las aplicadoras del taller, y un 40% de los alumnos la consideraron regular.

Gráfica 5. Pregunta 4.- ¿Cómo te pareció el material de trabajo que utilizaron las aplicadoras?



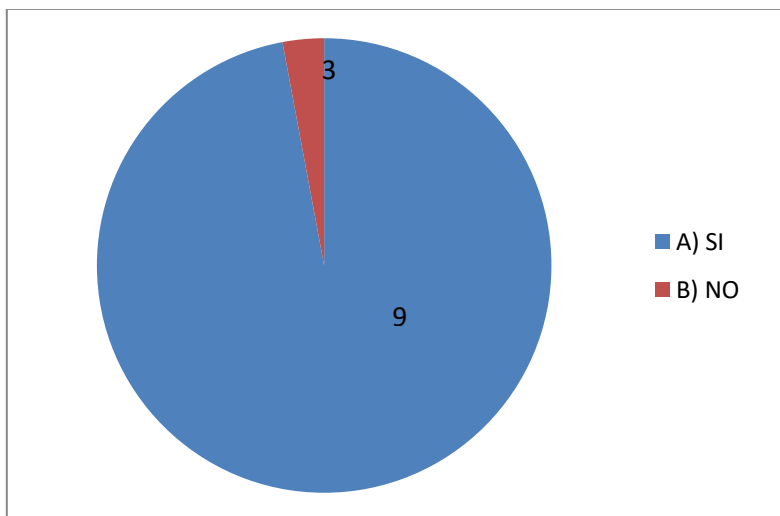
Esta imagen nos interpreta la información en donde 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 71% de los alumnos consideraron bueno el material que se utilizó en el taller, y un 21% de los alumnos consideraron regular el material de trabajo que se utilizó en el taller.

Gráfica 6. Pregunta 5.- ¿Cómo te pareció la información brindada en el taller?



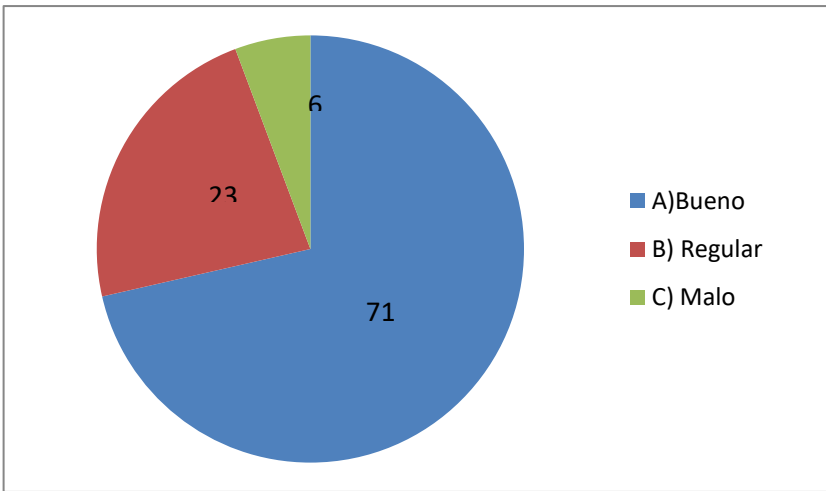
Podemos observar que de 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 83% de los alumnos consideraron buena la información brindada en el taller, un 14% de los alumnos consideraron regular la información brindada en el taller y un 3% de los alumnos consideraron mala la información brindada del taller.

Gráfica 7. Pregunta 6.- ¿Con la información brindada te ha beneficiado en lo personal?



