

## **MUÉVETE PARA APRENDER: ESTRATEGIA DE APRENDIZAJE**

## **MOVER-SE PARA APRENDER: ESTRATÉGIA DE APRENDIZAGEM**

## **MOVE TO LEARN: LEARNING STRATEGY**

### **Nancy Rocío Suárez Acevedo**

Magister en Educación por la Universidad Cooperativa de Colombia.

Docente le la Universidad Cooperativa de Colombia.

Grupo de investigación en Kinempaideia.

Nancy.suarez@campusucc.edu.co

### **César Augusto Arenas Peña**

Magister en Educación por la Universidad Cooperativa de Colombia.

Docente le la Universidad Cooperativa de Colombia.

Grupo de investigación en Kinempaideia.

cesar.arenas@campusucc.edu.co

## **RESUMEN**

Una de las mayores problemáticas que se presentan en los procesos educativos es la poca capacidad que tienen los docentes para descubrir la mejor forma de enseñar y esto conlleva, casi siempre a que sus estudiantes también se cuestionen sobre la mejor manera que tienen para aprender lo que se les enseña.

La información está en todas partes y al alcance de la mano de todas las personas hoy; pero esta información debe ser movilizada a través de vivencias, de experiencias que ubiquen al sujeto que aprende en relación directa con el objeto de su aprendizaje.

Esta investigación quiso revisar a profundidad las causas por las cuales los estudiantes de Educación física difícilmente pueden realizar procesos de aprendizaje en asignaturas eminentemente teóricas como la fisiología por colocar un caso, y en el mejor de los panoramas llegan solo al nivel de memorización a corto plazo de la información que

reciben en clase, pero al poco tiempo no recuerdan nada ni pueden aprovechar esa información en la resolución de problemas cotidianos y no se convierte en una experiencia significativa en sus vidas.

Para lograr entender el proceso de aprendizaje de los estudiantes seleccionados en este estudio que fueron jóvenes entre los 18 y 22 años del programa de Licenciatura Básica en educación con énfasis en Educación física recreación y deportes de la universidad Cooperativa de Colombia, sede Bucaramanga, se decidió utilizar un enfoque de investigación acción, a través del cual se logró identificar las mejores estrategias de aprehensión del conocimiento para lograr un cambio conductual duradero en los hábitos de aprendizaje de la fisiología en la muestra, a partir de experiencias prácticas basadas en la teoría del aprender haciendo, el aprendizaje significativo, y el aprendizaje tricerebral.

Se usaron los siguientes instrumentos: el cuestionario, las observaciones de campo, el revelador mental tríadico, y la entrevista construida mediante escala de actitud de Likert de tres ítems para medir el nivel de deseo de aprender y el grado de durabilidad del conocimiento después de adquirido, con el fin de construir una estrategia de aprendizaje de la fisiología conformada por 5 fases llamada : estrategia de metatriaprendizaje, que tuvo como característica particular a diferencia de otras, que encuentra la relación ideal de equilibrio de las funciones cerebrales en todas sus fases de aplicación y no divide las funciones cerebrales lógicas, operativas y creativas en diferentes momentos, lo cual hace que sus resultados sean más rápidos y eficientes en el mejoramiento académico de los estudiantes. En este caso, la metodología produjo las suficientes emociones, que permitieron que estudiantes, sin buenos promedios académicos, hayan mejorado la comprensión de la materia de fisiología, y esto solo con activar sus emociones desde el aprender haciendo. En conclusión, los estudiantes reconocen que aprenden más si se tienen experiencias prácticas de aprendizaje, los conocimientos propios de la asignatura solo son importantes cuando a partir de ellos pueden resolver problemas propios de su profesión.

**PALABRAS CLAVES:** Aprendizaje Autónomo, Estrategias de Aprendizaje, Aprender haciendo, Fisiología, aprendizaje significativo.

## **RESUMO**

Um dos maiores problemas que se apresentam no processo educativo é a falta de capacidade dos professores para descobrir a melhor maneira de ensinar e isso leva, quase sempre, a que os alunos também questionem sobre a melhor maneira para que eles aprendam o que esta sendo ensinado.

A informação está em toda parte e ao alcance das mãos de todos hoje; mas esta informação deve ser mobilizada através de vivências, experiências que tragam ao aluno uma relação direta com o objeto de sua aprendizagem.

Esta pesquisa propõe revisar profundamente as causas pelas quais os estudantes de educação física dificilmente podem realizar os processos de aprendizagem de assuntos teóricos, tais como fisiologia, por exemplo, e no melhor dos casos atingem apenas o nível de memória de curto prazo, na informação que recebem na sala de aula, mas depois não lembram nada e não conseguem usar essa informação para resolver problemas do cotidiano e não se torna uma experiência significativa em suas vidas.

A fim de compreender o processo de aprendizagem dos alunos selecionados neste estudo, que foram jovens entre os 18 e os 22 anos do programa Licenciatura Básica em educação com ênfase em Educação física Recreação e deportes, da Universidade Cooperativa de Colômbia, sede Bucaramanga, decidiu-se usar uma abordagem de pesquisa, através da qual foi possível identificar as melhores estratégias de compreensão do conhecimento para alcançar uma mudança comportamental duradoura nos hábitos de aprendizagem de fisiologia, como exemplo, a partir de experiências práticas com base na teoria da aprendizagem fazendo a aprendizagem significativa, e a aprendizagem tricerebral.

