

SUBPROGRAMA:	TÉCNICAS DE ESTUDIO
ACTIVIDAD:	REPASO DEL SUBRAYADO Y DEL RESUMEN (CONTINUACIÓN)

(Nota previa: fotocopiar esta actividad para los alumnos tal como viene aquí)

*** OBJETIVOS:**

- Hacerte tomar conciencia de la importancia de la organización.
- Conseguir tu compromiso para hacer un estudio activo.

DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES:

1. Si deseas obtener un aprendizaje duradero es preciso que hagas un estudio activo; para ello te aconsejamos que utilices el siguiente proceso:

PROCESO PARA REALIZAR UN ESTUDIO ACTIVO Y EFICAZ.

- Cuando tengas que empezar tu estudio, comienza preparando tus materiales.
- Si estás muy cansado, es mejor que descanses un poco (dos o tres minutos) o hagas un ejercicio de relajación e inmediatamente a trabajar.
- No te pongas a estudiar nada más salir del instituto, descansa unos minutos; pero nunca retrases demasiado el empezar a estudiar, debes impedir la sensación de agobio que te produciría el pensar que no vas a tener suficiente tiempo.
- Antes de empezar el estudio distribuye las tareas y organízate. (¿Qué harás primero y después, que necesitarás para hacerlo, necesitas alguna ayuda?)
- Cuando te enfrentes a una tarea plantéate primero ¿cuál es la finalidad de la tarea, para qué la tienes que hacer, cómo la harás?
- Ponte a trabajar con el máximo de interés y concentración, no tengas pereza para utilizar lápiz y papel. Todo lo que escribas (resumas o contestes) se te quedará mejor grabado en tu memoria.
- Utiliza técnicas de estudio que te faciliten el aprendizaje: subrayado, resumen, esquema o cualquier otra.
- Revisa los ejercicios que ya tienes hechos y relaciónalos con lo estudiado, ¿de qué forma te pueden ayudar para afianzar los aprendizajes que tienes que adquirir?
- Antes de ponerte a hacer ejercicios nuevos echa un vistazo al tema al que se refieren, ¿en qué parte del tema puedes encontrar alguna ayuda u orientación para responderlos?
- Repasa al final de tu sesión de estudio los esquemas que has hecho.
- Valora lo que has hecho: ¿has logrado los objetivos que te planteaste?, ¿qué dificultades se te han planteado?, ¿puedes pedir ayuda mañana a algún profesor o compañero para resolver esas dificultades?
- Prepara los materiales para las clases de mañana.

2. Cuando hayas leído el texto anterior varias veces, trata de decírtelo a ti mismo (sin mirar el texto, claro está) y después comprueba de cuántos consejos te acuerdas. Vuelve a leer el texto y vuelve a repetirlo. Ahora podrás completar la última actividad del tema anterior.

3. Aquí tienes un texto de Miguel Salas Parrilla. Léelo, subráyalo y estúdialo siguiendo las orientaciones del estudio activo.

¿PARA QUÉ PLANIFICAR EL ESTUDIO?

La mayoría de estudiantes realizan sus tareas sin someterse a un plan de trabajo, se les hace "muy cuesta arriba" planificar su propio estudio, les parece que es una pérdida de tiempo, y aunque sepan a "ciencia cierta" que de hacerlo mejorarían substancialmente su rendimiento, siguen fiándose más de que van a poder hacer todo sobre la marcha sin necesidad de pensar antes en el qué, cómo, para qué... de su trabajo.

Aunque al principio te parezca que no es necesario ningún plan, que basta con ponerte a estudiar y "ya irá saliendo", te aseguro que el planificar el estudio supone grandes ventajas:

- Ahorrarás tiempo y energías, pues dosificarás esfuerzos y evitarás pérdidas de tiempo o actividades inútiles.

- Te crearás un hábito de estudio, te será más fácil ponerte a trabajar, concentrarte en el estudio. Serás un "profesional entrenado" no un "aficionado apurado por un examen".

- Controlarás mejor tus esfuerzos y rendimientos, lo que te permitirá racionalizar tu tiempo; conseguir más por menos, o sea, mejores resultados con menos esfuerzo.

- Podrás buscar las ayudas, refuerzos, materiales, etc. que puedas necesitar para realizar tu trabajo.

- Te sentirás más satisfecho de ti y de tu rendimiento.

- Podrás prever repasos y buscar ayudas y refuerzos.

4. Cuando te pongas a estudiar en casa hoy, sigue las instrucciones que te hemos dado y valora por ti mismo la utilidad de las mismas. ¿Se te facilita así el rendimiento?