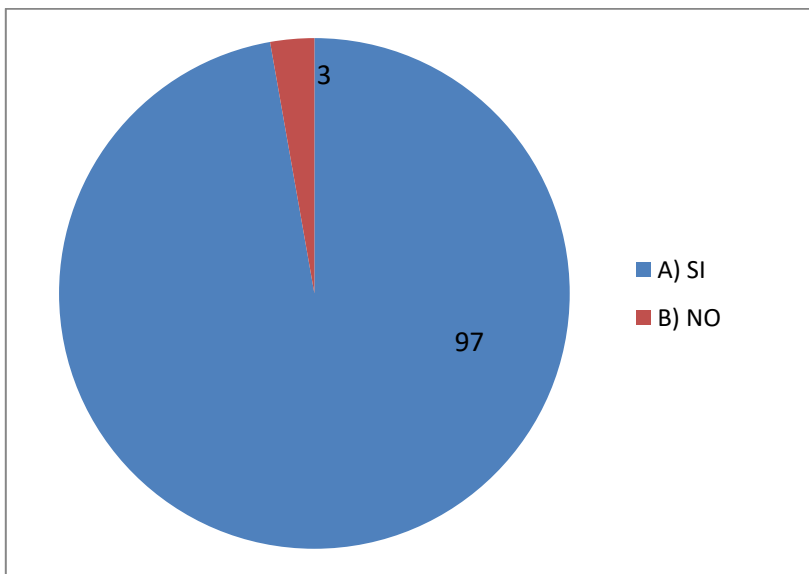
Observamos que en esta gráfica se muestra que 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 97% dijeron que si les benefició en lo personal la información brindada del taller y el 3% de los alumnos dijeron que no les benefició en lo personal la información brindada en el taller.

Gráfica 8. Pregunta 7.- ¿Crees que con esta información puedas intentar cambiar tus malos hábitos del sueño?



Como se puede apreciar de 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 71% de los alumnos consideraron bueno cambiar sus malos hábitos del sueño, un 23% de los alumnos consideraron regular cambiar sus malos hábitos del sueño y un 6% de los alumnos consideraron malo cambiar sus hábitos del sueño.

Gráfica 9. Pregunta 8.- ¿te gustaría seguir participando en estos talleres?



En esta grafica podemos observar que 194 alumnos involucrados en la implementación del taller un 97% dijeron que si les gustaría seguir participando en talleres y el 3% de los alumnos dijeron que no les gustaría seguir participando en talleres.

6.5 Resultados del cuestionario

Preguntas generadoras	Resultados	
	Correctos	Erróneos
1.- ¿Qué importancia tiene el sueño?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Mejora el rendimiento académico ❖ Se obtiene vitalidad ❖ Ayuda la relajación ❖ Disminuye el estrés ❖ Descansa la mente <div style="border: 1px solid gray; padding: 2px; width: fit-content; margin: 5px auto;">Área de trazado</div> energías	
2.- ¿Cuántas fases tiene el sueño?	5 fases 1.- Adormecimiento 2.- Sueño ligero 3.- Transición 4.- Sueño delta 5.- REM	
3.- ¿Cuánto DURA Aproximadamente un ciclo completo de sueño?	Un ciclo completo de sueño dura aproximadamente entre 90 y 100 minutos.	De 8 a 12 horas.
4.- ¿Cuál son las consecuencias del no dormir bien?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Irritación ❖ Aflojamiento ❖ Produce estrés ❖ Depresión ❖ Distracción ❖ Mal humor 	
5.- ¿menciona tres consejos para recuperar el sueño?	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Crear una rutina ❖ No cenar mucho ❖ No tomar bebidas estimulantes ❖ Tener buena alimentación ❖ Tomar una siesta de 10 a 15 min. 	

En

este cuadro se muestran las respuestas correctas y erróneas de las preguntas generadoras donde un 97% contestó correctamente y un 3% erróneamente.

