

Universidad Nacional Autónoma de México
Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia



Manual de autodiagnóstico del aprendizaje para estudiantes de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la UNAM: Herramientas para promover el rendimiento escolar

Autores: Jorge Hernández Espinosa ▶ Martha Beatriz Trejo Salas
Mario Pérez Martínez ▶ David Ovando Fuentes
Coordinador Científico: Jorge Hernández Espinosa

PRIMERA EDICIÓN, 8 de diciembre de 2016.

DR© 2016, UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.
Ciudad Universitaria, Coyoacán, C.P. 04510, Ciudad de México.

ISBN: ISBN 978-607-02-8709-1

“Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio
sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales”.

Impreso y hecho en México / Printed and made in Mexico.

El Comité Editorial de la FMVZ reconoce el trabajo que realizó Norma Lucila Ramírez López
como revisora técnica de esta obra.

Se agradece a la Dirección General de Asuntos del Personal Académico (DGAPA) de la UNAM
por el apoyo recibido para la publicación de la presente obra a través del proyecto
PAPIME PE203314.

Corrección de estilo: Elizabeth Sarmiento de la Huerta
Ilustraciones de interiores y de portada: Rodrigo Martínez Trejo [*Ziggy Rotten*]
Diseño de portada: Edgar Emmanuel Herrera López
Diseño editorial y formación electrónica: Rosalinda Meza Contreras

Contenido

Presentación	9
Parte I: Reconoce, planea y organiza tu escenario de aprendizaje	
Capítulo 1. Introducción.....	13
Capítulo 2. Organización del tiempo.....	21
Capítulo 3. Toma de decisiones	29
Capítulo 4. Selección de cursos.....	35
Capítulo 5. Estrategias y estilo de aprendizaje	41
Parte II: Aptitudes, habilidades y destrezas para tu aprendizaje	
Capítulo 6. Asistencia a clases	59
Capítulo 7. Tomar notas.....	65
Capítulo 8. Habilidades lectoras.....	69
Capítulo 9. Escribir y hablar	73
Capítulo 10. Memoria y aprendizaje	81
Capítulo 11. Resolver exámenes	87
Parte III: Otros factores relacionados con tu aprendizaje	
Capítulo 12. Recursos y tecnología	95
Capítulo 13. Relaciones sociales.....	101
Capítulo 14. Salud, bienestar y manejo del estrés.....	107
Parte IV: Evalúa tu rendimiento escolar	
Capítulo 15. Obstáculos y metas alcanzadas	115
Literatura recomendada	117