



Hábitos de estudio y aprendizaje fomentados por la educación a distancia.

Mirtha Graciela Villagra Ferreira¹ Patricia Johanna Cabrera²

Resumen

El presente artículo tiene la finalidad de realizar un análisis sobre los hábitos de estudio y aprendizaje adquiridos por los estudiantes que realizan cursos de postgrado en el formato virtual dentro del CIMEE (Comando de Institutos Militares de Enseñanza del Ejército) y de esta forma caracterizar el aprendizaje híbrido y colaborativo en relación con el desempeño académico. Para lograr esto, se inició con la aplicación de un cuestionario sobre hábitos de estudios, el mismo constaba de 27 preguntas cerradas, distribuidas en 3 dimensiones, a través de un muestreo aleatorio estratificado, aplicado a una muestra conformada por 81 estudiantes del postgrado en metodología de la investigación y didáctica superior. El estudio es de tipo cuantitativo, descriptivo, no experimental y de corte transversal. Luego de aplicar el cuestionario, se procedió a realizar el análisis estadístico respectivo donde se estableció que la falta de clases presenciales no fue un impedimento para seguir aprendiendo. De acuerdo a la percepción de los alumnos dedicaron más tiempo a participar en la modalidad a distancia y realizar otras actividades. Sin embargo, también han aparecido algunos detalles, por ejemplo, el 72 % de ellos piensan que es mejor volver a la presencialidad o por lo menos a una modalidad híbrida; pero sin perder las competencias digitales adquiridas. Estos hallazgos ayudan a comprender la perspectiva a la que se adaptó la educación superior y el posgrado; además de dejar un precedente para futuros estudios que permitirán adquirir más información y aportar a la evolución de los sistemas educativos que respondan a las condiciones cambiantes del entorno

Palabras clave: hábito de estudio y aprendizaje, ambientes virtuales, estudiantes de posgrados

¹ Universidad Nacional de Asunción - mvillag@cnc.una.py
<https://orcid.org/0000-0003-3047-2191>

² Universidad Nacional de Asunción pjcabrera@filuna.edu.py
<https://orcid.org/0000-0002-5378-5652>

Study and learning habits fostered by distance education.

Abstract

The purpose of this article is to carry out an analysis of the study and learning habits acquired by students who take postgraduate courses in the virtual format within the CIMEE (Command of Military Teaching Institutes of the Army) and in this way characterize learning. hybrid and collaborative in relation to academic performance. To achieve this, it began with the application of a questionnaire on study habits, it consisted of 27 closed questions, distributed in 3 dimensions, through a stratified random sampling, applied to a sample made up of 81 postgraduate students in methodology of research and higher education. The study is quantitative, descriptive, non-experimental and cross-sectional. After applying the questionnaire, the respective statistical analysis was carried out where it was established that the lack of face-to-face classes was not an impediment to continue learning. According to the perception of the students, they dedicated more time to participate in the distance modality and to carry out other activities. However, some details have also appeared, for example, 72% of them think that it is better to return to face-to-face or at least a hybrid modality; but without losing the acquired digital skills. These findings help to understand the perspective to which higher education and postgraduate studies were adapted; In addition to leaving a precedent for future studies that will allow more information to be acquired and contribute to the evolution of educational systems that respond to changing environmental conditions.

Keywords: study and learning habits, virtual environments, postgraduate students

Introducción

Los hábitos de estudio son una serie de procedimientos, técnicas y estrategias aplicadas por los estudiantes para adquirir la mayor cantidad de conocimientos posibles al estudiar. (1) Las prácticas académicas diarias que los estudiantes realizan para aprender incluyen medidas como la organización del tiempo y el espacio, técnicas y métodos para la investigación, para ello los alumnos deben desarrollar nuevas y mejores asociaciones mentales para adquirir conocimiento en forma eficiente.

En la actualidad debido a la pandemia del Covid-19 (2) y el desarrollo de las actividades académicas en forma virtual afectó de sobremanera los hábitos de estudios; que pueden definirse como “conductas repetitivas que permiten adquirir, mejorar y consolidar el conocimiento”. Entre los retos y oportunidades surgidos por esta situación, podemos considerar que la transición a la educación virtual generó competencias digitales y es erróneo considerar que fue un retroceso, tampoco se pueden minimizar los factores de índole social económico que afectaron a la comunidad académica, como son la escasa y pésima conexión a internet, horario de estudio inadecuado, descanso inapropiado, distractores ambientales, etc., que influyen de manera negativa en el rendimiento académico. (3)

Con los hechos históricos que afectaron a todos los niveles de la educación fue un desafío incorporar las tecnologías de la información y la comunicación en los procesos de enseñanza y aprendizaje por la evolución que vivieron los estudiantes para adaptarse a las condiciones impuestas para continuar sus estudios y no perder el año. (4)

La continuidad del aprendizaje y el impacto curricular, generaron una adaptación y flexibilización de la misma. Las actividades de educación a distancia han reafirmado la función formativa de la evaluación.

