FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES
PROGRAMA ACADÉMICO DE EDUCACIÓN

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

"HÁBITOS DE ESTUDIO"

PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN

AUTOR (es) : **HUANAQUIRI SORIA, Julio Augusto**
SOLSOL SALINAS, Roy James

ASESOR (es) : **Lic. CECILIA RIOS PÉREZ, Mgr**
Lic. MAX LUNA ROJAS, Mgr.

San Juan Bautista – Maynas - Loreto - 2018

Universidad Científica del Perú - UCP

Registrado en el Asiento N° A00010 de la Partida N° 11000318, Personas Jurídicas de Iquitos, Superintendencia de los Registros Públicos - SUNARP

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES

PROGRAMA ACADÉMICO DE EDUCACIÓN

ACTA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Con Resolución Decanal N° 131 – FEH – U.C.P - 2019 del 24 de abril de 2019, la FACULTAD DE EDUCACIÓN Y HUMANIDADES DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP designa como Jurado Evaluador y Dictaminador del Trabajo de Investigación a los Señores:

Dra. Claudet Cadillo López.....Presidente

Mgr. Edgar Reátegui Noriega.....Miembro

Mgr. Silvia Del Carmen Arévalo Panduro.....Miembro

En San Juan Bautista siendo las 17:30 horas del día viernes 26 de abril de 2019, en las instalaciones de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP, se constituyó el Jurado para escuchar la sustentación y defensa del Trabajo de Investigación Titulado: **" Hábitos de Estudio"**

Presentado por el o (los) Egresados:

SOLSOL SALINAS, ROY JAMES

HUANAQUIRI SORIA, JULIO AUGUSTO

Asesores:

Lic. Cecilia Ríos Pérez, Mgr.

Lic. Max Luna Rojas, Mgr.

Como requisito para optar el Grado Académico de **BACHILLER EN EDUCACIÓN.**

Luego de escuchar la Sustentación y formuladas las preguntas las que fueron:.....absueltas satisfactoriamente.....

El jurado después de la deliberación en privado llegó a las siguientes conclusiones:

3. La Sustentación es: ...aprobado por unanimidad
4. Observaciones: ninguna.....

En fe de lo cual los miembros del jurado firman el acta.

Dra. Claudet Cadillo López
Presidente

Mgr. Silvia Del Carmen Arévalo Panduro
Miembro

Mgr. Edgar Reátegui Noriega
Miembro

CALIFICACIÓN: Aprobado (a): Por Mayoría / Por Unanimidad / Desaprobado (a)

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

HÁBITOS DE ESTUDIO

GRADUANDO	:	**SOLSOL SALINAS, Roy James** **HUANAQUIRI SORIA, Julio Augusto**
SECCIÓN	:	**BACHILLER**
MENCIÓN	:	**EDUCACIÓN**

MIEMBROS DEL JURADO

Dra. CLAUDET CADILLO LÓPEZ
PRESIDENTE

Lic. EDGAR REÁTEGUI NORIEGA, Mgr.
MIEMBRO

Lic. SILVIA DEL CARMEN ARÉVALO PANDURO
MIEMBRO

Lic. CECILIA RIOS PÉREZ, Mgr
ASESOR

Lic. MAX LUNA ROJAS, Mgr.
ASESOR

Fecha: 24 de Abril del 2019
San Juan Bautista – Maynas - Loreto

iii

DEDICATORIA

A mis padres e hija
por ser mi fuente de motivación,
para poderme superarme cada día
y tener una mejor calidad de vida

Julio Augusto

DEDICATORIA

A mis padres Teofilo y Arminda,
a mi esposa Sheyla y mis hijos
por su apoyo y motivación para seguir
adelante en mi formación Profesional.

Roy James

AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestra gratitud y agradecimiento a la Universidad Científica del Perú por la oportunidad de haberme permitido ampliar y profundizar mis convicciones profesionales.

