

<b>MEJORA TU MÉTODO DE TRABAJO</b> <b>“Más importante que saber es saber cómo saber”</b>	
<b>APRENDE A ESTUDIAR:</b> <b>”La más larga andadura siempre comienza por el primer paso”</b>	
<b>1. Lectura previa: la globalización del contenido (ver de un golpe la totalidad)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Ojeada previa completa del contenido a estudiar: a vista de vuelo de reconocimiento por encima; cuando lo veamos todo sabremos seleccionar mejor después lo importante (el todo está presente en cada parte).</i></li> <li>• <i>Lee por encima el tema para saber de qué trata (unos minutos): los límites de la materia, el contenido que une todas las partes relacionadas en apartados.</i></li> <li>• <i>Relaciona el contenido nuevo con lo que ya sabes de esa materia, o de otras que tratan el mismo asunto.</i></li> <li>• <i>Estudia sin miedo: que no te asuste la cantidad de materia vista de golpe: a medida que vayas luego por partes, irás entendiendo mejor la idea del conjunto (está más que comprobado); cada paso nos va llevando al siguiente y a la cumbre....</i></li> </ul>
<b>2. Lectura atenta: técnica del zoom (se va profundizando en las partes de ese todo, antes visto por encima)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Técnica del zoom (acercamiento progresivo): de profundización en lo importante. Una vez que tenemos una visión global de la materia, las partes pequeñas se irán entendiendo progresivamente en relación con ese contenido general (las partes se explican y se entienden por el todo).</i></li> <li>• <i>Lee despacio el tema intentando descubrir las ideas principales y secundarias: selecciona lo más significativo para el conjunto global.</i></li> <li>• <i>Piensa que no se puede uno/una quedar con todos los detalles de una materia: eso sería para matrícula, para una investigación muy específica, para una publicación... Hay que ir a lo práctico...</i></li> <li>• <i>Relaciona las palabras dudosas, los términos nuevos, con las que ya sabes (raíces léxicas, prefijos, etimologías...), las terminologías específicas de cada materia: en realidad, un juego al que se va aprendiendo a jugar.</i></li> <li>• <i>Busca en el diccionario las palabras que no entiendas: es una forma de estudiar asociando conceptos por los términos. Hay que aprender a jugar con las palabras: relacionarlas, combinar sus componentes, memorizarlas despacio.</i></li> </ul>
<b>3. Subrayado</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Subraya de forma discontinua: sólo ideas, palabras principales.</i></li> <li>• <i>Subraya de forma que tenga sentido lo que dejas subrayado: que se pueda unir en frases coherentes.</i></li> <li>• <i>Utiliza dobles rayas, colores, signos...</i></li> </ul>
<b>4. Dudas y preguntas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Anota en el margen o en el cuaderno lo que no puedas entender ahora: ya se irá aclarando.</i></li> <li>• <i>Pregunta a tus compañeros/as sobre lo que ellos/as entendieron del tema (intercambio de impresiones).</i></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Pregunta al profesor en clase las dudas sobre lo leído.</i></li> </ul>
5. Esquema	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Siguiendo el subrayado, elabora un esquema de las ideas principales y secundarias entendidas.</i></li> <li>• <i>Selecciona el tipo de esquema más adecuado en cada caso: llaves, numéricos, tablas, diagramas, mapas conceptuales...</i></li> <li>• <i>Emplea para el esquema tu propio lenguaje: no uses palabras que no entiendes.</i></li> </ul>
6. Asociación de ideas: encadenamiento de conceptos y términos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Coloca al principio de cada nivel del esquema palabras de la misma naturaleza: todos sustantivos, todos verbos, todas fechas... (al ser todas de la misma categoría verbal, te quedarán mejor)</i></li> <li>• <i>Asocia las palabras iniciales de los distintos niveles, de forma que las unas en cadena (memorización).</i></li> <li>• <i>Utiliza recursos nemotécnicos: cadenas de imágenes, asociación de ideas, trucos para recordar conceptos, fechas, fórmulas...</i></li> </ul>
7. Resumen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Siguiendo el esquema ya encadenado, redacta el contenido con tus propias palabras: oralmente o por escrito.</i></li> <li>• <i>Cuenta todo lo que dice el texto en pocas líneas: ¿qué sucede, qué dice el texto?, ¿quién lo dice?, ¿cuándo, a quién, por qué, en qué circunstancias... ocurre o se dice algo?</i></li> </ul>
8. Exposición	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Una vez personalizado el tema, demuestra que lo tienes asociado (memorizado), repitiéndolo de alguna forma (exposición, grabación...).</i></li> <li>• <i>Imagínate en situaciones diversas: en clase, en público, en el examen...</i></li> <li>• <b>La técnica del espejo:</b> <i>prueba a exponer el tema ante el espejo; tú eres tu único público; nadie te va a ver, no quedarás más ante nadie...; te dará confianza para luego exponerlo o memorizarlo con seguridad.</i></li> <li>• <i>Comienza a exponer desde el principio, desde el medio, o por preguntas, para comprobar que lo tienes bien asociado.</i></li> </ul>
9. Repaso	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Calcula los repasos que necesitas hasta poder recordar el tema: 2-3..., según la dificultad de la materia.</i></li> <li>• <i>Distribuye los repasos: uno a los pocos días de estudiar el tema; otros, los días antes del examen...</i></li> <li>• <i>Cambia de materia con frecuencia: el estudio de un tema por un día (o por unos días) te descansará del otro; la materia nueva te relaja, mientras avanzas en la otro; siempre está bien la novedad.</i></li> <li>• <i>Usa siempre boli, lápiz y el papel cuando estudias: subrayar, esquemas...</i></li> </ul>
10. Participación en clase:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Demuestra en clase que tienes interés por colaborar con el grupo de trabajo y aprender: cada uno siempre hace lo que puede (con sinceridad, claro).</i></li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Participa voluntario/a en las preguntas y respuestas que plantea el profesor: siempre con educación, con orden, dejando que los demás participen también.</i></li> <li>• <i>Participar cada día es la mejor forma de recordar, de ayudar y de aprender.</i></li> </ul>
<p><b>Y... descansa:</b>  <b>desconecta,</b>  <b>deja fermentar las ideas,</b>  <b>deja que</b>  <b>se vayan asentando...,</b>  <b>cambia de asignatura...</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Hay que <b>cortar, desconectar</b>, de vez en cuando: una vez estudiado en parte el tema, hay que coger seguridad: está estudiado, y se irá profundizando en él; pero hay que dejarlo reposar en la cabeza, fermentar como el buen pan...</i></li> <li>• <i>Y cambia de asignatura cada cierto tiempo: paradójicamente, <b>un trabajo descansa de otro</b>; cuando llevas un día, unos días, incluso unas horas..., con una misma materia, puede resultar muy productivo dejarla que repose, y cambiar a otra que uno coge con gracia, pues tiene otro contenido, otro nivel de dificultad... Cuando se vuelva a la anterior se comprobará que no se olvidó nada, y que se avanzó en otra cosa... Muy rentable el cambio...</i></li> <li>• <i><b>Pero estudia sin miedo:</b> el mundo no se va a acabar por un tema, ni por una materia... Rendirás mejor después: para eso está el deporte, los ejercicios físicos, el paseo, el sol para la vitamina D, el aire, el agua, las aficiones personales, los amigos y amigas... En fin, que tenemos que seguir elaborando nuestro método personal de trabajo...</i></li> </ul>