

TERCERA SESIÓN

OTRAS TÉCNICAS A VALORAR

Laura Mesa Lopez
Técnico del COIE

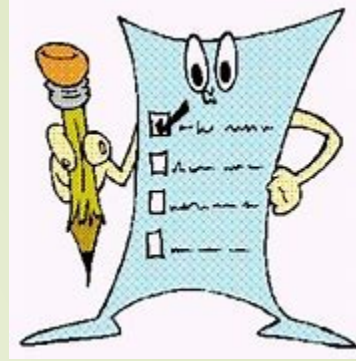


TÉCNICAS DE ESTUDIO

1. Lectura
 1. Comprensión lectora
 2. Velocidad lectora
2. Subrayado y anotaciones al margen
3. Síntesis
 1. Resumen
 2. Esquema
 3. Cuadro comparativo
 4. Mapas conceptuales
 5. Fichas y ficheros
4. Ejercicios prácticos
5. OTRAS TÉCNICAS
 1. Práctica distribuida
 2. Elaborar preguntas
 3. Intercalar materias
 4. Auto-explicación
6. Reglas mnemotécnicas
7. COIE CONSEJOS



PRÁCTICA DISTRIBUIDA



► ¿Qué significa aplicar la práctica distribuida?

No dejes todo para el final. Genera ansiedad y desconfianza.

Si hacemos y asimilamos todos los días un poco e incluso si espaciados todo lo posible los días de estudio se ganará mucho en conocimiento y confianza.

► ¿Cómo aplicar esto?

Sigue nuestra hoja de planificación semanal, te ayudará muchísimo a ser realista y fijar metas alcanzables.

La repetición de los mismos conceptos afianzará mucho mejor en la memoria.

► ¿funcionará para mí?

Si hay una de las técnicas de estudio que mejor funcionan, sin lugar a dudas, esta es una de ellas. Y de hecho, esta debería ser la práctica sobre la que se sostienen el resto de métodos de estudio. Combinando otros.

Su efectividad está fuera de toda duda, tanto en estudios a largo plazo (las pruebas finales) como pruebas “sorpresa” de un día para otro. **Espaciar o repartir todo lo posible las horas de estudio es clave. Y esto, aplica a todo el mundo.**

ELABORAR PREGUNTAS

► ¿Qué es?

Es la forma de explicación en la que te preguntas por qué es así.

“La mejor respuesta llega después de hacer la mejor pregunta”

Incitar a generar las preguntas que cada uno necesita, para que la respuesta sea lo más individualizada posible.

► ¿Qué tan efectivo es para mí?

Esta técnica es muy efectiva para crear respuestas personales y así obtener un ancla muy firme sobre de recuerdo.

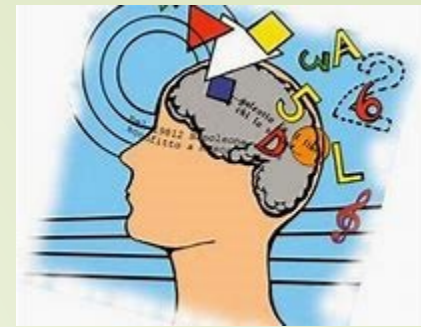
Este método de estudio nos gusta especialmente ya que trata de estimular la memoria de la manera más personal. **Cuanto más personal es la pregunta, más se ajusta a la respuesta apropiada para el entendimiento de cada cual.**

A más conocimiento de una materia, más fácil es elaborar la mejor pregunta.

► ¿Cómo activo la técnica de la elaboración de preguntas?

La clave es hacerse preguntas. Busca el por qué de las cosas durante el proceso de estudio y el entendimiento será tuyo.

Posteriormente **encuentra tu respuesta en base a lo estudiado y notarás la forma de comprensión asociada a esta a técnica.**



AUTO-EXPLICACIÓN



► ¿Qué es?

La autoexplicación es parecida a la elaboración de preguntas. Requiere que el alumno llegue a una conclusión por sí mismo y sepa explicar a su manera el problema o teoría.

Se suele apoyar en lo que ya sabe para complementar el nuevo estudio, y de esta manera elabora un archivo de conocimiento personal.

► ¿Es efectivo?

Es más efectivo en etapas iniciales que una vez aprendida la materia. Sin embargo parece una técnica más complicada que las demás. Por otro lado, **la gran ventaja de esta técnica es que es aplicable a casi cualquier materia o cuestión.**

► ¿Cómo usarla?

Esta técnica nos parece muy interesante ya que se puede llegar a ella, desde caminos muy didácticos; por ejemplo, **ayudando a otros a entender la materia. Mentoría:** Si eres capaz de explicarle a tu manera el temario a un compañero, estás extrayendo **tus propios razonamientos, con lo cual, lo estás entendiendo e integrando bien.**

Otra manera es escribir tus propias preguntas sobre el tema y después buscar y escribir las respuestas.

INTERCALAR MATERIAS



► ¿Qué es la técnica de la práctica intercalada?

Se refiere a estudiar dos o más temas relacionados o que se puedan complementar entre sí.

Se empieza con la práctica distribuida y posteriormente se añade otro temario de la misma asignatura u otra asignatura que tienda a estimular la creatividad entre ambas.

► ¿Cómo aplicar esto?

Estudios demuestran que funciona muy bien para ciencias y matemáticas.

Ejemplo: aprender historia del arte mientras se estudia algún tipo de arquitectura, puede llevar a pensamientos muy coherentes y creativos.

► ¿Funcionará para mí?

Los estudios demuestran que la práctica intercalada ayuda a retener, mejor y durante más tiempo la información, pero sobre todo ayuda a tener más capacidad de razonamiento y entendimiento.

Obviamente esto no es igual para todo el mundo, pero es cierto que implementarla y combinarla con el trabajo distribuido, ayuda al estudiante a averiguar por si mismo, qué le funciona mejor.

► ¿Cómo lo puedo usar?

La mejor manera de usar esta técnica es incorporarla al plan de estudio. Organízate desde el bloque de tareas distribuidas e inclúyela para usar en combinación con otras.

**MUCHAS GRACIAS POR VUESTRA
ATENCIÓN**

