



**“Con Jesús Eucaristía,
en comunión, celebramos 100 años de
fundación**



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO CARTILLA 07

Bogotá, Agosto 11 de 2023

APRECIADAS FAMILIAS OBLATAS

Reciban ustedes un cordial saludo y mis deseos porque el amor misericordioso del Señor este Bendiciendo sus hogares. El proceso educativo tiene en la evaluación uno de sus puntos de gran impacto por el valor que tiene en el reconocimiento de los saberes y/o habilidades alcanzadas como por los diversos sentimientos que suele movilizar.

Para esta séptima cartilla he querido retomar algunos de los recursos compartidos en años anteriores y enriquecerlo con nuevas ideas para poder propiciar una reflexión en este tema de tanto impacto. Espero que puedan trabajar la cartilla en familia y nos hagan llegar sus observaciones y comentarios.

Bendiciones y feliz semana

JORGE ALBERTO ALDANA ROSILLO

Orientación Escolar

“La EXCELENCIA no es un acto, sino un hábito”
ARISTOTELES

El proceso educativo nos enfrenta a una de las experiencias más interesantes y quizás más complejas por las diversas variables que en sí misma maneja: Las Evaluaciones. ¿Cómo nos preparamos para las mismas? ¿Cómo las enfrentamos? ¿Cómo manejamos sus resultados? Son tan solo algunos de los interrogantes que vienen a nuestra mente al momento de generar una reflexión con respecto a este tema.

Se afirma con gran sabiduría que la evaluación es continua y que la misma debería ser ante todo un referente para poder ir observando el “camino andado” y definir los ajustes para lo que sigue. No obstante, ciertos momentos del proceso que exigen una mayor formalización de la experiencia (Léase pruebas parciales y por competencias, como las más importantes) conllevan diversas emociones y el desarrollo de unos hábitos para poder lograr el mejor resultado posible.

EJERCICIO PRELIMINAR

Para este ejercicio vas a consultar a un adulto de tu familia, un docente y un compañero a partir de las siguientes preguntas:

- 1- *¿Qué sentimientos les genera una evaluación? ¿Cómo manejan dicha emoción?*
- 2- *¿Cuál sería una clave para lograr una buena preparación de evaluaciones?*
- 3- *¿Cuál podría ser el mayor error al hacer dicha preparación?*

Consulta No. 1



"Con Jesús Eucaristía, en comunión, celebramos 100 años de fundación



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO – CARTILLA No. 07

Consulta No. 2

Consulta No. 3

A partir delo anterior que concluyes:

MOMENTOS DE LA EVALUACIÓN

La EVALUACIÓN conlleva tres grandes momentos que son:

- ❖ Antes
- ❖ Durante
- ❖ Despues

El primer momento (ANTES) está relacionado con todo el proceso de preparación de la evaluación e implica aspectos físicos, intelectuales y emocionales. Para algunos estudiosos del tema, es posible afirmar que la preparación inicia desde que comienza una clase o un período académico y la persona asume una actitud de aprendizaje activo mediante el cual va construyendo el discurso disciplinar y va desarrollando diversas habilidades cognitivas.

El segundo momento (DURANTE) no sitúa en el instante en el que la persona debe enfrentar la valoración o prueba y dar cuenta de la preparación previa. De igual manera, conlleva aspectos físicos, intelectuales y emocionales. Aunque parezca algo obvio la calidad con la que se realizó el momento anterior incrementará la probabilidad de un mejor desempeño en este momento. También es importante recordar que los llamados "nervios durante la evaluación" son manejables.

El tercer momento (DESPUES) y quizás uno de los menos trabajados es el encargado de generar los procesos de retroalimentación para lograr que más allá de saber si se acertó o falló y la calificación obtenida, la persona pueda precisar en donde estuvo el error y por consiguiente empezar a hacer los ajustes y/o modificaciones tanto a nivel disciplinar como de afianzamiento de ciertos procesos.

NOTA: Cabe decir que, aunque algunas recomendaciones aplican en general para las diversas asignaturas, cada una de ellas tiene sus particularidades y especificidades que se deben de tener en cuenta al momento de hacer su afrontamiento. También es importante enfatizar en que la mayor o menor motivación hacia una determinada materia incide en el desarrollo de las diversas evaluaciones.



**“Con Jesús Eucaristía,
en comunión, celebramos 100 años de
fundación**



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO – CARTILLA No. 07

EJERCICIO DE APLICACIÓN

PRIMER MOMENTO: ANTES

1. *¿Qué fortalezas tienes al preparar tus evaluaciones?*

2. *¿En qué debes mejorar?*

3. *¿Cómo te podría apoyar tu familia?*

SEGUNDO MOMENTO: DURANTE

1. *¿Qué fortalezas tienes al ejecutar tus evaluaciones?*

2. *¿En qué debes mejorar?*

3. *¿Cómo te podrían ayudar tus maestros(as)?*

TERCER MOMENTO: DESPUES

1. *¿Qué fortalezas tienes al ejecutar tus evaluaciones?*



“Con Jesús Eucaristía, en comunión, celebramos 100 años de fundación



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO – CARTILLA No. 07

2. ¿En qué debes mejorar?

3. ¿Cómo te podrían ayudar tus maestros(as) y/o tu familia?

OPINIÓN FAMILIAR CON RESPECTO AL ANÁLISIS ANTERIOR

ANTES - PREPARACIÓN DE EVALUACIONES

Sin querer desarrollar un compilado a manera de “fórmulas mágicas” se presentan a continuación algunas claves que podrían ser importantes para lograr una buena preparación de evaluaciones. Las vas a leer con gran atención.

