

MÉTODO DE ESTUDIO

Recomendaciones generales para diseñar un buen método de estudio.

- ✓ **Organización** del material de trabajo. "Cada cosa en su sitio y un sitio para cada cosa"
- ✓ Distribuir el tiempo de forma **flexible**, adaptada a cambios y a circunstancias
- ✓ Tener en cuenta las dificultades concretas de **cada materia**, tipología de examen y características del profesor.
- ✓ Ser realista y valorar la capacidad propia de comprensión, memorización y asimilación.
- ✓ Comenzar por los trabajos de **dificultad media** para calentar, luego pasar a los más difíciles y dejar los más fáciles para el final.
- ✓ **Entender** los datos, memorizarlos y fijarlos.



Método de estudio para asignaturas científicas

El método que se propone consta de nueve fases que iremos analizando



1. Prelectura

2. Lectura comprensiva

3. Demostraciones
(Seguir las demostraciones matemáticas y aclarar las dudas que surjan)

4. Subrayado

5. Resumen

6. Esquemas

7. Resumen de fórmulas

8. Ejercicios

Prelectura

La prelectura es ese primer vistazo que se le da a un tema para saber de qué va y sacar así una idea general del mismo. Esta idea general frecuentemente viene expresada en el título. Conviene hacerla el día anterior a la explicación del profesor pues así nos servirá para comprenderlo mejor y aumentará nuestra atención e interés en clase. La prelectura nos ayuda a:

- ✓ Tener un **conocimiento rápido** de del tema.
- ✓ Formar el **esquema general** del texto donde insertaremos los datos más concretos obtenidos en la segunda lectura.
- ✓ Comenzar el estudio de una **manera suave** de manera que vayamos entrando en materia con más facilidad.
- ✓ Conectar antes con la **explicación del profesor**, costándote menos atender y enterándote del tema.
- ✓ Ponerte de manifiesto tus dudas que aclararás en clase, y tomar los apuntes con más facilidad



Lectura comprensiva y notas al margen

Lectura comprensiva

Consiste en leer detenidamente el tema entero. Las palabras o conceptos que se desconozcan se buscarán en la red o cualquier otro soporte.

En la lectura aparecen datos, palabras, expresiones cuyo significado no conocemos y nos quedamos con la duda, esto bloquea el proceso de aprendizaje. Por eso, no seas perezoso y **busca en el diccionario** (físico a virtual) aquellas palabras desconocidas para ti.

Centra la atención en lo que estás leyendo, sin interrumpir la lectura con preocupaciones ajenas al libro o apuntes

Debes **mantenerte activo ante la lectura**, es preciso leer, releer, extraer lo importante, subrayar, esquematizar, contrastar, preguntarse sobre lo leído con la mente activa y despierta, es muy importante no leer de forma mecánica, ya que si no es muy fácil que se nos vaya el santo al cielo, obliga a tu cerebro a estar contigo y que no se fugue.