Los Autores

ÍNDICE

	Pág.
Página de Aprobación	ii
Dedicatoria	iv
Índice	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
Introducción	x

Capítulo I:
Hábitos de Estudio

1.1. Definición de Hábitos de Estudio	01
1.2. Importancia de los Hábitos de Estudio	01
1.3. Factores que intervienen en los Hábitos de Estudio	02
1.4. Condiciones básicas para el desarrollo de Hábitos de Estudio	03
1.4.1. Ambiente de Estudio	03
1.4.2. Organización de Tiempo	04
1.4.3. Técnicas de Estudio	05
Conclusiones	08
Recomendaciones	09
Referencias Bibliográficas	10

HÁBITOS DE ESTUDIO

AUTOR (as) : SOLSOL SALINAS, Roy James
HUANAQUIRI SORIA, Julio Augusto

RESUMEN

Los hábitos estudio brindan la posibilidad al estudiante de obtener buenos resultados académicos, ya que ayuda a dar solución a malos hábitos. Es necesario contar con buenos hábitos de estudio porque nos ayuda a llevar una vida ordenada y por ende se obtendrá buenos resultados en el rendimiento académico. La constante repetición a ciertos hábitos ayudara en la construcción de conductas apropiadas para el estudio.

La adquisición y desarrollo de hábitos de estudio es importante porque implica el empleo de estrategias relacionadas con la organización, planificación y autoevaluación del conocimiento; por ello, es la mejor clave del éxito escolar, ya que ayuda al alumno, desde los primeros años de Educación Primaria, a pensar y desarrollar estrategias de aprender a aprender, que le permitirán en la edad adolescente desarrollar el pensamiento lógico-deductivo. (MONEREO, 1993)

El presente Trabajo de Investigación se centra en conocer los Hábitos de Estudio. Importante en lo teórico porque los resultados del Trabajo de investigación podrán incorporarse al conocimiento teórico científico. En lo metodológico porque orienta la forma de operacionalizar la variable en estudio, el que permitirá la elaboración del instrumento de recolección de datos. En lo práctico porque permitirá la resolución de problemas relacionado a los Hábitos de Estudios y en lo social porque los beneficiarios de la investigación será la comunidad educativa.

PALABRAS CLAVE: Hábitos de Estudio.

STUDY HABITS

AUTOR (as) : SOLSOL SALINAS, Roy James
HUANAQUIRI SORIA, Julio Augusto

ABSTRACT

The study habits provide the possibility for the student to obtain good academic results, since it helps to solve bad habits. It is necessary to have good study habits because it helps us lead an orderly life and therefore good results in academic performance. The constant repetition of certain habits will help in the construction of conducts appropriate for the study.

The acquisition and development of study habits is important because it involves the use of strategies related to the organization, planning and self-evaluation of knowledge; Therefore, it is the best key to school success, since it helps students, from the first years of Primary Education, to think and develop learning-to-learn strategies, which will allow them to develop logical-deductive thinking in adolescents. (MONEREO, 1993)

The present Research Work focuses on knowing the Study Habits. Important in theory because the results of the research work can be incorporated into scientific theoretical knowledge. In the methodological because it guides the way to operationalize the variable under study, which will allow the development of the data collection instrument. In the practical because it will allow the resolution of problems related to the Habits of Studies and socially because the beneficiaries of the research will be the educational community.

KEYWORDS: Study Habits.

INTRODUCCIÓN

Es importante que los estudiantes tengan hábitos de estudios para desarrollar conductas adecuadas en el estudio. El estudiante debe desarrollar y adquirir las competencias académicas necesarias para el aprovechamiento de las etapas educativas, puesto que en la actualidad son más las personas que tienen acceso a la educación y, por otro lado, son mayores los temas que se tienen que estudiar, por lo que se considera necesario que todo estudiante adquiera hábitos de estudio adecuados para poder potenciar el rendimiento académico.