La información sobre el aprendizaje individual de cada estudiante, a través de ejercicios de diagnóstico y de seguimiento, permite a las y los docentes proporcionar retroalimentación a sus estudiantes y modificar sus estrategias pedagógicas para que sean más efectivas y por ende, también generar nuevas estrategias de aprendizaje que los alumnos fueron adquiriendo en su proceso de formación. (5)

El desarrollo de instrumentos de evaluación formativa y de autoevaluación permite, además, que el estudiante realice una autocrítica en su proceso de adquisición de conocimientos. Esta facilita a cada alumno, construir y evaluar su proceso de adquisición de conocimientos y habilidades a través de la interacción que se produce en el aula. (6)

Objetivo

El objetivo principal fue analizar si la educación a distancia fomentó nuevos hábitos de estudio y aprendizaje en los estudiantes de postgrado del CIMEE.

Fundamentación teórica

Este artículo de investigación tiene su fundamento en algunos trabajos sobre los hábitos de estudios y aprendizaje dentro de la pandemia, destacando el hecho que este proceso generó nuevas metodologías aplicadas al desarrollo de clases, que es el tema principal de enfoque en esta investigación.

De acuerdo a De la Hoz, (7) menciona que el propósito habitual, analizar la incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los alumnos; y el impacto de los recursos didácticos y pedagógicos están vinculados con la tecnología permitiendo fortalecer los saberes académicos y las competencias de los alumnos y que estos hábitos de estudios inciden de forma significativa en el rendimiento académico.

También el estudio se fundamentó en la Teoría del Conductismo por Iván P. Pavlov (1849 – 1936), es fundamental estar entre el estímulo que posee el individuo y la contestación que adopta u ofrece ante el escenario mostrado, el propósito es alcanzar una conducta justificada. El conductismo encuentra en las

TIC un instrumento muy útil para su propia reproducción y esto tiene relación bidireccional con las actividades realizadas en la cotidianidad. (8)

Es importante darle a las TIC el puesto que tienen en el proceso educativo, son un instrumento, con enormes capacidades, pero solo un instrumento, siendo así no definen por sí mismas el proceso de enseñanza-aprendizaje. En mi criterio quien define es el docente en su relación con el estudiantado, y no solo en el contexto de una educación tradicional conductista, sino en la aplicación de otros modelos; también marcan definiciones justamente el modelo y la política educativa. Estos inciden sobre el estudiante que también define la incidencia de la educación en su ser.

Materiales y métodos

La investigación fue de carácter exploratorio, aplicado a 81 estudiantes de los cursos de especialización del CIMEE en didáctica superior y metodología de la investigación que se encuentran cursando actualmente. El universo total de estudiantes abarca ambas secciones siendo esta de 100 alumnos. Participaron en la encuesta creada en Google Forms® los alumnos que asistieron el último día de clase.

Las variables de estudio fueron las siguientes: ambiente de estudio, hábitos de estudios, las actividades áulicas y las técnicas de estudios, que utilizan los estudiantes para el logro de su aprendizaje.

Una vez recolectados los datos se procedió a generar una base de datos en el programa Microsoft Excel, y realizar el análisis donde se utilizaron las funciones de análisis de datos para obtener los valores de medidas estadísticas descriptivas, se presentaron los datos en forma de tablas de frecuencias y gráficos estadísticos.

Resultados

En el cuestionario participaron 81 personas, todas ellas estudiantes del postgrado del Comando de Institutos Militares de Enseñanza del Ejército (CIMEE), de las especializaciones de didáctica superior y metodología investigación. De los mismos, 56% (45) fueron mujeres y 44% (36) son hombres.

Las edades se han presentado de la siguiente manera:

Tabla 1. Edad de los participantes Estudiante del postgrado CIMEE

EDAD	N	%
20 A 25 AÑOS	2	2%
26 A 30 AÑOS	12	15%
31 A 40 AÑOS	19	23%
41 A 55 AÑOS	27	33%
56 Y MÁS AÑOS	21	26%
TOTAL	81	100%

Fuente: datos obtenidos mediante la investigación, año 2022.