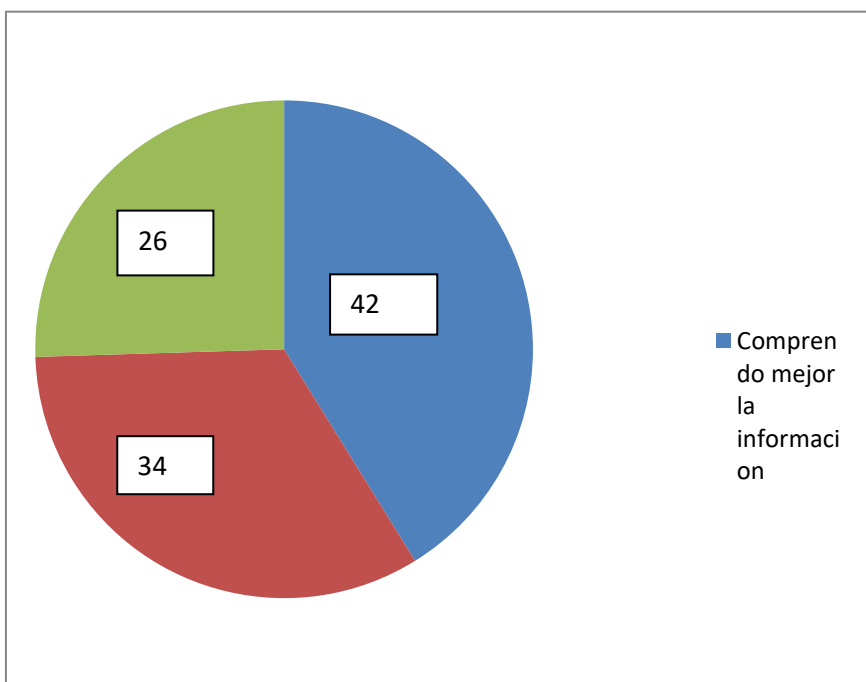
6.6 Resultados del programa

Se logró la participación de 102 alumnos de 194 que eran en total por los tres grupos esto muestra que la mayoría asistió a la aplicación de las estrategias de aprendizaje.

Se logró que la mayoría de los alumnos mejoren su aprendizaje y conceptualicen mejor la información.

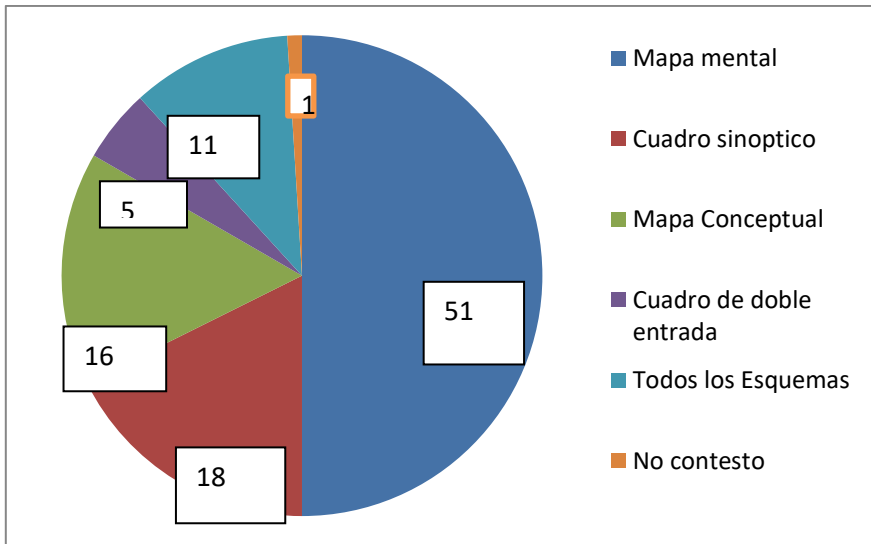
Resultados de la aplicación del programa

Gráfica 10. Pregunta 1.- ¿Qué ventajas y beneficios tengo al utilizar estos esquemas?



