

Habilidades de estudio en la formación de docentes de Educación Física en la provincia de Buenos Aires



*Marcelo Ducca**

Resumen

El presente trabajo analiza las habilidades de estudio de los estudiantes del Profesorado de Educación Física del Instituto Superior de Formación Docente Modelo Lomas (ISFDML) durante el ciclo académico 2023. La investigación, desarrollada de manera conjunta por docentes en formación y docentes formadores, tuvo como propósito evaluar las competencias estudiantiles en seis dimensiones clave: lectura de textos, toma de apuntes, preparación de exámenes, memoria, concentración y gestión del tiempo. Para ello, se utilizó el Inventario de Habilidades de Estudio, de Dennis Congos, adaptado por la Universidad Central de Florida, compuesto por 51 ítems.

Bajo un enfoque metodológico mixto, se recopilaron datos de 289 estudiantes distribuidos en los cuatro años de formación. Se estableció un sistema de clasificación en tres categorías: “A Mejorar”, “Regular” y “Buena”, según los puntajes obtenidos. Los resultados evidenciaron debilidades en las áreas de lectura de textos, toma de apuntes y gestión del tiempo, mientras que en preparación de exámenes, memoria y concentración el desempeño fue superior al mínimo esperado.

Este análisis permite comprender las fortalezas y áreas de mejora de los futuros docentes, proporcionando información clave para orientar intervenciones institucionales y mejorar las estrategias de

* Prof. Mag. Marcelo Ducca. Universidad Nacional de José C. Paz. Contacto: marceloducca@gmail.com

enseñanza. Los hallazgos ofrecen un punto de partida para la implementación de acciones dirigidas a fortalecer aquellas dimensiones en las que los estudiantes presentan dificultades, asegurando una formación más eficiente y alineada con las necesidades educativas del profesorado.

Palabras clave: habilidades de estudio - inventario de habilidades de estudio - educación física - lectura de textos - toma de apuntes - preparación de examen - memoria - concentración

Abstract

This study analyzes the study skills of students enrolled in the Physical Education Teacher Training Program at the Instituto Superior de Formación Docente Modelo Lomas (ISFDML) during the 2023 academic year. The research, conducted jointly by trainee teachers and teacher educators, aimed to assess students' competencies across six key dimensions: text reading, note-taking, exam preparation, memory, concentration, and time management. For this purpose, the Study Skills Inventory by Dennis Congos, adapted by the University of Central Florida, comprising 51 items, was used.

Using a mixed-methods approach, data were collected from 289 students across the four years of the program. A classification system with three categories - "Needs Improvement," "Fair," and "Good" - was established based on the scores obtained. The results revealed weaknesses in text reading, note-taking, and time management, while exam preparation, memory, and concentration showed performance above the expected minimum.

This analysis provides insight into the strengths and areas for improvement of future educators, offering key information to guide institutional interventions and enhance teaching strategies. The findings serve as a starting point for the implementation of actions aimed at strengthening the dimensions where students face difficulties, thus ensuring more effective training aligned with the educational needs of the teaching profession.

Keywords: study skills - study skills inventory - physical education - text reading - note-taking - exam preparation - memory - concentration

Introducción

La formación docente en Educación Física presenta desafíos propios del nivel superior, entre los cuales las técnicas y habilidades de estudio emergen como una necesidad explícita ante las dificultades del proceso de aprendizaje.

El desarrollo académico en este campo implica la asistencia a clases, prácticas docentes e institucionales, horas de estudio, evaluaciones y diversas dinámicas académicas características de los institutos de Formación Docente. Estos elementos, interrelacionados de manera significativa, influyen directamente en la adquisición de conocimientos y en la construcción de competencias profesionales.

Actualmente, el diseño curricular en Educación Física se compone de un gran número de asignaturas con enfoques metodológicos y contenidos heterogéneos, provenientes de distintos campos científicos y disciplinares. Esta diversidad exige versatilidad en los métodos de aprendizaje por parte de los estudiantes, generando un desafío adicional para el desarrollo de estrategias y técnicas efectivas que optimicen el proceso de estudio y formación.