Foram utilizados os seguintes instrumentos: o questionário, as observações de campo, o revelador mental triádico, e entrevista construído pela escala de atitude do tipo Likert de três itens para medir o nível de desejo de aprender e o grau de durabilidade dos conhecimentos adquiridos. Esses elementos foram utilizados a fim de construir uma estratégia de aprendizagem da fisiologia, composta de 5 fases chamadas: estratégia meta-tri-aprendizagem, que teve a característica particular, ao contrário de outros, de encontrar o relacionamento em perfeito equilíbrio das funções cerebrais em todas as fases de implementação e não divide as funções cerebrais lógicas, operacionais e criativas em momentos diferentes, o que torna seus resultados mais rápidos e mais eficientes no aperfeiçoamento acadêmico dos alunos. Neste caso, a metodologia produziu emoções suficientes, o que permitiu alunos sem boas médias acadêmicas melhoraram a compreensão do assunto da fisiologia, e isso só para transformar suas emoções em aprender fazendo. Conclusão: os alunos reconhecem que aprendem mais se eles têm umas experiências praticas de aprendizagem, seu conhecimento sobre o assunto só é importantes quando eles podem resolver os problemas de sua profissão.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aprendizagem independente, estratégias de aprendizagem, aprender fazendo, Fisiologia, aprendizagem significativa

## ABSTRACT

The lack of innovation in teachers is one of the major problems in the educational system and therefore, students question themselves about the way they have to follow to learn better what is being taught to them.

Nowadays, we all have access to different kinds of information; but this information is not handled properly through life experiences that focus on a direct relationship between the object of study and the subject.

This research project aimed to revise the causes that physical education students face when dealing with subjects in which theory is the most important thing, like in the case of physiology. Students focus on storing information received in class in their short term memory not taking advantage of the benefits this data could bring in the long term when trying to solve everyday problems.

In order to better understand the learning process, young students between 18 to 22 years old, members of the Physical Education Program of the Universidad Cooperativa de Colombia at Bucaramanga Campus, were picked to participate in this study. An action research approach was used to identify the best strategies to get knowledge in order to obtain a life-lasting change in their learning habits related to physiology. Practices based on the 'learning-by-doing' theory, Triune-brain and meaningful learning were some of the approaches used in this project.

The following tools were used: questionnaires, field observations, triadic mental techniques, and the interview built through Likert's attitude scale composed of three items to measure the level of learning desire and durability of knowledge after it is acquired in order to build learning strategies about physiology conformed by five phases called: meta tri-learning strategy which had the special characteristic of creating a balance between brain functions without discriminating logical, operative and creative functions. In this case, the methodology used allowed average students to improve their scores just by motivating their emotions and reinforcing on 'let's learn it doing it'. In conclusion, students realize that they learn better through experience. They think knowledge is important to solve issues related to their field of study.

**PALAVRAS-CHAVE:** aprendizagem independente, estratégias de aprendizagem, aprender fazendo, Fisiologia, aprendizagem significativa.

## REFERENCIAS

1. Aebli, H. (2001). Factores de la enseñanza que favorecen el aprendizaje autónomo. Madrid España: Narcea S.A.
2. Bogantes, Z. M. (2006). Planteamiento Didáctico. San José Costa Rica: Universidad Estatal a Distancia.
3. Brailovsky, D. (2007). Interés, Motivación, Deseo. Buenos Aires: oveduc.
4. Calderón, Laura. Las estrategias cognitivas y la resolución de problemas– *EGB 2*– Buenos Aires, *Página Educativa N°13*. Consudec/Santillana. Abril de 2003.
5. Calderón, Laura. (2004). "Las habilidades cognitivas en la escuela. De las técnicas de estudio a las estrategias de aprendizaje". Buenos Aires, *Página Educativa N°21*. Consudec/Santillana. Febrero
6. Cobo Roman, C., & Moravec, J. W. (2011). Aprendizaje invisible. Barcelona: col-ccio tramedia XXI.
7. Cusiacanqui, J. M. (2008). El arte de aprender y de enseñar. Santa Cruz de la Sierra : la hoguera.
8. Díaz, F; Hernández.(1999) Estrategias docentes para un aprendizaje significativo .Una interpretación constructivista. México: Mcgraw-hill.
9. Echeverría, Rafael. (2002). Ontología del lenguaje. Editorial océano. Sexta edición. ISBN 956-201-226-3 Caracas- Santiago de Chile.
10. Francisco Camarero, Francisco; Martín del Buey, Francisco; y Herrero Javier. (s.f). Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. Universidad de Oviedo revista psicothema. 2000. Vol. 12, nº 4, pp. 615-622
11. Ibarra, L. M. (1997). Aprende mejor con Gimnasia Cerebral. México: garnik ediciones.
12. Lanz, María Zulma. (s.f). Aprendizaje autorregulado: el lugar de la cognición, la metacognición y la motivación. Centro de investigaciones cuyo, primitivo de la ruta 222, depto. "k", código Postal 5500, Mendoza, Argentina.
13. Mateos, Mar. (2001). *Metacognición y Educación*. Buenos Aires, Aique, Psicología Cognitiva y Educación.
14. Pérez, Miguel Ángel. (s.f). Pensamiento crítico e interdisciplinariedad. Editorial sic 2010. ISBN 978-958-708-486-3 Primera edición.
15. Pérez, M. A. (2010). Pensamiento crítico e interdisciplinariedad. Bucaramanga: SIC.
16. Punset, E. (2009). Crisis educativa. España: redes-video3 de 7.
17. Roca, J. (2009). MBA's Angeles o Demonios. Barcelona: Grupo planeta.
18. Trujillo-, H. N. (2006). Oratoria 3 en Tres. La elocuencia al alcance de todos. México: panorama.
19. Velandia Mora, Manuel Antonio. (2006). Estrategias para construir la convivencia solidaria en el aula universitaria. Trabajo en equipo y comunicación generadora de mundos. Bogotá: Editorial Universidad Cooperativa de Colombia.