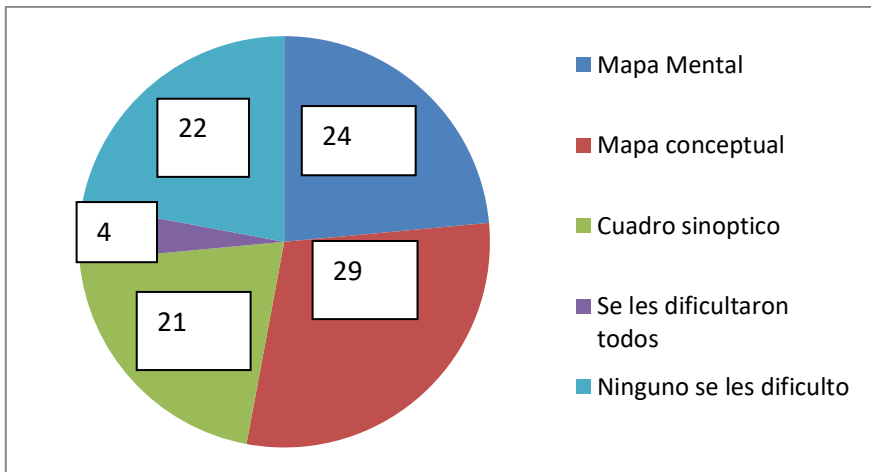
Podemos apreciar en esta imagen que 42 alumnos comprendieron mejor la información con las estrategias que se implementaron el programa, 34 alumnos aprendieron más fácil la información implementando las estrategias implementadas y a 26 alumnos observaron y utilizaron las estrategias brindadas en el programa.

Gráfica 11. Pregunta 2.- ¿Cual esquema te pareció mejor?



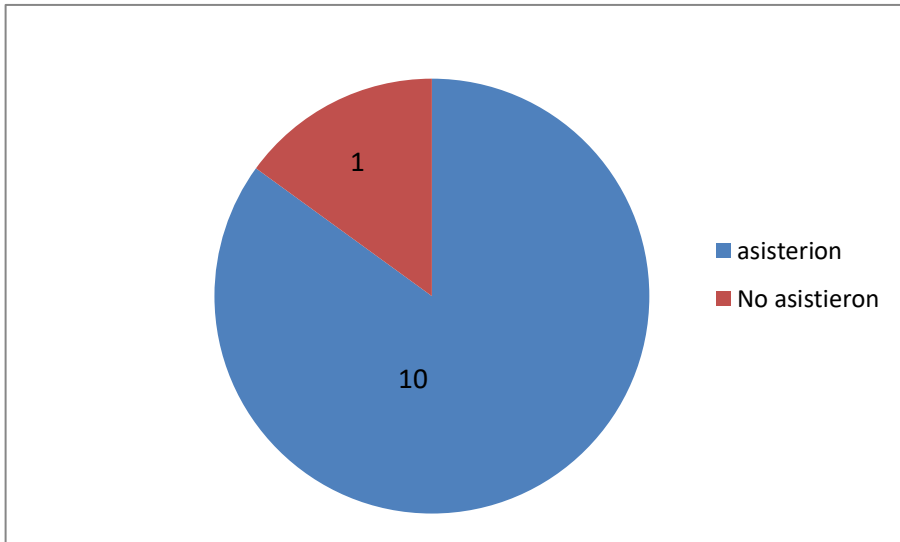
Como podemos observar que 51 alumnos le pareció mejor el mapa mental, 18 alumnos les pareció mejor el cuadro sinóptico, a 16 de los alumnos les pareció mejor el mapa conceptual, a 5 de los alumnos les pareció mejor el cuadro de doble entrada, a 11 les parecieron bien todos los esquemas y 1 alumno no contesto.

Gráfica 12. Pregunta 3.- ¿Qué esquema se te dificultó más?



Se observa que en esta imagen que a 24 alumnos se les dificultó más el mapa mental, a 29 alumnos se les dificultó más el mapa conceptual, 21 alumnos se les dificultó más el cuadro sinóptico, a 4 alumnos se les dificultó todos los esquemas, 22 alumnos no se les dificultó ningún esquema.

Grafica 13. Participación de los alumnos en el programa



Como podemos ver en esta gráfica se muestra la participación que hubo en la aplicación del programa donde 102 alumnos de los 3 grupos intervenidos asistieron y 18 no asistieron.