Metodología

Se adoptó un enfoque descriptivo taxonómico, univariado extensivo y transeccional, con una estrategia metodológica de carácter mixto que integra el análisis cuantitativo y cualitativo.

El estudio tiene como objetivo analizar las habilidades de estudio de los estudiantes del Profesorado de Educación Física del Instituto Superior de Formación Docente Modelo Lomas (ISFDML) durante el ciclo académico 2023. Para ello, se empleó el Inventario de Habilidades de Estudio desarrollado por Dennis Congos (2011) y adaptado por la Universidad Central de Florida (UCF, 2017), el cual permite evaluar seis dimensiones fundamentales: lectura de textos, toma de apuntes, memoria, preparación de exámenes, concentración y gestión del tiempo.

El enfoque mixto de esta investigación permite combinar la precisión estadística y la capacidad de generalización propias del análisis cuantitativo con la interpretación contextual y profundidad descriptiva del análisis cualitativo.

Fuentes e instrumentos de recolección de datos

El instrumento de recolección de datos se administró mediante un formulario digital (Google Forms) de manera presencial, asegurando que los participantes respondieran el inventario en el momento de su presentación. La administración, recolección y supervisión de los datos estuvo a cargo de un equipo de siete estudiantes de tercer año del ISFDML, quienes formaron parte del grupo de investigación de la asignatura Metodología de la Investigación Científica. Este equipo fue capacitado específicamente en la correcta aplicación del inventario y el manejo de datos, con el propósito de garantizar la integridad del proceso y el cumplimiento de principios éticos.

Población y muestra

La población objetivo de la investigación comprende a los estudiantes del nivel superior del Profesorado de Educación Física del partido de Lomas de Zamora, Provincia de Buenos Aires.

La muestra final estuvo conformada por un total de 289 *estudiantes*, abarcando los cuatro años de formación del Profesorado de Educación Física del ISFDML y considerando ambos turnos de cursada, *mañana y noche*. La distribución de los participantes se estructuró de la siguiente manera: 82 *estudiantes* correspondieron al *primer año*, 65 *estudiantes* integraron el *segundo año*, 76 *estudiantes* pertenecieron al *tercer año*, mientras que 66 *estudiantes* conformaron el *cuarto y último año* de la carrera.

Criterios de inclusión y exclusión

Dentro de los criterios de inclusión, se consideró únicamente a aquellos estudiantes que pertenecían al Profesorado de Educación Física del ISFDML, que estuvieran presentes en el momento de la administración del inventario y que, además, respondieran voluntariamente el instrumento de evaluación.

Se excluyeron del análisis aquellos estudiantes ausentes durante la recolección de datos, como así también a quienes no deseaban participar.

Unidad de análisis, variables e indicadores

La unidad de análisis de esta investigación está conformada por los estudiantes del Profesorado de Educación Física del ISFDML. La variable principal evaluada corresponde a las habilidades de estudio, entendidas como el conjunto de estrategias utilizadas por los estudiantes para el aprendizaje.

Para su medición, se utilizó el Inventario de Habilidades de Estudio de Dennis Congos, modificado por la Universidad de Florida, cuyos valores mínimos fueron establecidos por el autor y la institución. Con el fin de ofrecer una referencia más precisa sobre el desempeño estudiantil, esta investigación adoptó una clasificación en tres categorías: *A mejorar*, para quienes obtuvieron puntuaciones por debajo del mínimo establecido; *Regulares*, cuando la puntuación superó el mínimo, pero se mantuvo dentro del 15% inferior al valor máximo posible; y *Buenas*, para aquellos cuyo desempeño superó el 85% de la puntuación máxima del inventario. Esta escala permite enmarcar el nivel de habilidades de estudio de los estudiantes del ISFDML, proporcionando un diagnóstico claro sobre sus fortalezas y áreas de mejora.