Los problemas respecto al éxito en las escuelas, giran en torno al desarrollo de los buenos hábitos de estudio y expectativas respecto a las tareas en casa y afirma que los padres pueden desempeñar un papel importante proveyendo estímulos, ambiente y materiales necesarios para que el estudio sea una actividad exitosa. Los padres de familia pueden hacer que incluyan: (a) establecer una rutina para las comidas, hora de ir a la cama, estudio y hacer la tarea, (b) proporcionar libros, materiales y un lugar especial para estudiar, (c) animar a su hijo para que esté "listo" para estudiar sólo (concentrar su atención y relajarse), (d) ofrecer estudiar con su hijo periódicamente. (CUTZ, 2003)

El Trabajo de Investigación **"HÁBITOS DE ESTUDIO"**, es de mucha importancia en todas las instituciones, sean estas públicas o privadas; fundamentalmente en las Instituciones Educativas. En ese sentido nos planteamos como objetivos:

Objetivos General

Evaluar los Hábitos de Estudio a partir de sus dimensiones básicas.

Objetivos Específicos

- ✓ Conocer el Ambiente de Estudio.
- ✓ Conocer la Organización de Tiempo.
- ✓ Conocer las Técnicas de Estudio.

El trabajo de investigación abordada 1 capítulo, a decir:

Capítulo I: "Hábitos de Estudio", sobre el análisis de 3 puntos fundamentales: Definición, Importancia, Factores y condiciones para el Hábito de Estudio.

Además, Planteamos las respectivas conclusiones y recomendaciones, adjunto la respectiva referencia bibliográfica.

En cuanto dificultades, que, por cierto, siempre existen, destaca la bibliografía actualizada y el tiempo, pero superados con dedicación, lo que nos permite presentar este

modesto trabajo de investigación con fines de obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación.

Nuestro mayor agradecimiento a la Universidad Científica del Perú. Institución que hoy nos da la oportunidad de ampliar y profundizar nuestras convicciones personales y así desenvolvernos en el futuro como eficientes y eficaces profesionales de la Educación, y agradecido de la Universidad que nos forma.

Los Autores

.

Capítulo I:

Hábitos de Estudio

1.1. Definición de Hábitos de Estudio

(GARCÍA, H.; PALACIOS, R.;, 2000) Indica que: "*Es la repetición del acto de estudiar, realizado bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales. Es un factor fundamental en el logro de aprendizajes de los alumnos y de cualquier aprendiz*".

Es la acción que se realiza todos los días aproximadamente a la misma hora; la reiteración de esta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que hace más fácil y efectiva. Por ello, el estudiante debe organizar su tiempo y espacio, aplicar técnicas y métodos concretos para estudiar, recurriendo a la reiteración de las mismas actividades, en pos de lograr buenos hábitos de estudio. (POVES, 2001)

El hábito de estudio hace posible lograr resultados positivos en el aprendizaje y donde intervienen además factores como el interés *y* la motivación interna de la persona que aprende y que se manifiesta por el hecho, en primer lugar, de que los alumnos hagan mal uso de ellos, y, en segundo lugar, que carezcan de los mismos. (VINENT, Introducción a la metodología del estudio, 1994).

(WRENN, 1987) señala que "*Los hábitos de estudio constituyen la disposición adquirida por el ejercicio constante de los individuos para aplicar acciones que le permiten leer, tomar apuntes, concentrarse, trabajar de manera efectiva*" (p.25).

1.2. Importancia de los Hábitos de Estudio

Los hábitos dan estructura y forma a la vida cotidiana del niño, y por supuesto también del adolescente, del joven y del adulto, lo cual nos proporciona a toda seguridad y estabilidad. Sin hábitos adecuados, la vida de cualquier persona se vuelve desorganizada y puede incluso llegar a ser caótica. Es muy importante que los niños crezcan con hábitos básico de higiene, de alimentación sana, de estudio, de sueño, de colaboración en cuanto a quehaceres y obligaciones en el hogar, dependiendo de su edad, así como otros hábitos que

cada familia debe decidir en función de sus principios y valores, igualmente, es indispensable que, en la vida y el entorno del niño, desde muy pequeño, haya límites que le muestren claramente hasta dónde puede llegar, es decir, que puede y que no debe hacer. (QUINTEROS, 2010)