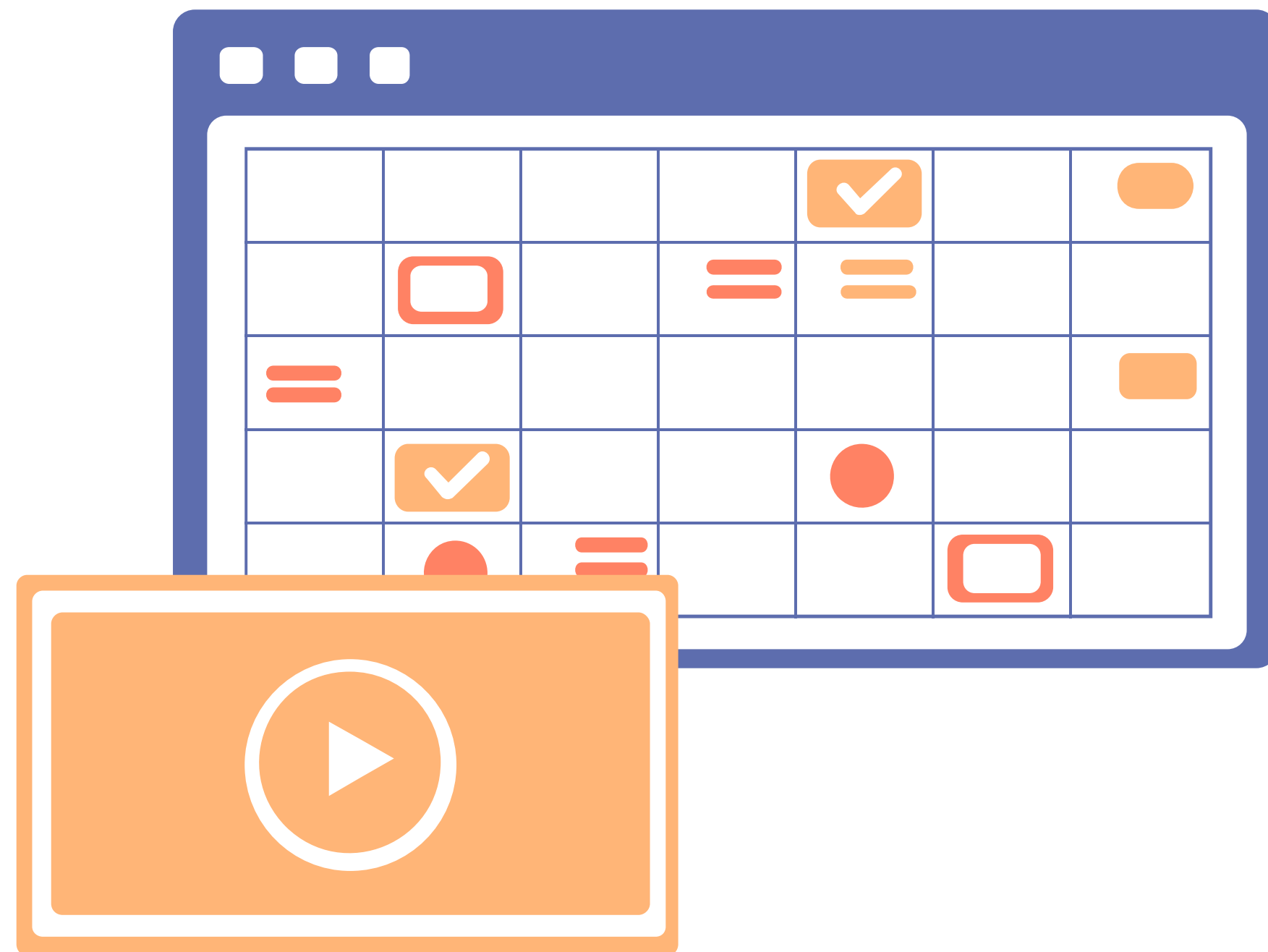
Notas al margen

Son las palabras que escribimos al lado izquierdo del texto y que expresan las ideas principales del mismo. A veces vienen explícitas otras nos las da el profesor y en algunos casos tendremos que inventarlas.



Demostraciones

En la mayoría de asignaturas científicas nos encontraremos con demostraciones que nos van a guiar de una fórmula a otra y nos ayudarán a comprender de qué nos está hablando el libro.



Hay que seguir las demostraciones
No siempre con saber sólo las fórmulas finales es suficiente.

La memoria es finita (y horrible)
Es preferible aprenderme la fórmula "raíz", siguiendo paso a paso las demostraciones

Comprender las demostraciones
Comprenderlas e ir sacando el resto de fórmulas de esta primera "raíz" en lugar aprenderme todas las del libro.