Indicadores/definiciones operacionales

Los indicadores operacionales permiten medir de manera precisa la variable habilidades de estudio. Para ello, se utilizó una escala Likert con cinco opciones de respuesta: Nunca (1 punto), Rara vez (2 puntos), A veces (3 puntos), Usualmente (4 puntos) y Siempre (5 puntos).

El Inventario de Habilidades de Estudio consta de 51 preguntas distribuidas en seis dimensiones, a las cuales se les asignaron valores de referencia propuestos por el autor. En *lectura de textos*, un puntaje inferior a 30 indica la necesidad de mejora, entre 30 y 34 se considera regular y por encima de 34 se clasifica como bueno. En *toma de notas*, el umbral mínimo es de 20 puntos, con un rango regular entre 20 y 22 puntos y un desempeño bueno por encima de 22. Para *memoria*, el mínimo es de 30 puntos, siendo regular entre 30 y 39 y bueno por encima de 39. En *preparación de exámenes*, se requiere al menos 40 puntos, clasificando como regular entre 40 y 56 y como bueno cuando supera los 56. La dimensión de *concentración* establece un umbral mínimo de 35 puntos, con un desempeño regular hasta los 43 y bueno por encima de ese valor. Finalmente, en *gestión del tiempo*, un puntaje inferior a 20 indica necesidad de mejora, entre 20 y 26 es regular y valores superiores a 26 reflejan un buen manejo del tiempo.

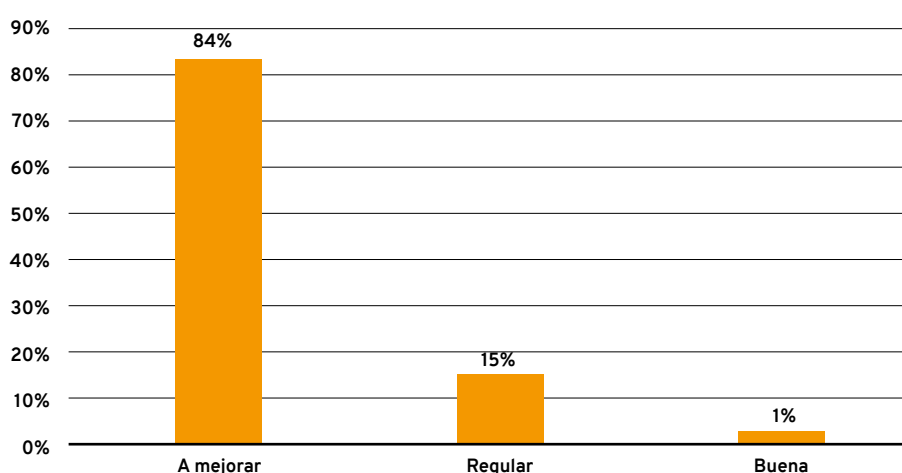
Resultados

Consideramos integrar al conjunto de estudiantes a fin de identificar de manera general cada componente del Inventario de Habilidades de Estudio propuesto por Dennis Congos. Donde de un total de 289 (doscientos ochenta y nueve) estudiantes que concurren al ISFDML y que decidieron participar de manera voluntaria se describen los siguientes resultados:

Lectura de textos

En el gráfico 1 se pueden observar los siguientes elementos:

Gráfico 1. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Lectura de Textos) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).

