

Julio 9 de 2020

Aprender a estudiar

Como inicio, se debe entender que hay cuestiones que facilitan el estudio y otras que lo dificultan. Por lo tanto, es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones.

Toma de conciencia y lugar: Se debe tener un lugar de estudio lo más adecuado posible, con mesa despejada, silla, luz y buena ventilación, además de contar con todos los útiles escolares que se requieran para el estudio.

Toma de conciencia y rutina: cuando nos acostumbramos a hacer algo, nos cuesta mucho menos hacerlo. Si se establece un horario de estudio y trabajo (con sus descansos), al principio le costará a su hijo/a acostumbrarse a la rutina, pero con la repetición, puede que le apetezca e incluso ilusione sus horas consigo misma/o para estudiar y aprender. Tener en cuenta que cuando se trabaja se consiguen resultados y que esto los hace sentir bien, y los hace seguir creciendo y aprendiendo. Y cuanto más contenta/o esté, mejor irá estudiando.



Te recordamos el Departamento de psicología está a tu servicio, agenda tu cita en los correos

psicologiaarmenia@fmsnor.org o

psicologia2armenia@fmsnor.org



● **Dibuja un horario de tarde.** Planear el estudio pensando en lo que se hace cada día y con la perspectiva del periodo, también, si puedes, porque eso le ayudará a identificar qué es lo más importante o qué es lo nuevo, etc., y porque así cuando sobre tiempo, se podrá adelantar cosas.

Horario Escolar						
Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	

ImagenesImagenes.blogspot.com

Es importante tener en cuenta lo siguiente:

- **Leer, repasar, identificar dudas de lo dado ese día (o semana).** Es decir, releerte los apuntes que se haya tomado, o las páginas del libro que se haya estudiado ese día. Este sencillo ejercicio ayuda un montón a aprender: por un lado, REPASAR. Recordar que a mayor número de lecturas que se haga de algo, más y mejor se aprende y menos costará hacer los deberes del día y hacer luego el resumen y el esquema de la lección. Por otro lado, se da cuenta de qué cosas no ha entendido, es decir, identificar sus dudas (que luego podrá preguntar en clase).
- **Deberes.** Pues eso, los ejercicios.
- **Estudio.** Aquí aplicará todos los recursos intelectuales. Estudiar no es sólo memorizar, sino trabajar con la mente, y

eso se hace con técnicas de análisis y síntesis: lecturas, subrayar, resumir, hacer esquemas, mapas conceptuales, cuadros sinópticos, fichas, recensiones, glosario, comentarios de texto.



En clase tienes se debe atender, para corregirte bien los trabajos y para tomar apuntes o notas que te aclaren o faciliten aprender las cosas).

Técnicas para el análisis y la síntesis de los contenidos

1. Lectura comprensiva

Leer el texto entero, para tener una visión general. Marcar levemente donde no se entienda y resolver las dudas preguntando, con un diccionario o Google.

2. Lectura reflexiva

Ahora leer por párrafos y buscar las ideas principales o palabras clave. Las ideas secundarias subráyalas en un color menos llamativo. Éstas son ideas imprescindibles para lograr comprender bien la idea principal.

3. Lectura analítica

Ésta sólo se puede hacer si ha entendido muy bien todo. Se trata de anotar en el margen del texto, a lápiz, frases claras, breves, sobre lo tratado en ese párrafo; las ideas más importantes. Al mirarlás, se dará cuenta de cuál es la estructura del texto, y tras algún retoque, pueden servir como esquema de ese texto o lección.



Técnicas de estudio

técnicas	Descripción	Estructura	Utilidad	Tipos
Subrayado	Resalta las ideas esenciales del texto	Sencilla. Se usa el propio texto. Un color o dos, identificados según importancia de ideas	Selección y destaca ideas principales (y, si acaso, secundarias)	Lineal Lateral Estructural De realce

técnicas	Descripción	Estructura	Utilidad	Tipos
Resumen	Extrae las ideas como visión global, narración	Texto globalizador, sin detalles ni realces. Se van explicando las ideas fundamentales	Afianza el conocimiento de la esencia de lo aprendido, la idea general	Normal Comentado
Esquema	Recoge ordenada y lógicamente las ideas	Ordenación jerarquizada Esqueleto, estructura a un golpe de vista	Cuando se domina un tema, sirve como visión rápida de repaso y ayuda a comprender la estructura del tema	De desarrollo De barras De llaves De flechas
Mapa Conceptual	Expresión gráfica jerarquizada de las relaciones significativas de los conceptos	Relación lógica y significativa de los conceptos por niveles y segmentación	Estudio analítico y racional Desarrollo intelectual Repaso	Simple Complejos
Cuadro Sinóptico	Visión global de ideas interrelacionadas	Relación e interdependencia de ideas. Cuadro de doble entrada	Clasificación y ordenación de ideas Estudio y repaso	Cuadro de doble entrada

Tomado de: <http://entrepasillosyaulas.blogspot.com/>