- ✓ *Toda evaluación se debe preparar con tiempo y de ser posible en varias sesiones o momentos. No es muy conveniente los llamados “repasos de última hora” ya que los mismos pueden llevar a tener dudas o confusiones con el tema que ya se había preparado.*
- ✓ *Disponer de los recursos necesarios y suficientes para hacer la respectiva preparación. Es fundamental, especialmente en lo referente a los apuntes, tener la certeza que la información es correcta y se incluye la totalidad del posible contenido a evaluar.*
- ✓ *Se deben minimizar y de ser posible anular todo posible distractor durante la preparación de una evaluación. Esto incluye la música ambiental (Ya que aún está en duda su incidencia en el desarrollo de una concentración efectiva).*
- ✓ *Antes de comenzar a preparar la evaluación el estudiante debe ir cerrando las diversas fuentes de distracción (Alimentación, hidratación, ida al baño, distanciamiento de dispositivos electrónicos, etc.)*
- ✓ *La preparación comienza con una lectura general de todo el material precisando (De ser posible en un ordenador gráfico) los principales temas y subtemas. Puede ser de utilidad ir precisando aquellos posibles temas con dudas y/o mayor dificultad.*
- ✓ *Para las materias en las que sea conveniente (Ejemplo: Matemáticas, español y Ciencias Naturales) la preparación exige la ejercitación y en tal sentido puede ser muy conveniente rehacer los diversos ejercicios que ya se han trabajado en clase.*
- ✓ *En las materias que se requiera la recordación muy precisa de cierta información es deseable trabajar con imágenes que estimulen otro canal de aprendizaje y de igual manera hacer uso de asociar las ideas con ciertas palabras claves.*



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO – CARTILLA No. 07

- ✓ *Generar preguntas y/o responder aquellas que se tienen (Cuando existen cuestionarios previos) para luego ir haciendo verificación del manejo o dominio de un determinado tema. Hacer la preparación con tiempo permite interrogar al docente sobre aquello que no se ha entendido.*
- ✓ *Hacer algunos simulacros de evaluación y/o invitar para que un tercero le formule preguntas que le permitan el manejo de algunas condiciones relativamente similares a las de la evaluación y le ayuden a saber la calidad de la preparación que se ha realizado.*
- ✓ *La víspera de la evaluación es muy aconsejable comer algo ligero, acostarse temprano y hacer un cierre de la preparación, evitando repasos de “última hora” o esfuerzos por fijar cierta información sin las condiciones necesarias.*

DURANTE –EJECUCIÓN DE EVALUACIONES

Ahora centraremos la atención en el momento en que la persona es enfrenta a la evaluación. Nuevamente presentaremos algunas claves a tener en cuenta. Ellas son:

- ✓ *Ubicarse en su lugar e intentar aislar de su pensamiento aquellas ideas y/o estímulos que pudieran llegar a ser potencialmente fuentes de tensión. Reconocer para sí mismo que se está preparado y que por consiguiente puede esperar un buen resultado.*
- ✓ *Leer con mucha atención toda la evaluación (Cerciorarse de posibles preguntas al respaldo de la hoja), para luego comenzar una lectura más detenida de cada uno de los interrogantes que se están formulando.*
- ✓ *Tener un control periódico del tiempo que se ha utilizado y el faltante, para poder hacer la más adecuada administración del mismo. Si este recurso puede llegar a ser una fuente de tensión es mejor evitarlo.*
- ✓ *Comenzar por las preguntas de las que se está seguro en la respuesta para luego dedicarle más tiempo a aquellas en las que hay dudas o se desconoce la respuesta. En todos los casos es fundamental evitar las respuestas impulsivas que podrían ser erradas.*
- ✓ *Con las preguntas “más difíciles” es importante darles un abordaje desde una lectura más detallada en donde se pudieran encontrar algunas posibles claves para la respuesta. Haber realizado una preparación con distintos abordajes puede marcar la diferencia.*
- ✓ *Estar muy atento al orden con el que se va ejecutando la evaluación, tanto por la importancia de la buena presentación como por la minimización de riesgo de incurrir en errores asociados al tema atencional.*
- ✓ *NUNCA hacer fraude ni intento de hacerlo ya que allí se genera una alteración de los valores personales (Honestidad) y en caso de ser descubierto la consecuencia es más grave y la imagen social se verá notoriamente afectada.*
- ✓ *Verificar con mucha atención el trabajo desarrollado, inclusive dándose la oportunidad de volver a repensar en cada una de las preguntas para poder asegurar que la respuesta es acorde a lo solicitado.*
- ✓ *Tomarse todo el tiempo que se ha asignado para poder desarrollar cada uno de los pasos anteriores. Finalizar con prontitud o dejarse influir porque otros ya terminaron puede terminar por convertirse en una mala decisión.*



**“Con Jesús Eucaristía,
en comunión, celebramos 100 años de
fundación**



SERVICIO DE ORIENTACIÓN ESCOLAR – GESTIÓN 2023

HÁBITOS DE ESTUDIO – CARTILLA No. 07

DESPUES – RETROALIMENTACIÓN

Este último momento se resume ante todo en la identificación de aciertos y errores, para poder ir construyendo un discurso de aprendizaje que cada vez sea más sólido.

RECUERDA...

“El conocimiento habla, pero la sabiduría escucha”

JIM HENDRIX

**ESTE MATERIAL HA SIDO ELABORADO PARA EL COLEGIO RR OBLATAS AL DIVINO AMOR POR SU ORIENTADOR ESCOLAR,
PSICÓLOGO JORGE ALBERTO ALDANA ROSILLO - AGOSTO DE 2023**