Ambiente de estudio

Ambientes físicos: Es todo el entorno que rodea al alumno, en el contexto áulico, que no se centra solo en el alumno, sino también en el contenido. Por lo que la interacción con el ambiente desarrollará una interacción con el estudiante que puede ser positiva o negativa dependiendo del lugar. Hay suficientes pruebas que confirman que un deficiente ambiente interior y condiciones térmicas, acústicas y de iluminación influyen negativamente en la calidad del aprendizaje debido a la incomodidad y al deterioro de la salud mental y física de los estudiantes. (9)

Tabla 2. Lugar de estudio

LUGAR DE ESTUDIO	N	%
AIRE LIBRE	7	9%
BIBLIOTECA	11	14%
SALÓN DE CLASES	4	5%
CUALQUIER LUGAR	1	1%
EN ALGÚN LUGAR DE LA CASA	3	4%
EN SU HABITACIÓN	55	68%
TOTAL	81	100%

Fuente: datos obtenidos mediante la investigación, año 2022.

Los horarios de estudio son importantes para ser consciente del propio rendimiento y regular esfuerzos. Los alumnos establecieron 26% (21) prefieren estudiar en el horario de la mañana, así 27% (22) de los alumnos prefieren estudiar en el horario de la tarde, mientras 47% (38) estudian a la noche.

Tiempo dedicado al estudio

El tiempo dedicado al descanso y al estudio de forma equilibrada permite que tu cerebro mantenga y asimile los nuevos conocimientos para mantener en la memoria de largo plazo. Por ello establecer un equilibrio adecuado para estas actividades da buenos resultados. (10). Se encontró que 54% (44) alumnos con normalidad estudian una hora y hacen una pausa de 5 a 10 min, mientras que 33% (27) estudian 3 horas y tiene pausas de 10 min a 30 min, el resto de los 12% alumnos (10) estudian en su tiempo libre (fines de semana) de acuerdo la demanda de las clases

Tabla 3 Actividad de Descanso

ACTIVIDAD DE DESCANSO	N	%
CAMINAR UNOS MINUTOS.	12	15%
COMER ALGO	15	19%
CONVERSAR CON AMIGO O FAMILIAR.	13	16%
DORMIR	7	9%
ESCUCHAR MÚSICA.	14	17%
ESTIRAR LOS MÚSCULOS.	8	10%
OTRO	7	9%
RELAJACIÓN MEDIANTE EJERCICIOS DE RESPIRACIÓN.	2	2%
TOMAR ALGO.	3	4%
TOTAL	81	100%

Fuente: datos obtenidos mediante la investigación, año 2022.

Importancia de los grupos de estudios para fijar el aprendizaje

En los últimos años se ha modificado la estructura socioeconómica, política y educativa; lo que obliga a hacer uso de nuevos aportes para crear nuevos conocimientos. (11)

Realizar trabajos colaborativos promueve el neuroaprendizaje y es una nueva propuesta en neuroeducación, esta estrategia es considerada muy importante ya que además de favorecer el aprendizaje, apoya la adquisición de destrezas sociales, mejora la comunicación.

Es este aspecto los 56 alumnos (69%) no consideran apropiados los trabajos grupales o colaborativos, mientras 25 alumnos (31%) encuentran que los grupos de trabajo promueven su aprendizaje.

Tabla 4 - Le agrada transmitir su conocimiento

LE AGRADA TRASMITIR SU CONOCIMIENTO	N	%
NO	12	15%
SI	69	85%
TOTAL	81	100%

Fuente: datos obtenidos mediante la investigación, año 2022.

Hábitos de estudio en pandemia

La educación a distancia, que se ha desarrollado en tiempos de COVID-19, constituye un modelo de aprendizaje autodirigido por el estudiante, requiere que este posea adecuados hábitos de estudio para garantizar el aprender con eficiencia. (12).

Tabla 5 – Hábitos de estudios

HÁBITOS DE ESTUDIOS	SI	NO
ESTABLECE HORARIOS	38	143
ESTUDIA DIARIAMENTE	78	103
PLANIFICA	46	135
PAUSAS ENTRE ACTIVIDADES.	82	99
LO DIFÍCIL VA PRIMERO.	27	154
REALIZA RESÚMENES O MAPAS MENTALES	56	125
ESTUDIA POR VIDEOLLAMADA.	93	88

Fuente: datos obtenidos mediante la investigación, año 2022.