El hábito de estudiar es necesario si se quiere progresar en el aprendizaje; el estudio es una vertiente del proceso de crecimiento personal que supone desarrollo armónico de la inteligencia, la voluntad y la creatividad, para ello se requiere que estos respondan a las necesidades, capacidades, afectos, actitudes y valores de los estudiantes. (COVEY, 1989)

El desarrollo de los hábitos de estudio es fundamental para el buen desempeño del estudiante; por lo tanto, es un tema que debe interesar a docentes, padres, alumnos, psicólogos, pedagogos y otros profesionales de la educación. El estudio es parte de la preparación para la vida. (GRAJALES, 2002)

1.3. Factores que intervienen en los Hábitos de Estudio

Son tres tipos de factores que se deben tener en cuenta para la formación de hábitos de estudio: personales o psicofísicos, ambientales e instrumentales.

- Factores personales o psicofísicos. La actitud positiva y el deseo, así como la disciplina, la persistente organización personal, saber manejar el tiempo, encontrarse bien física y mentalmente ayuda enormemente al estudio. (VILLANUEVA DE LA CRUZ R. , 2015)

(MARTÍNEZ, V; PÉREZ, O; TORRES, I.;, 1999) indica que: "*Es preciso insistir en la relación física y psicológica, madurez intelectual y emocional que lleva a una actitud mental positiva para el estudiante teniendo una buena salud rendirá más y para gozar de eso deberá tener hábitos de estudio*".

- Los factores ambientales. Se debe contar con mobiliario adecuado, una mesa de trabajo amplia, silla con respaldo firme que facilite una postura erguida y una estantería cercana para que se disponga rápidamente del material de trabajo habitual y de consulta, también es necesario colocar el horario, fecha de exámenes, trabajos, avisos y otros, relacionados con el estudio. (SOTO, 2004)

- Las condiciones instrumentales convencionales. (HORNA, 2001) indica que: "*Se refieren específicamente al método de estudio que se empieza a aprender y practicar, incorporándolo al esquema de conducta de los estudiantes*".

1.4. Condiciones básicas para el desarrollo de Hábitos de Estudio

1.4.1. Ambiente de Estudio

(BORDA, E.; PINZÓN, B.;, 1995) refirió que: "*el ambiente de estudio está constituido por aspectos físicos psicológicos que rodean a una persona. El estudiante se encuentra en permanente interacción con el medio captando los estímulos, reaccionando y proyectando su acción*" (p. 68). En el ambiente de estudio se considera que el lugar o espacio es importante por el condicionamiento que se genera, crea una predisposición favorable.

El ambiente de estudio debe existir suficiente luz para que se evite la fatiga y el cansancio de la vista; se debe evitar superficies brillantes y el contraste con lugares muy luminosos y otros oscuros; el área del estudio debe estar bien ventilada y contar con una temperatura agradable para nuestro cuerpo. (HERNÁNDEZ, S.; GASTÓN, R.;, 1989)

El ambiente de estudio son los lugares y condiciones externas del sujeto que facilitan o dificultan el estudio, los factores ambientales son condiciones externas que escapa a la voluntad del sujeto, pero que también pueden ser transformados para lograr mayor eficiencia en el estudio. Durante el estudio es importante considerar el ambiente de estudio que tiene que ver con adecuar un lugar fijo de estudio, iluminación adecuada, la temperatura, el silencio, la disposición del mobiliario y material de estudio, en el lugar de estudio los cuales son de gran repercusión en la formación del estudiante. (NEGRETE, 2009)

Tenemos que intentar no levantarnos durante el estudio, no tiene que haber nada más importante durante aquel tiempo por lo tanto se sugiere lo siguiente:

a) La mesa de estudio tiene que ser amplia, limpia y ordenada, no debe tener ningún elemento que pueda distraer cuando está estudiando, como juguetes revistas etc.

b) Tener todo el material que necesitamos preferentemente ordenado, así nos permite hacer el estudio activo, tomar notas y por lo tanto favorecen la concentración y reforzamos el aprendizaje.

c) Se debe estar en un ambiente agradable donde se esté a gusto

d) Conserva pocos papeles.