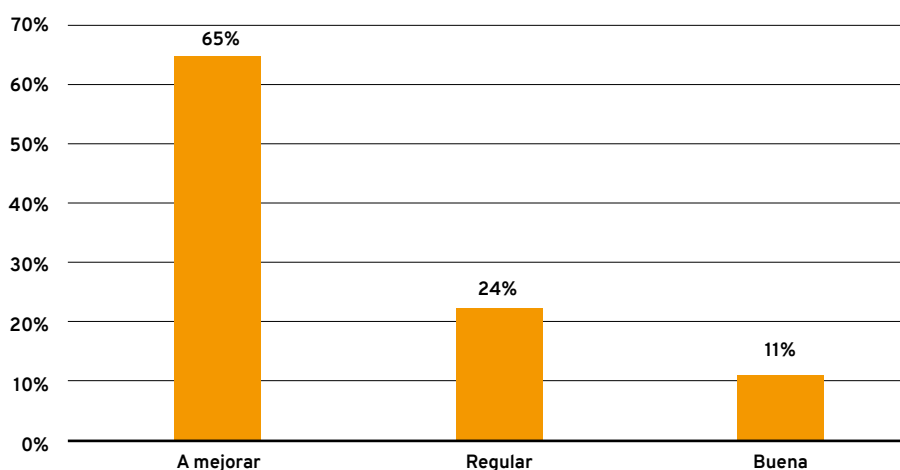


Fuente: elaboración propia.

Del total de estudiantes que resolvieron el Inventario de Habilidades de Estudio, se refleja que 8 (ocho) de cada 10 (diez) no lograron alcanzar el valor mínimo establecido por este. De manera análoga, menos de 2 (dos) personas cada 10 (diez) puede resolver el inventario y obtener una calificación por encima del valor mínimo. Finalmente, 1 (uno) de cada 100 (cien) estudiantes, supero el 85% del puntaje propuesto por el presente ítem.

Toma de notas

Gráfico 2. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Toma de Notas) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).

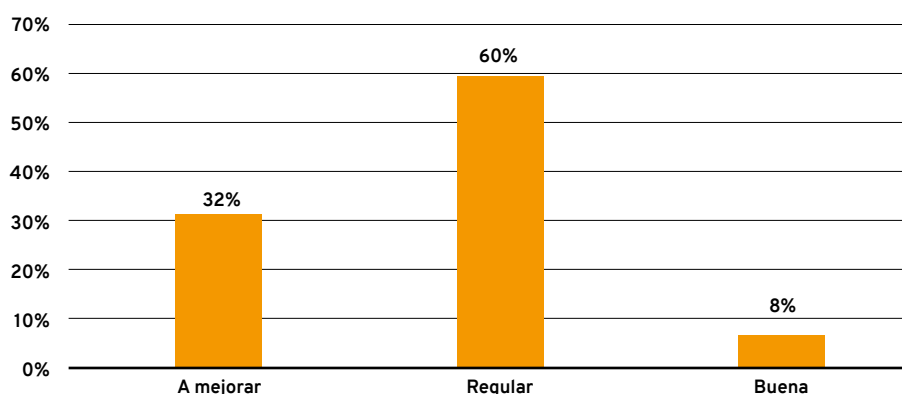


Fuente: elaboración propia.

En el gráfico 2 se observa que más de la mitad de los estudiantes (65%), no lograron obtener la puntuación mínima en el Inventario de Habilidades de Estudio, indicando “A Mejorar” en lo que refiere al ítem en cuestión. Por otra parte, 2 (dos) de cada 10 (diez) sí expresaron resultados superiores a dicho valor, indicando “Regular”. Finalmente, solo el 11% del total de estudiantes del ISFDML que realizó el inventario, alcanzó puntuaciones por encima del 85% de lo solicitado.

Memoria

Gráfico 3. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Memoria) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).

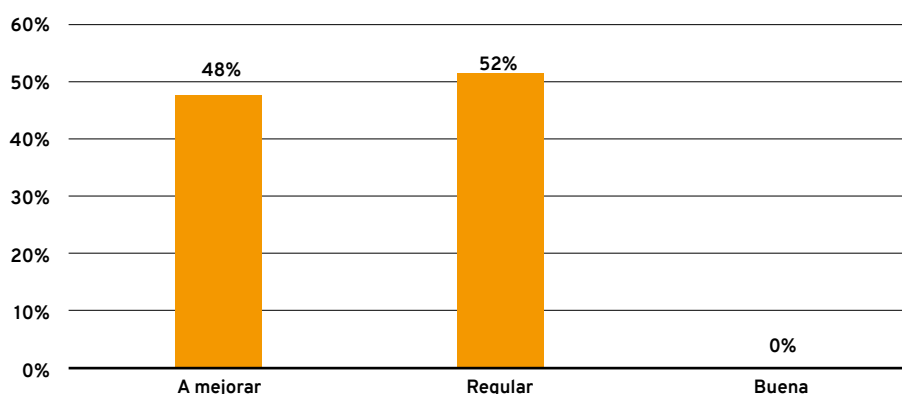


Fuente: elaboración propia.