Aplicación de la información: El programa tuvo un resultado favorable ante la participación de la mayoría de los alumnos en los tres grupos que participamos en la intervención, se trabajó de forma dinámica e involucrando a todos los participantes, sin embargo estos resultados pueden mejorar si se le da un seguimiento al programa con mayor tiempo de aplicación para que tenga mayor impacto en los alumnos.

7. CONCLUSIONES

Participar como practicantes en la Preparatoria Regional de Sayula fue una gran experiencia ya que todo lo que aprendimos y las competencias adquiridas en el transcurso de la carrera, lo fuimos empleando en las actividades que se realizaron dentro de la preparatoria, trabajar con profesionales, en especial en el gabinete de orientación donde se encuentra la psicóloga María del Rocío Rodríguez Benítez, fue muy grato ya que siempre contamos con su apoyo y el de la institución.

Al iniciar las prácticas realizamos el diagnóstico donde el objetivo era identificar a los alumnos reprobados, cuáles eran los factores que influían en el rendimiento académico, los más notorios fueron el mal hábito del sueño, los noviazgos y los amigos, analizando y observando los resultados de las encuestas aplicadas la problemática que más fue marcada y con la que se trabajó fue el mal hábito del sueño ya que fue el factor que se destacó entre los estudiantes así que se diseñó un programa para la aplicación de temas sobre el sueño, se aplicó a seis grupos de la preparatoria los obstáculos que se tuvieron a lo largo de la aplicación fue el tiempo ya que no podíamos sobrepasar la hora de intervención porque había materias las cuales no podíamos cambiar ni interrumpir.

Para analizar si la intervención fue factible o no se llevó a cabo una evaluación para ver qué tan eficiente fue el programa. Por último se diseñaron estrategias de estudio con el fin de que los alumnos tuvieran herramientas necesarias para que facilitara su desarrollo en el aprendizaje e ir adquiriendo competencias las cuales pudieran facilitar el trabajo en clase.

Las experiencias que nos llevamos al estar a cargo de un grupo, tener el control del ya que nos encontramos con todo tipo de alumnos desde el que siempre participa a aquellos renuentes al trabajo en equipo, realizar planeaciones de las actividades y tiempos que se llevarían a cabo.

Fue un gran aprendizaje trabajar con profesionales ya que aprendimos diferentes formas para solucionar algún problema y maneras de llevar el control del grupo, como las modalidades de voz el hacer presencia en el grupo. Algunas dificultades que se presentaron en la estancia en la preparatoria para lograr una buena

intervención fue el tiempo, ya que no era suficiente para intervenir en todos los grupos, y la actitud de algunos alumnos que se resistían al cambiar la forma de estudiar, la presencia de aparatos electrónicos los cuales no querían dejar a un lado y poner atención impidiendo la mejora de sus conocimientos.

En el proceso de la aplicación del programa surgieron varios percances que no estaba previstos como: Suspensión de clases, Falta de tiempo. Al tener estos imprevistos no se abordaron a todos los grupos que se tenían contemplados para la aplicación de este programa, pero se dio a la tarea de trabajar el programa con 3 grupos el cual tuvo un buen resultado, la mayoría de los alumnos participaron favorablemente en programa.

La intervención realizada en la Preparatoria Regional de Sayula fue un reto ya que fue integrar todo un proceso que se ha seguido de una problemática, obteniendo resultados favorables, teniendo la probabilidad de poder mejorarlo y obtener resultados más efectivos en el desarrollo de los alumnos y mejoren su rendimiento académico.

El trabajo colectivo fue muy importante para nosotras y la encargada de la ER pues se aprende de otras personas, pues muchas ocasiones en vez de llevar el conocimiento sólo puede hacer un repaso para que ellos conozcan sus malos hábitos del sueño, también por que se hacen partícipes de su propia evaluación, pues se dan cuenta de lo que han hecho mal y como lo pueden mejorar sus hábitos del sueño.