El uso de las tecnologías en forma constante fue considera una desventaja ya que generó ansiedad y procrastinación en vez de invertir el tiempo para los estudios. Se conceptualiza procrastinación como posponer deliberadamente tareas importantes pendientes, a pesar de tener la oportunidad de llevarlas a cabo (se tiene el tiempo y la ocasión). Puede afectar a acciones (por ej. terminar un trabajo pendiente) (13)

Los alumnos establen en su gran mayoría 68.8% (55) que la procrastinación y la ansiedad fueron sus principales inconvenientes en el momento estudiar, mientras que (25) 31.3 % establecieron que tuvieron inconvenientes con la conexión, con el uso de herramientas tecnológicas y que generaron los problemas para el aprendizaje..

Sobre la educación virtual

Modalidad de desarrollo de clases

Con respecto al desarrollo de las actividades académicas en el formato virtual 28% de los alumnos se encuentra cómodos, les resulta agradable y conveniente el desarrollo del curso de las clases, mientras que 38% de los alumnos consideran que sería conveniente volver a las clases presenciales y 34 % de los alumnos les resulta indiferente la modalidad del desarrollo de clases.



Figura 1

Su experiencia estudiantil varió con la educación virtual

En lo referido a si percibió alguna variación cuando pasaron al modelo virtual 81% de los alumnos 66 afirma si. Mientras 19% (15) dice que no. Figura 2

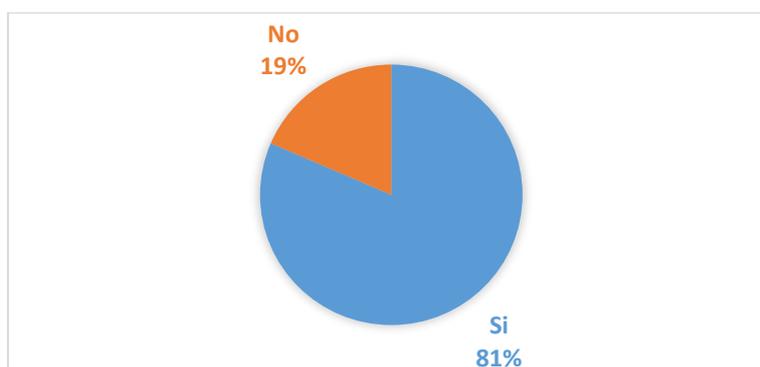


Figura 2

Otros datos importantes que establecieron los alumnos fueron 87% (70) de los alumnos cuenta con espacio dentro de sus hogares para realizar sus actividades académicas y 90% de los alumnos (73) poseen sus equipos exclusivos para realizar sus estudios, además 92% de los alumnos (75) reconoce

que sus profesores y compañeros mostraron compromisos al participar en la modalidad a distancia.

Habilidades tecnológicas

En cuanto a la percepción de los alumnos sobre sus habilidades en el uso de las herramientas tecnológicas se encontró que (17) alumnos consideran que sus habilidades son bajas, mientras que (23) alumnos tienen habilidades medias y (41) alumnos tienen habilidades altas de acuerdo a la Figura 3

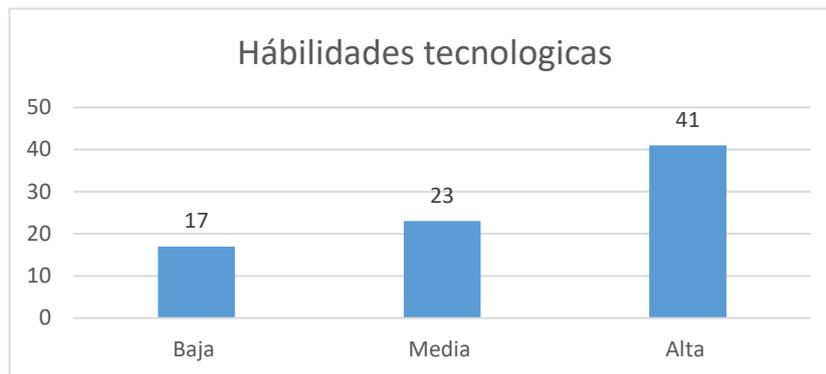


Figura 3

La educación fomentó nuevos hábitos

Con respecto a los hábitos que fomentó la educación a distancia (30) de los alumnos consideró que impactó en el uso de herramientas tecnológicas, mientras que (32) alumnos establecieron que el fomento se centró en la gestión de tiempo y (19) alumnos considera que lo más se fomentó la autoformación como se observa en la Figura 4