Con respecto al gráfico 3, en lo que refiere a “Memoria”, los estudiantes del ISFDML reflejan que más de la mitad respondió las preguntas del Inventario de Habilidades de Estudio obteniendo resultados por encima del valor requerido, lo que refleja que la categoría “Regular” sea la más alta (60%). Por su parte, un tercio del total de estudiantes (32%) no logró alcanzar dicho valor mínimo sugerido y expresan “A Mejorar” sus habilidades en cuanto a Memoria refiere. Nuevamente el indicador más bajo es “Buena”, resultando ser del 8%.

Preparación de examen

Gráfico 4. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Preparación de Examen) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).

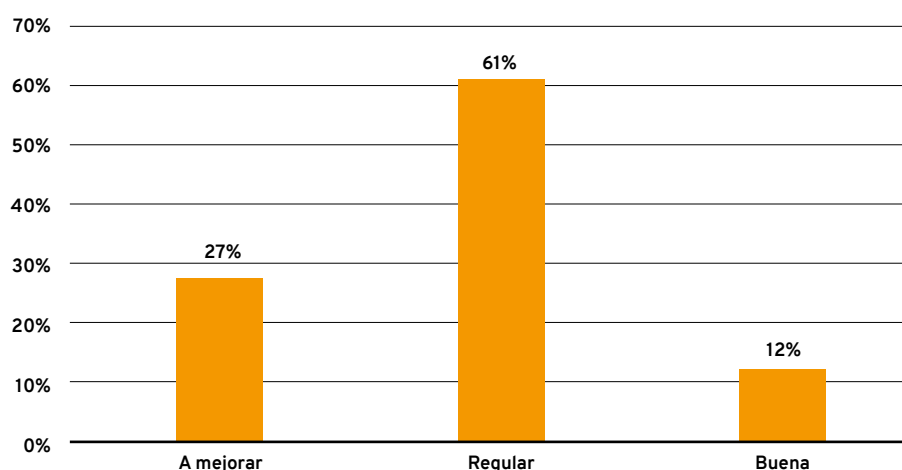


Fuente: elaboración propia.

A partir del gráfico 4 se desprende que ningún estudiante de los 289 (doscientos ochenta y nueve) alcanzó una puntuación por encima del 85% al momento de responder las preguntas relacionadas con “Preparación de Examen”. El total de los participantes del inventario, se dividen entre las categorías “A Mejorar” y “Regular”, siendo esta última la que alcanzó un valor más alto (52%). Esta paridad entre estudiantes que obtuvieron la puntuación mínima y aquellos que no la alcanzaron es única en referencia al resto de los ítems.

Concentración

Gráfico 5. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Concentración) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).



Fuente: elaboración propia.

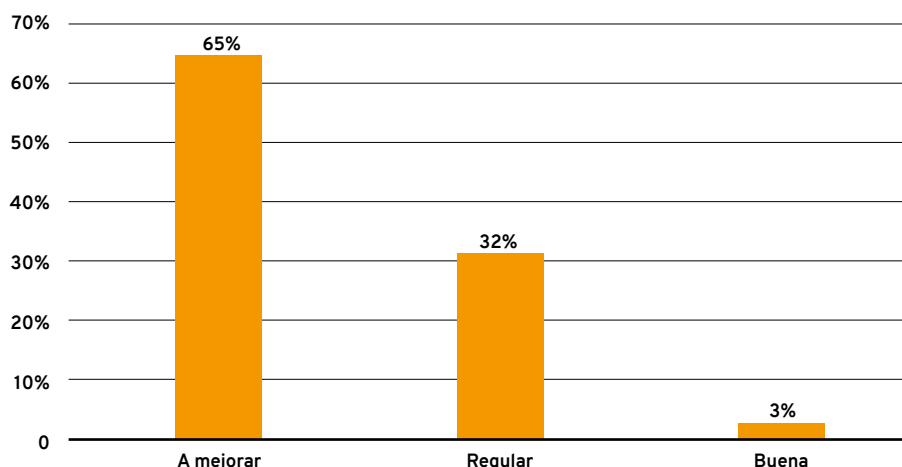
A través de lo representado en el gráfico 5 se observa que, con relación al ítem de Concentración, 6 (seis) de cada 10 (diez) estudiantes alcanzaron puntuaciones superiores al valor mínimo establecido en el Inventario de Habilidades de Estudio, clasificándose en la categoría “Regular”. Por su lado, el indicador “Buena” expresa que al menos 1 (uno) de cada 10 (diez) superó el 85% de la puntuación máxima posible del Inventario. Finalmente, un cuarto de los estudiantes del ISFDML no consiguió superar el valor mínimo con respecto a las preguntas relacionadas a “Concentración”, expresando así “A Mejorar”.