Subrayado

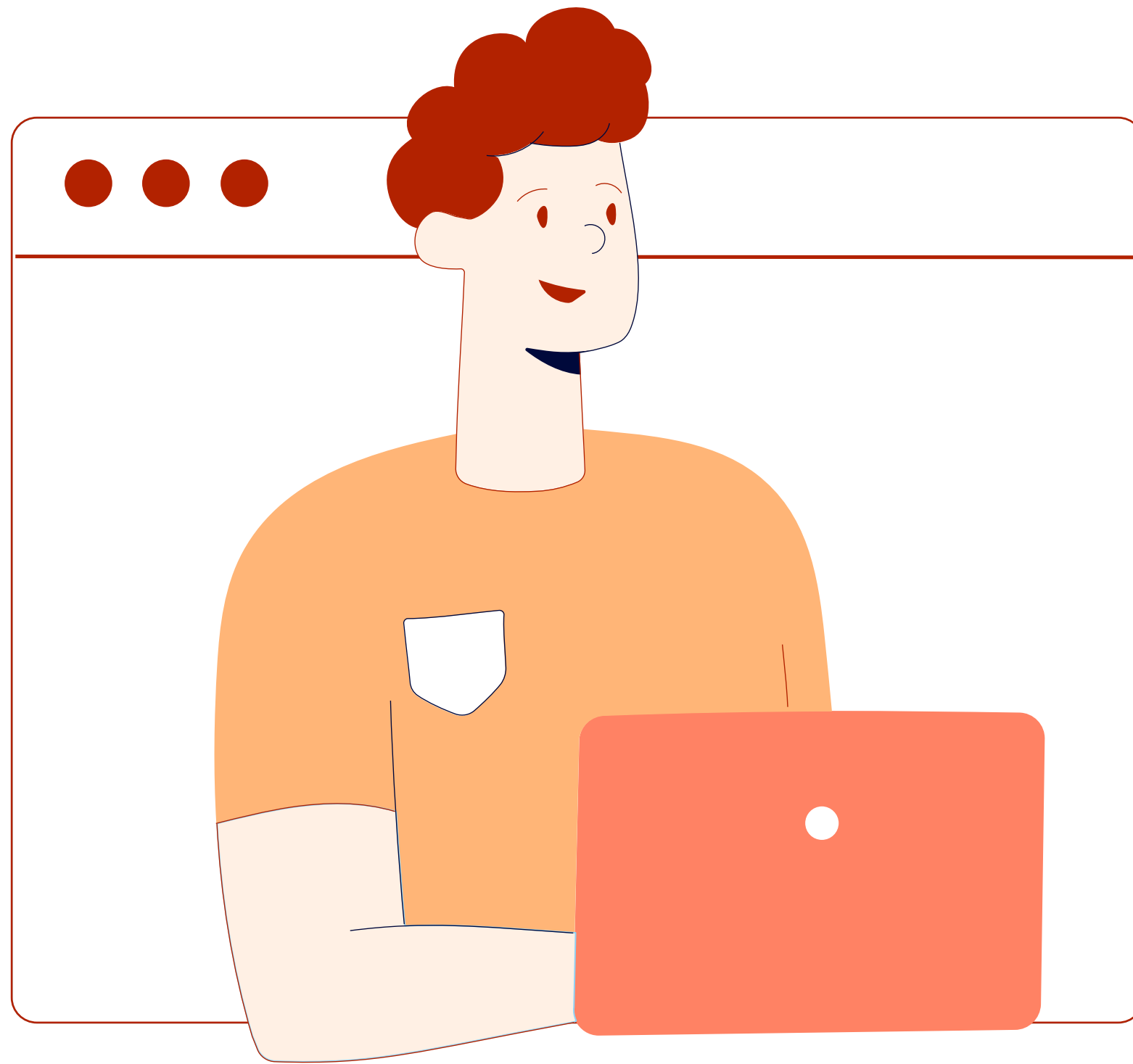
Se trata de destacar mediante un subrayador, trazo u otras señales, las palabras claves de un texto.. Debemos subrayar la **idea principal**, que puede estar al principio, en medio o al final de un párrafo. **Hay que buscar ideas**. Y también, palabras técnicas o específicas del tema y algún dato relevante que permita una mejor comprensión. Utiliza subrayadores de colores. Un color para destacar las ideas principales y otro distinto para las ideas secundarias. **Haz más de una lectura antes de empezar a subrayar.**

¿Por qué es conveniente subrayar?

- ✓ Porque llegamos con **rapidez a la comprensión** de la estructura y organización de un texto.
- ✓ Ayuda a fijar la **atención**.
- ✓ Favorece el **estudio activo y el interés por captar lo esencial** de cada párrafo.
- ✓ Se incrementa el **sentido crítico de la lectura** porque destacamos lo esencial de lo secundario.
- ✓ Una vez subrayado podemos **repasar mucha materia en poco tiempo**.
- ✓ Es condición **indispensable para confeccionar esquemas y resúmenes**.
- ✓ Favorece la asimilación y desarrolla la **capacidad de análisis y síntesis**.