Consideramos el trabajo fue bueno ya que se lograron algunos objetivos pero no al 100% por eso que se recomienda mejorar el diseño y la aplicación de los contenidos del programa para así tener mejores resultados, y seguir desarrollando el programa con nuevas técnicas, herramientas de trabajo y estrategias.

Durante la intervención fue necesario contar con apoyo teórico, ya que nos fundamentamos sobre lo abordado en el trascurso de esta intervención, guiando nuestro trabajo tomando en cuenta investigaciones de distintos autores como Piaget con la teoría del constructivismo trabajándola con los alumnos, nuestro objetivo fue

que los alumnos fueran capaces de crear y construir su propio aprendizaje mediante experiencias vividas, ya que son más significativas y tienen un impacto importante en su vida y podrán recordarlas y aplicarlas cuando se les sea necesario. Esta teoría es reforzada con otros autores como Vygotsky, Ausubel y Cross. Así mismo fundamentarnos sobre todos los aspectos que trabajamos durante este proceso y contar con la información necesaria para abordar estos temas, como el aprendizaje, el rendimiento académico, la orientación, el acompañamiento y sobre el sueño, los trastornos del sueño, la fatiga el insomnio la siesta en entre otros.

En el proceso de formación en intervención educativa adquirimos distintas competencias como: El diseño de diagnósticos, programas, proyectos de orientación psicopedagógica, creación de ambientes de aprendizaje, evaluar programas y proyectos, asesorar, tutorar y capacitar, las cuales fuimos desarrollando a lo largo de la intervención en la Preparatoria Regional de Sayula, donde realizamos un diagnóstico para identificar la problemática utilizando distintos instrumentos para recabar información como entrevistas, cuestionarios, encuestas entre otras.

Encontrando el bajo rendimiento académico es causado por el mal hábito del sueño, como principal problema, entre otros las relaciones sentimentales, los amigos, problemas familiares entre otros. Nos dimos a la tarea de identificar de diseñar un programa para informar sobre los daños que puede causar el no tener un sueño adecuado y que así vallan más descansados a la escuela y mejoren su rendimiento académico, creamos ambientes de aprendizaje y utilizamos distintas técnicas para facilitar y sean capaces de lograr una construcción de nuevos aprendizajes teniendo nuevas herramientas de trabajo.

Se llevó acabo un asesoramiento con alumnos que tuvieron mayores dificultades que otros para ir guiándolos y que fueran capaces de tomar sus propias decisiones sobre su futuro.

Al final de la intervención se diseñó una evaluación del programa realizado con la finalidad de ver que tan factible fue la realización, si se tenía que rediseñar o dar seguimiento, las mejoras que se pueden realizar para el apoyo a los alumnos con el

mal hábito del sueño que ocasionaba un bajo rendimiento académico y por consecuencia hasta la deserción.

REFERENCIAS

- Alonso J. (2006), manual de orientación educativa y tutoría. Ed. Académica. México.
- Álvarez González, Manuel. 2001Diseño y evaluación de programas de educación emocional. Ed. CISS PRAXIS. España.
- Álvarez Rojo, Víctor. Diseño y evaluación de programas. Ed. EOS.González Soto, Ángel, Pio. 2003. Didáctica general: modelos y estrategias para la intervención social. Ed. Universitas .España.
- Champion, Psicología del aprendizaje y de la activación del aprendizaje. ED Limusa S. A de C.V, México 1985.
- Definición de sueño (sf) Diccionario ABC disponible en:
<http://www.definicionabc.com/general/sueno.php>, Visto el 29 de octubre de 2010
- Definición de siesta (sf) Diccionario ABC disponible en
<http://www.definicionabc.com/salud/siesta.php> Visto el 20 de octubre de 2012
- Giovagnoli, P. I. (2002). Determinantes de la deserción y graduación universitaria: una aplicación, utilizando modelos de duración. Documento de trabajo No. 37. Departamento de Economía, Facultad de Economía, Universidad Nacional de la
- Gómez, Ramírez y Jiménez 2003 Deserción escolar: un problema socioeducativo. Universidad Pedagógica Nacional Unidad UPN- 144 Ciudad Guzmán,, Jal. *203.
- González Soto, Ángel, Pio 2003. Didáctica general: modelos y estrategias para la intervención social. Ed. Universitas .España,

Gordon, R Cross. 1984. Introducción a la psicología del aprendizaje. Ed marcea s.a. Madrid.