Podemos observar que “Concentración” tiene la particularidad de expresar porcentajes *únicos*, los cuales dan cuenta de que “A mejorar” tiene su menor expresión; “Regular” y “Buena” alcanzan su mayor valor (porcentualmente) en comparación consigo mismas en los diferentes ítems.

Gestión de tiempo

El gráfico 6 nos proporciona una perspectiva en donde se detalla:

Gráfico 6. Resultados de los valores obtenidos en el Inventario de Habilidades de Estudio (Ítem: Gestión de Tiempo) del total de la muestra (289 estudiantes del ISFDML).



Fuente: elaboración propia.

Gestión de Tiempo refleja que más de la mitad de los estudiantes (65%) no lograron obtener la puntuación mínima en el Inventario de Habilidades de Estudio, indicando “A Mejorar” en lo que refiere al ítem en cuestión. Por otra parte, solo un tercio (32%) expresaron resultados superiores a dicho valor, indicando “Regular”. Finalmente, solo el 3% del total de estudiantes del ISFDML que realizó el inventario, alcanzó puntuaciones por encima del 85% de lo solicitado.

Conclusiones

Los hallazgos evidencian que los estudiantes presentan dificultades significativas en ciertas áreas clave del estudio académico, estas carencias pueden atribuirse a diversos factores, incluyendo la falta de estrategias de estudio adecuadas, la desmotivación y la influencia de contextos socioculturales y económicos. Así también, se resaltan espacios que muestran un desempeño relativamente favorable. La identificación de estos patrones permite no solo comprender la realidad de los futuros docentes de educación física en términos de estrategias de aprendizaje, sino también diseñar intervenciones

pedagógicas que optimicen su formación y, en consecuencia, su capacidad para guiar a futuras generaciones de estudiantes.

Numerosos estudios académicos han explorado aspectos relacionados con esta investigación, solo por nombrar algunos, respecto a las deficiencias en la *lectura de textos académicos*, identificadas en el 83% de los estudiantes evaluados, una investigación publicada en *Perfiles Educativos* analizó las estrategias de lectura y escritura en lectores expertos, destacando la necesidad de enseñar técnicas específicas para mejorar la comprensión y producción de textos académicos (Zanotto, Monereo y Castelló, 2011). Asimismo, un artículo en *Territorio UNAJ* expuso las dificultades de los estudiantes para leer, entender y escribir en clave académica, lo que refuerza la necesidad de intervenciones didácticas específicas para fortalecer estas competencias (Boulan, Fernández, López y López, 2022).

La *toma de notas* es una habilidad fundamental para el procesamiento y organización de la información. Sin embargo, los resultados del estudio revelan que el 65% de los estudiantes tiene dificultades en esta área, lo que afecta su capacidad para sintetizar y recordar contenidos relevantes.