Esquema y resumen



Esquema

Trata de expresar gráficamente y debidamente jerarquizadas las diferentes ideas de un tema. Es la estructura del mismo. Existen diferentes tipos de esquema.

Resumen

Es extraer de un texto todo aquello que nos interesa saber y queremos aprender. Se escribe lo subrayado añadiendo las palabras que falten para que el texto escrito tenga sentido.

Resumen de fórmulas

Hay asignaturas en las que las fórmulas son fundamentales. Si bien es importante aprender las mínimas posibles, también lo es tenerlas todas en un mismo sitio.



- 1 Haz un resumen por tema con las fórmulas más importantes y también las más constantes.
- 2 Sólo debemos tener las fórmulas. Anotar qué es cada letra (si se presta a confusión).
- 3 Apuntar las magnitudes y algún comentario si es necesario (ej. el orden de magnitud habitual)

Realización de ejercicios (1)

Por mucho que hayas estudiado, si no lo has realizado aplicando un método eficaz y no eres capaz de solucionar el problema que te plantean en el examen, estás perdido. Existen algunas técnicas que pueden hacer que, independientemente de tu nivel, le saques más partido a tu tiempo de estudio y aumentes tus probabilidades de éxito:

1

Práctica y más práctica

Es imposible aprender las asignaturas científicas únicamente leyendo y escuchando. **¡Para aprenderlas hay que ponerse las zapatillas de correr, las mayas y lanzarse a hacer ejercicios!** Cuanto más practiques, mejor. Cada ejercicio tiene sus particularidades y es importante haber realizado el máximo número de ejercicios posibles antes de enfrentarnos al examen. **Este punto es el más importante** de todos y la base del resto de técnicas específicas para estudiar de esta lista.



Revisa los errores

2

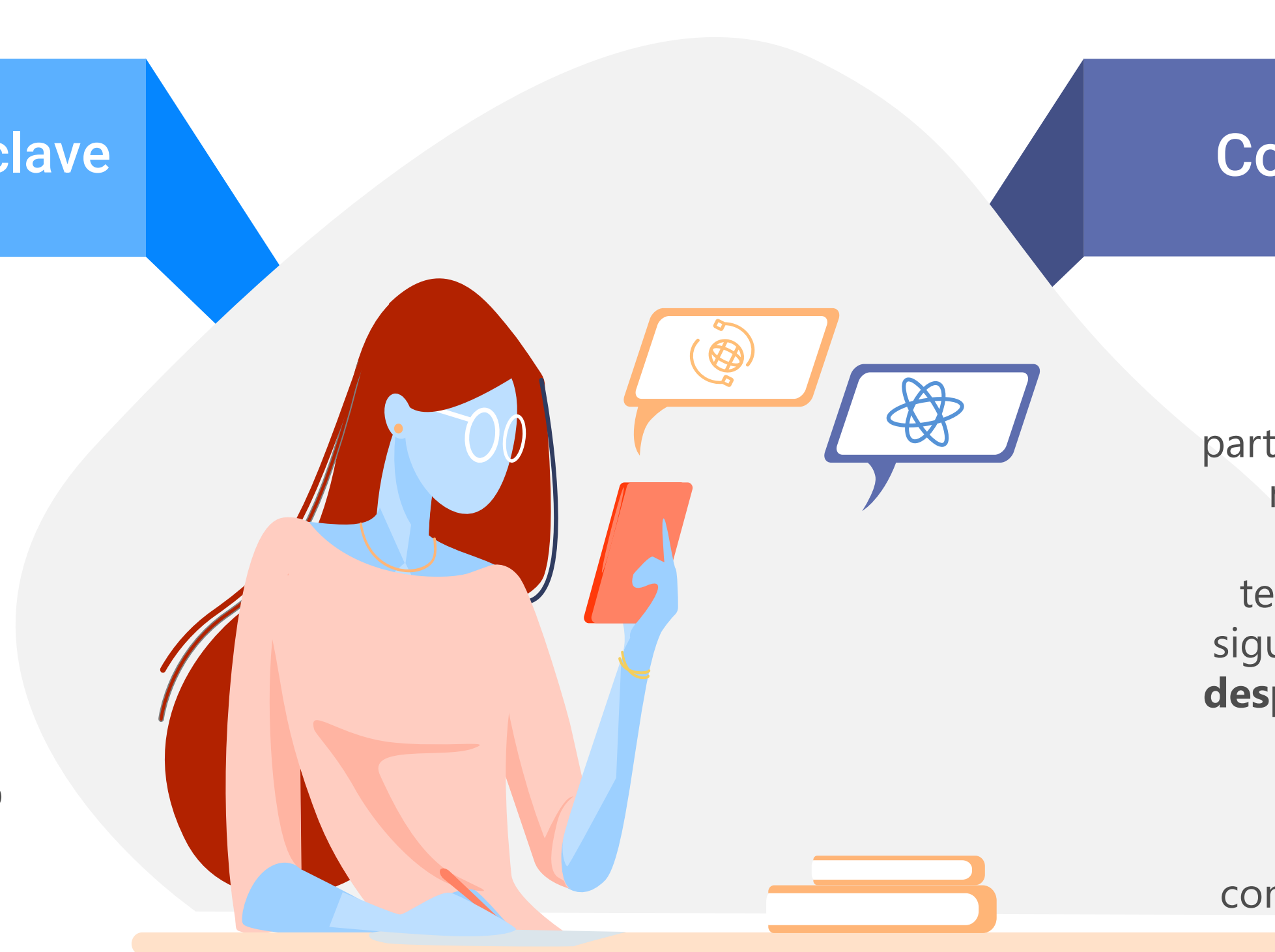
Es muy importante que **compruebes los resultados** y, más importante aún, que te detengas en la parte que has fallado y examines el proceso en detalle hasta asimilarlo. De nada sirve comparar resultados si no sabes en qué te has equivocado. Por eso es conveniente que tengas unos **buenos apuntes con problemas resueltos**. De esta manera, evitarás cometer los mismos fallos en el futuro. También es recomendable apuntar todos tus fallos y repasarlos repetidamente..

