

CONSEJOS Y TÉCNICAS DE ESTUDIO PARA
**MEJORAR EN
LA SEGUNDA
EVALUACIÓN**

*Autora: **Belén Delgado**,
profesora particular de Humanidades de Acadomia*



CÓMO SACARLE EL MÁXIMO PARTIDO AL ESTUDIO

- ✓ El alumno debe estudiar todos los días, procurando que sea a la misma hora y en el mismo sitio, aunque también es positivo dedicar un día al descanso y tener en cuenta los festivos.
- ✓ El alumno necesita concentrarse más, no estar más horas delante de un libro, sino sacarle provecho al tiempo que esté frente a él.
- ✓ El sitio debe ser agradable y funcional, es decir, adaptado a la función de “lugar de estudio”, eliminando elementos de distracción. Debe estar bien iluminado (un flexo acota el espacio de concentración, debe estar por debajo de los ojos), con la temperatura adecuada, sin música, con el material de estudio y de consulta ordenado y fácilmente localizable; sobre la mesa, sólo lo necesario para evitar distracciones.
- ✓ Hay que tener en cuenta que cuando no se tiene instaurado el hábito de estudio, el simple hecho de empezar a estudiar cuatro horas seguidas puede ocasionar una “sobredosis”.



- ✓ La curva de rendimiento puede organizarse de la siguiente manera:
asignatura de dificultad media, máxima y mínima; dedicarle entre 1 hora u hora y media aproximadamente, con intervalos de 10 minutos de descanso para que no baje el rendimiento. No obstante, todo depende de la cantidad de trabajo a realizar, habrá asignaturas que con media hora será suficiente y habrá otras en las que se necesitará más tiempo.

- ✓ El descanso debe hacerse sobre todo de la vista, no ver la TV por el efecto “semihipnótico”, no leer, mirar espacios abiertos, mover el cuerpo, ventilar la habitación...

CONSEJOS PARA ASIGNATURAS QUE CONTIENEN MUCHA TEORÍA PARA RESUMIR, COMPRENDER Y ESTUDIAR

por ejemplo: Literatura, Sociales o Naturales

- ✓ Hacer una 1ª lectura en voz alta o baja, como resulte más cómodo.
- ✓ Hacer una 2ª lectura más profunda, con lápiz en mano, subrayando lo más importante, fijándose en las palabras en negrita y en lo que éstas significan, atendiendo a las palabras que más se repiten y a los sinónimos, y observando las ilustraciones, fotos y gráficos adjuntos.
- ✓ Consultar en el diccionario las palabras que no se comprendan (existen muchos diccionarios en Internet, si no se tiene uno físicamente, recomiendo: www.drae.es, o cualquier diccionario enciclopédico)
- ✓ Apoyarse en una pizarra blanca, por ejemplo, para organizar esquemas que sinteticen lo más importante de un apartado y así obtener una visión global; además de hacer más ameno el estudio, esto servirá como punto de partida para desarrollar los contenidos de dicho apartado.



- ✓ Con todo lo anterior trabajado, se puede realizar fácilmente el resumen de un apartado.
- ✓ Revisar el resumen una vez escrito (ortografía, pausas, subrayar conceptos clave, cohesión, coherencia, ejemplos, etc.)

CONSEJOS GENERALES PARA TODAS LAS ASIGNATURAS

En primer lugar, se recomienda enumerar los apartados que se resumen, las actividades que se realizan, las páginas de los apuntes de clase (esquina inferior derecha, por ejemplo); de esta manera se verá un progreso ordenado de las diferentes materias a lo largo del curso. El orden y la organización son muy importantes a la hora del estudio.

Resulta muy útil realizar las actividades de cada punto que hay repartidas a lo largo de cada unidad; ayudarán a afianzar los contenidos de cada apartado, a quedarse con lo esencial. Independientemente de que el profesor de la asignatura las pida o no.

Si el alumno comete errores al copiar del libro e incluso al escribir con sus propias palabras algún texto (frases incompletas, mal cohesionadas, palabras inventadas, falta de coherencia, errores ortográficos) se recomienda realizar copiosos de algunos textos para reforzar la atención. Estos textos pueden pertenecer a los libros de clase, o bien a un cuento o periódico.



Se recomienda reforzar la capacidad lectora, practicándola a diario: lectura de los contenidos de los libros de texto, o bien de una novela, cuento o de una noticia de un periódico, por ejemplo. Debe practicarse en voz alta, dándole entonación, expresividad, haciendo caso a las pausas y demás signos de puntuación; también puede hacerse en voz baja (mentalmente) y, luego, intentar explicar en un par de frases de qué va el texto o cuál es la idea principal. Todo esto es muy importante porque:

- La lectura ayuda al desarrollo y perfeccionamiento del lenguaje. Mejora la expresión oral y escrita y hace el lenguaje más fluido. Aumenta el vocabulario y mejora la ortografía.
- La lectura da facilidad para exponer el propio pensamiento y posibilita la capacidad de pensar.
- La lectura es una herramienta extraordinaria de trabajo intelectual, ya que pone en acción las funciones mentales agilizando la inteligencia. Por eso tiene relación con el rendimiento escolar.
- La lectura aumenta el bagaje cultural; proporciona información, conocimientos. Cuando se lee, se aprende.
- La lectura estimula y satisface la curiosidad intelectual y científica.
- La lectura despierta aficiones e intereses.
- La lectura desarrolla la capacidad de juicio, de análisis, de espíritu crítico.

- La lectura potencia la capacidad de observación, de atención y de concentración.
- La lectura facilita la recreación de la fantasía y el desarrollo de la creatividad. El lector, durante la lectura, recrea lo que el escritor ha creado para él, siente empatía con lo que lee, es decir, se identifica mental y afectivamente con lo que lee.
- La lectura es un medio de entretenimiento y distracción, que relaja, que divierte.
- La lectura es una afición para cultivar en el tiempo libre, un hobby para toda la vida. Una afición que puede practicarse en cualquier tiempo, lugar, edad y situación...

El alumno puede y debe participar en clase a la hora de corregir actividades o presentar trabajos; eso siempre serán puntos a favor a la hora de la evaluación final.