Juan, T. Q. (sf) Cuadernos de Educación y Desarrollo. Universidad de Málaga España, disponible en: <http://www.eumed.net/rev/ced/11/jtq.htm>

Luna, A. M. (sf). *Habilidades docentes*. Universidad Autónoma Metropolitana, Unidad Azcapotzalco, disponible en: <http://hadoc.azc.uam.mx/enfoques/constructivismo.htm>

Lurrcat, Liliane 1990. El fracaso y el desinterés escolar 3r. Ed Gedisa. España,

Marta, O. María, F. (sf). *Teoría del constructivismo*, disponible en: <http://factoresquefavorecenelaprendizaje.blogspot.mx/2012/05/autores-del-constructivismo.html>

Pilar, M. (sf) *Estilo de vida saludable* disponible en: <http://www.salud180.com/maternidad-e-infancia/5-consejos-para-evitar-trastornos-de-sueno-en-adolescentes>

Rosales Hernández, José Alfredo. Estilos de aprendizaje y rendimiento académico en adolescentes de secundaria. Ed. 2013. Guadalajara, Jalisco, Mex.

Secretaría de Gobernación y Gobierno del Estado de Jalisco. 1988. Los Municipios de Jalisco. Colección: Enciclopedia de los Municipios de México, disponible en: <http://www.jalisco.gob.mx/es/jalisco/municipios/sayula>

S: fanham-diggory. 1983. Dificultades de aprendizaje. Ed. Morata S.A. Madrid.

Stufflebeam Daniel L1987. Evaluación sistemática, guía teórica y práctica. Ed. Paidós Ibérica, S.A. España.

Tapia, Jesús Alonso. 1997. Orientación educativa: teoría, evaluación e intervención. Ed. Síntesis. España.

Universidad de Guadalajara (2009) curso de inducción para los alumnos de primer ingreso sistema de educación media superior

Instituto Nacional de Estadísticas y Geografía (2010). Monografía de Sayula Jalisco disponible en: <http://www.inegi.org.mx>

Abel, C. (sf), Técnicas de Estudio disponible en: <http://www.tecnicas-de-estudio.org/tecnicas/tecnicas12.htm>

ANEXOS

- 1. Cuestionario**
- 2. Entrevista**
- 3. Cuestionario de evaluación de la información en las pláticas**
- 4. Bitácora COL**
- 5. Instrumentos para la evaluación de la aplicación**
- 6. Cuestionario para evaluar alumnos**
- 7. Los programas de la universidad de Guadalajara a nivel medio**
- 8. Fotografías**

Anexo 2. Guía de entrevista

¿Qué sentido tiene la preparatoria en este momento de tu vida?

¿Qué elementos son de tu agrado o desagrado que influyan en tu rendimiento académico?

¿Cuáles son los factores que influyen en tu rendimiento escolar?

Anexo 3. Cuestionario para evaluación de las pláticas

De acuerdo con la información brindada contesta las siguientes preguntas

1.- ¿Qué importancia tiene el sueño?

2.- ¿Cuántas fases tiene el sueño?

3.- ¿Cuánto dura aproximadamente un ciclo completo de sueño?

4.- ¿Cuáles son las consecuencias del no dormir bien?

5.- ¿Menciona 3 consejos para recuperar el sueño?

Anexo 4. Bitácora COL

De acuerdo con tu experiencia vivida contesta las siguientes preguntas

¿Qué pasó?

¿Qué sentí?

¿Qué aprendí?