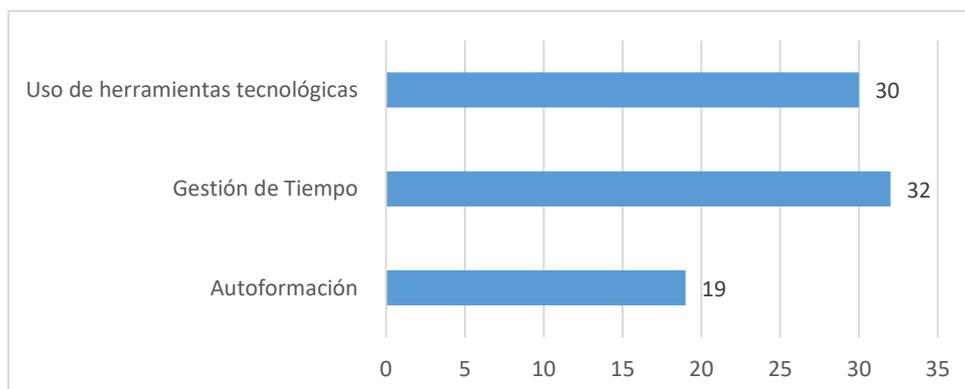


Figura 4

Aceptación de modelo híbrido

Queda de manifiesto la necesidad de fortalecer un modelo híbrido que equilibre las experiencias de aprendizajes presenciales y no presenciales, así lo pidieron 77% de los alumnos (62) mientras que el 23% de los alumnos (19) desearía volver a las clases presenciales. En el regreso a la presencialidad, es fundamental aprovechar este hábito que han desarrollado para mantenerlo e incentivar otros, en beneficio de los estudiantes. Figura 5

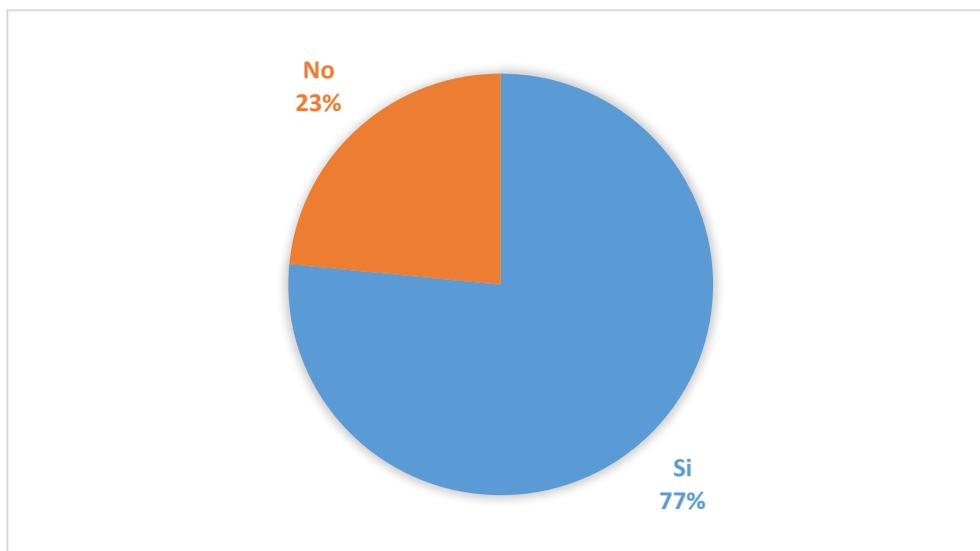


Figura 5

Discusión

En la investigación resaltan las percepciones positivas de los participantes acerca del tipo a la formación virtual que recibieron los alumnos. De acuerdo con los resultados de la encuesta, los alumnos del postgrado ya tenían formados sus hábitos de estudios como el tiempo de dedicación, la forma de descanso, aquí destacaron que relajan su mente, el lugar en donde estudian y que les agradó trabajar en grupo para comunicar sus conocimientos, pero a pesar de ese hecho 81% de los alumnos consideraron que tuvieron que modificar sus hábitos durante la educación virtual, según su experiencia estudiantil.

