



UAEH®

Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo



Área Académica: Academia PERFIL

Tema: Estrategias para ser un estudiante universitario integro.

Profesor: L.D. José Adán Márquez Castillo

Periodo: Julio – Diciembre 2021



Tema: Estrategias para ser un estudiante universitario integro.

Resumen:

Formar estudiantes a partir de buenas estrategias de integridad puede ser un reto si a los maestros les cuesta hacer un lado la manera convencional, pero en este tema te menciono algunas más dinámicas para alumnos de preparatoria o universidad.

Cada alumno posee una personalidad y un potencial único, y viene con un equipaje de conocimientos y experiencias diferentes. De allí la importancia de utilizar estrategias de integridad innovadoras.

Palabras clave: Estrategia, Integridad Académica, alumno, conocimientos, técnicas.



Subject: Estrategias para ser un estudiante universitario integro.

Training students from good integrity strategies can be a challenge if teachers find it difficult to put aside the conventional way, but in this topic I mention some more dynamic ones for high school or university students.

Abstract:

Each student has a unique personality and potential, and comes with a baggage of different knowledge and experiences. Hence the importance of using innovative integrity strategies.

Keywords: Strategy, Academic Integrity, student, knowledge, techniques.



¿Que significa ser un estudiante íntegro?

Un estudiante íntegro es una persona que vive sus valores en el día a día y los practica en todas sus actividades sin importar el contexto; es decir, es íntegro en el ámbito académico, profesional, cívico y familiar.

Reconoce que sus actividades y actitudes lo definen como persona; con esto me refiero a que no se puede decir que una persona es íntegra solo porque sigue las leyes cívicas pero en sus clases o trabajos comete actos deshonestos.



Como ya te habrán dicho en más de una ocasión, los estudiantes de hoy serán los líderes de mañana, y son precisamente sus cualidades lo que determinan claramente el futuro que tendrá. Pero ¿quién es un buen estudiante? ¿Cuáles son las cualidades de un buen estudiante? Esta pregunta puede tener diversas respuestas y ninguna y todas son las correctas.

Te presento una lista de algunas que considero realmente importantes, por si pueden servirte como guía.



Pensamiento positivo

Estar motivado y decidido a cumplir las metas y objetivos. Sin un enfoque optimista cumplir los objetivos puede convertirse en una tarea imposible. Así que lo primero es pensar que todo va a salir bien.



Tienen una rutina de estudio establecida

Nada en la vida de un estudiante destacado es improvisado o al menos no sus rutinas de estudio. Todos tienen un calendario definido con horarios, temáticas e incluso descansos (organización).



Aplicar técnicas de estudio

Lo importante es que entiendas racionalmente lo que estudias, pudiendo hacer conexiones lógicas, entre conceptos, acontecimientos, etc. Para lograrlo, los mapas mentales, son de gran ayuda. También destacar las ideas fundamentales de cada párrafo que lees.



Tener un grupo de estudio



Formar un equipo de estudio y hacer trabajos prácticos en grupo. También sería, el tener un grupo de amigos con los cuales podemos repasar contenidos o aclarar dudas con ellos.



Desarrollar hábitos de estudio y disciplina

Crea un test para
evaluar tus
resultados

Empieza por lo
mas difícil



En la medida de lo posible, intenta estudiar siempre en un mismo periodo de tiempo.



Pueden aislarse de las distracciones. (facebook, whats app, twitter, instagram, etc.)



Para que tu cerebro funcione correctamente, es importante dormir bien durante 7 y 8 horas.





Constancia

Que se traduce en poner el mismo empeño de siempre todos los días desde que tu carrera empieza hasta que termina.



Manejar la ansiedad

Una buena opción es realizar alguna actividad física o recreativa que libere nuestras endorfinas y nos ayude a descargar tensiones.



Bibliografía

1. Angulo, Y. (2008). Ética y valores. Ciudad de México Ed. Santillana.
2. Positivismo en México; nacimiento, apogeo y decadencia, Ed. FCE.B
3. Alvarado S, (2012). Más Fuerte: CREATIVIDAD. Cuadernillo de Trabajo. Xalapa, Vrz. Ediciones Villa Aprendizaje.