e) Usar todos los recursos educacionales disponibles y adquirir el hábito de progresar en los conocimientos y el estudio. (STATOM, 1999)

1.4.2. Organización de Tiempo

Consiste en programar las actividades diarias. Trabajar de acuerdo con un plan u horario concreto ahorra tiempo, garantiza mayor rendimiento y proporciona óptimas condiciones para el trabajo creador. El alumno debe utilizar al máximo el tiempo que dispone y organizar las actividades a realizar, dándole prioridad a una materia y después a otra asignatura; hay que señalar el tiempo que se va a dedicar al estudio, es más fácil estudiar una hora diaria que estudiar cinco o seis horas continuas antes de un examen. (BROWN, 1989) Es de suma importancia planificar el tiempo en que se van a realizar las actividades académicas para evitar imprevistos que impidan cumplir con lo programado.

El horario de estudio tiene estar adaptado a las necesidades, y debe tener las siguientes características:

a) Realista: que se pueda realizar y llevar acabo, así mismo debe estar adaptado a las posibilidades y limitaciones personales

b) Personal: la flexibilidad se entenderá de poder contar con un tiempo de reserva para, ante situaciones o acontecimientos imprevistos, evitar el incumpliendo de la programación.

c) Descansos. La duración de los descansos estará en relación con los tiempos de estudio. (SALAS, 1990)

La distribución del tiempo se establece de acuerdo con las necesidades las cuales pueden ser a largo plazo, a mediano plazo, y a corto plazo.

a*) Plan a largo plazo: puede ser todo el año escolar.*

b) Plan a mediano plazo: que puede ser mensual o trimestral.

c) Plan a corto plazo: para lo cual se deberá conocer el número de horas dedicadas en esa semana al estudio, distribuyéndolas entre las distintas asignaturas. Debe ser estructurado semanalmente. (SALAS, 1990)

1.4.3. Técnicas de Estudio

(CALERO, 1977) indica que son: "*un proceso intencionado y sistematizado para iniciar o profundizar la adquisición de conocimientos, habilidades, valoraciones y actitudes. El estudiar tiene condicionantes: lugar, tiempo, propósito, recursos, técnicas*".

Las técnicas de estudio no son fáciles de desarrollar, el alumno necesita del apoyo de sus padres, pero sobre todo del respaldo de sus maestros al momento en que estos exponen su cátedra, que el maestro pueda transferir, la forma de realizar un esquema, resumen o mapa conceptual; estas actividades con el transcurso del tiempo van a dejar huella en el alumno y sobre todo le van a ayudar en sus resultados escolares. (TIERNO, 1990)

Las técnicas de estudio, son una serie de estrategias y herramientas de solución y mejora, que ayudan a simplificar el aprendizaje y a mejorar los resultados académicos, donde considera para su desarrollo el siguiente: Los aspectos de la psicología del aprendizaje para garantizar la eficacia de las técnicas de estudio, a la vez considera las siguientes técnicas, programación apuntes, lectura, subrayado, síntesis, memoria, ciencias y exámenes. (BALLENATO, 2005)

Algunas técnicas de estudio son:

✓ **La toma de apuntes**

(CALERO P. , 1999) indica que: "*constituyen actividades mentales como seleccionar, comprender, sintetizar, etc., y físicas (escribir que demandan concentración en lo que se lee, escucha u observa por tanto su uso correcto influirá en el aprendizaje)*".

Es necesario que en su presentación tenga:

- *Letra legible.*
- *Uso racional del material.*

- *Ilustración adecuada.*
- *Espacios y márgenes prudentes para agregar comentarios posteriormente o anotaciones complementarias.*
- *Apropiado uso de abreviaturas para anotar con rapidez, de ser necesario.*
- *Presentación ordenada y jerarquizada de las ideas.*
- *Tener enfoque totalizador del tema, sin ser copia fiel del original*. (PALACO VILCA, Hábitos de Estudio en los Estudiantes de la I.E.S. Agropecuario del distrito de Cupi en el año académico 2017, 2018)

✓ **El subrayado**

(CALERO P. , 1999) Indica que: "*Es la técnica que consiste en subrayar o destacar algunas ideas o datos fundamentales de un tema, a su vez servirá como base a otras técnicas posteriores tanto de análisis como de síntesis*".