Aunque muchos alumnos ya utilizaban en su día a día diversos dispositivos tecnológicos para fines de entretenimiento (14), se evidenció durante el periodo de la pandemia que la utilización y el conocimiento de diversas aplicaciones era muy básicos para el uso académico. Además, con el cambio de la modalidad de estudios tuvieron que habilitar espacios dentro de sus hogares para el desarrollo

de las clases, e inclusive, compartir sus dispositivos con otros integrantes de la familia.

El 87 % de los alumnos encuestados consideró que con la educación a distancia han mejorado sus habilidades en el uso de tecnologías y manifestaron un amplio conocimiento en el uso de Smartphone, computadoras, tabletas y televisiones digitales, y se califican como usuarios medios y altos en uso de estas tecnologías. Mientras que el 13% consideran que deben mejorar sus capacidades.

Los resultados también revelaron que la educación a distancia fomentó nuevos hábitos de estudio como la autoformación, gestión del tiempo y la habilidad de utilizar diversas tecnologías, además, que los alumnos en su gran mayoría están de acuerdo con una modalidad híbrida en 77%.

También manifestaron que en su gran mayoría que los modelos de enseñanza virtuales no fueron totalmente satisfactorios en 72% de los encuestados, pero consideran que en estos últimos meses han avanzado como nunca en el uso de herramientas digitales para fortalecer los aprendizajes.

Además, la percepción del compromiso asumido por la comunidad académica de participar en la educación a distancia fue alta 92% y que los alumnos invirtieron para crear sus espacios de estudios y de contar con dispositivos tecnológicos para continuar con su formación en más de un 90%.

Conclusión

Luego de dos años de la pandemia y la formación de nuevos hábitos y destrezas aplicadas al aprendizaje no se debe desaprovechar la acumulación de experiencia y capitales digitales que dejaron los modelos de enseñanza no presencial.

Por lo anterior, se sugiere que los hábitos de estudio que se fortalecieron o emergieron deben ser utilizados en esta época de presencialidad académica y de eventual adaptación a entornos de aprendizaje multimodales: presenciales, híbridos, en este sentido, el uso de herramientas digitales puede seguir siendo útil en los entornos presenciales y no hay que hacer una segmentación entre lo presencial y lo no presencial

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Zárate-Depraect Nikell E SDMGMAEGCCMLGJRALLNM. Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. FEM (Ed. impresa) vol.21 no.3. 2018.
2. Unesco_Cepal. La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19. Unesco, Cepal.
3. MEC. La interacción pedagógica mediada por una plataforma digital. Revista Paraguaya de Educación Vol(10) 2. 2021;; p. 103-130.
4. Villagra_M FGC. COMPETENCIAS DIGITALES DEL DOCENTE UNIVERSITARIO EN TIEMPOS DEL COVID-19. AcademicDisclosure, 2(1). 2021;; p. 111-123.
5. UNICEF. Continuidad del aprendizaje. Aprendizaje en tiempos de COVID-19. UNICEF.
6. Aretio_L. ¿ Podemos fiarnos de la evaluación en los sistemas de educación a distancia y digitales? RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia, 24(2). 2021;; p. 9-29.
7. Hoz_D. Hábitos de estudio como herramienta para el mejoramiento del rendimiento académico de los estudiantes de la Institución Educativa Distrital de la Unión Mexcio; 2021.
8. Sandler_Jack , Davidson_Robert. Psicopatología: teoría del aprendizaje, investigación y aplicaciones Mexico ; 1974.
9. Delgado Mora MI GLU. Hábitos de estudio y rendimiento académico: caso estudiantes de octavo grado 2017. Educación y Ciencia, (22). 2021;; p. 153-70.
10. Rodríguez García I. PLANIFICACIÓN DEL TIEMPO DEDICADO AL ESTUDIO: VALORACIONES DE ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA. REVISTA CUBANA DE PSICOLOGÍA Vol(4)N(5). 2022;; p. 73-87.
11. Rojas Anaya Y. Neuroaprendizaje: Nuevas propuestas en la formación universitaria. Apuntes de Ciencia & Sociedad Vol(10) n(1). 2022;; p. 32-48.
12. Herrera-Robaina Y ÁPYRGERMJPCY. Hábitos de estudio y educación a distancia en estudiantes de ciencias médicas en tiempos de COVID-19. Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta. 2021; 45(5).
13. Gil-Tapia L BPV. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. CASUS. 2018; 3(2): p. 89-96.
14. Aguiar B,VR,&AJ. Innovación docente y empleo de las TIC en la Educación Superior. Espacios. 2019; 40(2): p. 40-52.