Investigaciones previas han abordado esta problemática. Un estudio titulado “*La toma de apuntes: una mirada desde la ciencia, la tecnología y la sociedad*” resalta la importancia de la toma de notas como estrategia para mejorar la comprensión y retención de la información, enfatizando la necesidad de enseñar técnicas estructuradas para su uso efectivo (Leon Olivera, 2021). Asimismo, el estudio “*Aprendizaje autorregulado en estudiantes de ingeniería: estrategias cognitivas y metacognitivas*” analiza la toma de apuntes como una herramienta fundamental mediante la cual el estudiante registra las conceptualizaciones más relevantes consideradas por cada profesor. Los entrevistados señalan que es un elemento de estudio indispensable porque refleja los conceptos principales y secundarios privilegiados por el docente. Destacan cómo un comentario aparentemente anecdótico puede ser incluido como tema en un parcial (Schleicher, 2021).

La *gestión del tiempo* es otra dimensión en la que los estudiantes mostraron dificultades significativas, con un 65% sin alcanzar el nivel mínimo requerido. Este problema se refleja en su incapacidad para organizar su estudio, establecer prioridades y cumplir con plazos académicos, lo que puede derivar en estrés, procrastinación y bajo rendimiento.

Diversas investigaciones han examinado la relación entre la gestión del tiempo y el éxito académico. En esta línea, la investigación “*Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico*” demostró que los estudiantes con mayor capacidad de planificación y organización del tiempo logran mejores resultados en su aprendizaje, evidenciando una correlación positiva entre ambas variables (Garzón Umerenkova y Gil Flores, 2017).

Por otro lado, el estudio “*Planificación y gestión del tiempo académico de estudiantes universitarios*” caracterizó las estrategias utilizadas por los estudiantes para administrar su tiempo, destacando la necesidad de desarrollar hábitos organizativos desde etapas tempranas de la formación universitaria (Reyes-González, Meneses-Báez y Díaz-Mujica, 2022).

Estos hallazgos respaldan los resultados obtenidos en el presente estudio y refuerzan la pertinencia de la metodología empleada. Las deficiencias en lectura de textos, toma de apuntes y gestión del tiempo se han identificado como factores determinantes en el rendimiento académico, lo que subraya la importancia de considerar estos aspectos en futuras investigaciones. A partir de los hallazgos aquí expuestos, se recomienda desarrollar nuevas líneas de trabajo e investigación que profundicen en estrategias para optimizar estas habilidades y su impacto en la formación docente.

Discusión

La interpretación de resultados sugiere una reflexión crítica sobre cómo y por qué ciertas dimensiones de las Habilidades de Estudio, como la “lectura de textos”, “toma de notas”, y “gestión de tiempo”, no alcanzan los niveles esperados. Se podría focalizar a la necesidad de revisar las metodologías de enseñanza aplicadas, así como la integración y el aprovechamiento de recursos educativos. Además, el buen desempeño en “memoria” y “concentración”, indica áreas de fortaleza sobre las cuales se puede construir para apoyar el desarrollo de dimensiones más débiles. Este contraste en el desempeño también podría revelar la variabilidad en la receptividad de los estudiantes a diferentes estilos de aprendizaje, resaltando la importancia de adoptar enfoques pedagógicos flexibles y personalizados.

El papel de los métodos pedagógicos y la disponibilidad de recursos didácticos son fundamentales en el desarrollo de habilidades de estudio. Una metodología que fomente la participación activa y crítica de los estudiantes, apoyada en recursos didácticos innovadores y tecnología, puede mejorar significativamente la comprensión y retención de conocimientos. La integración tecnológica, por ejemplo, ofrece herramientas diversas para personalizar el aprendizaje y hacerlo más interactivo, lo que puede potenciar la motivación y el compromiso de los estudiantes. Sin embargo, para que esta integración sea efectiva, es esencial que las prácticas docentes se adapten para aprovechar al máximo estas herramientas, promoviendo un entorno de aprendizaje que no solo transmita información, sino que también enseñe a los estudiantes a aprender de manera eficaz y autónoma. La reflexión sobre estas dinámicas es crucial para identificar y superar las barreras que limitan el desarrollo de habilidades de estudio esenciales.