Ventajas del subrayado:

- *Favorece el estudio activo.*
- *Fomenta el desarrollo de funciones mentales.*
- *Facilita el repaso rápido, la confección de esquemas, resúmenes y además formas de síntesis de los contenidos*. (PALACO VILCA, Hábitos de Estudio en los Estudiantes de la I.E.S. Agropecuario del distrito de Cupi en el año académico 2017, 2018)

✓ **Elaboración de resúmenes**

Resumir es referir con precisión el pensamiento del ponente, exponer con brevedad los elementos esenciales de un texto. (CALERO P. , Aprender a estudiar., 1999) afirma "*que los resúmenes son la expresión del contenido de un texto en forma breve y resultan de gran utilidad como técnica de estudio. Resumir un texto es reducirlo a lo esencial, expresar las mismas ideas, pero con el menor número de palabras*" (p. 74).

Para elaborar un resumen se debe:

- *Dividir en párrafos porque facilita su comprensión inicial.*
- *Redactar de forma clara y precisa.*
- *Se debe tener en cuenta que la técnica consiste en leer.*
- *Respetar el esquema de organización del texto que se resume.*
- *El subrayado ayuda para elaborar el resumen y nos da las ideas esenciales. (PALACO VILCA, 2018)*

Finalmente es importante practicar las diferentes técnicas de estudio ya que estas son la que les permitirán a los estudiantes reforzar y mejorar su desempeño escolar y obtener el éxito.

- ✓ **Elaboración de esquemas**

Presentar de manera concisa lo más importante de cierto tema. Se considera como el esqueleto del texto. El esquema debe ser estructurado en el tercer paso de lectura (repaso). La prelectura y la lectura reflexiva hacen posible la comprensión de su contenido, a partir de cuya instancia recién puede sintetizar de modo adecuado. Hay que destacar las ideas principales para distinguirla de las secundarias o explicativas. (CALERO P. , Técnicas de estudio, 2009)

CONCLUSIONES

1. Es importante que los estudiantes obtengan hábitos de estudios adecuados para que tengan un mejor rendimiento académico, la formación y desarrollo de los hábitos de estudio es una responsabilidad compartida del docente, padre de familia, y del estudiante.
2. Los hábitos dan estructura y forma a la vida cotidiana del niño, y por supuesto también del adolescente, del joven y del adulto, lo cual nos proporciona a toda seguridad y estabilidad. Sin hábitos adecuados, la vida de cualquier persona se vuelve desorganizada y puede incluso llegar a ser caótica.
3. El hábito de estudio es la repetición constante que se realiza una determinada actividad todos los días aproximadamente a la misma hora; la reiteración de esta conducta en el tiempo va generando un mecanismo inconsciente que hace más fácil y efectiva. Por ello, el estudiante debe organizar su tiempo y espacio, aplicar técnicas y métodos concretos para estudiar, recurriendo a la reiteración de las mismas actividades pueda llegar a obtener buenos hábitos.

RECOMENDACIONES

1. A las autoridades de la Universidad Científica del Perú y particularmente a la Facultad de Educación y Humanidades (FEH) y de otras universidades públicas y privadas, que promuevan programas Regulares y No Regulares, fomentar cursos de capacitación sobre estrategias metodológicas y realizar talleres para desarrollar los hábitos de estudio.
2. A las Docentes de la Universidad Científica del Perú y particularmente a la Facultad de Educación y Humanidades (FEH) y de otras universidades públicas y privadas, que promuevan programas Regulares y No Regulares, generar conocimientos sobre los hábitos de estudio porque es necesario para la obtención de un buen rendimiento académico.
3. A las Estudiantes de la Universidad Científica del Perú y particularmente a la Facultad de Educación y Humanidades (FEH) y de otras universidades públicas y privadas, que promuevan programas Regulares y No Regulares, aprender de modo teórico y demostrar en la práctica conocimientos sobre el desarrollo de hábitos de estudio.