Realización de ejercicios (2)

3

Domina conceptos clave

¡No intentes aprenderte los problemas de memoria! Los problemas pueden tener miles de variantes y particularidades, por lo que es inútil aprendernos problemas de memoria sin entenderlos. En cambio, es mucho **más efectivo dominar los conceptos importantes y el proceso de resolución** de los problemas. Recuerda que la ciencia se compone de asignaturas secuenciales, por lo que es importante asentar una base firme dominando los conceptos clave y teniendo claras las fórmulas esenciales.



Consulta tus dudas

4

Puede que te sientas atascado en una parte de un problema o que simplemente no entiendas el proceso. Lo común en estos casos es simplemente aparcarse temporalmente ese problema y pasar al siguiente. Sin embargo, es recomendable **despejar todas las dudas que tengas en la resolución de un problema.**

Es buena idea estudiar junto a algún compañero con el que consultar dudas y trabajar juntos en problemas más complejos. O, unirse a un grupo de estudio en el trabajar colaborativamente? Asimismo, recuerda plantearle al profesor las dudas que tengas,

Realización de ejercicios (3)

5

Crea un diccionario

Las asignaturas científicas tienen una jerga específica con mucho vocabulario propio. Te sugerimos que crees unas **fichas de estudio con todos los conceptos que vas aprendiendo y su significado**, para que puedas consultarlos en cualquier momento y no te sientas perdido entre tanta palabrería.

7

Consulta videos y webs

Observar ejercicios resueltos para entender procesos a través de la retro observación, ¡¡hay millones en la red!!.

Aplica problemas al mundo real

6

En la medida de lo posible, **intenta aplicar los ejercicios al mundo real**. Las asignaturas científicas pueden ser una materia muy abstracta en algunas ocasiones, por lo que **mirar su aplicación práctica puede ayudarte a cambiar tu perspectiva sobre ellas** y asimilarlas de manera diferente.,



Buena suerte con tus estudios

Si aplicas todos estos consejos sobre como estudiar las asignaturas científicas, tendrás muchas probabilidades de mejorar tus notas. No olvides que es importante también tener confianza en uno mismo y afrontar el examen sabiendo que te has preparado adecuadamente.