Los factores externos como el entorno socioeconómico y el acceso a tecnología juegan un rol crítico en la capacidad de los estudiantes para desarrollar habilidades de estudio eficientes. Los estudiantes de entornos desfavorecidos pueden enfrentar desafíos adicionales, como la falta de acceso a recursos educativos digitales, espacios tranquilos para estudiar, o incluso necesidades básicas que afectan su capacidad de concentración y aprendizaje. Estas disparidades requieren de políticas de apoyo educativo específicas que busquen nivelar el campo de juego, tales como programas de becas, acceso gratuito o subvencionado a tecnologías y recursos de aprendizaje, y asesoramiento académico personalizado. Abordar estas desigualdades resulta necesario para garantizar que todos los estudiantes tengan las mismas oportunidades de éxito académico y desarrollo personal.

La falta de una correlación directa entre el avance en los años de formación y la mejora en las habilidades de estudio sugiere que el desarrollo de estas capacidades no ocurre de manera automática con el simple

transcurso del tiempo académico. Esto subraya la necesidad de una intervención pedagógica constante y adaptativa que no solo se ajuste al nivel inicial de competencias del estudiante, sino que también acompañe y responda a sus necesidades específicas a lo largo de su carrera. Tal enfoque requiere de una evaluación continua del progreso del estudiante y la flexibilidad para ajustar los métodos de enseñanza, asegurando que las estrategias de aprendizaje evolucionen en paralelo con su desarrollo académico y personal.

Finalmente, para abordar las áreas deficitarias identificadas, se recomienda una revisión y adaptación de las prácticas de los docentes a fin que incorporen explícitamente el desarrollo de habilidades de estudio como un objetivo transversal.

Integrar talleres específicos que enseñen técnicas de estudio, gestión del tiempo, lectura crítica, y toma de notas eficaz puede proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para mejorar su rendimiento académico. Además, la adopción de tecnologías educativas modernas y metodologías de aprendizaje activo, como el aprendizaje basado en proyectos o el aprendizaje colaborativo, puede estimular el interés y la participación del estudiante, promoviendo una mejora en el aprendizaje. Estas estrategias requieren una implementación colaborativa y un seguimiento constante para ajustarlas según las necesidades y retroalimentación de los estudiantes.

Referencias bibliográficas

- Boulán, N.; Fernández, C.; López, M. y López, S. (2022). La lectura en los estudios superiores. Prácticas y metodologías didácticas I y II. *Revista de Vinculación y Curricularización*, (6).
- Congos, D. (2011). Inventario de Habilidades de Estudio. *University of Central Florida*. Orlando, FL: University of Central Florida.
- Garzón Umerenkova, A. y Gil Flores, J. (2017). Gestión del tiempo en alumnado universitario con diferentes niveles de rendimiento académico. *Educação e Pesquisa*, 43(3), 791-806.
- León Olivera, O. (septiembre-diciembre de 2021). La toma de notas: una mirada desde la ciencia, la tecnología y la sociedad. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 9(3).
- Reyes-González, N.; Meneses-Báez, A. L. y Díaz-Mujica, A. (2022). Planificación y gestión del tiempo académico de estudiantes universitarios. *Formación Universitaria*, 15(1), 57-66. Recuperado de https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-50062022000100057&script=sci_arttext
- Schleicher, N. (2021). Aprendizaje autorregulado en estudiantes de ingeniería: estrategias cognitivas y metacognitivas. *Revista Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología*, 27(1), 32-42. Recuperado de https://www.scielo.org.ar/scielo.php?lng=es&nrm=iso&pid=S1850-11682021000100032&script=sci_arttext
- UCF. (2017). Study Skills Inventory. University of Central Florida. Recuperado de <https://academicsuccess.ucf.edu/sarc/form-studyskills/>
- Zanotto, M.; Monereo, C. y Castelló, M. (2011). Estrategias de lectura y producción de textos académicos. *Perfiles Educativos*, 33(133), 113-129. Recuperado de <https://www.scielo.org.mx/pdf/peredu/v33n133/v33n133a2.pdf>