Referencias Bibliográficas

BALLENATO, G. (2005). *Técnicas de estudio. Madrid: Pirámide.* Madrid, España: Pirámide.

BORDA, E.; PINZÓN, B.;. (1995). *Técnicas para estudiar mejor.* Bogotá, Colombia: Magisterio.

BROWN, W. (1989). *Guia de estudio efoctivo.* (Segunda ed.). México: Trillas.

CALERO, M. (1977). *Constructivismo.* Lima, Perú: San Marcos.

CALERO, P. (1999). *Aprender a estudiar.* Lima, Perú: San Marcos.

CALERO, P. (1999). *Aprender a estudiar. Lima: San Marcos.* Lima, Perú: San Marcos.

CALERO, P. (2009). *Técnicas de estudio.* Lima, Perú: San Marcos.

COVEY, S. (1989). *Los siete hábitos de la gente altamente efectiva. Buenos Aires:.* Buenos Aires, Argentina: Paidós.

CUTZ, G. (2003). *Hábitos de estudio y tareas en casa. .* Estados Unidos: Universidad de Illinois.

GARCÍA, H.; PALACIOS, R.;. (2000). *Factores Condicionantes del Aprendizaje en Lógico Matemático.* Tesis, Universidad San Martín de Porras, Lima.

GRAJALES, T. (2002). *Hábitos de estudio universitario.* Perú: Centro de Investigación Educativa.

HERNÁNDEZ, S.; GASTÓN, R.;. (1989). *El éxito en tus estudios: orientación de aprendizaje.* (Cuarta ed.). México, México: Trillas.

HORNA, R. (2001). *Aprendiendo a disfrutar del estudio. .* Perú: Renalsa.

MARTÍNEZ, V; PÉREZ, O; TORRES, I.;. (1999). *Análisis de los hábitos de estudio en una muestra de alumnos universitarios.* Madrid: Don Bosco.

MONEREO, C. (1993). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje.* Barcelona, España: Graó.

NEGRETE, V. (2009). *Enseñanzas de estrategias metacognitivas. .* Colombia: Universidad de Sabana.

PALACO VILCA, T. F. (2018). *Hábitos de Estudio en los Estudiantes de la I.E.S. Agropecuario del distrito de Cupi en el año académico 2017.* Puno: Universitario.

PALACO VILCA, T. F. (2018). *Hábitos de Estudio en los Estudiantes de la I.E.S. Agropecuario del distrito de Cupi en el año académico 2017.* Puno: Universitario.

PALACO VILCA, T. F. (2018). *Hábitos de Estudio en los Estudiantes de la I.ES. Agropecuaria del Distrito de Cupi en el Año Académico 2017.* Universidad Nacional del Altiplano. Puno: Universitaria.

POVES, M. (2001). *Hábitos de estudio y el rendimiento académico.* España: Tarancón.

QUINTEROS, L. (2010). *Formación de hábito de estudio y fortalecimiento de la autoestima.* México, México: Trillas.

SALAS, P. (1990). *Técnicas de estudio para secundaria y universidad.* Argentina: Alianza.

SOTO, R. (2004). *Técnicas de estudio.* Lima, Lima, Perú: Palomino.

STATOM. (1999). *Cómo estudiar.* México: Trillas.

TIERNO, B. (1990). *Las mejores técnicas de estudio: saber leer, tomar apuntes y preparar exámenes.* Madrid, España: Temas de Hoy, S. A.

VILLANUEVA DE LA CRUZ, R. (2015). *Hábitos de Estudio y Rendimiento Académico en el Área de Matemática de los Estudiantes del V Ciclo, de la Institución Educativa "Santa Rosa" N° 80444, Distrito de Santiago de Challas-Pataz en el año 2013.* Universidad Ncaional de Educación Enrique Guzmán y Valle. Lima: Universitario.

VINENT, M. (1994). *Introducción a la metodología del estudio.* Barcelona, España. Recuperado el 12 de Enero de 2019

WRENN, G. (1987). *Inventario de hábitos de estudio.* México, México. Recuperado el 23 de Enero de 2019