Anexo 5. Instrumentos para la evaluación de la aplicación de las pláticas

Contesta el siguiente cuestionario de acuerdo a lo visto en el taller aplicado

1.- ¿Cómo consideras la temática del programa?

A) Bueno B)Regular C)Malo

2.- ¿Cómo te pareció la aplicación del taller?

A) Bueno B)Regular C)Malo

3.- ¿Cómo te pareció la presentación de los aplicadores del taller?

A) Bueno B)Regular C)Malo

4.- ¿Cómo te pareció el material de trabajo que utilizaron los aplicadores?

B) A) Bueno B) Regular C) Mal

5.- ¿Cómo te pareció la información brindada en el taller?

A) Bueno B) Regular C) Malo

6.- ¿Con la información brindada te ha beneficiado en lo personal?

A) SI B) NO C) ¿Porque?

7.- ¿Crees que con esta información puedas intentar cambiar tus malos hábitos del sueño?

A) Bueno B) Regular C) Malo

8.- ¿te gustaría seguir participando en estos talleres?

A) SI B) NO C) ¿por qué?

Anexo 6. Cuestionario para evaluar alumnos

- 1.- ¿Qué ventajas y beneficios tengo al utilizar estos esquemas?
- 2.- ¿Cual esquema te pareció mejor?
- 3.- ¿Qué esquema se te dificultó más?

Anexo 7. Los programas de la universidad de Guadalajara a nivel medio se caracterizan por:

PROGRAMA ACTUALIZADO DE CIENCIAS FORMALES

Programa de Ciencias Formales "Presentación"
Matemáticas I, II, III y IV
Lógica
Programación y Cómputo

PROGRAMA ACTUALIZADO DE CIENCIAS EXPERIMENTALES

Ciencias Experimentales "Presentación"
Programas de Biología I y II y Ecología
Biología I "Prácticas"
Biología II "Prácticas"
Ecología "Prácticas"
Programas de Química I, II y III
Programas de Física I, II y III
Física I "Prácticas"
Física II "Prácticas"
Física III "Prácticas"

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADOS DE LENGUA Y LITERATURA

Programa de Lengua y Literatura "Presentación"

Lengua Española I, II, y III
Literatura I, y II
Lengua Extranjera I, II y III
Introducción al Arte

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADO DE LAS CIENCIAS HISTÓRICO-SOCIALES

Programa de Ciencias Histórico-Sociales
Historia Regional
Historia Nacional
Historia Internacional
Geografía
Economía

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADO DE LAS CIENCIAS HUMANÍSTICAS

Programa de Ciencias Humanísticas "Presentación"
Psicología

Filosofía
Seminario de Aprendizaje y Desarrollo

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADOS DE EDUCACIÓN FÍSICA Y
EXTENSIÓN CULTURAL

Presentación de los Talleres
Educación Física
Extensión Cultural

PROGRAMA DE ESTUDIOS ACTUALIZADO OPTATIVAS I

Teoría de la Organización
Taller de Problemas Socioeconómicos de México
Taller de Microbiología
Anatomía
Química Aplicada
Maquetas
Histología
Fisiología
Física Moderna
Expresión y Creación Literaria
Enfoques Administrativos
Dibujo de Expresión
Creatividad
Computación
Cálculo
Botánica
Bioquímica
Taller de Ciencias Experimentales

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADOS OPTATIVAS II

Investigación Social
Relaciones Humanas
Sociedad Civil
Taller de Inglés
Taller Teoría de la Información Documental

PROGRAMAS DE ESTUDIO ACTUALIZADOS DE TALLER DE ARTE

Talleres de Arte "Presentación"
Cerámica
Teatro
Serigrafía
Música
Literatura

Fuente: <http://prepa5.sems.udg.mx/planes-de-estudio>

Anexo 8. Fotos



Actividades realizadas en una sesión del taller



Participación de los alumnos en el taller.



Participación en las pláticas con los alumnos de la preparatoria.