



OBJETIVO: Que los alumnos y las alumnas reflexionen sobre los factores que pueden estar afectando su rendimiento académico y las posibles soluciones.



¿QUÉ NECESITAMOS?

Hoja de factores para cada estudiante
(Anexo a este formato)



LA ACTIVIDAD ES... Individual

¿CUÁL ES SU DURACIÓN? 1 sesión de 50 min.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. Esta actividad se puede hacer por bimestre por lo que es importante que cada estudiante coloque su hoja en un lugar visible de su cuaderno, de tal manera que pueda reflexionar si está trabajando para mejorar o superar los factores que identifique.
2. Reflexionar con el grupo sobre la importancia que tiene identificar los factores que pueden estar interfiriendo en su rendimiento académico, pero también en proponer soluciones y ejecutar las mismas. **(Duración 10 min)**
3. Entregar una fotocopia del formato anexo sobre los factores que afectan el rendimiento académico o bien escribir la tabla en el pizarrón y entregar una hoja blanca a cada estudiante para que elaboren su formato, enfatizar que deberán conservarlo en su cuaderno para que ellos/ellas monitoreen sus acciones.
4. Leer en voz alta las instrucciones del formato y aclarar dudas.
5. Explicar a los y las estudiantes que la actividad se debe realizar de manera individual, por lo que deben ser muy honestos/honestas al responder, así como plantear acciones que sean viables de llevar a cabo, en un periodo inmediato de tiempo.
6. Es importante que el tutor o tutora supervise y retroalimente el trabajo de cada estudiante por lo que se sugiere estar pasando entre cada fila.



CIERRE DE LA ACTIVIDAD (Tiempo aproximado 15 min.)

En plenaria solicitar de manera voluntaria la participación de algunos o algunas estudiantes para que compartan las respuestas de su formato así como las acciones que plantean para mejorar o superar estos. Finalmente, preguntar ¿qué sintieron al llevar a cabo la actividad? o ¿de qué se sorprendieron? al responder su formato.

FACTORES QUE AFECTAN MI RENDIMIENTO ACADÉMICO

Instrucciones: A continuación encontrarás una tabla con algunos factores que pudieran afectar tu rendimiento académico, marca con una "X" si crees tener problemas o no, reflexiona, piensa y escribe posibles alternativas para mejorar tu desempeño.

Factores	Tengo problemas	No tengo problemas	¿Qué podría hacer?
Estado de ánimo			
El estrés y/o ansiedad			
Los hábitos de estudio			
Organización personal			
El ambiente			
La familia			
Profesores/profesoras			

Dificultad en alguna asignatura			
Actitud hacia el estudio			
Falta de materiales			
Conocimientos previos			
Estado físico personal			
Definición de metas			
Las estrategias de estudio			
Falla en procedimientos			
Distribución de tiempo			